

15

Quinceava Edición

Edición Cuatrimestral

www.upav.edu.mx



UPAV

UNIVERSIDAD POPULAR
AUTÓNOMA DE VERACRUZ

CONECTA

COORDENADAS | EXPERIENCIA UPAV | UNIDAD DE GÉNERO | ARTE & CULTURA | AL NATURAL | DEPORTES

Subregión TUXPAN

SEGUNDA

expo

Feria
Educativa

2023









01

Editorial

08 / MENSAJE

Mtro. Eduardo Hernández Sonck
Jefe del Departamento de Servicio Social y Apoyo
a la Titulación

02

Coordenadas

14 / CONOCE A TU COORDINADOR SOLIDARIO

Ing. Miguel Jesús Aguirre Cruz

18 / PUNTOS CARDINALES

Las Choapas, Veracruz

03

Experiencia UPAV

32 / JOSÉ ALBERTO RODRÍGUEZ HERNÁNDEZ

Aprendiente de la Licenciatura en Educación Deportiva

04

Unidad de Género

- 44 / CONVIVIR EN PAZ SIGNIFICA ESCUCHAR, RECONOCER, RESPETAR Y APRECIAR A LAS DEMÁS PERSONAS
- 46 / LA IGUALDAD COMIENZA CUANDO RECONOCEMOS QUE TODOS TENEMOS EL DERECHO A SER DIFERENTES
- 48 / EL DERECHO A LA SALUD ES UN DERECHO HUMANO AL QUE LAS MUJERES DEBEN ACCEDER SIN RESTRICCIONES
- 50 / FIN A LOS CONFLICTOS Y ATAQUES CONTRA LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES
- 52 / LAS NIÑAS Y NIÑOS DEBEN JUGAR Y APRENDER, NO TRABAJAR
- 54 / AYUDEMOS A ELIMINAR EL ABUSO HACIA NUESTROS MAYORES
- 56 / EL MODELO DE LA PATERNIDAD
- 60 / LIBERTAD, JUSTICIA Y DIGNIDAD PARA TODAS LAS PERSONAS
- 62 / LA CARGA DEL TRABAJO DOMÉSTICO NO REMUNERADO Y DE CUIDADOS ES UN FACTOR ESTRUCTURAL DE LA DESIGUALDAD DE GÉNERO
- 64 / CORAZÓN AZUL. AYUDEMOS A PONER FIN A LA TRATA DE PERSONAS.
- 66 / LA LECHE MATERNA ES EL MEJOR ALIMENTO PARA NIÑOS Y NIÑAS
- 68 / #COMBATEELRACISMO
- 70 / IGUALDAD Y DERECHOS PARA NUESTROS ADULTOS MAYORES
- 72 / DÍA INTERNACIONAL DE LAS VÍCTIMAS DE DESAPARICIONES FORZADAS

05

Arte & Cultura

- 78 / LA CULTURA Y EL ARTE EN UN MUNDO CAMBIANTE
- 84 / RECORRIDO POR LOS MUSEOS MÁS IMPORTANTES DEL MUNDO



UPAV
UNIVERSIDAD POPULAR
AUTÓNOMA DE VERACRUZ



UPAVOficial



UpavRectoría



upavrectoría



UPAV RADIO



@UPAVRadio

06

Al Natural

- 94 / LOS RESTOS DE HOY, ALIMENTARÁN MAÑANA NUEVA VIDA; ECONOMÍA CIRCULAR
- 104 / EL MIJO
- 108 / INOCUIDAD ALIMENTARIA

07

Deportes

- 116 / LUCHA GRECORROMANA

CONECTA

Edición Cuatrimestral — www.upav.edu.mx

🐦 UPAVO oficial 📘 UpavRectoría 📷 upavrectoría

Legal

Conecta Revista UPAV

Es una publicación digital creada por la Universidad Popular Autónoma de Veracruz.

Los textos aquí publicados son responsabilidad de su autor. Prohibida la reproducción parcial o total.

Todas las fotografías e imágenes, salvo indicación contraria, son autoría de la Universidad Popular Autónoma de Veracruz. Derechos reservados a la UPAV © CONECTA, 2023.

Directorio

Rector

Mtro. Ome Tochtli Méndez Ramírez

Directora de Educación Superior

Dra. Guadalupe del Carmen Su Morales

Director de Educación Media Superior

Ing. Armando Moreno Garibay

Directora de Administración y Finanzas

Lic. Silvia Cruz Torres

Director de Planeación y Programación

Mtro. Amado Cervantes Cervantes

Directora de Asuntos Jurídicos

Lic. Manuel Campos Pérez

Subdirector de Supervisión Académica

Lic. Carlos Evert Pérez López





Mtro. Eduardo Hernández Sonck

Jefe del Departamento de Servicio Social y Apoyo a la Titulación

Editorial —

Desde la fundación, la misión de nuestra Casa de Estudios es la de dar cumplimiento al mandato constitucional del derecho a la educación, para atender la demanda social de todas y todos los veracruzanos. A la fecha, ese compromiso persiste, se trabaja para que los fines y objetivos de la Universidad armonicen con los de la agenda 2030 de la Organización de las Naciones Unidas, al brindar las oportunidades formativas a todas las personas y fortaleciendo académicamente la oferta educativa, a partir de la perspectiva de inclusión social y educativa.

De igual manera, el avance educativo debe sustentarse en una base administrativo-escolar que garantiza la legalidad de los estudios de nuestros aprendientes. Por ello, en concordancia con los fines universitarios en el Departamento de Servicio Social y Apoyo a la Titulación, adscrito a la Dirección de Educación Superior, seguimos implementando mejoras para el reordenamiento en los trámites académicos para la atención de nuestra aprendientes y egresados.

Un claro ejemplo fue la implementación de los Títulos Electrónicos, Constancias de Servicio Social y Actas de Exención de Examen Profesional y de Grado digitales, lo cual redujo el tiempo de espera en la emisión de los documentos hasta en un 50 % y permite dar certeza y legalidad en los estudios a todos nuestros egresados.

Para tener mayor contacto con nuestra comunidad UPAV, los invitamos a que naveguen en nuestra Página Web Oficial en donde encontrarán toda la información de los trámites y servicios que presta nuestra Universidad. Así como recordarles que en su Portal de Aprendientes podrán descargar sus documentos electrónicos de sus trámites académico – escolares con solo un clic.

Como colaboradores, formar parte de esta gran Institución Educativa es un orgullo, así como ser parte de nuestra comunidad UPAV, que con nuestros Coordinadores, Directores y Asesores Solidarios participamos en el proceso académico formativo de nuestros aprendientes y egresados, y recordad que todos “SOMOS UPAV”.

**#SOMOS
UPAV**



UPAV
UNIVERSIDAD POPULAR
AUTÓNOMA DE VERACRUZ

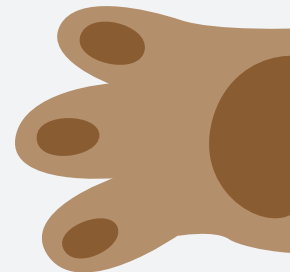
Oferta Educativa 2023

BACHILLERATO

CARRERA TÉCNICA

LICENCIATURAS

POSGRADOS



¡CONOCE NUESTRA OFERTA EDUCATIVA!

upav.edu.mx/ofertaEducativa



 @UPAVOficial

 @upav.rectoria

 @upavrectoria



**#SOMOS
UPAV**



UPAV
UNIVERSIDAD POPULAR
AUTÓNOMA DE VERACRUZ

Sección

02.

Coordenadas

/ CONOCE A TU COORDINADOR SOLIDARIO
/ PUNTOS CARDINALES Las Choapas, Veracruz

“Los esfuerzos de hoy, son conducentes al éxito de mañana”

Ing. Miguel Jesús Aguirre Cruz
Coordinador Solidario Las Choapas

En 2017, el Ing. Miguel Jesús Aguirre Cruz se suma a las filas de la Universidad Popular Autónoma de Veracruz, como Coordinador Solidario de Las Choapas, una de las 18 Coordinaciones Regionales de esta Casa de Estudios en el sur del estado. En esta 15a edición de la revista **CONECTA** te acercamos a esta sede y a la figura solidaria que la encabeza.

La labor de Jesús Aguirre está acompañada de un gran compromiso con la educación, que durante su experiencia se transformó en un reto para dar lo mejor de su persona, en la encomienda al frente de la Coordinación Solidaria Las Choapas, siempre al servicio de la población del municipio, especialmente con la que no había tenido la oportunidad de iniciar o continuar sus estudios.

Sus actividades en Las Choapas, emergen como un recurso muy útil para vincular a la comunidad con UPAV, precisamente en el ejercicio de guiar voluntades en conjunto con las figuras solidarias, que permitieran seguir brindando el acceso a la educación para todas y todos. Para Aguirre, ser Coordinador Solidario significa servir con gran entusiasmo y profesionalismo, es apoyar, acompañar, gestionar los requerimientos y necesidades, tanto de aprendientes, como de las figuras solidarias de la sede, en el área académica y administrativa de esta Casa de Estudios. La Coordinación Solidaria Las Choapas se integra por los municipios de Las Choapas, Agua Dulce, Ixhuatlán, Moloacán, Cuichapa y la Chinantla del valle del Uxpanapa.



Emotivamente nos comparte que sus mayores satisfacciones han sido difundir y motivar en los aprendientes el deseo por superarse, “lo importante que es y debe ser para su vida en lo personal y familiar, el iniciar y concluir las diferentes etapas educativas, lograr concluir con la preparación profesional para integrarse positivamente en la sociedad”.

La experiencia más agradable que recuerda con mucho entusiasmo, es el sentimiento y el ambiente que se vive en las entregas de certificados de Educación Media Superior y Superior, así como en la entrega de Títulos, “ver la alegría en los rostros de las y los aprendientes egresados y de sus familiares orgullosos del logro alcanzado, es algo que me motiva día a día para dar lo mejor de mí y de todo el equipo que conforma la Coordinación Solidaria Las Choapas, donde todas las personas tienen las puertas abiertas”.

Jesús Aguirre, nos recuerda tener siempre presente, que la educación es un gran medio para adquirir, transmitir, difundir la cultura y exponenciar el crecimiento personal, pues la educación es un crecimiento permanente en la formación de cada persona para que esta se desarrolle plenamente, transforme el medio en que vive y replique positivamente los conocimientos adquiridos, “eres responsable de tu futuro, nunca es tarde para iniciar y concluir tu educación profesional. UPAV te acompaña y cobija en cada momento”, aseguró.



Por último, invita a toda la comunidad a formar parte de la gran familia UPAV, “tengan la seguridad que los esfuerzos de hoy, son conducentes al éxito de mañana. Inicia o continúa tus estudios con nosotros, tenemos todas las herramientas que necesitas para dar el primer paso y profesionalizarse. La educación te abrirá las puertas del éxito, el conocimiento es la esencia para crecer”.

Recibir de las y los egresados una llamada o un mensaje de

“sí se pudo, sí lo logré, ahora soy Licenciada o Licenciado Titulado, gracias por su apoyo y gracias a UPAV, por ella logré el ascenso en mi empleo”, es totalmente satisfactorio.

Ing. Miguel Jesús Aguirre Cruz Coordinador Solidario Las Choapas

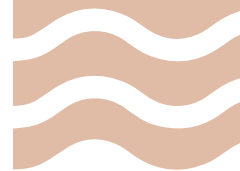


ACHOAPAN; LAS CHOAPAS

Achoapan, que proviene
de achiote o río

El nombre original de Las Choapas fue Achoapan, que proviene de achiote o río, es un municipio que se localiza en la región olmeca al sur del estado de Veracruz, limita con los municipios de Uxpanapa, Minatitlán, Moloacán y Agua Dulce. También tiene límites con los municipios de Huimanguillo, en Tabasco, Cintalapa y Tecpatán en Chiapas, y Santa María Chimalapa, en Oaxaca

A pesar de ser un municipio pequeño, su historia es grande y se remonta a la cultura olmeca. Se dice que todo comienza en el año 1914, cuando llegan Don Modesto González Santiago y su esposa Doña Rita Jiménez Flores, habitantes de la congregación San José del Carmen, quienes huyendo de los enfrentamientos de la Revolución, hicieron los primeros asentamientos de la ciudad en lo que hoy se conoce como el Parque Hidalgo. Poco a poco más familias llegaron a esta localidad, conformando lo que hoy se conoce como Las Choapas.



En 1930 las compañías petroleras extranjeras llegaron a establecerse en la región conocida como «Hacienda El Plan», y comenzó el auge de la compañía petrolera «El Águila» impulsando el crecimiento económico y social. Estas compañías iniciaron la explotación del subsuelo y en el año 1938 fueron expropiadas. En 1961 se crea el municipio de Las Choapas y en 1967 la localidad asciende a la categoría de ciudad.

