

		Área	Programa	Sinopsis
Lunes	8:00 a 8:30	Vida saludable	Vivir Sano - Insomnio	El insomnio es el síntoma de los trastornos del sueño más frecuente, se caracteriza por la dificultad para dormir, presencia de diferentes despertares y/o dificultad para volver a dormir. Algunas causas son el estilo de vida, horarios irregulares para acostarse y levantarse, sedentarismo, desórdenes hormonales, entre otros. El doctor Ulises Jiménez y a la terapeuta Socorro Rocha comentan las causas y consecuencias del insomnio, dan algunas recomendaciones de qué hacer para prevenir los trastornos del sueño y cómo combatir el insomnio. El Chef Yogui, Mariano Garcés, prepara una infusión de manzanilla y una ensalada de huevo. Federico Gaxiola muestra la práctica de yoga para resolver algunos problemas de salud, con las posturas: del niño, del cocodrilo, estiramiento de gato y de la pirámide.
	8:30 a 9:00	Pensamiento matemático	Aprendiendo MaTV Programa 1	Álgebra: conjunto de números, jerarquía de las operaciones, números fraccionarios y decimales, sucesiones aritméticas y geométricas. Repasar algunos elementos básicos de las matemáticas que permitan a las y los estudiantes ser capaces de traducir un problema del lenguaje cotidiano a un lenguaje algebraico para representar los diferentes fenómenos.
	9:00 a 9:30	Conciencia histórica	Ciudad de los dioses - La piedra que devolvió una ciudad	500 años de silencio impuestos a una mujer, a una Diosa mexicana que una singular y fría noche, volvería a hablar. 1978, año en que fueron encontrados los vestigios olvidados por la memoria colectiva, deidad femenina decapitada y desmembrada, con 3.25 metros de diámetro, es la Diosa Coyolxauhqui, hermana del Dios Mexica Huitzilopochtli. El maestro Eduardo Matos y el doctor Carlos Javier González narran la historia de la Diosa mexicana y explican la manera en que fue encontrada.
	9:30 a 10:00	Responsabilidad social, cívica y ética	Saber más para educar mejor - La discapacidad en México	Todo ser humano puede estar en algún momento de su vida en una situación de discapacidad, ya que ésta, puede ser una condición temporal o permanente, total o parcial, puede o no, ser progresiva, y para alcanzar una sociedad incluyente es necesario la educación y la sensibilización en el trato a aquellos con una discapacidad. En esta emisión las conductoras y el especialista invitado charlan sobre diversos aspectos de esta condición, se señala la definición del término de acuerdo a la Ley General para la Inclusión de las Personas con discapacidad, la evolución que ha tenido y el trato a estas personas en otras culturas y épocas. Se destaca las actitudes generales de la sociedad y la importancia del papel de la cultura de la inclusión, entre otros aspectos.
	10:00 a 10:30	Comunicación	Luces, cámara... ¡Acción! Introducción	El cine es un arte que apasiona no solo a los cinéfilos, sino también a todos aquellos que se involucran en la producción de un film. En una creación fílmica dan la cara los actores, pero ésta, implica el trabajo arduo y creativo de mucha gente detrás de ella como editores, productores, directores, sonidistas y efectos especiales entre muchos más. Desde los estudios Churubusco y bajo la conducción de Ximena Ayala, diversos creativos del cine comparten su pasión por su oficio y dan muestra del trabajo que no se ve en pantalla; además se presenta el trabajo cinematográfico de personalidades del cine mexicano y de íconos del cine internacional. En esta emisión introductorio se hace un recorrido por los diversos departamentos que hacen posible este arte y se presenta a los invitados de la serie.
