

EFEMÉRIDES

<p>Día del Trabajo</p> <p>MAYO 01</p>	<p>Día de la Santa Cruz</p> <p>MAYO 03</p>	<p>Batalla de Puebla</p> <p>MAYO 05</p>
---	--	---

<p>Día de la Madre</p> <p>MAYO 10</p>	<p>Día del Maestro</p> <p>MAYO 15</p>
---	---

CUMPLEAÑOS

<p>04/05 IX JIMÉNEZ</p>	<p>10/05 MARICELA PECH</p>	<p>13/05 GERARDO ROMERO</p>
<p>13/05 FRANCISCO COLORADO</p>	<p>20/05 PAOLA CARRERO</p>	<p>30/05 MARIBEL HERNÁNDEZ</p>

¡DEBES SABER!

EL MITO DE LOS 2 LITROS

VOY A TOMAR MIS DOS LITROS DE AGUA AL DÍA PARA ESTAR BIEN SALUDABLE.

HYDRATION SLAP!

FALSO. LA CONFUSIÓN VIENE DE UN ESTUDIO DE 1945 DE LA COMISIÓN DE COMIDA Y NUTRICIÓN DE EEUU DONDE DECÍA QUE EL CUERPO NECESITA 2.5 L. DE AGUA AL DÍA.

EL PROBLEMA ES QUE LA GENTE CONFUNDIÓ BEBER 2.5 L. DE AGUA AL DÍA.

MITO

REALIDAD

CUANDO EL ESTUDIO SE REFERÍA A INGERIR 2.5 L. DE AGUA AL DÍA; MUCHA DE LA CUAL YA ESTÁ INCLUIDA EN LA COMIDA Y OTRAS BEBIDAS QUE CONSUMES.

EN RESUMEN, CONFÍA EN TU CUERPO Y TOMA AGUA CUANDO TENGAS SED.

FUENTE: NEW YORK TIMES

FACEBOOK.COM/PICTOLINE

HACE ALGUNOS AÑOS SE ESTRENÓ:

<p>MOULIN ROUGE 9 MAYO 2001</p>	<p>EL RESPLANDOR 23 MAYO 1980</p>	<p>NOTTING HILL 21 MAYO 1999</p>
<p>DIARIO DE UNA PASIÓN 20 MAYO 2004</p>	<p>CORAZÓN VALIENTE 24 MAYO 1995</p>	<p>VOLVER AL FUTURO 25 MAYO 1990</p>

EVENTOS DEL MES

MUÉVETE A CORONA SUNSETS

07 DE MAYO
2PM - 1AM
PLAYA DEL CARMEN

Corona SUNSETS FESTIVAL

Mamita's

EVENTO PARA MADRES DE CUMAR (16+)

DOMINGO 15 DE MAYO ▽ **5:00PM**

20 y 21 DE MAYO

TRAVESÍA SAGRADA MAYA 2016
XCMET-C
EL RIVERA MAYA

LIBROS DEL MES

- LO QUE NO TE MATA TE HACE MÁS FUERTE** (DAVID LAGERCRANTZ)
- CASI SIN QUERER** (DEFREDS JOSE. A. GOMEZ IGLESIAS)
- OLVIDÉ DECIRTE QUIERO** (MONICA CARRILLO)
- SER FELIZ EN ALASKA** (RAFAEL SANTANDREU)

Reunirse en equipo es el principio
Mantenerse en equipo es el progreso
Trabajar en equipo asegura el éxito

- Henry Ford