Los ecosistemas que existen en el municipio son los de selva baja perennifolia y caducifolia. Para el país, es uno de los principales productores forestales junto con Huimanguillo, Tabasco, por su gran cantidad de hectáreas con sembradíos de distintos árboles maderables; sin embargo, el calentamiento global se convierte en una grave amenaza y por ello es importante que los industriales se enfoquen en aplicar tecnología en las tierras y gestionar recursos que les permitan alcanzar sus metas. Su fauna está compuesta por poblaciones de conejos, armadillos, ratas, venados, reptiles, aves canoras y de rapiña. El municipio se encuentra regado por los ríos Pedregal, Tonalá y Nanchital; cuenta además con las lagunas de San Pedro, Tecuanapa, los arroyos el Remolino y el arroyo Las Choapas. Algunas de las actividades que se desempeñan, son artesanías con bejuco, que es un hilo o cordel vegetal.





HOAPAS



Las Choapas cuenta con la Casa de Cultura “Frida Kahlo”, llamada así en honor a la pintora mexicana. La química industrial Graciela Olivia Mendoza Cerino destacó, por más de una década, en el rescate y la promoción de la cultura local. Nabora Materos Contreras, promotora del son jarocho, ha realizado un valioso trabajo en dicha institución; recientemente, el Consejo Nacional para la Cultura y las Artes reeditó su libro de gastronomía choapense y lo presentó a nivel nacional como un importante aporte a la cultura del sureste veracruzano. El profesor Maximino Aguirre Torres realizó durante años la recopilación de material arqueológico con la intención de fundar un museo, durante el 2002, y en las oficinas del DIF municipal se acondicionó una sala para tal propósito. El Dr. Roberto Palma Prieto, cronista de la ciudad, realiza cotidianamente un arduo trabajo de recopilación histórica, a través del cual transmite información cultural a la población, mediante un espacio en el diario Presencia Sureste y también en su página electrónica.

En el municipio existe un acervo cultural muy vasto. Han destacado poetas, escritores, músicos y cantantes a nivel nacional e internacional. Uno de los músicos más destacados es Irving Lara, quien fue el pianista de la cantante cubana Celia Cruz, Adolfo López Cornelio, artista plástico y diseñador gráfico egresado de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, cuyo talento ha sido reconocido internacionalmente, realiza una importante labor en el fomento de la creación artística. El pintor Sergio Chagoya de la Rosa, egresado de la Escuela Nacional de Pintura, Escultura y Grabado “La Esmeralda”, colaboró durante muchos años desinteresadamente en la formación de jóvenes talentos en la Casa de la Cultura “Frida Kahlo”; su labor altruista contrasta con la de Jorge Conde, quien se ha preocupado por realizar eventos culturales en este municipio.



SEGUNDA

expo

Feria
Educativa

2023



Sub región
TUXTPAN





Sub región **TUXPAN**

Makatsinina **5,873**
Encuentro Deportivo **210**
Proyectos productivos **15**
Encuentro de danza **180**
Makgtayana **40**
Líderes 4.0 **85**
PEOE **250**
Conferencia Magistral más de **500**
Conferencia #NoTeLaJueguesConLasDrogas **150**

Jornada de Salud **1256**
Reunión Alcaldes **2**
Reunión con Empresarios y A.C. **20**

Total de asistentes **8,581**









PEOE
Programa Estatal
de Oferta Educativa



200 ^{años}
VERACRUZ
CUVA DEL HEROICO
COLEGIO MILITAR
1823 - 2023

Sub región
TUXTPAN



Sección

03.

Experiencia UPAV

JOSÉ ALBERTO RODRÍGUEZ HERNÁNDEZ
APRENDIENTE DE LA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN DEPORTIVA



EN LO PERSONAL; SI VOY A HACER ALGO, LO HARÉ BIEN

José Alberto Rodríguez Hernández

Aprendiente de la Licenciatura en Educación Deportiva
Atleta de Lucha Olímpica Grecorromana

José Alberto Rodríguez Hernández de 27 años, es aprendiz de la Licenciatura en Educación Deportiva sede Xalapa, de la Universidad Popular Autónoma de Veracruz. Recientemente llegó a la gran final de la categoría Senior en 55 kg, estilo greco, en el Campeonato Panamericano de Luchas Asociadas con sede en Argentina, donde se adjudicó una honrosa medalla de plata representando a la Selección de México, clasificando para los Juegos Panamericanos en Santiago de Chile 2023.

CONECTA tuvo la oportunidad de platicar con José Alberto y en esta 15a edición, te compartimos su **#ExperienciaUPAV**, a través de una entrevista:



José Alberto

CONECTA: José Alberto, cuéntanos cómo fue tu primer acercamiento a la institución. ¿Cómo conociste UPAV?

Alberto: La conocí en 2015, gracias a mi entrenador de ese momento, quien a la vez, fungía como Asesor Solidario de la Licenciatura en Educación Deportiva sede Xalapa, él me alentó e inspiró a continuar con mis estudios, yo ya había terminado la preparatoria y en ese momento me dedicaba a entrenar mi deporte.

CONECTA: ¿Qué te atrajo o llamó la atención de UPAV?

Alberto: En primera me atrajo la modalidad sabatina, se me acomodaba perfecto porque trabajaba y entrenaba, entonces si quería estudiar, pues sólo disponía de un día para continuar mi preparación. La carrera también me llamó la atención, me gustó mucho porque era apegada al deporte. Más que nada, gracias a la modalidad sabatina, yo podía trabajar, entrenar y competir, se ajustaba perfecto a mis horarios. Me motivó mucho porque al entrar a UPAV, ahora puedo competir representando a una Universidad.

CONECTA: Cuéntanos una experiencia agradable que hayas vivido en nuestra Universidad

Alberto: Experiencias en UPAV son muchas, desde que llegué a esta Universidad he tenido muy buenas experiencias, las amistades que conocí, son amistades que me apoyan hasta el día de hoy. Salir a representar a una universidad en un deporte es la mejor experiencia, porque llegas y te encuentras otras universidades, pero ganar una medalla de oro para tu universidad con su apoyo, es lo mejor.

CONECTA: ¿Cuál ha sido el mayor aprendizaje que recibiste en UPAV?

Alberto: Mi mayor aprendizaje en UPAV ha sido trabajar en equipo. Durante mi vida, prácticamente siempre busqué hacer las cosas solo, incluso mi deporte es individual, cuando llegé a UPAV y tuve ciertas actividades en conjunto, yo empiezo a chocar mucho con mis compañeros porque yo soy muy independiente y me era difícil trabajar en equipo, sin embargo, aprendí a comunicarme con mis compañeros para llegar a una meta, es allí donde me enseñaron a trabajar en equipo y lo agradezco mucho porque eso me abrió muchas puertas.





CONECTA: ¿Actualmente a qué te dedicas?, ¿Cuál consideras que ha sido tu mayor logro?

Alberto: Soy obrero, trabajo en las calles, CMAS, mi trabajo me gusta mucho, mi trabajo es mi momento de desestres, me relajo y comparto con mis compañeros.

En mi deporte platico con mis compañeros, pero me concentro y soy serio, porque allí necesito estar enfocado en un solo objetivo. Busco tiempo donde a veces no lo hay en mi trabajo no tengo un horario fijo, sin embargo me doy el espacio para entrenar, mi deporte me pide 8 h al día, mucha gente lo ve imposible porque también tengo que dormir 8h al día. Tengo que estar pendiente de mi familia.

Soy muy organizado con mi tiempo, creo que es la base para el éxito. Si tienes el tiempo bien organizado, todo se va a facilitar. Mi día a día es trabajo, entrenamiento y descanso. Tengo amigos a los que les gusta mucho la fiesta y a mí también, pero en este momento tengo y quiero cumplir más conmigo mismo. Si tienes un sueño de niño, si nunca lo traicionas tarde o temprano, vas a obtener el resultado que quieres. A veces la gente se rinde, pero mi chip es diferente, yo fui aprendiendo que si lo sueño, lo puedo lograr.

CONECTA: ¿Qué consejo le podrías dar a las nuevas generaciones?

Alberto: El consejo que siempre le daré a las personas es que si sienten miedo, el miedo es bueno, el miedo te recuerda que estás vivo y si estás vivo, tienes la capacidad de avanzar y lograr cualquier cosa que te propongas. El miedo es la puerta del éxito, cuando voy a compartir, siempre tengo miedo pero eso me ayuda a impulsarme.

CONECTA: Compártenos unas palabras para quienes están pensando en registrarse en UPAV

Alberto: A todas las personas que estén pensando en estudiar, dejen de pensarlo y háganlo, UPAV es la oportunidad para todas las personas, tiene horarios accesibles, esta Casa de Estudios de la cual estoy muy orgulloso, tienen excelentes asesores solidarios, muy dedicados a lo que enseñan, muy apasionados para compartir conocimientos, tengan la iniciativa de querer aprender, de la mano de UPAV todo es posible.







UPAV RADIO

#SOMOSUPAVRADIO

"LA RADIO QUE TRASCIENDE"

upav.edu.mx/radio



@UPAVRadio



@UPAVRADIO



@upavradio



Sección

04.

Unidad de Género

- / CONVIVIR EN PAZ SIGNIFICA ESCUCHAR, RECONOCER, RESPETAR Y APRECIAR A LAS DEMÁS PERSONAS
- / LA IGUALDAD COMIENZA CUANDO RECONOCEMOS QUE TODOS TENEMOS EL DERECHO A SER DIFERENTES
- / EL DERECHO A LA SALUD ES UN DERECHO HUMANO AL QUE LAS MUJERES DEBEN ACCEDER SIN RESTRICCIONES
- / FIN A LOS CONFLICTOS Y ATAQUES CONTRA LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES
- / LAS NIÑAS Y NIÑOS DEBEN JUGAR Y APRENDER, NO TRABAJAR
- / AYUDEMOS A ELIMINAR EL ABUSO HACIA NUESTROS MAYORES
- / EL MODELO DE LA PATERNIDAD
- / LIBERTAD, JUSTICIA Y DIGNIDAD PARA TODAS LAS PERSONAS
- / LA CARGA DEL TRABAJO DOMÉSTICO NO REMUNERADO Y DE CUIDADOS ES UN FACTOR ESTRUCTURAL DE LA DESIGUALDAD DE GÉNERO
- / CORAZÓN AZUL. AYUDEMOS A PONER FIN A LA TRATA DE PERSONAS
- / LA LECHE MATERNA ES EL MEJOR ALIMENTO PARA NIÑOS Y NIÑAS
- / #COMBATEELRACISMO
- / IGUALDAD Y DERECHOS PARA NUESTROS ADULTOS MAYORES
- / DÍA INTERNACIONAL DE LAS VÍCTIMAS DE DESAPARICIONES FORZADAS

La conmemoración de los Días Internacionales nos brinda la oportunidad de difundir información sobre cuestiones de interés y por supuesto, su celebración permite reforzar los logros de la humanidad. Esta hace posible la organización de actividades relacionadas con el tema, llamar la atención de medios de comunicación y Gobiernos para resaltar problemas que aún no son resueltos.

Las fechas conmemorativas con perspectiva de género son aquellas que de alguna manera motivan a desarrollar acciones para mejorar la situación de la población, en especial el de las mujeres; en un ambiente de respeto a los derechos humanos.



Día Internacional de la Convivencia en Paz

Convivir en paz significa escuchar, reconocer, respetar y apreciar a las demás personas

La sana convivencia enfatiza la importante función de la sociedad civil en contribuir a garantizar la paz y el desarrollo sostenible mediante actos de servicio, alentando el perdón y la compasión entre las personas. También resalta la significación de la convivencia humana en paz, a través de la aceptación de las diferencias entre sociedades, como un proceso positivo, dinámico y participativo, a través del diálogo y la resolución pacífica de conflictos.

En ese tenor, la Asamblea General de las Naciones Unidas declaró el 16 de mayo como el Día Internacional de la Convivencia en Paz, como un recordatorio de lo que le falta a las sociedades para alcanzar la convivencia sin violencia, la cual es el escenario más apto para impulsar que todas las personas se sumen en la construcción de un mundo lleno de armonía.

La paz no sólo es la ausencia de conflictos, es aceptar las diferencias y contar con sociedades inclusivas. No puede haber desarrollo sostenible sin paz, ni paz sin desarrollo sostenible.



Día Internacional contra la Homofobia, Transfobia y la Bifobia

La igualdad comienza cuando reconocemos que todos tenemos el derecho a ser diferentes

17 de mayo

Las personas lesbianas, gay, bisexuales, transgénero, transexuales e intersexuales (LGBTTI) han sido históricamente sometidas a discriminación, ya sea por su orientación sexual, identidad o expresión de género, actualmente continúan expuestas a la violencia, persecución y otros abusos.

La orientación sexual, identidad o expresión de una persona se encuentra ligada a la libertad y la posibilidad de toda persona de escoger libremente las circunstancias que le dan sentido a su existencia, conforme a sus propias convicciones.

