

**EL CLIMA****HOY EN SALTILLO**

**LLUVIA**  
Max: 15°C Min: 06°C  
HUMEDAD 76%  
VIENTO 10 Km/Hra  
VISIBILIDAD 1.6 Km

**JUEVES**

**LLUVIA**  
Max: 19°C  
Min: 04°C

**VIERNES**

**SOLEADO**  
Max: 19°C  
Min: 03°C

**EL DÓLAR**

**COTIZACIÓN**  
Compra \$12.52  
Venta \$12.97

**EL SANTORAL**

**FELICIDADES**  
Verónica,  
Julián, Oscar,  
Blas, Félix,  
Azarías, Ives

**PARA TODOS LOS CASOS****En emergencias...**

SEGURIDAD	
Emergencias	066
Denuncia Anónima	089
Procuraduría de la Familia	4340841
Bomberos	4380667
Ángeles Verdes	4124050
Policia Preventiva Mpal	4141616
Ministerio Público	4102694
Policia y Tránsito Mpal	4141114
Policia Estatal de Caminos	4389801
Policia Federal de Caminos	4397005
Centro de Readaptación Social	4340508
Fiscalía General del Estado	4380700
Agencia Federal de Investigación PGR	4164557
Protección Civil Mpal	01800003372
Bomberos Ramos Arizpe	1801238
Cruz Roja Emergencias	4143333
Cruz Roja Ramos Arizpe	1805919

**Si te sientes mal HOSPITALES**

Cruz Roja	065
Clínica 1 del IMSS	4141530
Clínica 2 del IMSS	4151022
Clínica 73 del IMSS	4141000
Clínica 82 del IMSS	4103600
Clínica del ISSSTE	4143351
Hospital del Niño DIF	4156215
Hospital Universitario	4123000
Hospital Muguerza	4117070
Clínica La Concepción	4506000
Clínica del Magisterio	4710983
Centro Estatal de Salud Mental	4150763
Clínica Santa Teresa	4127751
Hospital General	4149719
Línea de Apoyo Emocional	018008223737
Denuncia Anónima a la Sexta Zona Militar	4100438

**Si necesitas un trámite... AYUNTAMIENTO SALTILLO**

Presidencia Municipal	4382500
Atención Ciudadana	4382550
Alumbrado Público	4382527
Limpieza de calles	4322125
Obras Públicas	4126747
Derecho de piso	4124078
Transporte Urbano	4158529
Alcoholes y Espectáculos	4123568
Ecología Municipal	4144929
Parques y Jardines	4322125
DIF Municipal	4101350
Instituto Municipal de Cultura	4104002
Atención a la Juventud	4143850
Pavimentación y Mejoras Viales	4126747
Bacheo	4105335
Desarrollo Social	4382569
Desarrollo Rural	4142714

Adultos Mayores DIF	4209520
Desarrollo del Deporte	4121207
Regularización y Tenencia de la Tierra	4390365
Becas y Apoyo Alimentario DIF	4121264

**GOBIERNO DEL ESTADO**

Despacho del Gobernador	4118588
Asistencia Social	4127929
Secretaría de Salud	4388330
Secretaría de Turismo	4164880
Instituto Estatal del Empleo	4103515

**OTROS**

Defensoría Jurídica Integral	4308405
Profeco	4155544
Comisión de los Derechos Humanos	4162110
Comisión Federal de Electricidad	4115270

**SALTILLO**

Emergencias	066
Bomberos	4156981 y 4154222
Cruz Roja	4143333 y 4148170
C.F.E.	4129484 y 4122598
Aguas de Saltillo	4380100
Gas Natural	4140990

**RAMOS ARIZPE**

Emergencias	1801202
Bomberos	1801238
Cruz Roja	1805919
IMSS	4880061
Presidencia Municipal	1801000
Agencia del MP	4880514

**ARTEAGA**

Emergencias	066
Presidencia	4830033
IMSS	4830059
Policia	4830141
C.F.E.	071
Policia	4830141

**GENERAL CEPEDA**

Emergencias	060
Presidencia	4250191
Secretaría de Agricultura	4250041
C.F.E.	071
IMSS	4250190
Policia Municipal	4250187

