



**Centros de  
Integración  
Juvenil, A.C.**



# Clubes por la Paz de CIJ

**Actividades culturales, artísticas,  
formativas, deportivas y recreativas.**

**octubre - diciembre 2024**



**CENTROS DE INTEGRACIÓN JUVENIL, A.C.**  
**DIRECTORIO**

**DR. ROBERTO TAPIA CONYER**  
Presidente del Patronato Nacional

**SRA. KENA MORENO**  
Fundadora de CIJ y Vicepresidenta Vitalicia del Patronato Nacional

**DRA. CARMEN FERNÁNDEZ CÁCERES**  
Directora General

**MTRO. DAVID BRUNO DIAZ NEGRETE**  
Director Normativo

**DR. JOSÉ ÁNGEL PRADO GARCÍA**  
Director Operativo y de Patronatos

**LIC. IVÁN RUBÉN RÉTIZ MÁRQUEZ**  
Director Administrativo

**Coordinación**

Lic. Miriam Carrillo López  
Dra. Beatriz León Parra  
Mtra. Laura Marcela Rodríguez Pérez

**Compilación**

Lic. Alesandro Alvarez Lemus  
Lic. Erick Vidal Zamora Tenorio

**Diseño Editorial**

Lic. Ramón Octavio Fernández Elizalde

**Corrección de estilo**

Esp. Nora Leticia Vizcaya Xilotl

# Presentación

En los Clubes por la Paz de CIJ se impulsa la participación de la comunidad en actividades que fomentan la recreación, el aprendizaje, la convivencia, el uso proactivo del tiempo libre y el crecimiento personal, familiar y comunitario a través de la adherencia a estilos de vida saludables.

Se presentan en este catálogo 263 opciones en proyectos educativo-formativos y de sustentabilidad, físico-deportivos, culturales-artísticos y lúdico-recreativos, que favorecen el bienestar individual y colectivo. Estas actividades se realizan tanto de manera presencial como virtual y mixta, mediante el uso de diversas plataformas digitales y con horarios flexibles para toda la población.



**Centros de Integración Juvenil, A.C.**

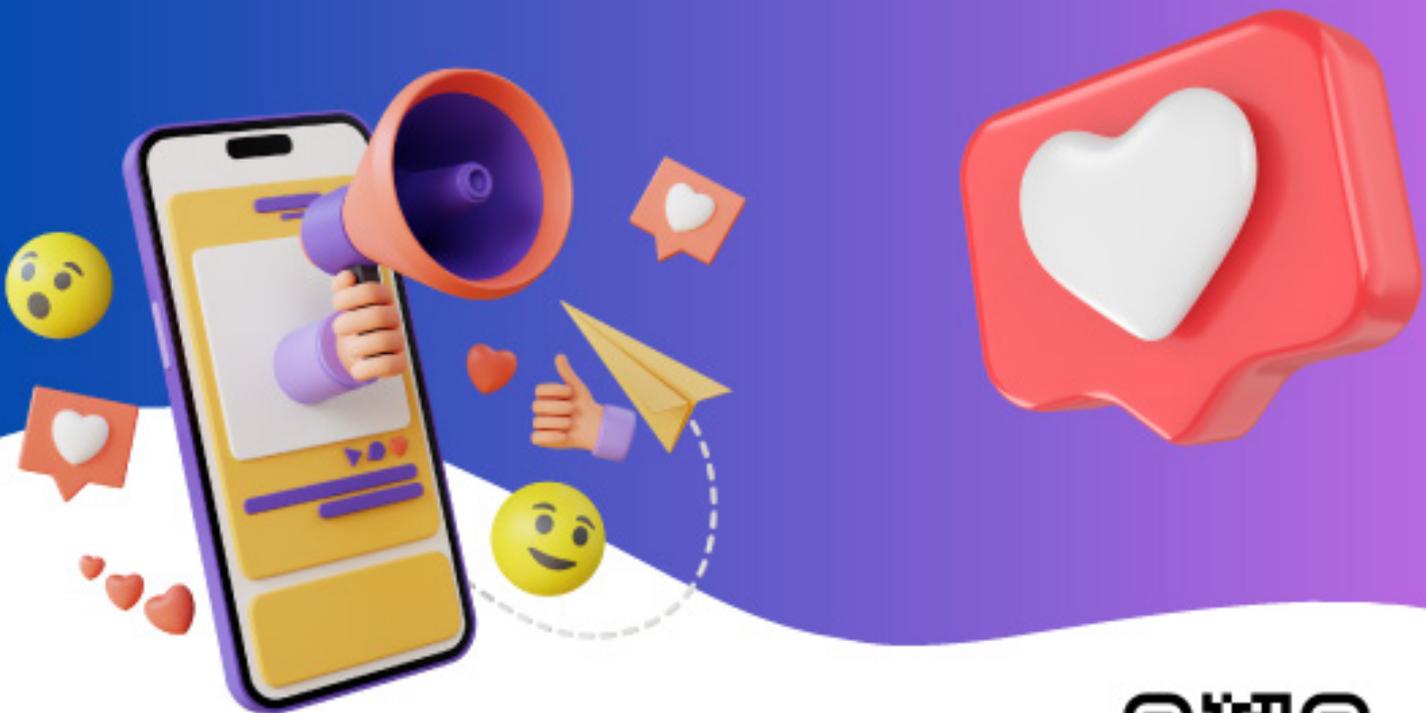


**iSíguenos!**



[www.gob.mx/salud/cij](http://www.gob.mx/salud/cij)

En las redes sociales de los Centros de Integración Juvenil encontrarás información para prevenir las adicciones, actividades de promoción de la salud mental, eventos, testimonios de superación, consejos para madres y padres de familia, docentes, y población en general.



 **YouTube**



Suscríbete a nuestro canal de YouTube

 [www.youtube.com/c/CentrosdeIntegracionJuvenil](http://www.youtube.com/c/CentrosdeIntegracionJuvenil)



# Aguascalientes

## CIJ Aguascalientes

Informes e inscripciones:

Emiliano Zapata núm. 117, entre Libertad y

Gorostiza, col. Centro, 20000, Aguascalientes, Ags.

 [cijaguascalientes@cij.gob.mx](mailto:cijaguascalientes@cij.gob.mx)

 CIJ Aguascalientes

 44 9915 6526



### Taller de guitarra

Adolescentes y jóvenes

Martes y jueves

de 16:00 a 17:30

**Presencial**

# Baja California

## CIJ Mexicali

Informes e inscripciones:

Av. República de Brasil núm. 1117, col. Alamos,  
21210, Mexicali, B.C.

 [cijmexicali@cij.gob.mx](mailto:cijmexicali@cij.gob.mx)

 CIJ Mexicali

 68 6565 9848



### **Fisioterapia**

Adultos

Lunes, martes y miércoles  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**

# Baja California

## CIJ Tijuana-Soler

Informes e inscripciones:

Av. Lic. Martín Careaga núm. 2264, esq. Batallón San Blas, fracc. Las Palmeras, 22535, Tijuana, B.C.