Toda persona, sin distinción, tiene derecho a disfrutar de todos los derechos humanos, incluidos el derecho a la igualdad de trato ante la ley y el derecho a ser protegido contra la discriminación por diversos motivos, entre ellos la orientación sexual y la identidad de género. La igualdad y la no discriminación son principios básicos de las normas internacionales de derechos humanos.

En 2004, la Organización Mundial de la Salud, declaró el 17 de mayo como el Día Internacional contra la Homofobia, la Transfobia y la Bifobia. Su conmemoración reafirma el compromiso con el respeto a la diversidad, a la dignidad humana y a la defensa de los derechos humanos para garantizar y fomentar una cultura más justa e igualitaria.

¿Qué es la Homofobia, Transfobia y la Bifobia?

La homofobia es la intolerancia a la homosexualidad.

La transfobia es un concepto que refiere a la discriminación hacia personas travestis, transexuales y transgénero; incluye el acoso, la agresión, incluso el asesinato, porque se encuentra basado en el temor a la diferencia.

La bifobia es el rechazo, discriminación, invisibilización, burlas y otras formas de violencia basadas en prejuicios y estigmas hacia las personas bisexuales.



Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres

El derecho a la salud es un derecho humano al que las mujeres deben acceder sin restricciones

Un 28 de mayo de 1987 se estableció el Día Internacional de Acción por la Salud de la Mujer, como un importante recordatorio para abordar las múltiples causas de enfermedad y muerte que afectan a las mujeres.

La conmemoración de este día pretende visibilizar y denunciar todas aquellas desigualdades que sufren las mujeres en cuanto al acceso integral en salud porque lamentablemente, la salud de las mujeres y las niñas muchas veces está influenciada por la biología relacionada con el sexo, el género y otros determinantes sociales; es decir, en algunas ocasiones el hecho de pertenecer a uno u otro sexo tiene gran impacto en la salud y los servicios que se le prestan a esta.

El objetivo de este día internacional es refrendar el derecho a la salud como derecho humano y continuar la lucha contra todas las formas de violencia hacia las mujeres y niñas.

Cada año podemos celebrar los avances y éxitos en la salud de las mujeres tanto a nivel local y mundial. El cuidado de la salud de la mujer es fundamental para su entorno y el de las familias.



Día Internacional de los Niños Víctimas Inocentes de la Agresión

Fin a los conflictos y ataques contra los niños, niñas y adolescentes

04 de junio

Se considera a los niños, niñas y adolescentes (NNA) una población vulnerable, porque al no contar con autonomía tienen una posición de desventaja para poder hacer efectivos sus derechos y libertades. La autonomía es algo que el ser humano va adquiriendo progresivamente a medida que crece y socializa.

La violencia y los conflictos armados impactan directamente en la vida de millones de niños. Por ello, el 4 de junio se celebra el Día Internacional de los Niños Víctimas Inocentes de Agresión, una jornada para reconocer el dolor que sufren los NNA en todo el mundo que son víctimas de maltratos físicos, mentales y emocionales.

El propósito de la conmemoración de este día es reconocer los derechos y el dolor que sufren los NNA víctimas a mano de los conflictos civiles y armados en todo el mundo. Así como promover la protección de los derechos de la niñez, en condiciones de paz y seguridad sin los efectos nocivos que producen los conflictos armados por lo que resulta urgente aumentar la protección de los niños con miras a evitar que participen en este tipo de luchas (CNDH, 2005).

Conforme al tema, México cuenta con la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes: establece que las personas menores de dieciocho años tienen derecho a una vida libre de violencia, a la integridad personal, y no ser víctimas de algún tipo de maltrato, abuso o explotación.

Pongamos fin al maltrato, la explotación, la trata y todas las formas de violencia y tortura contra las niñas y niños.



Día Mundial contra el Trabajo Infantil

Las niñas y niños deben jugar y aprender, no trabajar

¿Sabías qué a principios de 2020, 1 de cada 10 niños de 5 años o más estaba realizando trabajo infantil? Se habla concretamente de 63 millones de niñas y 97 millones de niños.

En ese tenor, la Organización Internacional del Trabajo (OIT) decidió en el 2002; conmemorar el 12 de junio como Día Mundial Contra el Trabajo Infantil, con la finalidad de generar conciencia sobre la magnitud del fenómeno y sumar esfuerzos para erradicarlo.

Hablar de trabajo infantil hace referencia al trabajo que limita a las niñas y niños de poder disfrutar plenamente de su niñez, perjudicando su desarrollo físico, su bienestar mental, social o moral, ¿Por qué? porque las y los niños que trabajan pueden desarrollar enfermedades crónicas, desnutrición o estar expuestos a accidentes por trabajar con maquinaria y herramientas inadecuadas para su edad. También podemos mencionar el estrés sumado con los bajos niveles de autoestima, además de que, la explotación laboral de las niñas y niños les obliga a abandonar la escuela o en su caso les exige combinar el estudio con el trabajo; es decir, se obstaculiza su escolarización.

En México, de acuerdo a la Encuesta Nacional de Trabajo Infantil (ENTI) 2019, se estima que 3.3 millones de niños y niñas de 5 a 17 años se encuentran en condiciones de trabajo infantil, esto representa una tasa de 11.5 por ciento.



Día Mundial de Toma de Conciencia del Abuso y Maltrato en la Vejez

Ayudemos a eliminar el abuso hacia las y los adultos mayores

15 de junio

El envejecimiento es el resultado de la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo de la vida, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales del ser humano. Entre las afecciones más comunes de la vejez cabe citar la pérdida de audición, las cataratas y los errores de refracción, los dolores de espalda y cuello, la osteoartritis, las neumopatías obstructivas crónicas, la diabetes, la depresión y la demencia: además, se presenta la aparición de varios estados de salud más complejos.

Es por ello que, muchas personas suponen que las y los adultos mayores son frágiles o dependientes y que a su vez, constituyen una carga para la sociedad; estas suposiciones pueden dar lugar a situaciones de discriminación y violencia agravadas por su discapacidad u otros motivos, lo cual afecta al goce de sus derechos humanos.

Así, cuando se pone bajo la lupa a este sector de la población, se identifica que la violencia hacia los adultos mayores se manifiesta en forma de maltrato físico, psicológico, sexual o financiero, o como negligencia y abandono. Para erradicar esta problemática es necesario que se eliminen los estereotipos y los estigmas sobre el envejecimiento y que se propicien dinámicas familiares sanas que permitan construir puentes intergeneracionales que nos lleven a eliminar y prevenir el maltrato en la vejez.

Se prevé que entre el periodo del 2019 a 2030, el número de personas de 60 años o más aumente en un 38%, de mil millones a 1,4 mil millones, superando en número a la juventud a nivel mundial.

Cada 15 de junio se conmemora el Día Mundial de Toma de Conciencia del Abuso y Maltrato en la Vejez; invita a la sociedad a reflexionar, a promover la protección de los derechos humanos de las personas mayores y reconocer sus aportaciones al desarrollo sostenible de las sociedades alrededor del mundo.



Día del Padre

El modelo de la paternidad

Por mucho tiempo, la paternidad se ha concebido como un ejercicio de autoridad y provisión en el hogar. Debido a los estereotipos y roles de género (según los cuales, a los hombres les corresponde el papel de proveedores de recursos generados fuera del hogar, mientras que a las mujeres les corresponde ser administradoras de los mismos y servidoras de diferentes tipos de cuidados en el hogar), a lo largo de la historia, se ha establecido un patrón de paternidad donde el padre, generalmente es “ausente” por cuestiones de trabajo y así, es visto por hijos e hijas como un dispensador de bienes y autorizaciones.

Este patrón ha excluido a los hombres tanto de las tareas relacionadas con el cuidado de sus hijos y del hogar, como de las posibilidades de disfrutar de relaciones más íntimas y cálidas con su familia.

De acuerdo con diversas investigaciones:

- * Las percepciones acerca del padre están divididas en: la imagen del padre bondadoso, trabajador, respetuoso y cariñoso con los hijos. Por otra parte, existe la concepción del padre ausente e irresponsable, asociado a palabras como abandono, ausencia, maltrato y castigo.
- * Las palabras relacionadas con el padre se refieren a la esfera pública; tienen connotación positiva, pero en menor grado que las relacionadas con la madre.
- * La figura del padre evoca en los varones, en primer lugar, autoridad y en segundo lugar, enseñanza y disciplina.
- * Las mujeres enfatizan en la figura del padre cualidades morales y emotivas: amor, comprensión y ternura.
- * Ambos la identifican como “cabeza de familia”.
- * El padre se ha definido más a partir de su función social, que de su función biológica.

La visión tradicional de la paternidad se ha reconstruido poco a poco; la práctica de una mayor responsabilidad masculina en la procreación parece establecerse con más frecuencia en las familias. Actualmente muchos hombres buscan participar de manera más activa e integral en el desarrollo de sus hijos. El Día del Padre que se conmemora cada 3er domingo de junio, es una oportunidad para reflexionar sobre los roles libres de estereotipos que pueden desempeñar los hombres en la familia y construir paternidades más cercanas, más sanas y, sobre todo, nuevas masculinidades que sean la solución del problema de la violencia contra las mujeres y niñas.





“

Un padre no es el
que da la **vida**, eso
sería demasiado fácil,
un padre es el que
da el **amor** — Denis Lorde (novelista)

¡FELIZ DÍA PAPÁ!



Día Internacional del Orgullo LGBTI

Libertad, justicia y dignidad para todas las personas

28 de junio

Cada 28 de junio se conmemora el Día Internacional del Orgullo LGBTI (lesbiana, gay, bisexual, transgénero e intersexual) o también conocido como Día del Orgullo Gay, con el objetivo celebrar la diversidad de orientación sexual e identidad de género, además es una oportunidad para instar a la tolerancia, la igualdad, la dignidad y la promoción a la protección de los derechos de las personas de la comunidad LGBTI. Comúnmente la celebración de este día se desarrolla con “marchas del orgullo” donde se ondea la bandera arcoiris, que simboliza la diversidad y libertad de poder ser quien se quiera ser. Esta envía un mensaje a la sociedad para reivindicar la visibilidad LGBTI, demandar igualdad de derechos y respeto a la diversidad sexual de todas las personas.

En México es común presenciar marchas con la bandera arcoiris a favor de la convivencia armónica entre las diferentes identidades de género. Sin embargo, la situación de violencia y discriminación contra la comunidad LGBTI es recurrente. Por ello, se requieren campañas que sensibilicen, informen y promuevan el reconocimiento de la diversidad, para así lograr la igualdad entre las personas. De acuerdo a la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (ACNUDH), en los últimos años, numerosos Estados han reforzado la protección de los derechos humanos del colectivo LGBTI, con medidas orientadas a:

- * Despenalizar las relaciones entre personas del mismo sexo.
- * Aprobar leyes que prohíben la discriminación.
- * Penalizar los delitos de odio cometidos contra personas homosexuales, bisexuales y transexuales.
- * Otorgar reconocimiento a las relaciones entre personas del mismo sexo y garantizar que las personas transgénero puedan obtener documentos de identidad que reflejen el género que han escogido, sin necesidad de cumplir con requisitos abusivos.
- * Poner en marcha programas de capacitación para agentes de policía, personal de establecimientos penitenciarios, docentes, trabajadores sociales y cuidadores, para que puedan servir mejor a la colectividad LGBTI.
- * Iniciativas contra el acoso en numerosos centros de estudio.

Luchemos contra la desinformación, eliminemos mitos y estereotipos sobre los roles y la orientación sexual, la identidad y la expresión de género; esto es fundamental para conseguir disipar muchos de los prejuicios que sufren las personas LGBTI.



Día Internacional del Trabajo Doméstico

La carga del trabajo doméstico no remunerado y de cuidados es un factor estructural de la desigualdad de género

22 de julio

El trabajo doméstico considera dos vertientes; el no remunerado y el remunerado. En ambos casos se identifica una labor invisible, sin reconocimiento social, con jornadas largas, desvaloradas y ocultas.

En todo el mundo, las mujeres realizan la gran mayoría del trabajo no remunerado que incluye el cuidado de las niñas, los niños, las personas mayores, además de la preparación de alimentos, lavado de vajilla, limpieza, mantenimiento de la vivienda como lavar y planchar ropa.

No significa que los hombres no participen en estas labores, sin embargo, de acuerdo a la ONU, las mujeres realizan al menos 2,5 veces más trabajo doméstico y de cuidado no remunerado que los hombres; lo cual restringe a las mujeres notablemente ya que limitan la posibilidad de contar con ingresos propios, de buscar opciones en el mercado laboral, de participar plenamente en la política y la sociedad.

Es por ello que se necesita mayor participación de los varones en las actividades del hogar, justamente que las tareas domésticas sean equitativas, tanto en tiempo, como en carga de trabajo, para generar equidad, igualdad y la no discriminación.

El 22 de julio se conmemora el Día Internacional del Trabajo Doméstico con el propósito de reconocer las labores que desempeñan en sus hogares millones de mujeres en todo el mundo.



