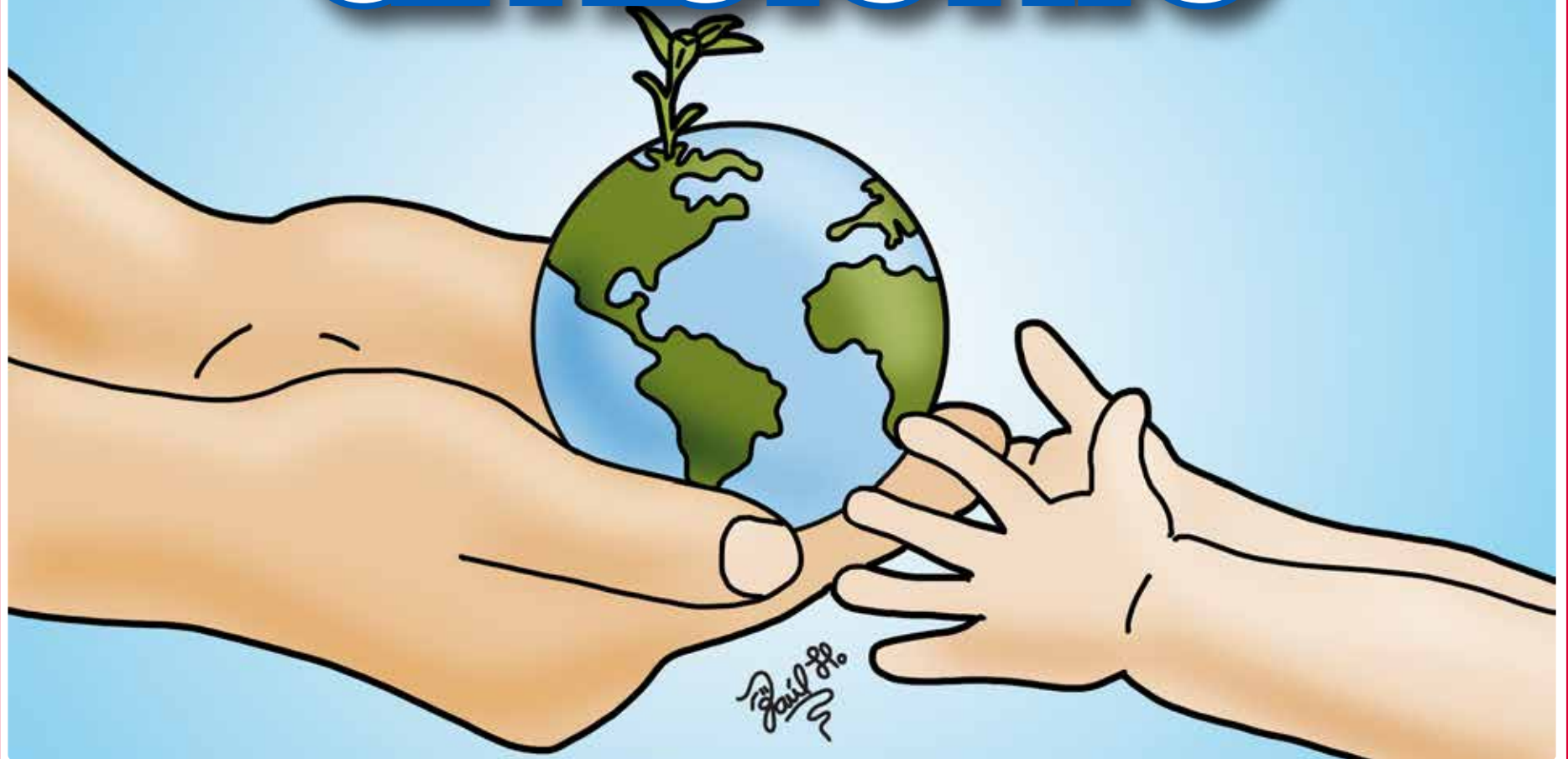


Familia Yakult

Publicación exclusiva para clientes suscriptores de Yakult / Año XXX / No. 356 / Distribución Gratuita

Medio ambiente



Cada 5 de junio se celebra el Día Mundial del Medio Ambiente, como un recordatorio de que éste es fundamental para nuestra sobrevivencia y por ello todos debemos cuidarlo, ya que como lo menciona la Organización de las Naciones Unidas, “no podemos retroceder en el tiempo, pero sí podemos hacer crecer los bosques, revitalizar las fuentes de agua y restaurar los suelos. Somos la generación que puede hacer la paz con la tierra”.

Atentamente / Comité Editorial

Importancia del medio ambiente

Seguramente, la mayoría hemos escuchado acerca de los graves problemas que afectan al medio ambiente, como la contaminación y el cambio climático. Pero, ¿qué es en realidad y por qué es tan importante?