	10:30 a 11:00	Educación y saberes digitales	Ingénitelas - Tecnología e inclusión	Ingénitelas es un foro de análisis digital, conducido por Enrique Kike Rodal, se constituye como una propuesta innovadora donde la tecnología es la protagonista. La temática que aborda esta serie radica en presentar el talento e innovación de adolescentes y jóvenes estudiantes en el campo tecnológico y su impacto social, así como reflexionar acerca de la inclusión de nuevas tecnologías en las actividades cotidianas para satisfacer necesidades y cumplir responsabilidades con mayor productividad; incluyendo temas como la sustentabilidad, el medio ambiente y el emprendedurismo. En esta ocasión se toca el tema tecnología y la inclusión con la participación de jóvenes creativos en tecnología. La inclusión tecnológica busca reducir las brechas sociales y democratizar el acceso a la tecnología con el fin del empoderamiento social. La inclusión tecnológica prevé el fortalecimiento social de acuerdo con las necesidades específicas de cada grupo. Permite su inserción al mundo digital.
	11:00 a 11:30	Vida saludable	Vivir sano - Estrés laboral y escolar	El estrés es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante, es una respuesta natural y necesaria para la supervivencia, pero se debe controlar. En esta emisión la doctora Isabel Barrera y la terapeuta Patricia Puente mencionan causas, consecuencias y cómo se puede controlar el estrés. El Chef Yogui, Mariano Garcés, prepara una sopa de zanahoria para combatir el estrés. Federico Gaxiola muestra la práctica de yoga para resolver algunos problemas de salud, con las posturas: fortalecimiento del corazón, levantamiento de cadera, el gran triángulo y rotación de cuello.
11:30 a 12:00	Conciencia histórica	Ciudad de los dioses - La ruta del colibri	¿Dónde se encuentra el génesis de esta nación que dominaría gran parte de Mesoamérica? ¿Quiénes fundaron Teotihuacan?, ¿cómo la llamaron sus pobladores y por qué la abandonaron?, ¿cuáles fueron las razones para que las grandes capitales mayas sucumbieran en ocaso prematuro? Estas son algunas de las preguntas que los investigadores Eduardo Matos y Miguel Pastrana, responden a lo largo del programa. Sin embargo, hay cuestiones que quedan en duda, como la ubicación y existencia misma de Aztlan.	
Martes	8:00 a 8:30	Responsabilidad social, cívica y ética	Saber más para educar mejor - Discapacidad desde el nacimiento	La discapacidad es una condición que puede ser adquirida, o bien, tener origen desde el nacimiento, actualmente gracias a los avances en la ciencia y la tecnología se puede monitorear la salud de un bebé y tener información sobre las causas y factores de riesgo que pueden generar una discapacidad. En esta emisión se aborda la discapacidad desde el nacimiento, los factores de riesgo y la importancia de la cultura de la prevención. Los especialistas destacan la importancia de prevenir daños al bebé desde antes de la gestación, tomándose en cuenta elementos como el rastreo de enfermedades familiares, las condiciones óptimas tanto en edad de la madre como las externas, la asistencia médica adecuada, mantenerse informada, así como la importancia de la educación sexual y reproductiva.
	8:30 a 9:00	Vida Saludable	Vivir Sano - Embarazo y lactancia	El embarazo es el período que transcurre entre la implantación del cigoto en el útero, hasta el momento del parto. Médicos especialistas hablan de los cuidados antes, durante y después del embarazo, la importancia y beneficios de la lactancia, así como algunas recomendaciones que hay que saber durante la etapa del embarazo y lactancia. El Chef Yogui Mariano Garcés prepara leche de pepitas de girasol y leche de semillas de ajonjolí. Federico Gaxiola muestra la práctica de yoga para resolver algunos problemas de salud, con las posturas: Malasana, La Mariposa, Vaca-Gato y Meditativa.
	9:00 a 9:30	Educación y saberes digitales	Ingénitelas - Robótica	En esta ocasión se toca el tema, robótica con la participación de jóvenes creativos en tecnología. Robótica. Es una Ciencia o rama de la Tecnología, que estudia el diseño y construcción de máquinas capaces de desempeñar tareas realizadas por el ser humano o que requieren del uso de inteligencia. Se presentan los diseños de robótica creados por jóvenes emprendedores en beneficio a la sociedad.
	9:30 a 10:00	Pensamiento matemático	Aprendiendo MaTV Programa 2	Álgebra: expresiones algebraicas, reducción de términos semejantes, productos notables -binomio al cuadrado, producto de binomios con un término común, productos de binomios conjugados. Comprender el lenguaje algebraico como un sistema simbólico para la generalización y la representación de los diferentes fenómenos.