Día Mundial contra la Trata de Personas

Corazón Azul. Ayudemos a poner fin a la trata de persona

La trata es un delito definido como la captación, el transporte, el traslado, la acogida o la recepción de personas, recurriendo a la amenaza o al uso de la fuerza u otras formas de coacción, al rapto, al fraude, al engaño, al abuso de poder o de una situación de vulnerabilidad o a la concesión o recepción de pagos o beneficios para obtener el consentimiento de una persona que tenga autoridad sobre otra, con fines de explotación.

La trata de personas, es un delito presente en todo el mundo, es el tercer negocio para la delincuencia organizada, después del tráfico de drogas y arma. Este constituye una de las manifestaciones delictivas más preocupantes de la actualidad, ya que violenta los derechos humanos de las víctimas y repercute de manera traumática en la salud corporal y psicológica de las personas.

Las mujeres, niñas y niños continúan siendo las principales víctimas, en el caso de las mujeres, representan el 46 % y las niñas el 19 % de todas las víctimas de la trata, aunque ellas también ejercen la trata de personas; además, los hombres también son víctimas de este delito.

¿Sabías qué existe una campaña que busca reducir la vulnerabilidad de las potenciales víctimas de trata de personas?

Es la campaña denominada Corazón Azul; esta, ayuda a que la población se entere, conozca y participe activamente en las acciones de prevención del delito. Es una iniciativa de sensibilización para luchar contra la trata de personas y su impacto en la sociedad.

El Corazón Azul representa la tristeza de quienes son víctimas de la trata de personas y nos recuerda la insensibilidad de quienes compran y venden a otros seres humanos.

El Corazón Azul es símbolo internacional de la lucha contra la trata de personas.



Semana Mundial de la Lactancia Materna

La leche materna es el mejor alimento para niños y niñas

La Semana Mundial de la Lactancia Materna, que se celebra todos los años del 1 al 7 de agosto, es una campaña mundial coordinada por la Alianza Mundial para la Acción de Lactancia Materna para crear conciencia y estimular la acción sobre temas relacionados con la lactancia materna.

La lactancia materna óptima es vital para la buena salud y el bienestar de por vida de las mujeres y los niños.

La OMS y UNICEF recomiendan:

Inicio temprano de la lactancia materna dentro de la hora siguiente al nacimiento.
Lactancia materna exclusiva durante los primeros 6 meses de vida. En ese momento el bebé recibe solo leche materna y ningún otro alimento sólido o líquido a excepción de soluciones rehidratantes, vitaminas, minerales o medicamentos.
Lactancia materna continua hasta los 2 años de edad o más.

¿Cuáles son los beneficios?

* *Para las y los bebés*

Además de proporcionar todos los nutrientes y la hidratación necesarios, ayuda a prevenir infecciones gastrointestinales y respiratorias, obesidad, diabetes, leucemia, alergias, cáncer infantil, hipertensión y colesterol alto.

* *Para las mamás*

Ayuda a su recuperación física. A largo plazo contribuye a disminuir las probabilidades de desarrollar cáncer de ovario, cáncer de mama, diabetes tipo II, hipertensión, ataques cardíacos, anemia y osteoporosis.

* *Para la sociedad*

Contribuye al desarrollo de los países pues ayuda a disminuir costos para atender enfermedades como diabetes, cáncer, hipertensión, entre otras. Además, contribuye al cuidado del medio ambiente pues no produce desechos.



Día Internacional de los Pueblos Indígenas

#CombateElRacismo

Hay más de 476 millones de pueblos indígenas que viven en 90 países de todo el mundo. Representan poco más del 6,2% de la población mundial. Sin embargo, representan el 15% las poblaciones más desfavorecidas y vulnerables. De ellos, hay más de 5000 grupos distintos.

Los pueblos indígenas hablan en mayoría de los 7000 idiomas que se calculan en el mundo. Tienen casi tres veces más probabilidades de vivir en la pobreza extrema en comparación con sus contrapartes no indígenas. Los pueblos indígenas tienen en común entre sí la continuidad histórica con una región determinada antes de la colonización y un fuerte vínculo con sus tierras. Mantienen, al menos en parte, distintos sistemas sociales, económicos y políticos. Tienen idiomas, culturas, creencias y sistemas de conocimiento distintos.

Es por su gran importancia histórica y cultural, que el 23 de diciembre de 1994 la Asamblea General de las Naciones Unidas designó el 9 de agosto, como el Día Internacional de los Pueblos Indígenas. Esta conmemoración surge durante el Decenio Internacional de las Poblaciones Indígenas del Mundo y a partir de la imperiosa necesidad de protección a los pueblos indígenas y de resaltar la diversidad cultural que se ve reflejada en las distintas comunidades nativas del mundo.

Los pueblos indígenas se enfrentan a muchos desafíos. Entre ellos figuran los siguientes:

- * La negación de su derecho a controlar su propio desarrollo basado en sus propios valores, necesidades y prioridades.
- * Falta de representación política, o muy pobre representación.
- * Falta de acceso a los servicios sociales.

Como resultado, los pueblos indígenas enfrentan importantes obstáculos en el goce de sus derechos.



Día Nacional de las Personas Adultas Mayores

Igualdad y derechos para nuestros adultos mayores

En nuestro país los derechos de las personas adultas mayores se reconocen en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en los tratados internacionales firmados y ratificados por el Estado Mexicano, así como en la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores.

Existen factores determinantes del nivel de deterioro físico de las personas adultas mayores como son la alimentación, la actividad física, así como la exposición a riesgos como el hábito de fumar, el consumo nocivo de alcohol o la exposición a sustancias tóxicas.

Por lo tanto, es indispensable el diseño, la implementación de planes y programas que promuevan un envejecimiento saludable y activo desde etapas tempranas y durante todo el ciclo de vida de los individuos, desde una perspectiva de derechos humanos.

Los derechos humanos de las personas adultas mayores, atienden a principios rectores:

- * ***Igualdad de oportunidades***
- * ***Participación***
- * ***Cuidados***
- * ***Dignidad***
- * ***Acceso a la justicia***

Las personas mayores hacen aportes a la sociedad de muchas maneras, ya sea en el seno de sus familias, en la comunidad local o en la sociedad en general.

En 1982 se decretó conmemorar, a nivel internacional, el mes de agosto como el de la vejez; y en México se determinó que el día 28 del mismo mes sería considerado como el Día de la y el abuelo.

¡Felicidades a todas las abuelitas y abuelitos!



Día Internacional de las Víctimas de Desapariciones Forzadas

30 de agosto

La desaparición forzada se ha convertido en un problema mundial que no afecta únicamente a una región concreta del mundo. Hablamos de desaparición forzada cuando, se arreste, detenga o traslade contra su voluntad a las personas, o que estas resulten privadas de su libertad de alguna otra forma.

Algunos de los derechos humanos que las desapariciones forzadas violan con regularidad son:

- * ***El derecho al reconocimiento de la personalidad jurídica***
- * ***El derecho a la libertad y seguridad de la persona***
- * ***El derecho a la vida, en caso de muerte de la persona desaparecida***
- * ***El derecho a una identidad***
- * ***El derecho a un juicio imparcial y a las debidas garantías judiciales***
- * ***El derecho a conocer la verdad sobre las circunstancias de la desaparición***
- * ***El 30 de agosto Día Internacional de las Víctimas de Desapariciones Forzadas, comenzó a observarse en 2011***

La desaparición forzada se usa a menudo como estrategia para infundir terror en los ciudadanos. La sensación de inseguridad que esa práctica genera no se limita a los parientes próximos del desaparecido, sino que afecta a su comunidad y al conjunto de la sociedad.

La violencia contra las mujeres no se justifica, ni se tolera.

Si vives o conoces a alguna mujer que viva violencia, comunícate a los teléfonos del Instituto Veracruzano de las Mujeres:

LÍNAS GRATUITAS



800 90 68537



075



089



911

Si quieres garantizar el anonimato de tu denuncia.

Para **emergencias**



IVM
Instituto Veracruzano
de las Mujeres

Por un Veracruz libre de violencia.

En la UPAV, nos sumamos a la Cero Tolerancia a la Violencia contra las Mujeres y las Niñas.



CERO
TOLERANCIA
A LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

EN UPAV

NOS PRONUNCIAMOS A FAVOR DE LA

CERO TOLERANCIA

A LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES





Sección

05.

Arte y Cultura

**/ LA CULTURA Y EL ARTE EN UN MUNDO CAMBIANTE
RECORRIDO POR LOS MUSEOS MÁS IMPORTANTES DEL MUNDO**

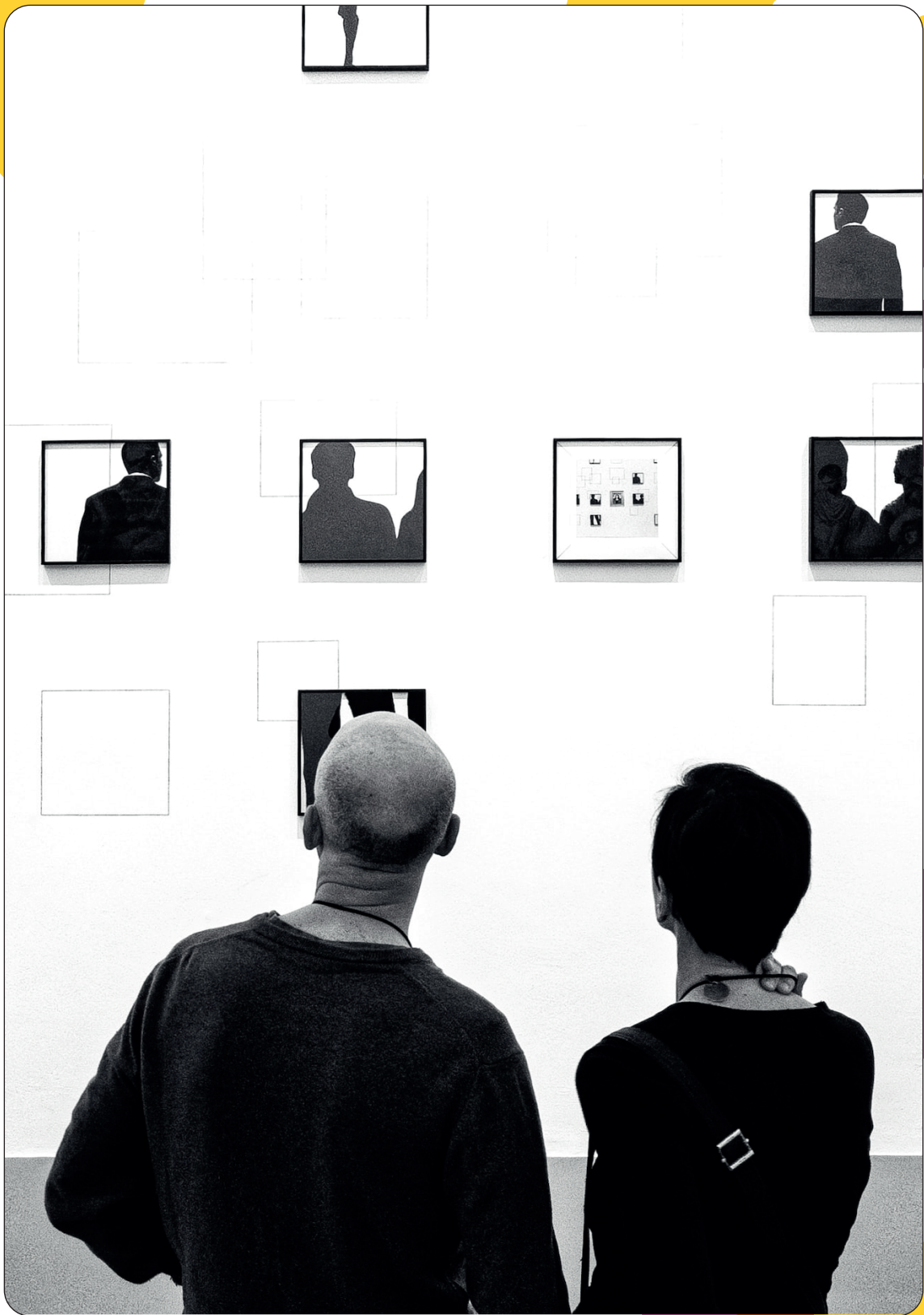
**/ LOS RESTOS DE HOY, ALIMENTARÁN MAÑANA NUEVA VIDA;
ECONOMÍA CIRCULAR**

La cultura y el arte en un mundo cambiante

La cultura y el arte se relacionan como aspectos muy afines. Ambos términos, engloban el resultado de todo esfuerzo artístico que determina las bases de una sociedad, que expresa su estilo de vida y la forma de verse a sí misma.