De acuerdo a la Ley General del Equilibrio Ecológico y la Protección al Ambiente, el medio ambiente se define como **“El conjunto de elementos naturales, artificiales o inducidos por el hombre, que hacen posible la existencia y el desarrollo de los seres humanos y demás organismos vivos que interactúan en un tiempo y espacio determinados”.**

● Un equilibrio fundamental, pero frágil

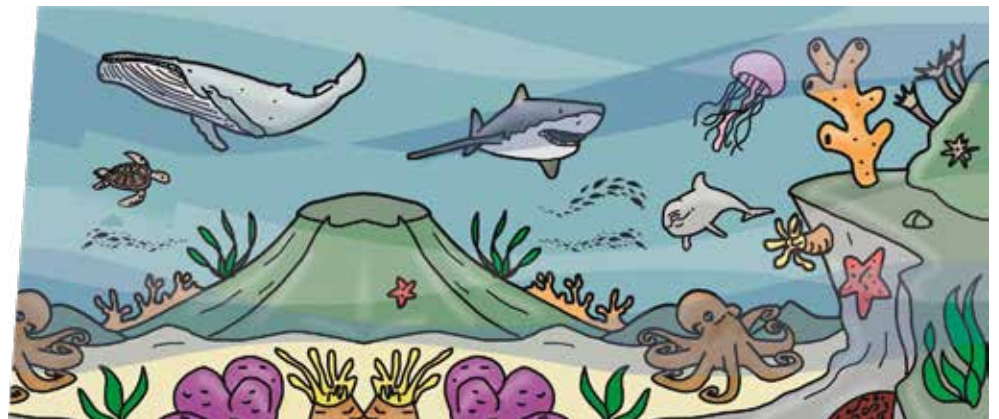
Dicho de modo sencillo, el medio ambiente es todo aquello que nos rodea, natural o artificial. Asimismo, **todos los elementos, vivos o no, interactúan entre sí.** Por ejemplo, las abejas necesitan a las flores para obtener su alimento y a su vez, las plantas requieren a dichos insectos para multiplicarse por medio de la polinización.

Por otra parte, el agua, un elemento abiótico del medio ambiente, es vital para la sobrevivencia de las abejas y las plantas, mientras que al mismo tiempo los bosques tienen una participación fundamental en el ciclo del agua. Según la Comisión Nacional Forestal, en el sitio del Gobierno de México, los árboles ayudan a mantener una mejor calidad del agua, influyen en la cantidad disponible y contribuyen a la reducción de riesgos relacionados con el clima, como desprendimientos de tierra, inundaciones y sequías. Sin embargo, con frecuencia las construcciones hechas por el hombre interfieren con dicho proceso.

● ¿Qué beneficios obtenemos del medio ambiente?

Además de participar en el ciclo del agua, otros de los servicios que obtenemos del medio ambiente son:

- Constituyen una fuente de alimentos
- Contribuyen a mejorar la calidad del aire
- Ayudan a regular el clima
- Frenan la erosión de los suelos
- Son fuente de materias primas
- Reducen la contaminación
- Constituyen un lugar para la recreación
- Representan el hogar de millones de especies



Pese a su importancia, hoy más que nunca el medio ambiente se encuentra amenazado por múltiples problemas ocasionados por el hombre. Tres de los más importantes, señalados por la Organización de las Naciones Unidas, son el calentamiento global y el cambio climático, la deforestación y la sobreexplotación de los recursos. A esta lista se pueden sumar la contaminación, la pérdida de la biodiversidad, el consumismo, la generación de residuos, etc.

Comité Editorial

Junio de 2024. Ana Elisa Bojorge Martínez, Hugo Enrique González Reyes, Lorena Flores Ramírez, Rafael Humberto Rivera Cedano. **Diseño gráfico:** Gerardo Daniel Cervantes Toscano. **Caricaturas:** Raúl Humberto Medina Valdez Cel. 33 1112 8640. **Impresión:** Zafiro Publicaciones. Calle Cartero No. 42 Col. Moderna, Guadalajara, Jal. Tel: 33 3619 3641. **Familia Yakult** es una publicación mensual de Distribución Gratuita Editada por Distribuidora Yakult Guadalajara, S.A. de C.V., Periférico Poniente Manuel Gómez Morín No. 7425, Tel. 33 3134 5300. Por Cesión del Certificado de Reserva de Derechos de Autor al uso exclusivo del Título No. 003657, Según Anotación Marginal Por Cambio de Titular de Fecha 17 de Mayo de 2002; Certificado de Licitud de Título No. 8408; Certificado de Licitud de Contenido No. 6223. Reservado todo los derechos de reproducción. INDAUTOR 04-2004-021112493800-102. Fecha de expedición 11 de noviembre de 2004. Visite nuestro sitio web para ver el “Aviso de declinación de responsabilidades” <https://yakult.mx/declinacion-de-responsabilidades>. Tiro: 115,000 ejemplares. **Teléfonos Sucursales:** **Ameca:** 37 5758 1213, **Chapala:** 37 6765 5152, **Cd. Guzmán:** 34 1413 8376, **Colima:** 31 2313 7597, **Lagos de Moreno:** 47 4741 1011, **Manzanillo:** 31 4333 6936, **Tepatlán:** 37 8688 0129, **Ocotlán:** 39 2239 5521, **Puerto Vallarta:** 32 2299 1594, **Autlán:** 31 7381 3403, **E-mail:** revista_familia@yakult.mx



El cambio climático

El mundo se está calentando a una velocidad alarmante, pero las olas de calor por las que estamos atravesando no son la única consecuencia de dicho fenómeno.



De acuerdo al Sistema Nacional de Cambio Climático, a través de su sitio web, **en diferentes partes del mundo se están experimentando los efectos de la variación del clima**, causada por las actividades humanas, por ejemplo:

- Incremento en el número e intensidad de los huracanes, así como de las sequías intensas y prolongadas.
- Aumento del nivel del mar.
- Derretimiento de los glaciares y la pérdida del hielo marino.
- Ondas cálidas más frecuentes y pronunciadas.
- Disminución en la disponibilidad de agua, así como en la productividad agrícola.
- Pérdida de la biodiversidad.
- Mayor propensión a los incendios forestales.
- Alteración de los vectores causantes de enfermedades infecciosas.