	10:00 a 10:30	Conciencia histórica	Ciudad de dioses - El ombligo de la Luna	Abril 13 de 1325 se considera como la fecha en que el ombligo de la Luna sería habitado por los antiguos pobladores de la mítica Aztlan. Los investigadores Eduardo Matos y Miguel Pastrana hablan de la búsqueda de los mexicas del lugar prometido. De la leyenda sobre el colibri: donde vean asentado a su Dios, en forma de águila (el águila representa al sol, a Huitzilopochtli), ese es el sitio donde deben fundar su ciudad. El nombre de la ciudad ha causado debate: lugar del tunal en la piedra, lugar de los mexicanos o tenochcas, el ombligo de la luna. Existe una pieza prehispánica donde se ve este acontecimiento esculpido en piedra, se denomina Teocalli de la guerra sagrada, en la parte posterior de ésta se ve el símbolo del águila parada sobre un nopal, encima de una deidad terrestre.
	10:30 a 11:00	Responsabilidad social, cívica y ética	Saber más para educar mejor - Discapacidad sobrevenida	La discapacidad sobrevenida es aquella que se adquiere después del nacimiento, es decir no es congénita y puede deberse a una enfermedad, accidente o a los estilos de vida, entre ellos los malos hábitos de salud y alimentación, entre otros. En esta emisión las conductoras y el especialista invitado charlan sobre el advenimiento de la discapacidad sobrevenida en algún punto de la vida del hombre; indican que ésta puede ser de forma transitoria o permanente e implicará un punto de cambio en la vida personal y familiar. Explican cuáles son los tres ejes personales que afectan, los diversos factores que la propician y la importancia de la prevención en cualquiera de estos. Destacan las implicaciones de sufrimiento de esta condición y cómo afectan al involucrado y a la familia.
	11:00 a 11:30	Pensamiento matemático	Aprendiendo MaTV - Programa 3	Álgebra: factorización -factor común, productos notables-, resolución de ecuaciones de primer grado, función lineal, sistema de ecuaciones lineales -sustitución-. Analizar los diferentes métodos para resolver ecuaciones algebraicas con una o más incógnitas.
11:30 a 12:00	Comunicación	Luces, cámara... ¡Acción! Dirección	Después de Lucía, Daniel y Ana y a los ojos, son algunos largometrajes del director y productor Michel Franco, historias en las que expone fenómenos sociales que afectan a la juventud. Su trabajo filmográfico le ha merecido varios reconocimientos; sin embargo, él afirma que pensar en un premio solo estorbaría al hacer bien su trabajo. Bajo la conducción de Ximena Ayala, el director de cine comparte cómo se inicia en el mundo del cine, de dónde surgen sus historias y cómo trabaja con sus actores. Abre las puertas de su casa productora y plática cómo inicia un proyecto y a partir de fragmentos de sus películas rememora las dificultades o anécdotas de algunas escenas de sus películas. Finalmente en un ejercicio de lenguaje cinematográfico demuestra como el manejo de cámaras permite una diferencia en la información que se da al espectador.	
Miércoles	8:00 a 8:30	Pensamiento matemático	Aprendiendo MaTV - Programa 4	Álgebra: sistema de ecuaciones lineales -reducción, igualación, método gráfico-, ecuaciones cuadráticas incompletas y fórmula general. Comprender los diferentes métodos que existen para resolver sistemas de ecuaciones lineales de primer grado, así como el método de la fórmula general para la resolución de ecuaciones cuadráticas.
	8:30 a 9:00	Educación y Saberes Digitales	Ingénitelas - Domótica e internet de las cosas	En esta ocasión se toca el tema, domótica e internet de las cosas, con la participación de jóvenes creativos en tecnología. Domótica se refiere al conjunto de dispositivos que automatizan las diferentes instalaciones dentro de un hogar, desde un apagador, hasta el electrodoméstico más sofisticado, y si se le agrega una aplicación móvil para su control, se convierte en una vivienda inteligente. Se explica en este programa de manera detallada qué es la domótica y el internet de las cosas, dando ejemplos interesantes en beneficio de la sociedad.