 [cijtijuana.soler@cij.gob.mx](mailto:cijtijuana.soler@cij.gob.mx)

 CIJ Tijuana-Soler

 66 4680 3192



### Taller de primeros auxilios

Adultos

Miércoles

de 13:00 a 14:00

**Presencial**



### Básquetbol

Adultos

Lunes

de 13:00 a 14:00

**Presencial**

# Baja California Sur

## CIJ Los Cabos

Informes e inscripciones:

Calle Jaime Nunó s/n, entre Calle Níquel y Aluminio,  
col. Vista Hermosa, 23427, San José del Cabo, B.C.S.

 cijloscabos@cij.gob.mx

 CIJ Los Cabos

 62 4105 2868



### Fútbol

Niñas y niños  
Lunes y miércoles  
de 17:00 a 18:30,  
Adolescentes y jóvenes  
Martes, jueves y viernes  
de 17:00 a 18:30

**Presencial**



### Taller de música

Niñas y niños  
Jueves  
de 17:30 a 18:30

**Presencial**



### Clases de cocina

Adolescentes y jóvenes  
Miércoles  
de 10:30 a 13:00

**Presencial**



### Taller de pintura

Adolescentes y jóvenes  
Miércoles  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



## Taller de huertos comunitarios

Adolescentes y jóvenes  
Lunes y viernes  
de 11:00 a 13:30

**Presencial**



## Educación básica para adultos (INEA)

Población en general  
Jueves  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



## Zumba

Adultos  
Lunes a viernes  
de 8:30 a 9:30

**Presencial**

# Campeche

## CIJ Ciudad del Carmen

Informes e inscripciones:

Calle 38 por 40 s/n, Parque Tecolutla, 24178,  
Ciudad del Carmen, Camp.

 cijcdcarmen@cij.gob.mx

 CIJ Ciudad del Carmen

 93 8382 5957



### Combate sin contacto

Adultos mayores  
Lunes a viernes  
de 8:00 a 9:00

**Presencial**



### Taekwondo

Adolescentes y jóvenes  
Lunes a viernes  
de 15:00 a 16:00

**Presencial**



### Voleibol

Adolescentes y jóvenes  
Lunes a viernes  
de 17:00 a 20:00

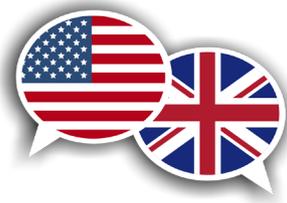
**Presencial**



### Clases de ballet y jazz

Niñas y niños  
Lunes, martes, miércoles  
y jueves  
de 18:00 a 19:00

**Presencial**



## **Clases de inglés**

Niñas y niños

Lunes, martes y miércoles  
de 16:30 a 18:00

**Presencial**

# Chiapas

## CIJ Tapachula

Informes e inscripciones:

9.ª av. Norte Prolongación núm. 166, fracc.  
Jardines de Tacaná, 30720, Tapachula, Chis.

 cijtapachula@cij.gob.mx

 CIJ Tapachula

 96 2626 1653



### Ajedrez

Población en general  
Viernes  
de 13:00 a 14:00

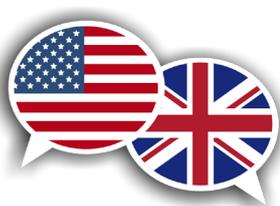
**Presencial**



### Taller de arte

Adolescentes y jóvenes  
Lunes  
de 13:00 a 14:00

**Presencial**



### Clases de inglés

Niñas, niños, adolescentes  
y jóvenes  
Lunes  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**



### Activación física

Población en general  
Viernes  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



## **Taller de huertos comunitarios**

Población en general

Lunes

de 9:00 a 10:00

**Presencial**

# Chiapas

## CIJ Tuxtla Gutiérrez

Informes e inscripciones:

Calle Tuctlán núm. 380, col. fracc. Las Torres,  
29045, Tuxtla Gutiérrez, Chis.

 [cijtgz@cij.gob.mx](mailto:cijtgz@cij.gob.mx)

 CIJ Tuxtla Gutiérrez

 96 1618 1851



### Taller de guitarra

Población en general

Viernes

de 17:00 a 18:00

**Presencial**



### Taller de manualidades

Niñas y niños

Viernes

de 17:00 a 18:00

**Presencial**



### Taller de teatro

Adolescentes, jóvenes y

adultos

Lunes

de 12:00 a 13:30

**Presencial**



### Taller de diseño (stencil)

Población en general

Viernes

de 12:30 a 13:30

**Presencial**

# Chihuahua

## CIJ Ciudad Juárez Norte

Informes e inscripciones:

Tlaxcala núm. 3245, col. Margaritas, 32300,

Cd. Juárez, Chih.

 cijcdjuareznorte@cij.gob.mx

 CIJ Juárez Norte

 65 6616 9099



### Activación física

Población en general

Jueves

de 9:00 a 10:00

**Presencial**



### Taller de manualidades

Población en general

Miércoles

de 12:00 a 13:00

**Presencial**



### Taller de música: guitarra, violín y teclado

Población en general

Lunes

de 10:00 a 11:00

**Presencial**

## CIJ Álvaro Obregón Oriente

Informes e inscripciones:

Cerrada de Vicente Ambrossi s/n, entre Girardón y Periférico, col. Sta. Ma. Nonoalco, Mixcoac, Alcaldía Álvaro Obregón, 01420, Cd. de México.

 [cijalvaroobregon.orientecij.gob.mx](mailto:cijalvaroobregon.orientecij.gob.mx)

 CIJ Álvaro Obregón Oriente

 55 5611 0028



### **Estrategias de autocuidado**

Adolescentes, jóvenes y adultos

Viernes

de 10:00 a 11:00

**Presencial**

# Ciudad de México

## CIJ Azcapotzalco

Informes e inscripciones:

Tierra Negra núm. 334, col. Tierra Nueva,  
Alcaldía Azcapotzalco, 02130, Cd. de México

 [cijazcapotzalco@cij.gob.mx](mailto:cijazcapotzalco@cij.gob.mx)

 CIJ Azcapotzalco

 55 5382 0553



### Taller de dibujo

Población en general

Lunes  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



### Educación básica para adultos (INEA)

Adultos y adultos mayores

Martes  
de 9:00 a 10:30

**Presencial**



### Taekwondo

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes  
Lunes y miércoles  
de 16:00 a 19:00

**Presencial**



### Yoga

Población en general  
Martes y viernes  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



## Zumba

Población en general  
Jueves  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



## Taller de comprensión lectora

Adolescentes, jóvenes,  
adultos y adultos mayores  
Viernes  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



## Activación física

Población en general  
Martes  
de 11:30 a 12:30

**Presencial**



## Taller de guitarra

Población en general  
Martes  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**

# Ciudad de México

## CIJ Benito Juárez

Informes e inscripciones:

Mier y Pesado núm. 141,  
esq. Eje 4 Sur Xola, col. Del Valle, Alcaldía  
Benito Juárez, 03100, Cd. de México.

 [cijbjuarez@cij.gob.mx](mailto:cijbjuarez@cij.gob.mx)

 CIJ Benito Juárez

 55 5543 9267



### Taller de manualidades

Población en general  
Jueves  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Clases de baile

Población en general  
Martes  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



### Yoga

Población en general  
Lunes  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**



### Taller de dibujo

Adolescentes y jóvenes  
Miércoles  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**

# Ciudad de México

## CIJ Cuajimalpa

Informes e inscripciones:

Coahuila núm. 62, entre Av. Juárez y Antonio Ancona,  
col. Cuajimalpa, Alcaldía de Cuajimalpa, 05000,  
Cd. de México.