● ¿Por qué se produce este fenómeno?

Por lo general, el cambio climático se define como **“la variación del clima, provocada de manera natural o por la actividad humana, que persiste por largos periodos de tiempo, generalmente décadas o más”**.

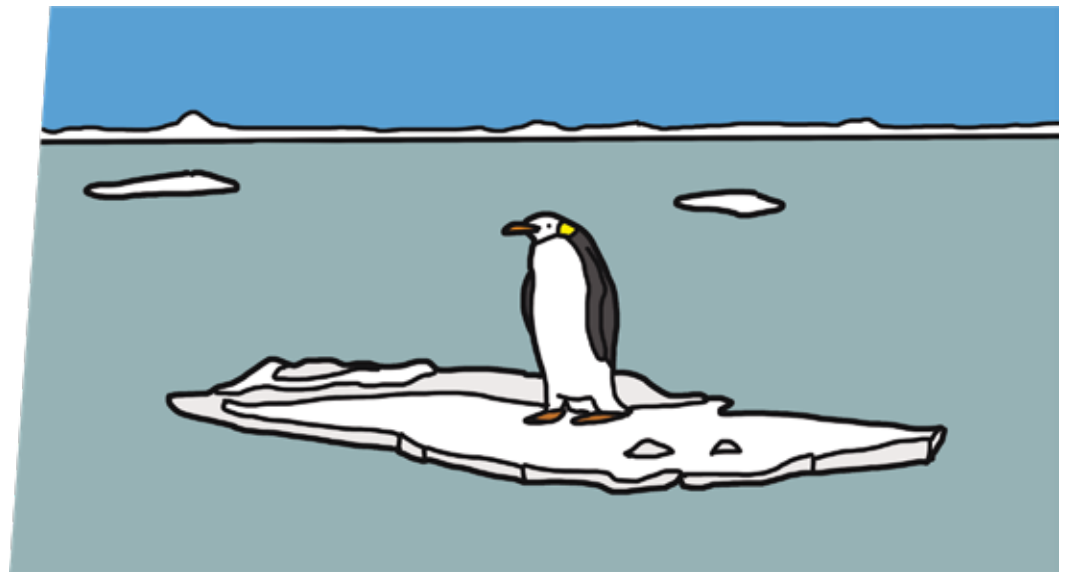
Pese a que puede tener un origen natural, existe suficiente evidencia científica de que el humano es el responsable. Según las Naciones Unidas, en su micrositio “Acción por el clima”, ha sido provocado en mayor medida por la quema de combustibles fósiles, como el carbón, el petróleo y el gas (2019).

Estos generan grandes emisiones de gases de efecto invernadero, como el dióxido de carbono o el metano, los cuales actúan como una “manta” que envuelve a la Tierra, atrapando el calor del sol y elevando las temperaturas.

Estos pueden proceder del uso de la gasolina para conducir un coche o del carbón para dotar de energía a un edificio. Asimismo, la deforestación también puede liberar dióxido de carbono, mientras que la agricultura es una fuente importante de emisiones de metano.

● ¿Se puede evitar?

El cambio climático representa un enorme reto a nivel global que **solo puede ser enfrentado con el esfuerzo conjunto de todos los países**, a través de la mitigación de los gases de efecto invernadero, principalmente mediante el cambio de uso de combustibles fósiles a energías más limpias, como la solar o la eólica (viento).



Aunque por lo general las medidas de mitigación son implementadas por los gobiernos y las industrias, todos tenemos la responsabilidad de actuar, porque incluso con pequeñas acciones, todos somos parte de la solución.

¡Manos a la obra!

El cambio climático es una realidad con la que debemos aprender a convivir, pero todavía estamos a tiempo de reducir sus efectos. ¿Qué podemos hacer? El primer paso es reconocer el problema y el segundo es adoptar acciones sencillas, pero que, realizadas por millones de personas en todo el mundo, pueden marcar la diferencia.



A continuación, presentamos algunas de las acciones recomendadas por la Organización de las Naciones Unidas, en su micrositio “Actúa ahora” (2019).

● Ahorre energía

¿Sabía que la mayor parte de la electricidad que empleamos en casa, es generada por la quema de carbón, petróleo y gas?

● Reduzca, reutilice y recicle

En 2019, los plásticos generaron 1,800 millones de toneladas de emisiones de gases de efecto invernadero (GEI), sin embargo, menos del 10% se recicla y una vez desechado puede tardar cientos de años en degradarse.

● Coma más vegetales y tire menos comida

La producción de frutas, verduras, cereales y hortalizas, genera menos emisiones de GEI, además requiere menos energía y agua que los productos de origen animal. Por otra parte, cada vez que tira la comida, también desperdicia los recursos que se usaron para producirla.

● Mantenga limpio el medio ambiente

La disposición inadecuada de los residuos puede provocar la contaminación de suelos, agua y aire. Además, su acumulación en vertederos genera también GEI, como el metano.

● Haga que su dinero valga la pena

Todo aquello que compramos afecta al planeta, pero siempre es posible elegir productos de empresas que estén comprometidas con el uso responsable de los recursos y la reducción de sus emisiones de GEI y residuos.

● Prefiera andar a pie o en bicicleta

Para nadie es un secreto que las calles de las grandes ciudades están saturadas por automóviles, los cuales la gran mayoría utilizan gasolina. Por ello, es preferible caminar o andar en bicicleta cada vez que sea posible y para distancias más largas puede compartir su vehículo o viajar en autobús.