	9:00 a 9:30	Conciencia histórica	Ciudad de dioses - El Dios de semillas de amaranto	En el momento de la conquista, Huitzilopochtli había alcanzado el nivel más alto que cualquier deidad antigua mesoamericana pudo tener. Los investigadores Eduardo Matos y Guilhem Olivier hablan del representante del quinto Sol, nacimiento del Dios que habría de indicarle a los mexicas no sólo el lugar de asentamiento, sino el modo de vida que debía seguir, la guerra y el sacrificio. La semilla de amaranto con la que representaban a Huitzilopochtli los antiguos mexicanos, no sólo era el Dios de la guerra para el pueblo mexica, también representaba al Sol.
	9:30 a 10:00	Responsabilidad social, cívica y ética	Saber más para educar mejor - Discapacidad cognitivo-intelectual	La discapacidad engloba las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación de una persona, en el caso de la discapacidad intelectual, se ven afectadas las limitaciones intelectuales, es decir puede presentarse dificultad para resolver problemas, para planificar actividades o para comunicarse entre muchas otras. En esta emisión los especialistas apuntan cómo se entiende actualmente esta discapacidad, explican las causas predisponentes y determinantes, la diferencia entre los niveles de gravedad leve, moderada y grave. Los trastornos asociados a este tipo de discapacidad y la importancia del nivel de lenguaje como reflejo del desarrollo cognitivo. Se menciona el problema de la consanguinidad en este tipo de condición, los prejuicios sociales y el papel de los padres en el acompañamiento y cuidados en el hogar.
	10:00 a 10:30	Vida Saludable	Vivir Sano - Prevención del cáncer en hombres	La detección temprana del cáncer es la mejor garantía para un tratamiento oportuno, así mismo si se reconoce un factor de riesgo que aumenta la posibilidad de un cáncer, hay que cambiarlo por un hábito más saludable. El médico Roberto González y la psicoterapeuta mencionan algunos de los factores de riesgo que aumentan la posibilidad de cáncer en hombres, así como la manera de detectarlo, diagnosticarlo y prevenirlo. El Chef Yogui Mariano Garcés prepara un burrito sanador con ensalada. Federico Gaxiola muestra la práctica de yoga para resolver algunos problemas de salud, con ejercicios para purificar los pulmones de impurezas, con la postura en ángulo de pelvis con ligadura y la meditación para fortalecer los nervios.

	10:30 a 11:00	Comunicación	Luces, cámara... ¡Acción! Producción	Aquellos que trabajan en cine se refieren al productor como el hacedor de milagros o el responsable de que el sueño exista; la productora invitada menciona que esta área se encarga de que todo funcione, y que toda herramienta necesaria esté lista, que todos los departamentos se entrelacen y marchen. En esta emisión la invitada Laura Imperial comparte su amor y pasión por su oficio y rememora las circunstancias que la llevaron a la producción de cine. A partir de las películas en las que ella ha colaborado: Mi querido Tom Mix, Cinco días sin Nora y Tercera llamada, hace un análisis del trabajo que lleva a cabo en tres etapas: la pre producción, el rodaje y la posproducción.
	11:00 a 11:30	Responsabilidad social, cívica y ética	Saber más para educar mejor - Discapacidad motriz	La discapacidad motriz es una condición que afecta el control y movimiento del cuerpo de una persona en distintos niveles como: desplazamiento, la manipulación, el habla y la respiración, entre otros, y limitando el desarrollo personal y social. En esta emisión las conductoras y el especialista invitado charlan sobre qué implica esta condición, los grados y tipos de afectación y la relación entre una discapacidad motriz y la habilidad intelectual. Mencionan su aparición desde el nacimiento y la importancia de conocer las etapas evolutivas de los niños para detectar dificultades del desarrollo de habilidades. Abordan el impacto de dicha condición a nivel laboral, los aportes de las nuevas tecnologías para aminorarla y la importancia de la inclusión. Invitan a promover la autonomía, la valía humana, la dignidad, los ambientes y actitud positiva hacia la vida.