La cultura, se refiere a las convicciones, a la ideología y al pensamiento de un grupo social. Por su parte, el arte permite generar expresiones artísticas, con base a estas convicciones y a diversos símbolos, técnicas y materiales, aplicando la creatividad. Es así entonces, que el arte es el reflejo de una cultura. Por ello, preservarlo, difundirlo, transmitirlo y fomentarlo, es una manera de conservar el patrimonio cultural de pueblos, países y regiones, pues juntos son un componente crucial para el desarrollo integral de un país.

En un mundo en constante cambio, la cultura y el arte son un punto de encuentro, se fusionan como un lenguaje universal: allí reside el valor del trabajo que realizan miles de personas alrededor del mundo, que cada día asumen con pasión y compromiso la tarea de crear obras maravillosas. Esta tarea está ligada profundamente a la identidad de los pueblos indígenas y sociedades.

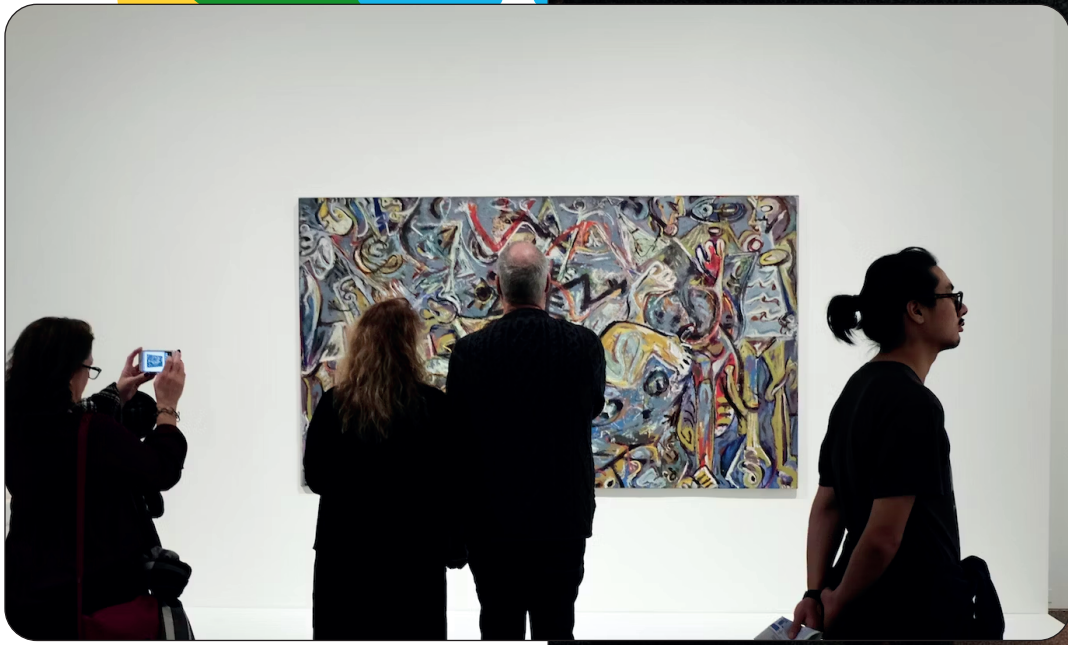


La cultura y el arte, funcionan como motor de la comunicación, permitiendo la expresión de emociones, pero también de mensajes que invitan a reflexionar sobre el origen, la existencia y las problemáticas sociales. En esta línea, podría considerarse que ambos son herramientas con el potencial de educar y cambiar sociedades. El lenguaje del arte es universal y su vigencia atemporal, pues cualquier persona puede apreciarlo (de la forma que sea).

La cultura engloba manifestaciones como el folclore, costumbres, tradiciones culturales, modas, políticas, economía, ciencia, tecnología y mucho más. Del mismo modo, permite la actualización de los aspectos estéticos, que a través de la innovación, cuestionan lo preestablecido, en cuanto a modelos ya aceptados. De esta forma, el arte también plasma los diversos rasgos de la cultura, especialmente en el mundo actual, donde están presentes toda clase de expresiones artísticas, a causa de la mezcla universal de todos los grupos sociales. Es así que representa el desarrollo de la creatividad, de la sensibilidad y del ingenio, para cumplir con objetivos estéticos inspirados en muchas manifestaciones, influyendo en el individuo, en la cultura y en la sociedad.

En definitiva, a través de la cultura y el arte, se habilita un espacio en el que cada persona, pero también la sociedad en su conjunto, puede crear y expresar las distintas ideas, vivencias y problemáticas del día a día. Con cada creación se impacta por lo menos a alguien y se desencadenan procesos que tienen que ver con la educación y la revolución de los distintos momentos en la historia de la humanidad. De esta forma, las sociedades se identifican, se enriquecen, desarrollan su potencial y exploran sus posibilidades en el mundo cambiante.

Fomentar la cultura y el arte es indispensable para el desarrollo de un país, porque esto permite preservar conocimientos ancestrales, potenciar la creatividad, reafirmar la identidad, dar lugar a la creación y formación de las nuevas generaciones.



“Todo lo que sea creado
por la humanidad debe
ser observado como un
valor cultural”

El arte y la cultura comparten la misma línea del tiempo y deben entenderse en cada temporalidad

Pasado: para conservar el patrimonio y la memoria colectiva de lo que un pueblo fue.

Presente: como forma de expresión, y espacio de reflexión, posible tanto para un individuo como para una sociedad.

Futuro: logrando la configuración de nuevas realidades y escenarios posibles, a través del estímulo de la creatividad y la sensibilidad.



LOS MUSEOS

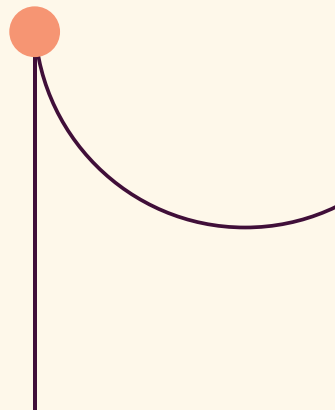
MÁS ASOMBROSOS DEL MUNDO

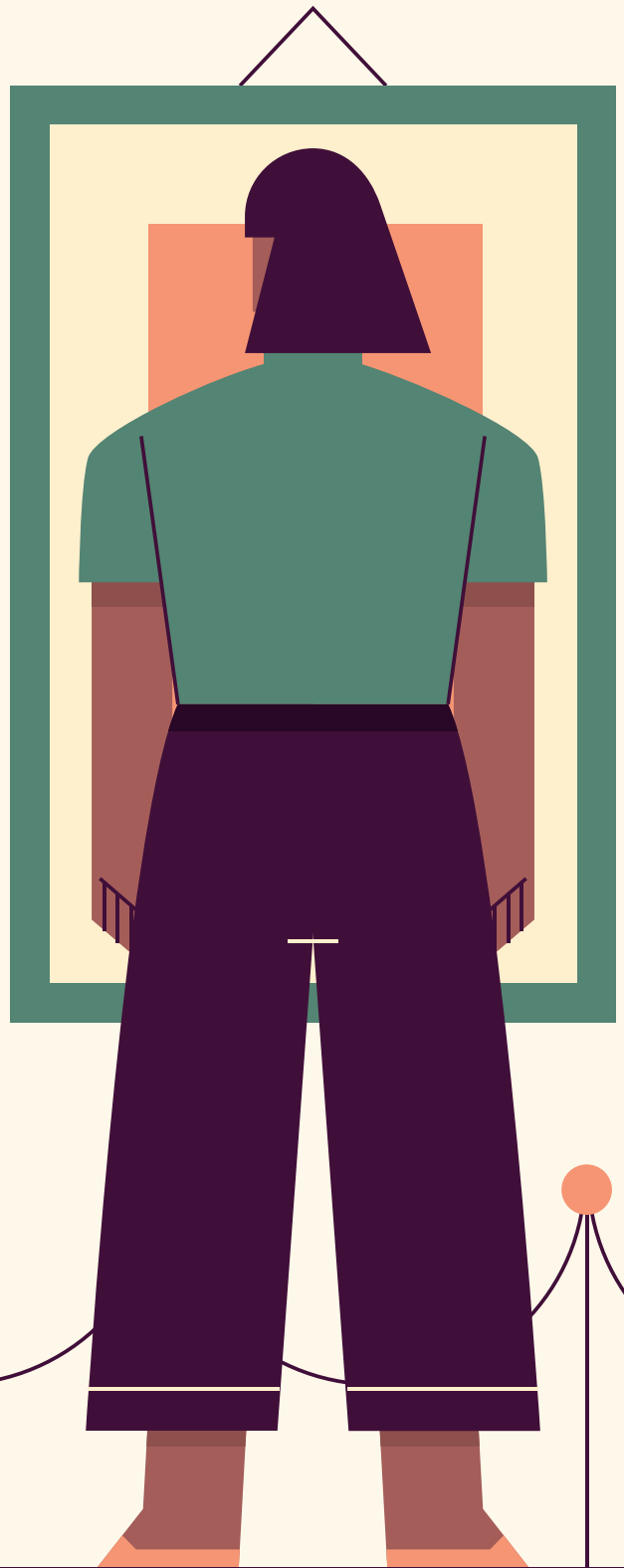
A lo largo de la historia, la humanidad ha pulido lo que se conoce actualmente como memoria histórica, es decir, la herencia cultural y artística que ha trascendido de generación en generación y que hoy en día se encuentra resguardada bajo la protección de los museos del mundo.

Los museos tienen la responsabilidad de salvaguardar el testimonio de la humanidad y su desarrollo, son parte fundamental de la identidad cultural de una nación. En estos espacios se refleja, la vida y experiencias de épocas pasadas, presentes e incluso futuras.

Aportan al desarrollo de las sociedades desde diversos ángulos pues son generadores de nuevos conocimientos, pues cuando se visita un museo, siempre, sin excepción alguna, se sale con más información y el uso que se le dé a esta, es determinante en el desarrollo de la conciencia de cada persona.

La variedad de museos y sus conceptos es realmente amplia, desde los especializados en ciencia natural, tecnología, arte contemporáneo, hasta los de historia. En ese tenor, **CONECTA 15a edición**, te invita a hacer un recorrido por los museos más asombrosos del mundo.





1

Smithsonian Institution, Washington, DC

El Smithsonian es un complejo museístico, el más grande del mundo, con 19 museos y galerías, la National Zoological Park, y varias instalaciones de investigación. Más de 137 millones de objetos que detallan la historia de América se encuentran aquí. Hay tantas cosas que ver, que si observa una obra cada minuto, día y noche, en diez años sólo se habría visto el 10% por ciento del total. Por lo tanto, es necesario planificar la visita, centrándose en un par de museos o exposiciones.

Principales atracciones: Las zapatillas de color rojo rubí de Dorothy, los vestidos de las primeras damas, y el original del himno americano en el Museo Nacional de Historia Americana; el Salón de la Gema (incluyendo el diamante de la esperanza) en el Museo Nacional de Historia Natural; y la aeronave de los hermanos Wright de 1903, el Espíritu de San Luis, y el módulo de comando del Apolo 11 en el Museo Nacional del Aire y el Espacio.

2

Museo del Louvre, París, Francia

El Louvre fue una fortaleza medieval y el palacio de los reyes de Francia antes de convertirse en un museo, hace dos siglos. Las colecciones del museo, van desde la antigüedad, hasta la primera mitad del siglo XIX y se encuentran entre las más importantes en el mundo.

Principales atracciones: Un buen lugar para comenzar es el ala Sully. “*Venus de Milo*”, “*Victoria de Samotracia*”, y la “*Mona Lisa*” de Leonardo da Vinci.

3

Museo de la Acrópolis, Atenas, Grecia

Las impresionantes galerías de la planta baja se pueden ver desde las laderas de la Acrópolis. Su increíble suelo de cristal transparente ofrece un paseo por la historia, con una visión de la excavación arqueológica, mientras que la pendiente ascendente de la Acrópolis mantiene los santuarios de los atenienses de cada período histórico cercano.

Principales atracciones: El friso del Partenón está montado sobre una estructura con exactamente las mismas dimensiones que la celda del Partenón, dando la visión completa de todos los detalles.



4

State Hermitage, San Petersburgo, Rusia

El Hermitage ha logrado adquirir una espectacular colección de arte del mundo con más de tres millones de artículos que atraviesan la historia, desde la Edad de Piedra hasta principios del siglo XX. El museo ocupa seis edificios a lo largo del río Neva, y su estructura barroca, azul y blanca, se terminó en 1764 y durante los siguientes siglos fue la principal residencia de los zares. Catalina la Grande fundó el museo ese mismo año cuando compró 255 pinturas de Berlín. Rembrandt, Rubens, Tiepolo, Tiziano, Leonardo da Vinci, Picasso, Gauguin, Cézanne, Van Gogh, Goya... todos están representados aquí.

Principales atracciones: La galería del tesoro de oro y las piezas de la colección privada de Nicolás II, que incluye pinturas, dibujos y medallas creadas para conmemorar su coronación.