 [cijcuajimalpa@cij.gob.mx](mailto:cijcuajimalpa@cij.gob.mx)

 CIJ Cuajimalpa

 55 5813 1631



### **Notidebate**

Adolescentes, jóvenes, adultos y  
adultos mayores

Martes  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**

# Ciudad de México

## CIJ Gustavo A. Madero Aragón

Informes e inscripciones:

Villa Tenochtitlan núm. 4, col. Villa de Aragón,  
Alcaldía Gustavo A. Madero, 07570, Cd. de México

 [cijgamaragon@cij.gob.mx](mailto:cijgamaragon@cij.gob.mx)

 CIJ Gustavo A. Madero Aragón

 55 2158 4083



### Taller de pintura

Población en general

Viernes

de 16:00 a 19:00

**Presencial**



### Yoga

Población en general

Lunes, miércoles y viernes

de 9:00 a 10:00 y

martes y jueves

de 17:00 a 18:00

**Presencial**

## CIJ Gustavo A. Madero Norte

Informes e inscripciones:

Norte 27 núm. 7, 2.<sup>a</sup> sección, col. Nueva Vallejo,  
Alcaldía Gustavo A. Madero, 07750, Cd. de México.

 [cijgam.norte@cij.gob.mx](mailto:cijgam.norte@cij.gob.mx)

 CIJ Gustavo A. Madero Norte

 55 5567 6523



### Taller para el uso de tecnologías

Población en general

Jueves

de 17:00 a 18:00

**Presencial**



# Ciudad de México

## CIJ Gustavo A. Madero Oriente

Informes e inscripciones:

Av. 414 núm. 176, col. Unidad San Juan de Aragón  
7a. Sección, Alcaldía de Gustavo A. Madero, 07910,  
Cd. de México.

 [cijgamoriente@cij.gob.mx](mailto:cijgamoriente@cij.gob.mx)

 CIJ Gustavo A. Madero Oriente

 55 5796 1818



### Asesorías académicas

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes  
Jueves  
de 12:00 a 16:00

**Presencial**

# Ciudad de México

## CIJ Iztapalapa Oriente

Informes e inscripciones:

Calz. Ermita Iztapalapa núm. 2206, col. Constitución de 1917, Alcaldía Iztapalapa, 09260, Cd. de México.

 cijiztapalapa.orientecij.gob.mx

 CIJ Iztapalapa Oriente

 55 5613 3794



### Educación para la salud

Población en general

Martes y jueves

de 18:00 a 19:00

**Presencial**

# Ciudad de México

## CIJ Iztapalapa Poniente

Informes e inscripciones:

Sur 111-A núm. 620, col. Sector Popular, Alcaldía  
Iztapalapa, 09060, Cd. de México.

 cijiztapalapaponiente@cij.gob.mx

 CIJ Iztapalapa Poniente

 55 5582 5160



### Taller de huertos comunitarios

Población en general  
Miércoles  
de 10:00 a 12:00

**Presencial**



### Clases de cocina

Población en general  
Miércoles  
de 13:00 a 15:00

**Presencial**



### Taller de carpintería

Población en general  
Viernes  
de 10:00 a 12:00

**Presencial**

## CIJ Miguel Hidalgo

Informes e inscripciones:

Bahía de Coqui núm. 76, col. Verónica Anzures,  
Alcaldía Miguel Hidalgo, 11300, Cd. de México.

 [cijmhidalgo@cij.gob.mx](mailto:cijmhidalgo@cij.gob.mx)

 CIJ Miguel Hidalgo

 55 5260 5805



### **Activación física**

Adolescentes, jóvenes y  
adultos

Martes y viernes  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**

# Ciudad de México

## CIJ Tlalpan

Informes e inscripciones:

Calle 2 núm. 10, col. San Buenaventura, Alcaldía de Tlalpan, 14629, Cd. de México

 cijtlalpan@cij.gob.mx

 CIJ Tlalpan

 55 5485 9149



### Activación física

Población en general  
Miércoles  
de 9:30 a 10:30

**Presencial**



### Estrategias de autocuidado

Población en general  
Miércoles  
de 10:00 a 11:30

**Presencial**

Jueves  
de 8:30 a 10:30



### Taller de nutrición

Adolescentes y jóvenes  
Lunes  
de 14:00 a 15:00

**Presencial**



### Relaciones interpersonales

Población en general  
Viernes  
de 13:00 a 14:00

**Presencial**

# Ciudad de México

## CIJ Xochimilco

Informes e inscripciones:

1.ª Cda. de Cuauhtémoc núm. 1, esq. Cuauhtémoc, col.  
Quirino Mendoza, Santiago Tulyehualco, Alcaldía  
Xochimilco, 16710, Cd. de México.

 cijxochimilco@cij.gob.mx

 CIJ Xochimilco

 55 1547 4975



### Hábitos saludables

Adolescentes y jóvenes

Lunes

de 8:00 a 10:00

 Google Meet



### Gimnasia cerebral

Adultos mayores

Miércoles

de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Clases de baile

Población en general

Viernes

de 9:00 a 10:00

**Presencial**



**Yoga**  
Adultos  
Viernes  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



**Yoga**  
Adultos mayores  
Martes  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**



**Taller de huertos  
comunitarios**  
Población en general  
Viernes  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



## CIJ Torreón / Torreón Oriente

Informes e inscripciones:

Prolongación Avenida Juárez s/n esq calle Rodas.

Col. Valles del Nazas, CP 27083, Torreón, Coah.

 cijlaguna@cij.gob.mx

 CIJ Torreón / Torreón Oriente

 87 1716 8824



### Yoga

Adolescentes, jóvenes, adultos y  
adultos mayores

Lunes, miércoles y viernes  
de 8:00 a 9:30,

Lunes, miércoles y jueves  
de 17:00 a 18:15

**Presencial**



### Taller de tejido crochet

Adolescentes, jóvenes, adultos y  
adultos mayores

Martes  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



### Educación básica para adultos (INEA)

Adolescentes, jóvenes, adultos y  
adultos mayores

Martes  
de 14:00 a 15:00

**Presencial**



### Taller de chocolatería

Adolescentes, jóvenes, adultos y  
adultos mayores

Martes y viernes  
de 10:00 a 12:00

**Presencial**



## **Curso de administración**

Adolescentes y jóvenes  
Viernes  
de 12:30 a 14:00

**Presencial**



## **Fútbol**

Adolescentes y jóvenes  
Viernes  
de 12:30 a 14:00

**Presencial**



## **Taller de herbolaria**

Adultos y adultos mayores  
Martes  
de 10:00 a 12:00

**Presencial**

## CIJ Colima

Informes e inscripciones:

Calle Estado de México, núm. 172, col. Alta Villa, 28970, Villa de Álvarez, Col.

 [cijcolima@cij.gob.mx](mailto:cijcolima@cij.gob.mx)

 CIJ Colima

 31 2311 5344



### Taller de uñas y acrílico

Población en general

Lunes y martes  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**



### Taller de peinados

Población en general

Lunes y martes  
de 18:00 a 19:30

**Presencial**



### Club de lectura

Población en general

Lunes y miércoles  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Taller de huertos comunitarios

Población en general

Miércoles  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**



## **Pilates**

Población en general

Lunes

de 15:30 a 16:30

**Presencial**

## CIJ Tecomán

Informes e inscripciones:

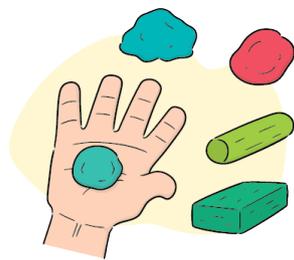
Júpiter núm. 170, col. Tepeyac, 28110,

Tecomán, Col.

 cijtecoman@cij.gob.mx

 CIJ Tecomán

 31 3324 8020



### Taller de plastilina

Adultos mayores

Martes y jueves

de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Asesorías académicas

Niñas y niños

Lunes y miércoles

de 15:30 a 17:30

**Presencial**

# Durango

## CIJ Durango

Informes e inscripciones:

Carretera México km. 3.5, mz. A, lt. 8, col.