**PARRAS**

Emergencias	060
Presidencia	4220014
Asesoría Jurídica Integral	4220010
IMSS	4222529, 4222592, 4221132
Centro de Salud	4220151 y 4221600

**CONSULTORIO LEGAL****Juez Amparo**

**¿Cómo obtengo mi número?**

**N**o tengo número de seguro y estoy pagando aportaciones. Andrés.

**Subdelegación**

Para obtenerlo hay que acudir a la Subdelegación del IMSS más cercana a tu domicilio, con una copia certificada del acta de nacimiento de la persona a quien se le va a asignar el Número de Seguridad Social e identificación oficial con fotografía y firma de la persona a quien se le va a asignar el Número de Seguridad Social, que puede ser: credencial para votar, o cartilla del Servicio Militar Nacional, o pasaporte o bien, cédula profesional. Hay que verificar que los datos sean correctos en el comprobante de la asignación de Número de Seguridad Social. Mañana te damos más datos.

**CONSULTORIO SENTIMENTAL****Dra. Apapacho**

**Me siento muy frustrada**

**T**engo cuatro hijos y a veces quisiera salir corriendo ante tantos pleitos que hay y que no puedo controlarlos, ¿pueden orientarme para reducir mi frustración? Anastasia.

**Tranquilidad**

No hay que tener miedo, pero hay que mostrarse firme. Los padres que se muestran indecisos ofrecen a sus hijos una oportunidad para ser caprichosos y dominantes creando un clima de tensión cada vez mayor. Cuando los padres están dispuestos a admitir sus errores y a aprender de ellos, también están creando el clima necesario para que los hijos, a su vez, admitan sus propios errores y aprendan de ellos. Hay que mantener un clima de buenas relaciones y confianza con los hijos.

**CONSULTORIO SEXUAL****Dra. de la Cama**

**¿Qué hago para que no fallen?**

**¿**Cómo se debe de usar el condón para que no vaya a fallar? ¿Qué aspectos debo cuidar? Tengo miedo de una posible falla. Pedro.

**Con precaución**

El correcto uso de los condones consiste en sujetar el condón con la yema de los dedos para dejar un espacio donde se depositará el semen y desentróllalo con la otra mano hasta la base del pene. Retira el condón después de eyacular y antes de que el pene pierda su erección; sujétalo por la base para que no se vaya a zafar, cuida que no se derrame el semen. Usa solamente una vez el condón, después tíralo a la basura y no utilices aceites o cremas como lubricantes, ya que estos materiales dañan el látex del condón.

**CONSULTORIO MÉDICO****Dra. Achaques**

**¿Por qué dice que es malo?**

**M**e gusta ver la tele y paso unas cuatro horas diarias viéndola, pero mi papá siempre me regaña, dice que ver tanto la tele hace daño. Ana.

**Sedentarismo**

El tiempo dedicado a ver televisión es una forma de inactividad física que puede aumentar el riesgo de obesidad por medio de dos mecanismos: implica un bajo gasto energético, y desplaza tiempo que podría dedicarse a formas de actividad vigorosa o moderada, la programación televisada promueve cambios en la dieta, y es una práctica frecuente el consumir alimentos mientras se ve la televisión. Lo recomendable es hacer ejercicio al menos 30 minutos todos los días, inicia con una caminata.

**CONSULTORIO ESOTÉRICO****Makuco**

**Deseo buenas ventas**

**A**demás de rezar para que me vaya bien en mis negocios, ¿hay otros consejos que pueda seguir para que las ventas levanten? Últimamente no vendo prácticamente nada y debo mucho. Antonio.

**Ofertas**

Para que la energía de los clientes no se estanque evita tener productos por caducar, polvo, cristales rotos (hieren la energía de ventas), evita discutir dentro del local y trata de generar la convivencia respetuosa entre empleados, clientes y dueños. Periódicamente pon productos en oferta, esto activará la energía de desapego y traerá abundancia a tu vida por que el mensaje es de ayuda a tu prójimo y recuerda que lo que mandas cosecharas.