	11:30 a 12:00	Educación y Saberes Digitales	Ingénitelas - Robótica: México en el mundo	En esta ocasión se toca el tema, Robótica: México en el mundo, con la participación de jóvenes creativos en tecnología. Los robots y las competencias de robots en las que participan prototipos diseñados, construidos y programados por los participantes; organizadas en categorías, mostrando destrezas para vencer al oponente. En el mundo se realizan competencias de velocidad, fuerza o el ejecutar diversas tareas, con el objeto de que los jóvenes desarrollen su creatividad. Los jóvenes presentan los prototipos en robótica con los que han participado en dichas competencias y sus interesantes anécdotas
Jueves	8:00 a 8:30	Vida Saludable	Vivir Sano - Tránsito lento	El tránsito lento es un problema de salud general, es un trastorno digestivo de atención primaria y más frecuente en determinadas edades. Especialistas en el tema hablan del problema que ocasiona el tránsito lento y dan algunas sugerencias para su tratamiento. El Chef Yogui Mariano Garcés prepara un desayuno proteico y un licuado regulador. Federico Gaxiola muestra la práctica de yoga para resolver algunos problemas de salud, con las posturas: respiración profunda cruzando los brazos, patadas hacia el frente, postura acostada, círculos con piernas juntas y postura cobra con manos en la cadera.
	8:30 a 9:00	Responsabilidad social, cívica y ética	Saber más para educar mejor - Discapacidad visual	El sentido de la vista es primordial, ya que ésta, es la principal fuente de conocimientos, estimulando las acciones y conductas de las personas y, cuando este sentido disminuye o se pierde afecta la relación de la persona con el mundo. En esta emisión las psicólogas y el especialista invitado abordan las diversas implicaciones de la discapacidad visual. Explican cómo se define la discapacidad visual y sus tipos, qué son los errores refractarios, su prevención y corrección, la relación de los cuidados durante el embarazo con una eventual discapacidad visual, así como otros factores como los traumatismos, la higiene y otras enfermedades. Señalan la relación de esta discapacidad con el desarrollo e inclusión social, los tipos de afectación según la edad, y enfatizan la prevención desde la niñez.
	9:00 a 9:30	Comunicación	Luces, cámara... ¡Acción! Iluminación	Desde su adolescencia Javier Enriquez quedó atrapado por el mundo del cine, inició como chinchihuilla, aquel que hace los mandados a todos, pero lo que lo engancha además de la familia y la unión en el cine, es la forma en que se dirigen las luces. Bajo la conducción de Ximena Ayala, el iluminador Javier Enriquez, rememora los eventos en una filmación que lo indujeron a vivir del cine. Explica el proceso de trabajo que lleva a cabo una vez que lo llama el fotógrafo y comparte los retos, dificultades y aprendizajes en cuanto a la iluminación en las películas: De la calle, El trapatio, Días de gracia y el cortmetraje de De Mesmer y Tó para dos. Además a través de un ejercicio práctico muestra cómo se realiza un efecto de luz de noche a día.
	9:30 a 10:00	Pensamiento matemático	Aprendiendo MaTV - Programa 5	Estadística: porcentaje, incremento de porcentaje, descuento, gráficas. Conocer y manejar un conjunto de herramientas básicas de estadística descriptiva para realizar el análisis y el planteamiento de problemas a través del manejo de datos numéricos.