Industrial, 34000, Durango, Dgo.

 [cijdurango@cij.gob.mx](mailto:cijdurango@cij.gob.mx)

 CIJ Durango

 61 8813 0932



### **Activación física**

Población en general

Lunes

de 12:00 a 13:00

y martes

de 13:00 a 14:00

**Presencial**



### **Estrategias de búsqueda de empleo**

Población en general

Viernes

de 11:00 a 12:00

**Presencial**

# Estado de México

## CIJ Ecatepec

Informes e inscripciones:

Citlaltépetl mz. 533, lotes 9 y 10, col. Cd. Azteca,  
3.ª sección, 55120, Ecatepec de Morelos, Edo.  
de México.

 cijecatepec@cij.gob.mx

 CIJ Ecatepec

 55 5775 8223



### Estrategias de autocuidado

Adultos  
Lunes  
de 9:00 a 10:30

**Presencial**



### Ejercicios de relajación

Adultos  
Miércoles  
de 9:00 a 10:30

**Presencial**



### Estrategias de autocuidado

Adolescentes y jóvenes  
Jueves  
de 9:00 a 10:30

**Presencial**



### Estrategias de autocuidado

Adultos  
Jueves  
de 9:00 a 10:30

**Presencial**

# Estado de México

## CIJ Naucalpan

Informes e inscripciones:

Cto. Ingenieros núm. 61, fracc. Loma Suave, Cd.

Satélite, 53100, Naucalpan de Juárez, Edo. de México

 [cijnaucalpan@cij.gob.mx](mailto:cijnaucalpan@cij.gob.mx)

 CIJ Naucalpan

 55 5374 3576



### Ejercicios de relajación

Adultos

Viernes

de 9:00 a 9:30

**Presencial**



### Clases de matemáticas

Niñas y niños

Martes y jueves

de 16:00 a 17:30



# Estado de México

## CIJ Nezahualcóyotl

Informes e inscripciones:

Acequia núm. 277, col. Porfirio Díaz, 57520, Cd.

Nezahualcóyotl, Edo. de México

 [cijneza@cij.gob.mx](mailto:cijneza@cij.gob.mx)

 CIJ Nezahualcóyotl

 55 5765 0679



### Qigong

Población en general  
Lunes, miércoles y viernes  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



### Yoga

Población en general  
Lunes,  
miércoles y viernes  
de 16:00 a 17:30

**Presencial**



### Clases de canto

Población en general  
Martes  
de 11:00 a 12:00,  
Adultos mayores  
Miércoles  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



## Taller de arte

Adolescentes y jóvenes

Lunes

de 11:00 a 12:00

**Presencial**



## Mujeres en reflexión

Adultos

Lunes

de 14:00 a 15:30

**Presencial**

# Estado de México

## CIJ Texcoco

Informes e inscripciones:

Cerrada de Violeta núm. 16

col. La Conchita, 56170, Texcoco, Edo. de México.

 cijtexcoco@cij.gob.mx

 CIJ Texcoco

 55 5955 7477



### Box

Adolescentes y jóvenes

Viernes

de 13:00 a 14:00

**Presencial**



### Taller de nutrición

Población en general

Miércoles

de 17:00 a 18:00

**Presencial**



### Club de tareas

Población en general

Viernes

de 14:00 a 16:00

**Presencial**

# Estado de México

## CIJ Tlalnepantla

Informes e inscripciones:

Convento del Carmen núm. 1, esq. con Corpus Cristi, fracc.  
Santa Mónica, 54050, Tlalnepantla de Baz, Edo. de México

 cijtlalnepantla@cij.gob.mx

 CIJ Tlalnepantla

 55 5362 3519



### Yoga

Adultos  
Viernes  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



### Zumba

Adultos  
Viernes  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



### Taller de manualidades

Adultos  
Jueves  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Gimnasia cerebral

Adolescentes y jóvenes  
Martes y miércoles  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



## **Ejercicios de relajación**

Adolescentes y jóvenes

Martes

de 11:00 a 12:00

**Presencial**

## CIJ Celaya

Informes e inscripciones:

Calle Kena Moreno núm. 100,  
col. Rosalinda II, 38060, Celaya, Gto.

 cijcelaya@cij.gob.mx

 CIJ Celaya

 46 1614 9399



### Asesorías académicas

Población en general

Lunes

de 15:00 a 16:00

**Presencial**



### Yoga

Población en general

Martes y jueves

de 8:30 a 9:30

**Presencial**

# Guanajuato

## CIJ Guanajuato

Informes e inscripciones:

Calle Jaral de Berrio núm. 15, col. Ex Hacienda de Santa Teresa, 36250, Guanajuato, Gto.

 cijguanajuato@cij.gob.mx

 CIJ Guanajuato

 47 3102 8980



### Taller de dibujo

Población en general

Martes y jueves

16:00 a 17:00

**Presencial**



### Básquetbol

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes

Martes

de 16:30 a 18:00

**Presencial**



### Fútbol

Niñas y niños

Jueves

de 16:30 a 18:00

**Presencial**



### Taller de panadería

Adultos y adultos mayores

Miércoles

de 10:00 a 12:00

**Presencial**



## Taller de manualidades

Niñas y niños  
Martes y Jueves  
de 15:30 a 17:00

**Presencial**

## CIJ León

Informes e inscripciones:

Blvd. Hermanos Aldama núm. 1105, col. San Miguel, 37489, León, Gto.

 cijleon@cij.gob.mx

 CIJ León

 47 7712 1440



### Entrenamiento funcional

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes

Martes  
de 10:30 a 11:30

**Presencial**



### Zumba

Adultos mayores  
Lunes, martes, miércoles y  
jueves  
de 9:00 a 10:30

**Presencial**



### Taller de barbería

Población en general  
Lunes y miércoles  
de 15:00 a 18:00

**Presencial**



### Taller de juegos (mesa, interactivo y tradicionales)

Adolescentes, jóvenes  
y adultos  
Martes  
de 17:00 a 18:30

**Presencial**



## Entrenamiento funcional

Adolescentes y jóvenes

Miércoles

de 10:30 a 11:30

**Presencial**



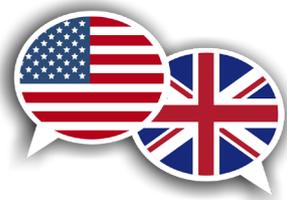
## Asesorías académicas

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes

Miércoles

de 14:00 a 15:30

**Presencial**



## Clases de inglés

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes

Miércoles

de 17:30 a 19:00

**Presencial**

# Guanajuato

## CIJ Salamanca

Informes e inscripciones:

Bvld. Rinconada de San Pedro núm. 502,  
fracc. Rinconada San Pedro (Infonavit II), 36765,  
Salamanca, Gto.