5

British Museum, Londres, Inglaterra

El museo más grande de Gran Bretaña, donde se encuentra la colección nacional de arqueología y etnografía, que cuenta con más de ocho millones de objetos que van desde huesos prehistóricos a trozos del Partenón, desde habitaciones de palacios asirios enteras hasta exquisitas joyas de oro.

Principales atracciones: La galería egipcia cuenta con la segunda mejor colección del mundo de antigüedades egipcias fuera del país de los faraones, incluyendo la Piedra de Rosetta, tallada en el año 196 a.C.

6

Museo Nacional de Antropología (México DF)

Las visitas a México plantean infinidad de preguntas sobre su extenso legado histórico y en ningún sitio se responden mejor que en el Museo Nacional de Antropología, en CDMX.

Principales atracciones: La planta baja de este moderno edificio inaugurado en la década de los 60 alberga reliquias del México prehispánico que ilustran la complejidad de sus antiguas sociedades. Los dioses y diosas aztecas dominan estancias con preciosos jaguares tallados, y asombra una escultura de 3,5 metros de ancho conocida como la Piedra del Sol, que es, en realidad, un calendario cósmico.



7

Museo del Prado, Madrid, España

La familia real española es responsable de la abundancia de obras maestras clásicas en el Prado. Durante siglos, los reyes y reinas se encargaron del arte con pasión y buen gusto. Además de estrellas de la pintura española, como Velázquez, Goya, Ribera y Zurbarán, el Prado tiene grandes colecciones de italianos (incluyendo Tiziano y Rafael) y artistas flamencos.

Principales atracciones: “*Las Tres Gracias*” de Rubens y “*Las Meninas*” de Velázquez.

8

Metropolitan Museum of Art, Nueva York, Nueva York

El Museo Metropolitano de Arte es el museo más grande del hemisferio occidental. Su colección de más de dos millones de artículos no sólo es amplia, cubriendo todo el mundo y la historia, desde la antigüedad hasta el presente, también tiene una altísima calidad, con lo que algunas de sus áreas podrían ser consideradas museos en sí mismos.

Principales atracciones: “*Adán y Eva*”, el conocido grabado de Alberto Durero, es sólo una de las muchas piezas impresionantes que descubrirás en el MET.

9

Museos Vaticanos, Ciudad del Vaticano, Italia

Veintidós colecciones separadas comprenden los Museos Vaticanos, cada cual más espectacular que el anterior. Los más famosos son probablemente el Museo Pio-Clementino, con su espléndida escultura clásica; las estancias de Rafael, habitaciones enteras pintadas por el artista; la Pinacoteca (galería de imágenes), que contiene la crème de la crème de la colección de pinturas medievales y renacentistas del Vaticano; y, por supuesto, la Capilla Sixtina de Miguel Ángel.

Principales atracciones: La famosa Capilla Sixtina y las estancias de Rafael.



10

Galería de los Uffizi, Florencia, Italia

La Galleria degli Uffizi, siempre viene precedida de “gran”, pues es tal su calidad que este apelativo apenas hace justicia a una galería que posee la mejor colección del mundo de pinturas renacentistas. Todos los nombres famosos del arte italiano están aquí, no sólo los maestros del Renacimiento, sino también los pintores de los primeros días de gloria medievales, barrocos y manieristas.

La atracción principal: *“El nacimiento de Venus” de Botticelli.*



NOTA

NOTA

Es por el importante papel que desempeñan estos centros culturales, que se les rinde homenaje desde 1977, conmemorando **el 18 de mayo** como el **Día Internacional de los Museos.**





Los restos de hoy,
alimentarán mañana nueva vida;

ECONOMÍA CIRCULAR

En la actualidad, la economía global se rige por sistemas de producción lineal que han demostrado ser limitados en términos de un uso moderado de recursos y con consecuencias de alto impacto ambiental y social. Ese sistema llamado economía lineal se basa en extraer, fabricar, consumir y desechar a un ritmo vertiginoso, haciéndolo un modelo inviable a largo plazo, que agota los recursos naturales, aumenta los residuos y la contaminación.

Este hecho ha destacado la urgencia de adecuar los procesos y sistemas de producción en las organizaciones para adaptarse a un nuevo modelo de producción que garantice el crecimiento sostenible; la economía circular. Con la economía circular se promueve la optimización de recursos, la reducción en el consumo de materias primas y el aprovechamiento de los residuos, reciclándolos o dándoles una nueva vida para convertirlos en nuevos productos.



MATERIAS PRIMAS



PRODUCCIÓN



DISTRIBUCIÓN



USO / CONSUMO



RECICLAJE



DESECHO

ECONOMÍA CIRCULAR



En la práctica de este modelo implica aprovechar al máximo los recursos materiales de los que se disponen, alargando el ciclo de vida de los productos y reduciendo al mínimo los residuos. Es un concepto inspirado en la naturaleza, donde nada se desperdicia, buscando mantener el equilibrio entre el progreso y la sostenibilidad de la mano del cuidado del medio ambiente.

La economía circular debe ser una alternativa superadora, pues amplía la vida de los productos para reducir el uso de materias primas. Contrasta con el modelo económico lineal tradicional, basado principalmente en el concepto “usar y tirar”, que requiere de grandes cantidades de materiales, energía barata y de fácil acceso. La obsolescencia programada contra la que las organizaciones deben adoptar medidas urgentes.

La esencia de la economía circular radica en que los recursos se mantengan en la economía el mayor tiempo posible, promoviendo que los residuos que generamos puedan servir de materia prima para otras industrias. El impacto en el clima es otro de los factores. La extracción y el uso de materias primas tienen importantes consecuencias medioambientales, aumenta el consumo de energía y las emisiones de CO₂, mientras que un uso más inteligente de las materias puede reducir las emisiones contaminantes.

✓ Beneficios de la economía circular:

01 Protege al medio ambiente: Reduce las emisiones, minimiza el consumo de recursos naturales y disminuye la generación de residuos.



02 Beneficia la economía local al fomentar modelos de producción sostenible basados en la reutilización de residuos como materia prima.



03 Fomenta el empleo: Estimula el desarrollo de un nuevo modelo industrial más innovador y competitivo, así como mayor crecimiento económico que a su vez, genera más empleo.



04 Favorece la independencia de recursos: La reutilización de los recursos locales puede favorecer una menor dependencia de la importación de materias primas.



Principios de la economía circular:

- ✓ Mayor eficiencia; producir más con menos
- ✓ Repensar los métodos de fabricación
- ✓ Fomenta la innovación y moderniza la industria
- ✓ Fomenta la competitividad aminorando la dependencia con el exterior
- ✓ Crear empleos de alto valor añadido
- ✓ Apoya la economía local
- ✓ Impulsa el modelo de consumo **JUSTO y SOSTENIBLE**
- ✓ Promueve la conversión de residuos en recursos
- ✓ Busca reducción emisiones
- ✓ Protege el planeta y la salud



La práctica de **economía circular** se alinea a objetivos de la Agenda 2030

ODS 8



ODS 11



ODS 12



ODS 13



Descubre los Objetivos de Desarrollo Sostenible

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>





UPAV
UNIVERSIDAD POPULAR
AUTÓNOMA DE VERACRUZ

SÍGUENOS

EN NUESTRAS REDES SOCIALES

 **@upav.rectoria / @UPAVRadio**

 **@UPAVOficial / @UPAVRADIO**

 **@upavrectoria / @upavradio**

www.upav.edu.mx





ORGULLO
Upaw



Sección

06.

Al Natural

/ EL MIJO
/ INOCUIDAD ALIMENTARIA



AÑO INTERNACIONAL DEL MIJO

2023

Mijo es un cereal sin gluten, su uso se remonta a miles de años atrás y hoy en día, es uno de los cereales más saludables que se encuentran en el mundo. En esta 15a edición de **CONECTA** se detalla todo lo que se necesita saber de este poderoso cereal.

De aspecto redondo y color amarillo intenso, el Mijo es un cereal similar a la quinoa, considerado un 'superalimento' por su riqueza nutricional. Se trata de una fuente de energía y proteínas, al tiempo que no contiene gluten, por lo que puede ser consumido por personas que presentan enfermedad celíaca, es una afección digestiva que daña el intestino delgado y altera la absorción de las vitaminas, minerales y demás nutrientes que contienen los alimentos. Los pacientes con enfermedad celíaca no toleran una proteína llamada gluten, que se encuentra en los cereales (trigo, avena, cebada, centeno).

Este cereal se destaca por su alto valor en proteínas y, sobre todo, en hidratos de carbono. Por tanto, se trata de un alimento altamente energético, especialmente recomendable para deportistas y personas que realizan una alta actividad física. El mijo contiene hierro que previene la aparición de problemas de anemia y ayuda a la producción de glóbulos rojos en sangre. Asimismo, se le atribuyen efectos alcalinizantes, que regulan el PH del organismo y elimina toxinas. Por otra parte, el mijo es rico en fibra, necesaria para regular el tránsito intestinal y prevenir el estreñimiento.

En China, el mijo ha sido usado tradicionalmente como un alimento terapéutico, esto se debe a sus propiedades beneficiosas para el cerebro y sistema nervioso, puesto que su contenido en vitaminas del grupo B, combate problemas de ansiedad y depresión, al tiempo que también previene contra pérdidas de memoria.

Es por su gran aporte nutricional e importancia, que las Naciones Unidas dedican el año 2023 a la intensificación de los esfuerzos de producción de mijo, teniendo en cuenta sus propiedades nutricionales y resiliencia para adaptarse al cambio climático. El Año Internacional del Mijo 2023 es una oportunidad de concienciar sobre los beneficios del mijo para la salud, la nutrición y su idoneidad para el cultivo en condiciones climáticas adversas y cambiantes, así como de dirigir la atención de las políticas públicas hacia los beneficios que aporta su consumo. El Año Internacional fomenta la producción sostenible de mijo, al tiempo que pone en relieve, su potencial de ofrecer nuevas oportunidades de mercado sostenibles para productores y consumidores en todo el mundo.

Este cereal se considera un 'superalimento' por su riqueza nutricional.



A continuación se detalla cómo se puede incorporar el mijo a la alimentación. No obstante, a la hora de cocinarlo, hay que seguir una serie de pasos. En primer lugar, se debe lavar y escurrir. Para conseguir que el grano quede más suelto, hay que tostarlo previamente en una sartén o en una olla durante unos minutos. Posteriormente, es el momento de cocerlo unos 20 minutos para lograr que quede blando y se pueda usar de la misma manera que el arroz o la quinoa, por ejemplo. Tras esto, ya se puede incluir en multitud de platos o guisos:


Igual que con la avena, el mijo se puede usar para hacer recetas nutritivas para el desayuno, basta con cocerlo en agua o leche durante el tiempo impuesto anteriormente. Además, también sirve para dar textura y contundencia a platos salados.

- ✓ **Salteados.** Cuando este cereal ya está cocido, se puede añadir a una sartén o un bowl con verduras, carnes o pescados y un chorrito de aceite de oliva para lograr un acabado similar al del arroz frito.
- ✓ **Ensaladas.** Igualmente, una vez superado el proceso de cocción, se puede mezclar con diversos vegetales y otros ingredientes en frío para crear una ensalada.
- ✓ **Hamburguesas vegetales.** Por otro lado, si se cuece y se tritura con otros ingredientes, como especias y hortalizas, puede servir como base para hacer una masa de hamburguesas vegetales. Solo hay que cocinarlo posteriormente a la plancha.

Alineado a los ODS de la Agenda 2030: 3 Salud y bienestar, 8 trabajo decente y económico, 2 hambre cero, 13 acción por el clima, 15 vida de ecosistemas terrestres, 12 producción y consumo responsables.