	10:00 a 10:30	Educación y Saberes Digitales	Ingénitelas - Innovación y emprendimiento	En programa el tema; Innovación y emprendimiento, con la participación de jóvenes creativos en tecnología. La innovación y el emprendimiento promueven la evolución de productos y servicios existentes. La innovación es un cambio o alteración que mejora algo existente. El emprendimiento es la ejecución de un proyecto para generar un producto o servicio que satisfice necesidades. Los jóvenes en el estudio dan su punto de vista para diferenciar la innovación de la invención, tomando en cuenta sus experiencias. También comentan, cuáles son las causas que motivan a los jóvenes para innovar o crear, teniendo como objetivo el beneficio y desarrollo de la sociedad en el mundo
	10:30 a 11:00	Conciencia histórica	Ciudad de dioses - Cuatro ojos en el agua	Los mexicas levantaron una gran templo que representará su ciudad, ideología de sus dualidad dedicado a dos de sus deidades, representantes de las actividades que mejor desarrollaban, la guerra y la agricultura, el primero, Huitzilopochtli, el segundo, un Dios que juntara los elementos acústicos y los vinculados con la tierra, compuesto por dos serpientes que formaran su boca, nariz y daba la impresión de tener cuatro ojos. Los investigadores Adrián Velázquez y Guilhem Olivier hablan del origen, etimología, esculturas representativas y estructura de esa deidad antigua conocida en Mesoamérica, Tláloc Dios con cuatro ojos.
	11:00 a 11:30	Vida Saludable	Vivir Sano - Autoestima y depresión	Enfermedad que no respeta edades, la depresión se caracteriza por estar triste la mayor parte del tiempo, casi todos los días o por lo menos dos semanas seguidas, así como por la pérdida de interés en las cosas que habitualmente se disfrutaban; presentando síntomas como alteraciones del sueño, cambios en el apetito, cansancio, dolores, falta de motivación, entre otras. Especialistas explican qué es la depresión, sus causas, consecuencias, alternativas y tratamientos multidisciplinarios. El Chef Yogui Mariano Garcés prepara ensalada Activa tu mente y ensalada Aliméntame vida. Federico Gaxiola muestra la práctica de yoga para resolver algunos problemas de salud, con las posturas: arqueamiento de la columna hacia atrás, ranas y meditación para salir de la depresión.
	11:30 a 12:00	Responsabilidad social, cívica y ética	Saber más para educar mejor - Discapacidad auditiva	A la disminución en la capacidad de escuchar correctamente se le conoce como discapacidad auditiva, es decir, hay una limitación en el funcionamiento del aparato auditivo, lo cual repercute en la inclusión de las personas de participar en actividades de la vida cotidiana. En esta emisión se explica qué es la discapacidad auditiva, cuáles son los tipos de discapacidad y las limitaciones de cada una de ellas. Se mencionan las causas, consecuencias: a nivel social y de desarrollo de lenguaje, y se hace hincapié en la prevención de la pérdida auditiva. Se describe la composición del oído, sus funciones y afectaciones e invitan a cambiar los hábitos inadecuados en relación al manejo de sonido.
Viernes	8:00 a 8:30	Conciencia histórica	Ciudad de dioses - El Recinto Sagrado	Fragments de los siete niveles que asombraron a los diversos pueblos sometidos al poderío mexica, origen del centro del universo, orientado hacia el lugar donde el sol descansa con dos adoratorios dedicados a los elementos primordiales de la vida del mexica. Lugar donde se concentraría el poder militar y religioso del imperio más importante del mundo mesoamericano antes de la llegada de los conquistadores, espacio de comunicación con los dioses. El Doctor Carlos González y el investigador Eduardo Matos hablan del origen, infraestructura, función, vestigios, importancia del Recinto Sagrado.
	8:30 a 9:00	Vida Saludable	Vivir Sano - Calidad de vida	Calidad de vida son todas aquellas condiciones que permiten una mejora en la vida de la gente, desde las materiales como son: alimento, vestido, educación, salud y otras menos visibles que permiten felicidad y tener aspiraciones. Especialistas en el tema hablan de aquellas situaciones que propician una calidad de vida en las personas. El Chef Yogui Mariano Garcés prepara una infusión de limón desintoxicante y Federico Gaxiola muestra la práctica de yoga para resolver algunos problemas de salud, con la rutina respiración de fuego.
	9:00 a 9:30	Comunicación	Luces, cámara... ¡Acción! Vestuario	Durante una actuación de teatro, Mariestela Fernández fue caracterizada por la diseñadora de vestuario Fiona Alexander, a partir de ese momento su carrera profesional dio un giro y se interna en el mundo del cine como vestuarista. En esta emisión la invitada rememora los eventos que dieron un giro a su vida profesional y reconoce la importancia del vestuario para caracterizar a un personaje. Explica cómo se incorpora a un proyecto y el proceso de trabajo que éste implica. Abre las puertas de su casa de trabajo para dar muestra de la amplia gama de vestuarios que componen su colección. Además platica sobre los detalles de vestuario que tomó en cuenta para algunas de las películas en las que participó: Bandidos, La ley de Herodes, El trapatio y El infierno.