 [cijosalamanca@cij.gob.mx](mailto:cijosalamanca@cij.gob.mx)

 CIJ Salamanca

 46 4648 5300



### Tai chi chuan

Adultos y adultos mayores

Lunes y jueves  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**



### Yoga

Adultos

Miércoles y viernes  
de 17:30 a 18:30

**Presencial**



### Educación para la salud

Niñas, niños y adultos

Miércoles y viernes  
de 16:30 a 18:00

**Presencial**



### Taller de manualidades

Adolescentes, jóvenes  
y adultos

Miércoles y viernes  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**

## CIJ Acapulco

Informes e inscripciones:

Av. Niños Héroes núm. 132, esq. Comitán,  
col. Progreso, 39350, Acapulco, Gro.

 cijacapulco@cij.gob.mx

 CIJ Acapulco

 74 4486 3741



### Club de tareas

Niñas y niños  
Lunes, miércoles y viernes  
de 15:00 a 16:00

**Presencial**



### Taller de dibujo

Niñas y niños  
Lunes, miércoles y viernes  
16:00 a 17:00

**Presencial**



### Taller de jardinería

Población en general  
Martes y jueves  
de 15:00 a 16:00

**Presencial**



### Activación física

Población en general  
Martes y jueves  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**

## CIJ Pachuca

Informes e inscripciones:

San Martín de Porres núm. 100, esq. Blvd.

Pachuca-Tulancingo, fracc. Canutillo, 42070,

Pachuca, Hgo.

 cijpachuca@cij.gob.mx

 CIJ Pachuca

 77 1713 1607



### Taller de nutrición

Población en general

Miércoles, jueves  
y viernes

de 16:00 a 17:00

**Presencial**



### Ajedrez

Adolescentes, jóvenes,  
adultos y adultos mayores

Jueves

de 14:00 a 16:00

**Presencial**

## CIJ Guadalajara Centro

Informes e inscripciones:

Federación núm. 125, col. La Perla, 44360,  
Guadalajara, Jal.

 [gdlcentro@cij.gob.mx](mailto:gdlcentro@cij.gob.mx)

 CIJ Guadalajara Centro

 33 3618 0713



### Yoga

Población en general  
Martes  
de 18:00 a 19:00

**Presencial**



### Educación básica para adultos (INEA)

Adolescentes, jóvenes,  
adultos y adultos mayores  
Jueves  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Coro

Población en general  
Jueves  
de 17:00 a 19:00

**Presencial**



### Taller de huertos comunitarios

Población en general  
Martes y miércoles  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**

## CIJ Guadalajara Sur

Informes e inscripciones:

Calle Arroz núm. 501, col. La Nogalera,  
44470, Guadalajara, Jal.

 cijguadsur@cij.gob.mx

 CIJ Guadalajara Sur

 33 3670 2512



### Clases de baile

Población en general  
Sábado y domingo  
de 16:00 a 19:00

**Presencial**



### Club de tareas

Niñas y niños  
Lunes y miércoles  
de 16:00 a 17:30

**Presencial**



### Educación básica para adultos (INEA)

Adolescentes,  
jóvenes y adultos  
Jueves  
de 14:00 a 16:00

**Presencial**



### Activación física

Adultos  
Lunes a viernes  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**

## CIJ Tlaquepaque

Informes e inscripciones:

Eduardo B. Moreno núm. 225, edif. 1, col.

La Asunción, 45527, Tlaquepaque, Jal.

 [cijtlaquepaque@cij.gob.mx](mailto:cijtlaquepaque@cij.gob.mx)

 CIJ Tlaquepaque

 33 3680 5332



## Estrategias de autocuidado

Adultos

Miércoles

de 11:00 a 12:30

**Presencial**

## CIJ Zapopan Kena Moreno

Informes e inscripciones:

Carretera a Tesistán y Periférico s/n, Módulo 7, col. Estatuto Jurídico

FOVISSSTE, 45130, Zapopan, Jal.

 cijprev\_zapopan@cij.gob.mx

 CIJ Zapopan Kena Moreno

 33 3365 6423



### Taller de pintura

Adolescentes, jóvenes y  
adultos

Jueves  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**



### Taller de crochet

Población en general

Jueves  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Activación física

Población en general

Jueves  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



### Yoga

Población en general  
Martes, miércoles y jueves

de 9:00 a 10:30

**Presencial**

## CIJ Zapopan Norte

Informes e inscripciones:

Carretera a Tesistán y Periférico s/n, Módulo 7, col. Estatuto Jurídico

FOVISSSTE, 45130, Zapopan, Jal.

 cijzapopannorte@cij.gob.mx

 CIJ Zapopan Norte

 33 3365 6423



### Taller de pintura

Adolescentes, jóvenes  
y adultos

Jueves  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**



### Taller de crochet

Población en general

Jueves  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Yoga

Población en general  
Martes, miércoles y jueves  
de 9:00 a 10:30

**Presencial**



### Activación física

Población en general

Jueves  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**

## CIJ Apatzingán

Informes e inscripciones:

Calle Félix Palavicini núm.1,  
col. Palmira, 60680, Apatzingán Mich

 cijapatzingan@cij.gob.mx

 CIJ Apatzingán

 443 186 0224



### Activación física

Niñas y niños  
Jueves  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



### Taller de manualidades

Adolescentes, jóvenes  
y adultos  
Jueves  
de 9:00 a 10:30

**Presencial**



### Taller de relajación y meditación

Población en general  
Martes  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**

# Michoacán

## CIJ Morelia

Informes e inscripciones:

Av. Acueducto núm. 824, col. Chapultepec

Nte., 58260, Morelia, Mich.

 [cijmorelia@cij.gob.mx](mailto:cijmorelia@cij.gob.mx)

 CIJ Morelia

 44 3324 3381



### Yoga

Población en general

Martes y jueves  
de 18:00 a 19:00

**Presencial**



### Taller de huertos comunitarios

Población en general

Miércoles  
de 12:00 a 14:00

**Presencial**



### Hábitos saludables

Adolescentes y  
jóvenes

Miércoles  
de 17:00 a 18:00,  
Viernes  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



### Taller de finanzas personales

Adultos

Martes  
de 17:30 a 18:30

**Presencial**

 Google Meet

# Michoacán

## CIJ Zamora

Informes e inscripciones:

Av. Santiago núm. 457, col. Valencia 2a.

Sección, 59610, Zamora, Mich.

 cijzamora@cij.gob.mx

 CIJ Zamora

 35 1517 6910



### Yoga

Adolescentes, jóvenes y adultos

Martes y jueves  
de 8:00 a 10:00

**Presencial**



### Básquetbol

Adolescentes y jóvenes

Miércoles  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**



### Fútbol

Niñas y niños  
Jueves  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**



### Taller de manualidades

Niñas y niños  
Martes  
de 17:00 a 18:00,  
Viernes  
de 15:30 a 16:30

**Presencial**



## Yoga

Adolescentes, jóvenes, adultos  
y adultos mayores

Lunes  
de 18:00 a 19:30



## Taller para el uso de tecnologías

Adultos mayores  
Lunes  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**



## Taller de huertos comunitarios

Adolescentes, jóvenes y adultos  
Viernes  
de 8:30 a 10:00

**Presencial**



## Educación para la salud

Adultos mayores  
Miércoles  
de 10:00 a 11:30

**Presencial**



## **Atletismo**

Niñas y niños  
Viernes  
de 15:30 a 16:30

**Presencial**

## CIJ Tepic

Informes e inscripciones:

Montes Andes núm. 45, esq. Río Elba,  
col. Lindavista, 63110, Tepic, Nay.

 cltepic@cij.gob.mx

 CIJ Tepic

 31 1218 7482



### Clases de baile

Adolescentes y jóvenes  
Miércoles y viernes  
de 16:00 a 18:00

**Presencial**



### Actividad física (patinaje)

Adolescentes y jóvenes  
Martes y jueves  
de 16:00 a 18:00

**Presencial**



### Clases de escritura hebrea

Población en general  
Jueves  
de 16:00 a 18:00



### Taller de mandalas

Niñas y niños  
Lunes  
de 16:00 a 18:00

**Presencial**

# Nuevo León

## CIJ Apodaca

Informes e inscripciones:

Calle Chile S/N entre Bulgaria y Brasil Col. Nuevo Amanecer Primer Sector 66636, Apodaca, N.L.

 cijapodaca@cij.gob.mx

 CIJ Apodaca

 81 8386 6994



### Taller de manualidades

Adultos mayores  
Jueves  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Club de tareas

Niñas y niños  
Miércoles  
de 13:30 a 15:00

**Presencial**



### Taller de nutrición

Adultos  
Lunes  
de 9:30 a 11:00

**Presencial**



### Taller de guitarra

Adultos  
Viernes  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**

## CIJ Guadalupe

Informes e inscripciones:

Av. Zaragoza núm. 517 Norte,  
entre Gral. Bravo y Dr. Morones Prieto, Zona  
Centro, 67100, Guadalupe, N.L.

 cijguadalupe@cij.gob.mx

 CIJ Guadalupe

 81 8367 1083



### Taller de danza

Adultos y adultos mayores

Lunes a viernes  
de 8:00 a 10:00

**Presencial**



### Taller de manualidades

Adolescentes y jóvenes

Martes  
de 15:00 a 16:00

**Presencial**

# Nuevo León

## CIJ Monterrey

Informes e inscripciones:

Dr. Raúl Calderón González núm. 240, col.

Sertoma, 64710, Monterrey, N.L.

 [cijmonterrey@cij.gob.mx](mailto:cijmonterrey@cij.gob.mx)

 CIJ Monterrey

 81 8348 0311



### Yoga

Adolescentes y jóvenes  
Miércoles y viernes  
de 13:00 a 14:00

**Presencial**



### Activación física

Adolescentes y jóvenes  
Lunes, miércoles y viernes  
de 10:30 a 11:30

**Presencial**



### Estrategias para el desarrollo de un proyecto de vida

Adolescentes y jóvenes  
Lunes y miércoles  
de 13:00 a 14:00

**Presencial**

## CIJ Huatulco

Informes e inscripciones:

Calle Bugambilia núm. 204, mz. 1, lt. 2, Sector H,  
col. Centro 70988, Santa Cruz Huatulco, Oax.

 [cijhuatulco@cij.gob.mx](mailto:cijhuatulco@cij.gob.mx)

 CIJ Huatulco

 95 8105 1524



### Taller de manualidades

Adultos mayores  
Miércoles  
de 10:00 a 13:00

**Presencial**



### Activación física

Adultos mayores  
Martes  
de 10:00 a 13:00

**Presencial**



### Danza árabe-oriental

Población en general  
Martes y jueves  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**

## CIJ Oaxaca

Informes e inscripciones:

Lote 1, paraje El Tule, Jurisdicción Municipal  
de San Bartolo, 71256, Coyotepec, Oax.

 cijoaxaca@cij.gob.mx

 CIJ Oaxaca

 95 1143 1537



### Taller de huertos comunitarios

Población en general

Martes

de 16:00 a 17:00

**Presencial**



### Karaoke

Población en general

Viernes

de 16:00 a 17:00

**Presencial**



### Cine club

Población en general

Lunes

de 16:00 a 17:00

**Presencial**

# Puebla

## CIJ Puebla

Informes e inscripciones:

Calle Ignacio Allende núm. 57, Insurgentes

Ote., 72540, Puebla, Pue.

 cijpuebla@cij.gob.mx

 CIJ Puebla

 22 2246 2008



### Taller de finanzas personales

Adolescentes, jóvenes  
y adultos

Viernes  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**



### Taller de ortografía

Niñas y niños  
Viernes  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Taller de lectoescritura

Niñas y niños  
Viernes  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



### Estrategias para el desarrollo de un proyecto de vida

Adolescentes, jóvenes y adultos  
Viernes  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**

## CIJ Tehuacán

Informes e inscripciones:

Privada 11 Poniente núm. 916, fracc. Niños

Héroes de Chapultepec, 75760, Tehuacán, Pue.

 cijtehuacan@cij.gob.mx

 CIJ Tehuacán

 23 8382 8917



### Ajedrez

Niñas, niños, adolescentes  
y jóvenes

Jueves  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**



### Taller de matemáticas

Niñas, niños, adolescentes  
y jóvenes

Jueves  
de 13:00 a 14:00

**Presencial**



### Taller de bisutería

Población en general

Jueves  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



## **Club de tareas**

Niñas y niños  
Lunes y martes  
de 16:00 a 17:30,  
Miércoles  
de 16:00 a 17:00,  
Jueves  
de 14:00 a 15:00

**Presencial**



## **Taller de manualidades**

Niñas y niños  
Viernes  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**

## CIJ Querétaro

Informes e inscripciones:

Av. de los Teotihuacanos s/n, esq. Purépechas,  
col. Cerrito Colorado, 76116, Querétaro, Qro.

 [cijqueretaro@cij.gob.mx](mailto:cijqueretaro@cij.gob.mx)

 CIJ Querétaro

 44 2218 3858

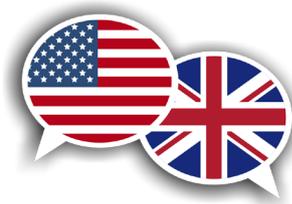


### Taller de manualidades

Adolescentes y jóvenes

Lunes  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**



### Clases de inglés

Adolescentes y jóvenes

Lunes  
de 18:00 a 19:00

**Presencial**



### Básquetbol

Adolescentes y jóvenes

Viernes  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**



### Taller de guitarra

Adolescentes y jóvenes

Lunes  
de 13:30 a 15:00,  
Viernes  
de 10:00 a 11:30

**Presencial**

## CIJ Chetumal

Informes e inscripciones:

Calle Subteniente López núm. 458, mz. 686,  
esq. av. Magisterial, col. Residencial Chetumal,  
77039, Chetumal, Q. Roo

 [cijchetumal@cij.gob.mx](mailto:cijchetumal@cij.gob.mx)

 CIJ Chetumal

 98 3837 9061



## Hábitos saludables

Niñas y niños  
jueves  
de 16:30 a 18:30

**Presencial**

# Quintana Roo

## CIJ Cozumel

Informes e inscripciones:

Av. Pedro Joaquín Coldwell núm. 450, entre 5  
Sur y Morelos, Zona Centro, 77600, Cozumel,  
Q. Roo.

 [cijcozumel@cij.gob.mx](mailto:cijcozumel@cij.gob.mx)

 CIJ Cozumel

 98 7872 6377



### **Karate**

Niñas, niños, adolescentes  
y jóvenes  
Miércoles y viernes  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**



### **Taller de jardinería**

Población en general  
Viernes  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**

## CIJ Playa del Carmen

Informes e inscripciones:

Av. Montes Azules mz. 17, lt. 41, fracc.