En Yakult, reconocemos que el cambio climático es un tema crítico que requiere de una atención urgente. En el año 2021, nuestra casa matriz en Japón creó la “Visión Ambiental de Grupo Yakult”, con el objetivo de reducir nuestro impacto negativo en el medio ambiente en todas las agencias del mundo, a través de medidas específicas para disminuir los GEI generados en la producción, así como el consumo de agua.

Ganadería y cambio climático

La carne es uno de los alimentos más ricos nutrimentalmente y en sabor. Ofrece proteínas, vitamina B12, hierro y zinc. Sin embargo, debido a la sobreproducción, el sector ganadero es considerado como una de las industrias que más afectan el cambio climático.

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, en su "Modelo de Evaluación Ambiental de la Ganadería Mundial 2010", tiene como objetivo cuantificar la producción ganadera y el uso de recursos naturales, así como identificar los impactos ambientales de la ganadería en busca de un sector más sostenible. A nivel mundial, el sector de América del Norte es la cuarta región con más producción ganadera. En primer lugar, se encuentra Asia Oriental y Sureste Asiático, seguido por América Latina y el Caribe, Europa Occidental como tercero.

El ganado vacuno está relacionado con mayor implicación en emisiones, superando a otros como el cerdo, pollos, pequeños rumiantes y aves de corral.

Esta misma organización explica que este sector aporta dicho factor de emisiones, catalogando cuatro fuentes. Estos son:

- **Fermentación entérica.** Cuando los animales consumen su alimento, en sus estómagos se lleva a cabo una fermentación, a mayor cantidad de fibra mayores emisiones.
- **Almacenamiento y tratamiento del estiércol.** Los desechos de los animales son utilizados como abonos. Sin embargo, en el proceso de su descomposición se generan emisiones de metano y óxido nitroso, más cuando es almacenado en estanques o lagunas.
- **Producción de piensos.** Las emisiones de dióxido de carbono provienen de la expansión de pastizales y tierras de cultivo, la fabricación de fertilizantes y pesticidas, así como de su procesado y transporte.
- **Consumo de energía.** La utilizada en el proceso tiene un impacto, debido a la producción de fertilizantes, maquinaria, ventilación, iluminación, climatización, empaquetado, etc.

● Acciones para reducir las emisiones

- **Mejoras de productividad.** Mejorar las prácticas de cría y la alimentación, extender la vida reproductiva del animal, reducir las enfermedades y animales improductivos, así como recursos genéticos, animales y crianza.
- **Captura de carbono en el suelo.** Mejorar las técnicas de pastoreo de los animales.
- **Mejor integración en la bioeconomía circular.** Minimizando las fugas de energía y materiales del sistema, recirculándolos en la producción.



Para contribuir al mejoramiento del medio ambiente podemos consumir porciones más pequeñas de carne, así como incluir opciones vegetales, con la finalidad de no aumentar la demanda de su producción.



RECETAS



Galletoso de limón y Sofú LT (8 porciones)

Ingredientes

- 100 g Leche condensada
- 1 Lata de leche evaporada (530 ml)
- 4 Piezas de Sofú LT de sabor manzana
- 1/2 Taza de edulcorante (sucralosa)
- 1/4 Taza de jugo de limones frescos
- 1 Paquete de galletas Marías

Consejo del chef: Puede sustituir las galletas por rebanadas de panqué.

Procedimiento

- Licúe hasta lograr una mezcla homogénea de la leche condensada y evaporada, junto con el Sofú LT, el edulcorante y el jugo de los limones.
- Disponga en el fondo y las paredes de un refractario cuadrado, una capa de galletas, luego vacíe parte de la mezcla preparada anteriormente hasta que se cubra. Repita la operación hasta terminar con el relleno y las galletas.
- Al terminar, tape el molde y refrigere durante por lo menos ocho horas.
- Si lo desea, puede decorar con gajos de limón y manzana.

Cambio climático y enfermedad

La interacción entre el medio ambiente y la salud pública es vital y tiene un impacto directo en nuestra calidad de vida. En un sentido amplio, un medio ambiente sano no solo beneficia nuestro bienestar físico, sino también el mental y social.



Esto se refleja en los datos y estudios de organizaciones como la Organización Mundial de la Salud (OMS), que resaltan cómo la degradación ambiental puede acelerar o exacerbarse la transmisión de diversas enfermedades.

La OMS estima que cada año se producen aproximadamente 12.6 millones de muertes a nivel mundial debido a la insalubridad ambiental. Esto equivale a cerca del 23% de la totalidad de las muertes globales, muchas de las cuales son atribuibles a factores ambientales modificables.

Por ejemplo, la contaminación del aire, tanto exterior como interior, ha sido vinculada con enfermedades respiratorias y cardiovasculares que causan millones de muertes prematuras. Además, la exposición a sustancias químicas tóxicas, como el plomo en el agua, puede llevar a trastornos neurológicos crónicos y otros problemas de salud graves.

En el contexto de México, los problemas ambientales tienen una relación directa con la salud pública. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía, problemas como la contaminación del aire en ciudades grandes como la Ciudad de México, han sido asociados con un aumento en casos de asma y otras enfermedades respiratorias.

Además, la deforestación y la degradación de tierras han fomentado la proliferación de enfermedades transmitidas por vectores, como el dengue y el Zika, que se transmiten por mosquitos que prosperan en aguas estancadas que a menudo se encuentran en áreas donde la vegetación ha sido eliminada. La situación se agrava con el cambio climático, que intensifica los fenómenos meteorológicos extremos como huracanes y sequías, afectando la disponibilidad y calidad del agua y, por ende, la salud pública.

