

A los polinizadores los atraen olores, colores y formas de las flores; para ayudarles, tú puedes sembrar en tu jardín, patio, balcón o huerto casero:

Albahaca



Cempasúchil



Borraja



Diente de león



Caléndula



Eneldo



Girasol



Hinojo



Lavanda



Manzanilla



Romero



Tomillo



¡Recuerda que todos nos alimentamos gracias a los polinizadores, contribuye con su preservación!



Elaboró: Vania Martínez Ramírez. Revisó: Ivon Castañeda Cerdá. Validó: Lic. Marcos Moisés Macías Torres. Diseñó: Daniel Eduardo Wilson Oropeza.



Oficinas Centrales:

Av. José Vasconcelos 208, Col. Condesa, Alcaldía Cuauhtémoc, C. P. 06140 Ciudad de México.

Horario de atención de:
9 a 19 horas de lunes a viernes y de 10 a 18 horas los fines de semana y días festivos.

X: @Profeco
Facebook: Profecooficial
YouTube: ProfecoTv
Instagram: revistadelconsumidormx

Teléfono del consumidor PROFECO
(55)5568 8722 - 800 4688722



ECONOMÍA
SECRETARÍA DE ECONOMÍA

PROFECO
PROCURADURÍA FEDERAL DEL CONSUMIDOR

ARTÍCULOS DE CUIDADO **PERSONAL PARA HOMBRES**



HERRAMIENTAS DIGITALES **para padres**



PLANTAS POLINIZADORAS



ARTÍCULOS DE CUIDADO PERSONAL PARA HOMBRES

¡Cuídate!

Con una buena higiene y cuidado personal, eres menos propenso a enfermarte, mejoras tu salud y bienestar personal, facilitas tus relaciones interpersonales y te sientes mejor contigo mismo.

Productos que puedes encontrar

Acondicionador y enjuague, crema líquida y sólida, desodorante, espuma de afeitar, gel fijador, rastrillos desechables, repuestos de navajas, champú, talco, etc.

Tips de compra

- Adquiere solo lo necesario.
- No te dejes influenciar por la publicidad.
- Revisa etiquetas, compara calidad y precio y selecciona el adecuado para ti.
- Aprovecha las muestras de regalo para saber cuál cubre tus necesidades.
- Usa solo la cantidad recomendada.

¡El autocuidado personal, físico y emocional es uno de los pilares de tu bienestar!



HERRAMIENTAS DIGITALES para padres

Una paternidad activa ayuda a tus hijas e hijos a mejorar su desarrollo, autoestima, bienestar, habilidades sociales y desempeño escolar.

Existen algunas herramientas digitales que te pueden ayudar a organizar mejor tus actividades diarias para que puedas convivir más y mejor con ellos.

Para organizarte mejor: Evernote, Google for work, Microsoft To Do, Google Task, Hootsuite, Prezi y Asana.



Para potenciar el aprendizaje de tus hijas e hijos: Khan Academy, Academons, Writing Wizard, Duolingo.



Para un mejor control de su seguridad: Microsoft Family Safety, Family Link, Qustodio.



¡Usa la tecnología a favor de la convivencia familiar!



PLANTAS POLINIZADORAS



Para saber...

El **90%** de todas las plantas con flor dependen de polinizadores para reproducirse.

La polinización ayuda a propagar y producir más del **60%** de las plantas cultivadas.

145 especies de plantas utilizadas para la producción de frutos y semillas dependen de polinizadores.

¡Tú puedes contribuir en la polinización!