Santa Fe, 77710, Playa del Carmen, Q. Roo.

 [cijplayadelcarmen@cij.gob.mx](mailto:cijplayadelcarmen@cij.gob.mx)

 CIJ Playa del Carmen

 98 7872 6377



### Yoga

Adultos

Viernes

de 14:00 a 16:30

**Presencial**

# San Luis Potosí

## CIJ San Luis Potosí

Informes e inscripciones:

Madroños núm. 394, Fracc. Jardines del  
Sur, 78399, San Luis Potosí, S.L.P.

 [cijslp@cij.gob.mx](mailto:cijslp@cij.gob.mx)

 CIJ San Luis Potosí

 44 4112 0079



### Taller de pintura

Adultos

Lunes

de 11:30 a 12:30

**Presencial**



### Taller de manualidades

Adultos mayores

Lunes

de 12:30 a 14:00

**Presencial**



### Clases de matemáticas

Adolescentes y jóvenes

Martes y jueves

de 17:00 a 18:00

**Presencial**

## CIJ Escuinapa

Informes e inscripciones:

Av. de las Américas s/n, entre Blvd. Morelos y 29 de Febrero, col. Santa Lucía, 82400, Escuinapa, Sin.

 cijescuinapa@cij.gob.mx

 CIJ Escuinapa

 69 5953 1311



### Taller de bordado

Adolescentes, jóvenes,  
adultos y adultos mayores

Lunes  
de 15:00 a 18:00

**Presencial**



### Taller de pintura

Adolescentes, jóvenes,  
adultos y adultos mayores

Miércoles y viernes  
de 15:00 a 17:00

**Presencial**



### Taller de elaboración de dulces regionales

Niñas y niños  
Viernes

de 16:00 a 18:00

**Presencial**



### Taller de pintura textil

Adolescentes, jóvenes,  
adultos y adultos mayores

Martes y jueves  
de 16:00 a 18:00

**Presencial**

## CIJ Guamúchil

Informes e inscripciones:

Av. Adolfo López Mateos # 390 Esq. Dr. de la Torre, Col. Morelos, C.P. 81460, Guamúchil, Sin.

 [cijguamuchil@cij.gob.mx](mailto:cijguamuchil@cij.gob.mx)

 CIJ Guamúchil

 6737322547



### **Club de tareas**

Niñas y niños

Lunes

de 13:00 a 15:00

**Presencial**

## CIJ Guasave

Informes e inscripciones:

Bvd. Insurgentes y Lázaro Cárdenas s/n,  
col. Ejidal, 81020, Guasave, Sin.

 [cijguasave@cij.gob.mx](mailto:cijguasave@cij.gob.mx)

 CIJ Guasave

 68 7872 8277



### Clases de cocina

Niñas y niños

Lunes, miércoles y viernes  
de 15:00 a 17:00

**Presencial**



### Zumba

Población en general

Lunes a viernes  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**

## CIJ Los Mochis / Los Mochis Centro

Informes e inscripciones:

Bvd. Los Banqueros núm. 1379 Pte., Sector  
Norponiente, entre Ludwig Van Beethoven y  
Dren Juárez, 81229, Los Mochis, Sin.

 [cijlosmochis@cij.gob.mx](mailto:cijlosmochis@cij.gob.mx)

 CIJ Los Mochis/CIJ Los Mochis Centro

 66 8812 9324



### Cine club

Población en general  
Viernes  
de 15:00 a 17:00

**Presencial**

## CIJ Mazatlán

Informes e inscripciones:

Kena Moreno s/n, entre av. Revolución y  
Edo. de Occidente, col. Periodistas, 82120,  
Mazatlán, Sin.

 cijmazatlan@cij.gob.mx

 CIJ Mazatlán

 66 9984 4265



### Taller de juegos de mesa

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes

Lunes  
de 16:00 a 17:30

**Presencial**



### Tai-chí

Adultos y adultos mayores

Martes  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**



### Asesorías académicas

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes

Lunes  
de 9:00 a 10:30

**Presencial**



### Taller de manualidades

Población en general

Miércoles  
de 16:30 a 18:00

**Presencial**

 Google Meet



## **Activación física**

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes  
Martes y jueves  
de 16:00 a 17:30

**Presencial**



## **Cine club**

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes  
Viernes  
de 18:00 a 19:30

**Presencial**

## CIJ Nogales

Informes e inscripciones:

Calle Vinorama s/n, esq. Prolongación calle  
Vinorama, col. Álamos, 84085, Nogales, Son.

 [cijnogales@cij.gob.mx](mailto:cijnogales@cij.gob.mx)

 CIJ Nogales

 63 1313 3030



### Taller de huertos comunitarios

Población en general

Lunes y viernes  
de 9:00 a 11:00

**Presencial**



### Taller de finanzas personales

Adultos

Miércoles y viernes  
de 10:00 a 12:00

**Presencial**

## CIJ Villahermosa

Informes e inscripciones:

Fernando Montes de Oca núm. 208, col.

Lindavista, 86050, Villahermosa, Tab.

 cijvillahermosa@cij.gob.mx

 CIJ Villahermosa

 99 3315 9627



### Taller de emprendimiento

Adolescentes y jóvenes

Martes

de 15:00 a 16:30

**Presencial**



### Club de tareas

Niñas y niños

Lunes y miércoles

de 16:00 a 17:30

**Presencial**

# Tamaulipas

## CIJ Ciudad Victoria

Informes e inscripciones:

Bvd. Zeferino Fajardo s/n, esq. con Bolivia,  
col. Libertad, (antes rastro municipal)

87019, Ciudad Victoria, Tamps.

 cijvictoria@cij.gob.mx

 CIJ Ciudad Victoria

 83 4305 6368



### Clases de inglés

Población en general

Martes y jueves  
de 14:00 a 15:00

**Presencial**

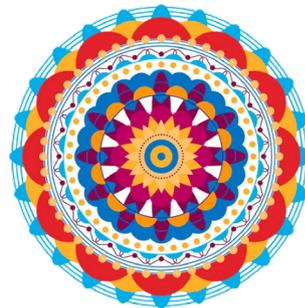


### Taller de hábitos saludables

Población en general

Jueves  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



### Taller de mandalas

Población en general

Martes  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



### Taller de juegos (mesa, interactivo y tradicionales)

Niñas, niños

Lunes y miércoles  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



## Cine club

Niñas, niños,  
adolescentes y jóvenes  
Viernes  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**



## Taller de manualidades

Población en general  
Viernes  
de 10:00 a 11:00

**Presencial**



## Activación física

Adultos y adultos mayores  
Martes y jueves  
de 9:00 a 10:00

**Presencial**



## Club de lectura

Adolescentes, jóvenes,  
adultos y adultos mayores  
Miércoles  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



## **Estrategias para el desarrollo de un proyecto de vida**

Adolescentes, jóvenes y adultos

Lunes

de 11:00 a 12:00

**Presencial**

## CIJ Tampico

Informes e inscripciones:

Priv. Cuauhtémoc núm. 113, esq. Hidalgo,  
col. Primavera, 89130, Tampico, Tamps.

 cijtampico@cij.gob.mx

 CIJ Tampico

 83 3217 4770



### Ajedrez

Adolescentes y jóvenes  
Lunes y miércoles  
de 15:30 a 16:30

**Presencial**



### Taller de lectura y redacción

Adolescentes y jóvenes  
Lunes y miércoles  
de 16:00 a 17:30

**Presencial**



### Educación básica para adultos (INEA)

Población en general  
Martes y jueves  
de 10:00 a 13:30

**Presencial**



### Club de lectura

Niñas y niños  
Viernes  
de 11:00 a 12:00

**Presencial**



## Ajedrez

Niñas y niños  
Viernes  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**



## Taller de pintura

Niñas y niños  
Martes  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**



## Taller de bisutería

Niñas y niños  
Jueves  
de 12:00 a 13:00

**Presencial**

## CIJ Tlaxcala

Informes e inscripciones:

Calle 6 núm. 2505, entre calle 25 y calle 27,  
col. Loma Xicohténcatl, 90070, Tlaxcala, Tlax.