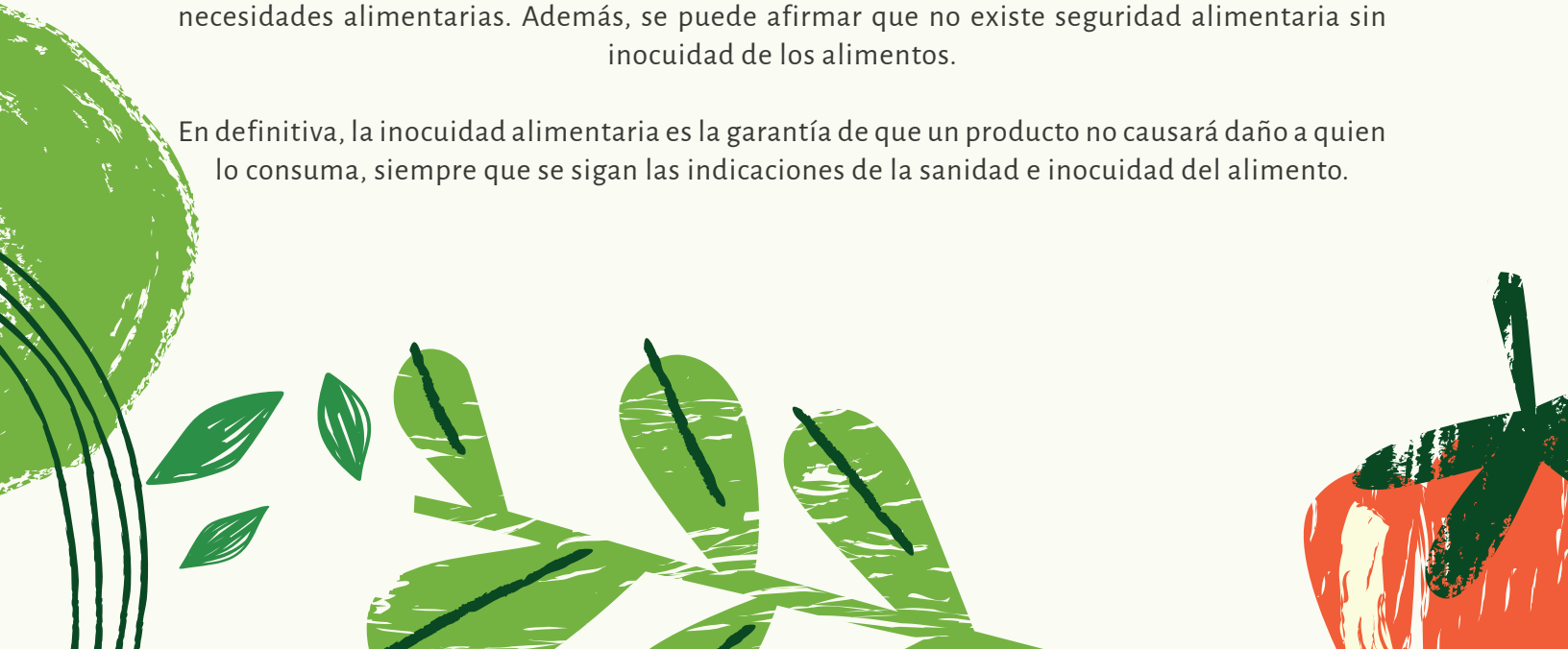



INOCUIDAD ALIMENTARIA

Los alimentos inocuos ayudan a tener una vida y economía saludable. Los alimentos contaminados causan más de 150 enfermedades y se calcula que 1 de cada 10 personas en el mundo se enferma después de comer alimentos contaminados.

La inocuidad en alimentos es el conjunto de prácticas usadas para prevenir la contaminación de los alimentos y garantizar la ausencia de peligro. Los alimentos inocuos son los únicos que contribuyen a que todas las personas tengan una vida saludable mientras satisfacen sus necesidades alimentarias. Además, se puede afirmar que no existe seguridad alimentaria sin inocuidad de los alimentos.

En definitiva, la inocuidad alimentaria es la garantía de que un producto no causará daño a quien lo consuma, siempre que se sigan las indicaciones de la sanidad e inocuidad del alimento.






La inocuidad es uno de los grupos que componen la calidad de los alimentos junto a las características nutricionales y comerciales. Esta tiene una gran importancia en la industria, por lo que es necesario contar con un sistema de gestión de la inocuidad y trazabilidad para su implementación dentro de las organizaciones alineadas al rubro alimenticio. Es de suma importancia que los productores usen buenas prácticas para disminuir los riesgos de contaminación de sus alimentos.

Durante toda la cadena productiva de alimentos se deben aplicar medidas de seguridad alimentaria para que los productos no se contaminen o perjudiquen por agentes químicos. De lo contrario, es muy sencillo que durante el proceso de producción, un alimento entre en contacto con contaminantes físicos como astillas, pedazos de metal o cualquier elemento peligroso para la salud.

Todas las personas tenemos un papel que desempeñar, desde el campo, hasta la mesa, para asegurar que los alimentos que se consumen sean seguros y no dañen la salud. La alimentación segura es esencial para promover la salud y el bienestar de los consumidores y acabar con el hambre, dos de los 17 principales Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU. Considerando que se entiende como alimentos inocuos todos aquellos que han pasado por los procesos necesarios que les permiten ser aptos para el consumo. A continuación se nombran algunos ejemplos de alimentos inocuos que han sido tratados para que puedan consumirse con la máxima seguridad posible:

Todo tipo de alimentos desinfectados

- 1.- El agua hervida.
 - 2.- Frutas y verduras que se han lavado correctamente con agua y jabón, como las manzanas, peras, sandías.
 - 3.- Vegetales desinfectados con yodo o cloro, como la lechuga, espinacas.
 - 4.- Cualquier carne cocida a la temperatura adecuada.
 - 5.- Alimentos enlatados que se han envasado a temperaturas muy altas siguiendo el proceso correcto.
 - 6.- Productos lácteos que han sido pasteurizados.
 - 7.- Mermeladas que se han envasado al vacío en altas temperaturas dentro de recipientes esterilizados.
- 



7 DE JUNIO / DÍA MUNDIAL DE LA INOCUIDAD DE LOS ALIMENTOS

LA INOCUIDAD ALIMENTARIA SE ALINEA A OBJETIVOS DE LA AGENDA 2030

ODS 2: HAMBRE CERO

ODS 3: SALUD Y BIENESTAR

ODS 12: GARANTIZAR MODALIDADES

DE CONSUMO Y PRODUCCIÓN SOSTENIBLES

Descubre los objetivos de desarrollo sostenible

<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>



En el Día Mundial de la Inocuidad de los Alimentos,



se realizan **5** llamamientos
a la acción



Garantice la inocuidad

Los **gobiernos** deben garantizar alimentos inocuos y nutritivos para todos.



Cultive alimentos inocuos

Los **productores agrícolas** y de alimentos tienen que adoptar buenas prácticas.



Mantenga los alimentos inocuos

Los **operadores de empresas** deben asegurarse de que los alimentos sean inocuos.



Sepa lo que es inocuo

Los consumidores deben aprender sobre los alimentos inocuos y saludables.



Actúe conjuntamente en pro de la inocuidad

¡Trabajemos juntos por la inocuidad de los alimentos y la buena salud.





Sección

07.

Deportes

/ LUCHA GRECORROMANA

LUCHA GRECORROMANA



La lucha olímpica es un deporte que estuvo presente en la transición de los antiguos Juegos Olímpicos, datan del año 708 a.C. a los juegos modernos y fue en los primeros juegos de verano en Atenas de 1896 cuando la lucha recibió el nombre de Lucha Grecorromana. La lucha libre y la lucha grecorromana son las dos categorías en las que se divide la lucha en los Juegos Olímpicos y es uno de los deportes más antiguos.

La lucha es una competición que se práctica desde los antiguos Juegos Olímpicos, fue hasta el año 1896 en Atenas cuando recibió el nombre de lucha grecorromana y ocho años después, en las Olimpiadas de San Luis de 1904, fue introducida la lucha libre. Ambas categorías son muy parecidas, en la lucha libre y grecorromana los luchadores no cuentan con equipo, no deben tomar por la ropa a su oponente y luchan sobre una colchoneta que, en su interior tiene un círculo de 9 metros de diámetro, el objetivo de ambas categorías es someter al rival y hacer que ambos hombros toquen la colchoneta durante un segundo.

MANA



Existen dos diferencias entre cada una de estas categorías, la principal es que en la lucha grecorromana solamente se puede ocupar la parte superior del cuerpo y los brazos; en la lucha libre se puede ocupar cualquier parte del cuerpo para someter al rival. La otra diferencia está en la manera de definir al ganador. En caso de que no se logre colocar los hombros del adversario sobre el suelo, serán los puntos que lo que definirán si resultó ganador. Mientras que en la lucha grecorromana si el un luchador consigue una diferencia de 8 puntos, gana el combate, mientras tanto en la lucha libre la victoria se da por 10 puntos de ventaja.

Entonces, la lucha grecorromana es un deporte de combate que se practica de forma individual, donde cada deportista intenta vencer a su oponente por medio de llaves y proyecciones de la parte superior de su cuerpo y su propio peso. Se gana el combate haciendo caer a su rival al suelo y manteniendo sus dos hombros fijos sobre el tapiz.

La indumentaria necesaria para la práctica de este deporte, precisa de un “Maillot”, que es un traje de una sola pieza, de color rojo o azul, cuello bajo a la altura de las clavículas aproximadamente, debe cubrir específicamente el pecho, abdomen y la parte medial de las piernas de los deportistas.

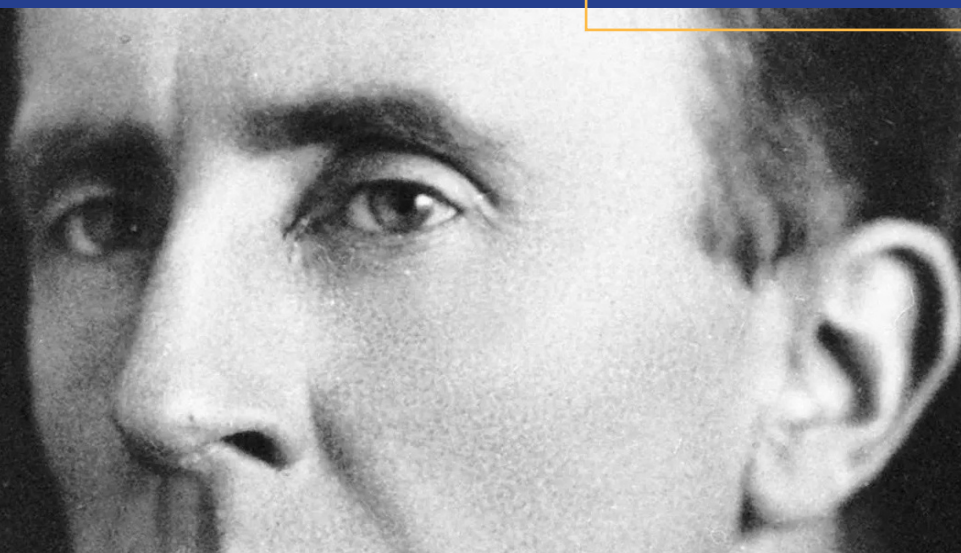
Conoce las reglas de este deporte:

- ✓ Cada combate se divide en 3 periodos independientes, de 2 minutos cada uno con descansos de 30 segundos entre cada periodo.
- ✓ Cada periodo se divide en 3 partes: la primera parte dura un minuto y los luchadores comienzan de pie, en la segunda y tercera parte de 30 segundos cada una, cada luchador inicia en una posición ordenada en el suelo.
- ✓ El sistema de competición es por eliminación directa y con repesca, es decir que los luchadores que hayan perdido contra alguno de los finalistas se enfrentan entre sí.
- ✓ En la clasificación queda: primer puesto el campeón, segundo puesto subcampeón, tercer puesto son dos luchadores, los ganadores de la repesca, y dos quintos los perdedores.
- ✓ La clasificación a partir del séptimo se realiza de acuerdo a los criterios de mayor número de puntos de clasificación, mayor número de tocados, mayor número de victorias de superioridad, mayor número de periodos ganados por superioridad, mayor número de puntos marcados y menor número de puntos recibidos.