Los eventos de lluvia intensa y las inundaciones pueden contaminar los suministros de agua y propagar enfermedades como la hepatitis A y la fiebre tifoidea. Por otro lado, las sequías prolongadas comprometen la agricultura, llevando a la malnutrición y a un aumento en la prevalencia de enfermedades relacionadas con la falta de alimentos nutritivos.

Es fundamental que las políticas públicas se orienten hacia la mejora del medio ambiente para salvaguardar la salud de la población. Acciones como reducir la contaminación, gestionar adecuadamente los desechos y usar los recursos de manera sostenible son cruciales.

Además, la educación y la sensibilización de la comunidad son esenciales, pues los cambios en el comportamiento individual pueden tener un efecto profundo y positivo en la salud ambiental a nivel mundial. En definitiva, la relación entre nuestra salud y el medio ambiente es directa y poderosa.

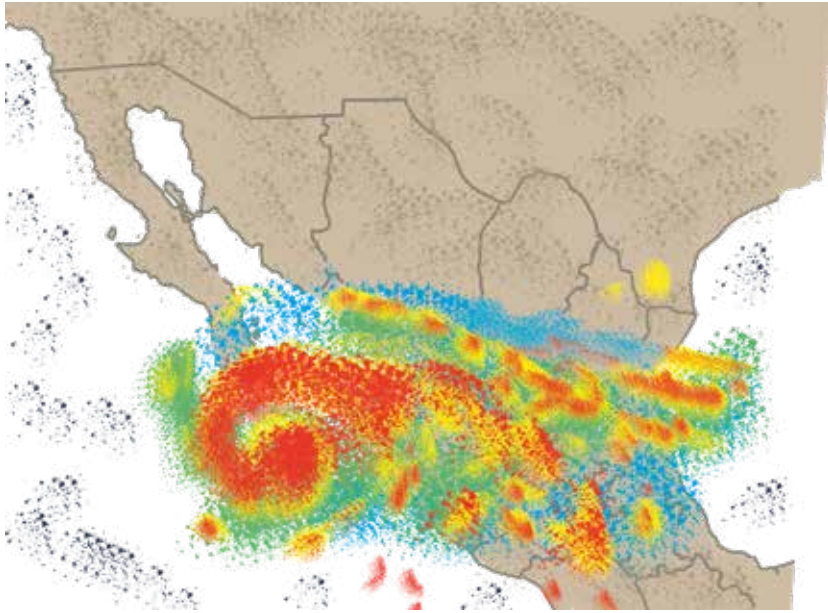
Al adoptar prácticas más ecológicas y sostenibles, no solo mejoramos nuestra salud de manera inmediata, sino que también contribuimos a la preservación de nuestros ecosistemas para las futuras generaciones, asegurando un planeta más saludable para todos.

Dr. Carlos Miguel Reynoso Arvizu.
Profesor Salud Pública.
Universidad del Valle de Atemajac.



Fenómenos de El Niño y La Niña

La Oscilación del Sur es como una moneda que tiene dos caras: El Niño y La Niña. Estos fenómenos son parte de un ciclo natural y complejo de nuestro planeta, que impactan no solo en el clima del Océano Pacífico, sino también en las condiciones meteorológicas globales.



¿Qué son exactamente y cómo afectan al mundo que habitamos?

El Niño, cuyo nombre completo es El Niño Oscilación del Sur (ENOS), es una etapa caracterizada por el calentamiento de las aguas superficiales del Océano Pacífico en su zona tropical oriental. Esto genera una serie de efectos en cascada en la atmósfera, desencadenando variaciones climáticas en distintas regiones del mundo.

Durante El Niño, los vientos alisios que normalmente soplan de este a oeste sobre el Ecuador, se debilitan o incluso cambian de dirección. Esto provoca un desplazamiento del agua cálida hacia la costa sudamericana, aumentando la evaporación y generando fuertes lluvias en algunos lugares, mientras que en otros se experimentan sequías.

La Niña es la contraparte de El Niño. Se presenta cuando las aguas superficiales en el Ecuador oriental se enfrían, lo que refuerza los vientos alisios y promueve la surgencia de aguas frías y ricas en nutrientes desde las profundidades del océano. Este proceso tiene efectos opuestos a los de El Niño, provocando condiciones más secas en algunos lugares y temperaturas más frías en otros.

Impacto en el mundo

Los efectos de El Niño y La Niña son variados y pueden ser significativos, desde un aumento en las temperaturas globales, hasta sequías, incendios forestales, deshielo de los casquetes polares y daño a los corales. Estos fenómenos tienen ramificaciones en múltiples aspectos de nuestro entorno.

En el caso de México, El Niño se espera que traiga consigo menos precipitaciones en el centro y sur del país, lo que podría resultar en sequías, mientras que en el noroeste y noreste se anticipa un aumento en las lluvias. Además, se prevé un invierno más frío con posibles nevadas en las sierras.

Preparándonos para el futuro

A medida que nos adentramos en un mundo donde el cambio climático es una realidad cada vez más evidente, entender y anticipar los fenómenos como El Niño y La Niña se vuelve crucial. Las autoridades y la sociedad debemos estar preparados para enfrentar los desafíos que estos eventos pueden presentar, desde la gestión del agua hasta la prevención de incendios forestales y la adaptación a cambios en el suministro de alimentos.



En resumen, El Niño y La Niña son partes fundamentales de la compleja dinámica climática de nuestro planeta. A medida que continuamos observando y aprendiendo de estos fenómenos, podemos trabajar hacia un futuro más resiliente y sostenible para todos.