 [cijtlaxcala@cij.gob.mx](mailto:cijtlaxcala@cij.gob.mx)

 CIJ Tlaxcala

 24 6462 8371



### Club de lectura

Adultos

Martes

de 19:00 a 20:00



### Club de lectura

Adolescentes y jóvenes

Martes y jueves

de 16:00 a 17:00

**Presencial**



### Taller de manualidades

Niñas y niños

Jueves

de 16:00 a 17:00

**Presencial**

## CIJ Xalapa

Informes e inscripciones:

Av. Acueducto y Ruiz Cortines s/n, col.

Unidad Magisterial, 91010, Xalapa, Ver.

 [cijxalapa@cij.gob.mx](mailto:cijxalapa@cij.gob.mx)

 CIJ Xalapa

 22 8815 0500



**Taller de dibujo**  
Población en general  
Martes y jueves  
de 16:00 a 18:00

**Presencial**

## CIJ Yucatán

Informes e inscripciones:

Calle 181 núm. 420x 187 diag. y 161 diag., col.

Nueva San José Tecoh 97290, Kanasín, Yuc.

 cijyucatan@cij.gob.mx

 CIJ Yucatán

 99 9596 2828



### Taller de pintura

Adolescentes y jóvenes

Lunes, jueves y sábado  
de 16:00 a 18:00

**Presencial**



### Taller de arte

Niñas y niños

Martes, miércoles y sábado  
de 16:00 a 18:00

**Presencial**



### Taller de huertos comunitarios

Niñas y niños

Sábado  
de 8:00 a 10:00

**Presencial**



### Taller de huertos comunitarios

Población en general

Martes  
de 8:00 a 10:00

**Presencial**



## **Fútbol**

Adolescentes y jóvenes  
Lunes a viernes  
de 18:00 a 20:00

**Presencial**



## **Taller de juegos (mesa, interactivo y tradicionales)**

Niñas, niños  
Miércoles y sábado  
de 10:00 a 12:00

**Presencial**

# Zacatecas

## CIJ Guadalupe Zacatecas

Informes e inscripciones:

Calle Dr. Rogelio Rodríguez s/n, col. Tierra y Libertad 2.ª Sección, 98615, Guadalupe, Zac.

 cijgpe.zacateca@cij.gob.mx

 CIJ Guadalupe Zacatecas

 49 2583 4254



### Educación básica para adultos (INEA)

Población en general  
Martes y jueves  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**



### Taller de juegos (mesa, interactivo y tradicionales)

Niñas y niños  
Martes  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**



### Taller de pintura

Niñas y niños  
Jueves  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**

# Zacatecas

## CIJ Zacatecas

Informes e inscripciones:

Parque Magdalena Varela Luján s/n, col.

Buenos Aires, 98056, Zacatecas, Zac.

 cijzac@cij.gob.mx

 CIJ Zacatecas

 49 2924 7733



### Zumba

Adolescentes, jóvenes  
y adultos

Lunes  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**



### Ajedrez

Niñas, niños, adolescentes  
y jóvenes

Lunes  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**



### Taller de lenguaje de señas

Población en general  
Miércoles  
de 12:00 a 14:00

**Presencial**



### Taller de maquillaje

Adolescentes, jóvenes  
y adultos

Martes  
de 16:00 a 17:00

**Presencial**



## Taller de flauta

Niñas, niños, adolescentes  
y jóvenes  
Martes  
de 16:00 a 17:30

**Presencial**



## Taller de guitarra

Niñas, niños, adolescentes  
y jóvenes  
Martes  
de 16:00 a 17:30

**Presencial**



## Club de tareas

Niñas, niños, adolescentes  
y jóvenes  
Jueves  
de 17:00 a 18:00

**Presencial**



## Taller de porras

Niñas, niños, adolescentes  
y jóvenes  
Martes y jueves  
de 16:00 a 18:00

**Presencial**

# Jóvenes en acción para la prevención



Explora nuestro sitio web y descubre a través de juegos, videos e interactivos información sobre drogas, sexualidad, violencias, salud mental, emociones y mucho más.



**Micrositio de Autodiagnóstico de Salud Mental y Adicciones**

Si el consumo de alcohol, tabaco, drogas o sustancias nocivas te genera problemas en tu vida, al momento o a largo plazo, ¡Conócelo!

Contesta estos tests, identifica el problema y encuentra una puerta abierta para dejarlo atrás.

- ALCOHOL
- TABACO
- DRUGAS
- DEPRESIÓN
- ANSIEDAD
- VIOLENCIA DE PAREJA
- RIESGO SUICIDA

Aviso de Privacidad Simplificado de Prevención de Adicciones y Salud Mental de los Centros de Integración Juvenil, A.C.

¿Sabes si estás en riesgo por el consumo de alguna droga?



**Cerebroemociónate**  
Socioemocionante

Descubre qué pasa en tu cerebro cuando experimentas ciertas emociones.



**Termoemociónate**  
Socioemocionante

Conoce y aplica ejercicios para regular tus emociones antes de explotar.

¿Cómo afecta el consumo de drogas a tu cerebro?

**Cerebro y alcohol**

Tu cerebro está en constante desarrollo, las drogas afectan su crecimiento.

**¿Qué te puede pasar?**

- Suñir de peso si no se trabaja en tu consumo.
- Dificultades para tener una erección (hombres).
- Accidentes de tránsito.
- Ser víctima de violencia, peleas y problemas con la ley.

**Por eso...**

- Si vas a beber, come previamente; el alimento ayuda a digerir el alcohol en tu cuerpo.
- Es mejor que tomes un vaso de agua o jugo entre cada trago.
- Bevivo que no sea bebida azucarada.
- Evita mezclar alcohol con medicamentos y otras drogas.
- No beber durante el embarazo.



¿Cuánto alcohol hay en un trago?

¿Te interesa saber cuánto alcohol hay en un trago? Este es un trago de alcohol estándar (150 ml) de un vaso de cerveza con 5% de alcohol.

¿Te interesa saber cuánto alcohol hay en un trago? Este es un trago de alcohol estándar (150 ml) de un vaso de cerveza con 5% de alcohol.

Alcoholímetros

¿Cuánto alcohol hay en un trago?



Calcula tu nivel de alcohol y checa si estás en condiciones de conducir.



**Centros de  
Integración  
Juvenil, A.C.**

## **ATENCIÓN PSICOLÓGICA EN LÍNEA CIJ CONTIGO**



**55 52 12 12 12 o envía un mensaje al**



**55 45 55 12 12**

**[www.gob.mx/salud/cij](http://www.gob.mx/salud/cij)**

**#MejorInfórmate**