“
Lo que
cuenta no es
la fuerza del
cuerpo, sino
la fuerza de
espíritu

J.R.R. TOLKIEN





#UPAVTRAINING



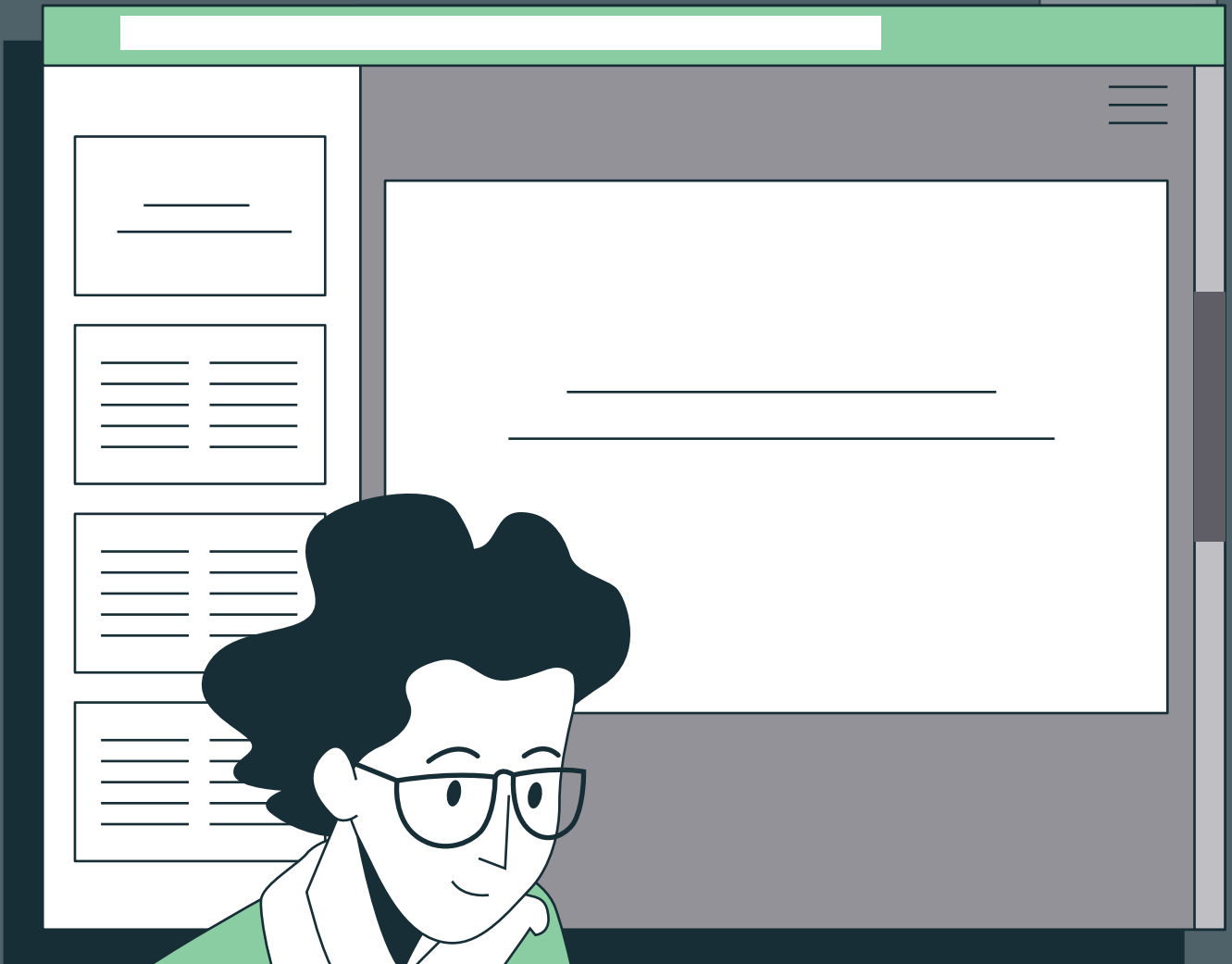
UPAV TRAINING

CENTRO DE FORMACIÓN Y CAPACITACIÓN

**“Gestión, diseño, impartición
y evaluación de cursos”**

upav.edu.mx/cursos





OPORTUNIDADES



Pánuco

(Pánuco, Pueblo Viejo, Tampico Alto, Ozuluama de Mascareñas, El Higo)

Dirección: Aldama #3 esq. Cuauhtémoc Col. Centro C.P.93990 Pánuco, Ver.

Correo: coordinacion.panuco@upav.edu.mx



Tantoyuca

(Tempoal, Tantoyuca, Chiconamel, Chalma, Benito Juárez, Platón Sánchez, Chicontepec, Ixcatepec, Chontla, Citlaltépetl, Tantima)

Dirección: Hermenegildo Galeana #39 Col. Centro, C.P. 92120 Tantoyuca, Ver.

Correo: coordinacion.tantoyuca@upav.edu.mx



Álamo

(Temapache, Tamiahua, Chinampa de Gorostiza, Naranjos - Amatlán,

Cerro Azul, Tancoco, Tepetzintla, Ixhuatlán de Madero, Castillo de Teayo, Tamalín, Tuxpan, Tlalchichilco)

Dirección: Calle Artículo 123 S/N Col. Centro, Álamo, Ver.

Correo: coordinacion.alamo1@upav.edu.mx

Oficina Tuxpan

Dirección: González Ortega #27 Primer Piso Local "C" Zona Centro C.P. 92800 Tuxpan, ver.

Correo: coordinacion.alamo2@upav.edu.mx



Poza Rica

(Coatzintla, Tihuatlán, Cazones de Herrera, Poza Rica, Filomeno Mata, Zozocolco de Hidalgo, Chumatlán)

Licenciaturas- Posgrados

Dirección: Manlio Fabio Altamirano #203 Col. Tajín, C.P. 93330, Poza Rica, Ver.

Correo: coordinacion.pozarica1@upav.edu.mx

Bachilleratos

(Poza Rica, Coahuatlán, Coyutla, Mecatlán)

Dirección: Manlio Fabio Altamirano #203 Col. Tajín, C.P. 93330, Poza Rica, Ver.

Correo: coordinacion.pozarica2@upav.edu.mx



Papantla

(Papantla, Gutiérrez Zamora, Tecolutla, Espinal, Coxquihui)

Correo: coordinacion.papantla@upav.edu.mx



Altotonga-Atzalan

(Martínez de La Torre, Tlapacoyan, Atzalan, Jalacingo, Altotonga, Villa Aldama, Perote)

Dirección: Guadalupe Victoria # 27, Col. Centro, C.P. 93700, Altotonga, Ver.

Correo: coordinacion.altotonga@upav.edu.mx



Misantla

(San Rafael, Nautla, Misantla, Vega de Alatorre, Colipa, Yecuatla, Juchique de Ferrer, Landero y Coss, Tenochtitlán, Chiconquiaco, Tepetlán, Naolinco, Alto Lucero, Acatlán, Miahuatlán)

Dirección: Obregón #116 Col. Centro Misantla, Ver. C.P. 93821

Correo: coordinacion.misantla@upav.edu.mx



Xalapa

(Tonayán, Coacoatzintla, Tatatila, Las Minas, Tlacolulan, Las Vigas de Ramírez, Rafael Lucio, Jilotepec, Banderilla, Acajete, Xalapa, Tlalnelhuayocan, Ayahualulco, Ixhuacán de Los Reyes, Xico, Cosautlán de Carvajal, Teocelo, Coatepec, Emiliano Zapata, Actopan, Jalcomulco, Apazapan)

Licenciaturas - Posgrados

Dirección: 20 de Noviembre Oriente # 256 Col. Centro C.P. 91000 Xalapa, Ver.

Correo: coordinacion.xalapa.superior@upav.edu.mx

Bachilleratos

Dirección: 20 de Noviembre Oriente # 256 Col. Centro C.P. 91000 Xalapa, Ver.

Correo: coordinacion.xalapa.media@upav.edu.mx



Huatusco

(Tlaltetela, Tenampa, Totutla, Tlacotepec de Mejía, Sochiapa, Comapa, Huatusco, Zentla, Tepatlaxco, Ixhuatlán del Café, Tomatlán, Chocamán, Coscomatepec, Alpatláhuac, Calcahualco)

Dirección: Avenida Juárez S/N Esq. Calle 12 Col. Centro Coscomatepec, Ver.

Correo: coordinacion.huatusco@upav.edu.mx



Córdoba

(Fortín de las Flores, Córdoba, Amatlán de los Reyes, Atoyac, Paso del Macho, Yanga, Cuitláhuac, Carrillo Puerto, Omealca, Tezonapa, Cuichapa)

Correo: coordinacion.cordoba@upav.edu.mx



Orizaba

(La Perla, Mariano Escobedo, Atzacan, Ixhuatlancillo, Orizaba, Ixtaczoquitlán, Río Blanco, Maltrata, Nogales, Huiloapan de Cuauhtémoc, Rafael Delgado, Acultzingo, Tlilapan, San Andrés Tenejapan, Magdalena, Naranjal, Coetzala, Tequila, Atlahuilco, Xoxocotla, Los Reyes, Zongolica, Tlaquilpa, Texhuacán, Astacinga, Mixtla de Altamirano, Tehuipango, Camerino Z. Mendoza, Soledad Atzompa, Aquila)

Dirección: Oriente 6 #779 entre Sur 15 y Sur 27 Altos Col. Centro C.P. 94300 Orizaba, Ver. *Correo:* coordinacion.orizaba@upav.edu.mx



Veracruz

(Úrsulo Galván, Puente Nacional, Paso de Ovejas, La Antigua, Veracruz, Boca del Río, Manlio Fabio Altamirano, Jamapa, Medellín, Soledad de Doblado, Camarón de Tejeda, Cotaxtla)

Licenciaturas - Posgrados

Dirección: Benito Juárez # 332 Col. Centro C.P. 91700 Veracruz, Ver.

Correo: coordinacion.veracruz.superior@upav.edu.mx

Bachilleratos

Dirección: Benito Juárez # 332 Col. Centro C.P. 91700 Veracruz, Ver.

Correo: coordinacion.veracruz.media@upav.edu.mx



Tierra Blanca

(Tlalixcoyan, Tierra Blanca, Tres Valles, Otatitlán, Tlacojalpan, José Azueta, Santiago Sochiapan)

Dirección: Vicente Guerrero #611 entre Juárez y Madero Col. Loma del Jazmín C.P. 95110 Tierra Blanca, Ver.

Correo: coordinacion.tierrablanca@upav.edu.mx

O

A

R

O

T

S

E

R

A

D



Alvarado

(Alvarado, Ignacio de la Llave, Acula, Ixmattlahuacan, Lerdo de Tejada, Cosamaloapan, Tuxtilla, Chacaltianguis, Carlos A. Carrillo, Amatitlán, Tlacotalpan, Saltabarranca, Ángel R. Cabada)

Dirección: Ignacio de la Llave #608-Altos Col. Centro C.P. 95270 Alvarado, Ver.

Correo: coordinacion.alvarado@upav.edu.mx



San Andrés Tuxtla

(Santiago Tuxtla, San Andrés Tuxtla, Catemaco, Isla, Hueyapan de Ocampo, Juan Rodríguez Clara, San Juan Evangelista, Playa Vicente)

Dirección: Aquiles Serdán #487 local 1 Col. Centro San Andrés Tuxtla, Ver.

Correo: coordinacion.sanandres@upav.edu.mx



Jáltipan

(Tatahuicapan de Juárez, Soteapan, Mecayapan, Pajapan, Acayucan, Soconusco, Chinameca, Oluta, Oteapan, Sayula de Alemán, Texistepec, Jáltipan, Zaragoza, Cosoleacaque, Jesús Carranza)

Dirección: Adolfo López Mateos #204, Col. Centro, C.P. 96200 Jáltipan de Morelos Ver.

Correo: coordinacion.jaltipan@upav.edu.mx



Coatzacoalcos

(Coatzacoalcos, Hidalgotitlán, Minatitlán, Nanchital)

Dirección: Av. 18 de octubre #122 Altos Col. Santa Clara C.P.96730 Minatitlán, Ver.

Correo: coordinacion.coatzacoalcos1@upav.edu.mx

Oficina Minatitlán

Dirección: Carranza#214 Sur Col. Esfuerzo de los Hermanos del Trabajo C.P. 96430 Coatzacoalcos, Ver.

Correo: coordinacion.coatzacoalcos2@upav.edu.mx



Las Choapas

(Agua Dulce, Las Choapas, Ixhuatlán del Sureste, Moloacán, Uxpanapa)

Dirección: Hidalgo #20 Col. Centro C.P. 96980 Las Choapas, Ver.

Correo: coordinacion.choapas@upav.edu.mx

TORRE UPAV

Guillermo Prieto #8 Col. 2 de abril. Xalapa, Ver. C.P 91030
Tel. (228) 29 08 764

- * *Rectoría*
- * *Dirección de Educación Superior*
- * *Dirección de Educación Media Superior*
- * *Dirección de Administración y Finanzas*
- * *Dirección de Planeación y Programación*
- * *Dirección de Asuntos Jurídicos:*
 - *Depto. de Asuntos Contenciosos y Procedimientos Administrativos*
 - *Depto. de Legislación y Consulta*
- * *Subdirección de Supervisión Académica*
- * *Unidad de Género*
- * *Consejo Técnico Académico*
- * *Unidad de Transparencia*

TORRE UPAV 20/20

20 de Noviembre Oriente #256 / Col. Centro, Xalapa, Ver. C.P 91000
Tel. (228) 8 17 34 10

- * *Departamento de Difusión Académico Cultural*
- * *Oficialía de Partes*

Educación Superior

- * *Depto. de Control Escolar*
- * *Depto. de Posgrados*
- * *Depto. de Servicio Social y Apoyo a la Titulación*
- * *Depto. de Planes y Programas*

Educación Media Superior

- * *Depto. de Servicios Escolares*
- * *Depto. de Desarrollo Académico*
- * *Depto. de Registro y Certificación*
- * *Depto. de Bachillerato Unitario Virtual*

Planeación y Programación

- * *Depto. de Planeación y Evaluación*
- * *Depto. de Estadística*
- * *Depto. de Control y Seguimiento*

Administración y Finanzas

- * *Depto. de Recursos Humanos*
- * *Depto. de Recursos Financieros*
- * *Depto. de Recursos Materiales y Servicios Generales*
- * *Depto. de Tecnologías de la Información*

Supervisión Académica

- * *Depto. de Vinculación Institucional*
- * *Depto. de Formación y Capacitación para el Trabajo*
- * *Depto. de Trámites de Regularización a Solidarios*

¡ESTO ES UPAV! *Festival*

2DA EDICIÓN PRÓXIMAMENTE



UPAV
UNIVERSIDAD POPULAR
AUTÓNOMA DE VERACRUZ

 @UPAVOficial

 @upav.rectoria

 @upavrectoria