Secretaría de Medio Ambiente y Desarrollo Territorial.
Dirección de Educación y Cultura para la Sustentabilidad.



Medio Ambiente y
Desarrollo Territorial

Importancia de la biodiversidad

La importancia de la biodiversidad es un tesoro por conservar.

La biodiversidad, es un término que abarca la extraordinaria variedad de vida en nuestro planeta, es mucho más que una mera colección de especies. Se trata de un delicado equilibrio entre animales, plantas, microorganismos y ecosistemas, donde cada componente desempeña un papel vital en la sostenibilidad de la vida en la Tierra.

México, con su gran extensión territorial, alberga una riqueza biológica excepcional, lo que lo sitúa entre los cinco países más diversos del mundo, por lo cual somos considerados como un país megadiverso. Sin embargo, esta biodiversidad única enfrenta graves amenazas que requieren una atención urgente.

La biodiversidad no solo garantiza la productividad de los ecosistemas, sino que también proporciona servicios vitales para la humanidad.

Las plantas y los microorganismos contribuyen a la fertilidad del suelo, la purificación del agua y el equilibrio climático, mientras que los animales polinizadores son cruciales para la producción de nuestros alimentos.

Además, los ecosistemas saludables no solo nos proveen de recursos, sino que también son destinos para el esparcimiento y estudio e incluso atractivos turísticos que generan ingresos para las comunidades locales.

México, conocido por su megadiversidad biológica, alberga una gran cantidad de especies endémicas, es decir, exclusivas de su territorio.

Desde una asombrosa variedad de reptiles hasta una abundancia de plantas con flores; el país posee una biodiversidad única en el mundo.

Sin embargo, este tesoro biológico enfrenta amenazas como la pérdida de hábitat, la contaminación y el cambio climático, que ponen en peligro la supervivencia de muchas especies.

Conservar la biodiversidad no solo es una cuestión económica, sino también ética, ecológica, estética, espiritual y científica. La pérdida de especies no solo reduce nuestra capacidad para obtener recursos, sino que también afecta nuestro bienestar emocional y espiritual, así como nuestro entendimiento del mundo natural y nuestra posición en él.

Es fundamental que reconozcamos el valor verdadero de la biodiversidad y asumamos la responsabilidad de protegerla para las generaciones futuras. Solo a través de un esfuerzo conjunto y comprometido, podremos garantizar la conservación de este invaluable patrimonio natural que nos ha sido confiado.

Secretaría de Medio Ambiente y
Desarrollo Territorial.
Dirección de Educación y Cultura
para la Sustentabilidad.



Medio Ambiente y
Desarrollo Territorial



Yakult

Distribuidora Yakult Guadalajara S.A. de C.V.

Solicita El siguiente personal



Chofer Repartidor

Zona Metropolitana de GDL / Chapala / Autlán

Escolaridad secundaria terminada

Licencia de chofer vigente

Asesor de Cambaceo

Zona Metropolitana de GDL / Tepatlán / Chapala

Ciudad Guzmán / Manzanillo

Preparatoria terminada

Facilidad de palabra / Gusto por las ventas

Demostrador(a)

Zona Metropolitana de GDL

Escolaridad secundaria terminada

Puedes enviar tu CV a:
contratacion_dyg@yakult.mx
O solicitar cita vía telefónica

Oficina Matriz Guadalajara: Periférico Poniente No. 7425,
Fracc. Vallarta Parque Industrial, Zapopan, Jalisco
Teléfono 33 3134 5300 Ext. 4109 y 6502

Sucursal Tepatlán: Pantaleón Leal No. 570,
Fracc. San Francisco, Teléfono 37 8688 0129

Sucursal Cd. Guzmán: Pihuamo No. 113,
Colonia Colinas del Sur, Teléfono 34 1413 8376

Sucursal Chapala: Acapulco No. 39,
Colonia La Purísima, Teléfono 37 67655 152

Sucursal Manzanillo: Boulevard Miguel de la
Madrid No. 12601 Colonia Santiago, Teléfono 31 4113 0898

Sucursal Autlán: Matamoros No. 557 interior 4,
Colonia Centro, Teléfono 31 7381 3403



¿Te gustaría visitar nuestra Planta de Producción en Jalisco?

Nuestras puertas se encuentran abiertas para visitas escolares, universitarias, empresariales y familiares, para que puedan conocer de cerca el proceso con el que elaboramos los productos Yakult, bajo los más estrictos estándares de calidad.

Para mayores informes visita nuestro sitio web



No sé porque celebran mis
amigos, si el mejor papá del
mundo es el mío
A mi superhéroe,
¡gracias por todo!



¡Feliz Día del Padre!

Microbiota y contaminación

La contaminación del aire puede alterar la composición y función de las bacterias intestinales. A mayor exposición a contaminantes del aire, puede afectar la microbiota y la salud intestinal.



Los probióticos pueden ayudar a:

 <p>Mantener el Equilibrio de la microbiota intestinal</p>	 <p>Estimular el sistema inmunológico</p>	 <p>Mejorar la digestión</p>	 <p>Contribuir a la reducción de sustancias tóxicas</p>	 <p>Promover el movimiento peristáltico</p>
--	--	--	--	--

El *Lactobacillus casei* Shirota es considerado un probiótico

Exclusivo de la marca **Yakult**



Promover el movimiento peristáltico

Los movimientos peristálticos o peristalsis son aquellos que realiza el intestino para trasladar el bolo alimenticio por todo el conducto intestinal.