	9:30 a 10:00	Responsabilidad social, cívica y ética	Saber más para educar mejor - Discapacidad psicosocial	La discapacidad psicosocial es una condición que impide la integración social, ésta afecta la mente, las relaciones afectivas, sociales e interpersonales; entre las enfermedades mentales que incapacitan están: la depresión, la ansiedad, la psicosis, la esquizofrenia y las fobias, entre otras. En el programa las conductoras y el especialista señalan en qué consiste y cuáles son los síntomas de algunas de estas enfermedades, las características en común de éstas, así como las consecuencias, en caso de no ser atendidas. Apuntan la importancia de observar los comportamientos de los hijos, no minimizar los síntomas y signos, y ser atendidos por un especialista, en caso necesario.
	10:00 a 10:30	Vida Saludable	Vivir Sano - Vive la tercera edad con bienestar y alegría	El envejecimiento es un proceso que todos los seres vivos desarrollan desde el nacimiento, es irreversible y depende de muchos factores: ambientales, agresivos y la genética. El médico Oscar Rosas y la naturópata Socorro Rocha, dan algunas recomendaciones para tener un envejecimiento saludable, sano y activo, a base de dieta equilibrada bien balanceada y ejercicio regularmente. El Chef Yogui Mariano Garcés prepara pollo en ensalada rejuvenecedora. Federico Gaxiola muestra la práctica de yoga para resolver algunos problemas de salud, con las posturas: de montaña, círculos del tronco, de guerrero y algunos ejercicios respiratorios.
	10:30 a 11:00	Pensamiento matemático	Aprendiendo MaTV - Programa 6	Probabilidad y estadística: conceptos de estadística, tabla de frecuencias, medidas de tendencia central, tabla de frecuencia, gráficas, probabilidad. Que las y los estudiantes comprendan y describan la variabilidad estadística y sus aplicaciones. Describa y represente datos de forma tabular y gráfica. Aplique estadística descriptiva.
	11:00 a 11:30	Educación y Saberes Digitales	Ingénitelas - Ciberseguridad	En este programa el tema; Ciberseguridad, con la participación de jóvenes creativos en tecnología. La seguridad informática, también conocida como ciberseguridad, es el área relacionada con la seguridad informática y la telemática que se enfoca en la protección de la infraestructura computacional y todo lo que se le relaciona, especialmente, la información contenida en una computadora o lo que circula a través de las redes informáticas. La ciberseguridad comprende software (bases de datos, metadatos, archivos), hardware, redes de computadoras y todo lo que la organización valore y signifique un riesgo si esta información confidencial llega a manos equivocadas, convirtiéndose en información privilegiada. Los jóvenes participantes en el programa exponen los puntos a favor y en contra del uso de la computadora, las plataformas cibernéticas y las redes sociales. Brindan las recomendaciones adecuadas para el buen uso de la tecnología, evitando riesgos que afecten la integridad individual
	11:30 a 12:00	Comunicación	Luces, cámara... ¡Acción! Efectos especiales	Ya sea por herencia o por amor, Alex Vázquez tenía predestinada su profesión, pues desde niño se encontraba en los estudios de cine observando las grabaciones, ya que tanto su abuelo como su padre trabajaron en este arte. Conocido por muchos como el señor de los efectos especiales Alex Vázquez comparte su pasión por este oficio y platica cómo se interna en este mundo. Desde su casa productora muestra algunas de las máquinas, unidades y herramientas que hacen posible la magia de los efectos y analiza con Ximena Ayala las dificultades, los retos, trucos y secretos en algunas de las películas en las que ha participado como: Mi querido Tom Mix, De ida y vuelta y La ley de Herodes. Además en un ejercicio da muestra del proceso, materiales y precauciones para llevar a cabo un estopin.