El intestino puede ver afectado dicho movimiento si es que una persona consume poca fibra y agua, además de realizar poco ejercicio; mientras que, en contraparte, consume una alta cantidad de harinas, cárnicos y alimentos ultraprocesados. Con esto el estreñimiento puede presentarse afectando la salud a corto y largo plazo.

El consumo diario de *Lactobacillus casei* Shirota estimula el peristaltismo, mejorando el tránsito de la materia fecal y con ello promoviendo la salud intestinal.



Yakult presenta
Vida Sana

Romance 99.5 FM

El Observador con Ricardo Mejía

Época de estiaje y temporada de incendios

6 de junio / 9:00 a.m.

Historia de Yakult Guadalajara

4 de julio / 9:00 a.m.



Síguenos en
facebook

como

Yakult Guadalajara



Síguenos en *Instagram*

como

Yakult Guadalajara





¿Cómo puedes ayudar a cuidar el medio ambiente?

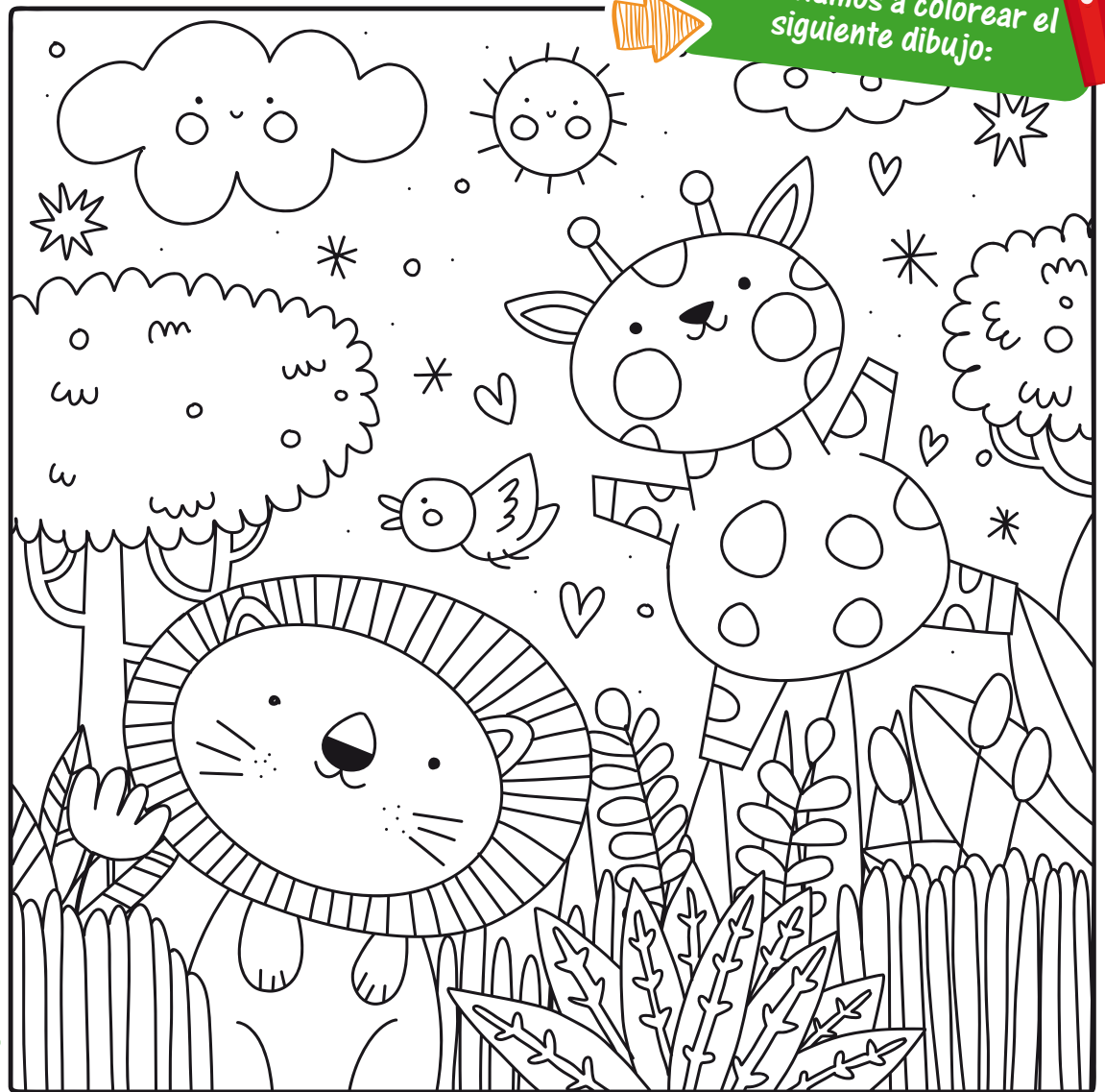
Yakuamigo, cuidar el medio ambiente es cosa de todos y tu participación es muy importante. Para ello te hacemos las siguientes recomendaciones:

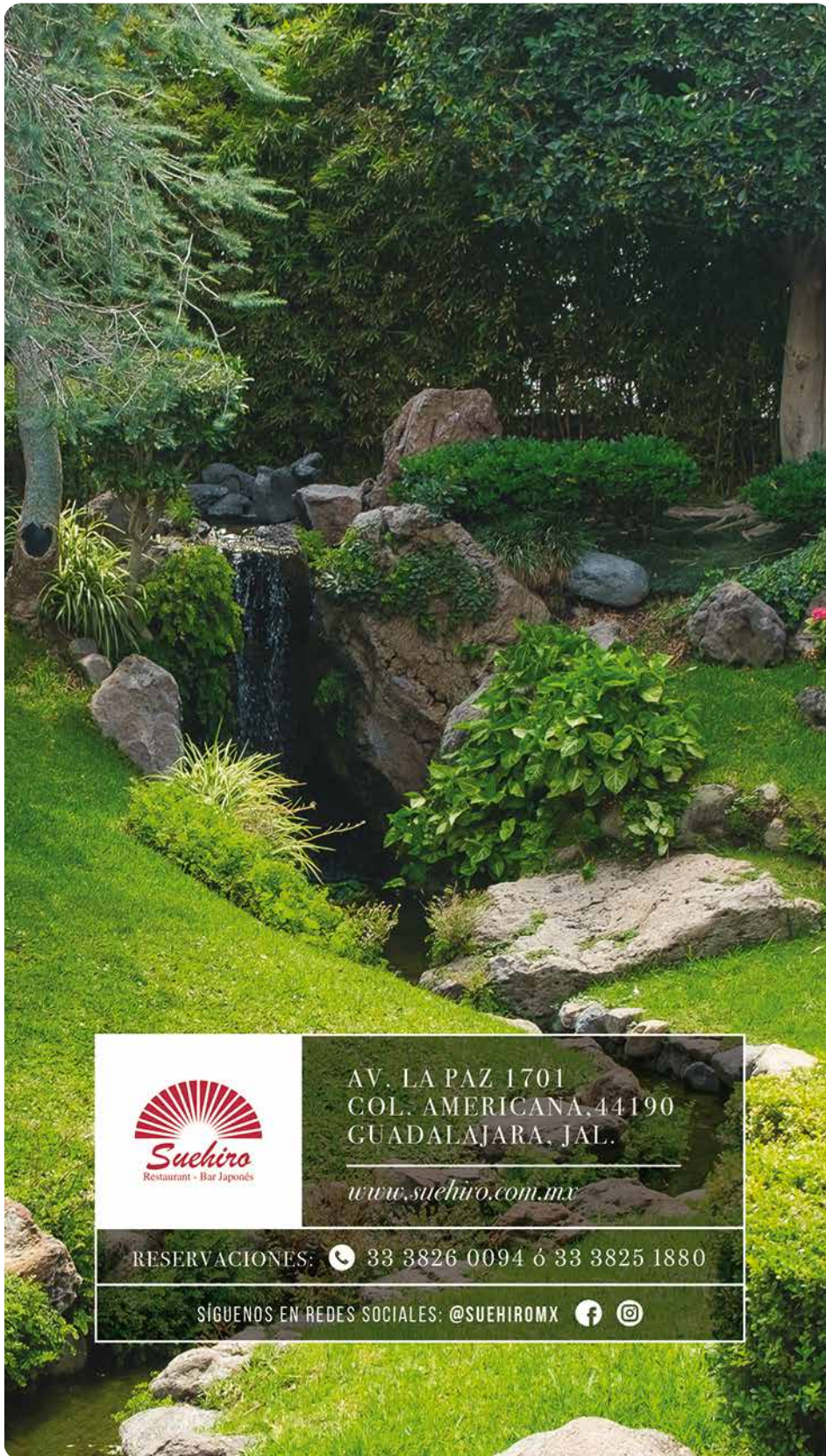


- 1 Cuando te bañes o laves las manos, cierra la llave mientras te enjabonas.
- 2 Prende la luz solo cuando de verdad la necesites y apágala cuando salgas de esa habitación.
- 3 De preferencia utiliza baterías recargables en lugar de las desechables y nunca las tires a la basura, sino que debes colocarlas en un contenedor especial.
- 4 Reduce el uso de plásticos desechables, por ejemplo, utensilios para comer o bolsas si no las necesitas de verdad.
- 5 Separa los residuos en casa de forma apropiada. La mayoría de las veces se clasifica en orgánica e inorgánica, pero tú puedes separar ésta última en papel y cartón, vidrio, metales y plástico.
- 6 Nunca tires la basura al suelo, playas o ríos.



Te invitamos a colorear el siguiente dibujo:





AV. LA PAZ 1701
COL. AMERICANA, 44190
GUADALAJARA, JAL.

www.suehiro.com.mx

RESERVACIONES: ☎ 33 3826 0094 ó 33 3825 1880

SÍGUENOS EN REDES SOCIALES: @SUEHIROMX 📱 📷

Unidos por los niños

Nos complace informarles que, como parte de nuestra Campaña Social 2024, "Unidos por los niños", logramos reunir la cantidad de 246,919.80 pesos.

Dicha cantidad será repartida en partes iguales a "Mi Gran Esperanza, A.C." y "Fundación Hospitales Civiles de Guadalajara, A.C.", es decir, \$123,459.90 para cada fundación.

Cabe señalar que a esta noble causa se sumaron también los colaboradores de Yakult Guadalajara, quienes donaron de su bolsillo la cantidad de \$18,765 pesos, mismos que también serán donados en partes iguales para ambas instituciones.

El dinero será empleado para ayudar a recuperar la salud y mejorar la calidad de vida de niños que son atendidos a través de estas instituciones.

Solo nos resta agradecer a nuestros clientes, colaboradores y público en general, por mantenernos "Unidos por los niños".



Distribuidora Yakult Guadalajara S.A. de C.V.

¿Te gustaría recibir tu revista **Familia Yakult** cada mes directamente en tu correo electrónico?

Solo tienes que suscribirte a nuestro Newsletter:

