



El Socorro News

CLUB DE GOLF EL SOCORRO

f /Club de Golf El Socorro

@ElSocorroMVA

ElSocorroMVA

MANTENTE AL DÍA | DEPORTES | VIVE SALUDABLE | MONCLOVA HOY | TEAM KIDS SOCORRO | CULTURA EL SOCORRO | CLASIFICADOS

Hoy	Mañana	Sábado	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Lunes	Martes	Miércoles
18 mar	19 mar	20 mar	21 mar	22 mar	23 mar	24 mar	25 mar	26 mar	27 mar	28 mar	29 mar	30 mar	31 mar
21° 10°	21° 10°	23° 10°	25° 11°	33° 14°	29° 13°	30° 13°	24° 14°	27° 12°	31° 15°	20° 13°	22° 10°	24° 12°	30° 13°

MANTENTE AL DÍA



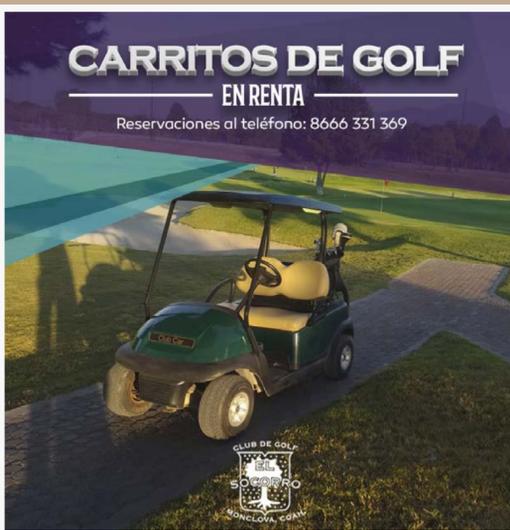
#DISFRUTAELSOCORRO

ALBERCA

PALAPA

COMIDA

TENEMOS UN ESPACIO SEGURO PARA TI Y TU FAMILIA



CARRITOS DE GOLF EN RENTA

Reservaciones al teléfono: 8666 331 369



Maestro HELADERO

Servicio a domicilio
TEL: 8661657397



Pa botanear

#ConsumeLocal

DEPORTES

GOLF

El número uno mundial del golf renuncia a los Juegos

El golf olímpico ha recibido dos sonoras bofetadas en los últimos días. La primera, el grave accidente de tráfico de Tiger Woods, en el que se rompió la pierna derecha, que le deja sin opciones de poder clasificarse para la cita de Tokio y que priva de paso a los Juegos del mayor reclamo mediático que pudiera tener (el regreso del golf al escenario olímpico, en Río 2016, tuvo mucho que ver con la figura de Tiger por lo incomprensible que era que uno de los grandes atletas de todos los tiempos no estuviera en la mayor cita deportiva). La segunda cuchillada la dio este sábado el número uno del mundo, el estadounidense Dustin Johnson, de 36 años. Al terminar la tercera ronda de The Players, el considerado quinto grande, Johnson aseguró que renuncia a ir a los Juegos de Tokio porque prefiere centrarse en otros torneos ante lo apretado de un calendario que este curso comprime la temporada.



DOMINIK KOEPFER FIRMÓ SORPRESIVA VICTORIA ANTE MILOS RAONIC

Milos Raonic no paró de hacer aspavientos, reclamar y refunfuñar hasta perder por completo la concentración y regalar cinco dobles faltas para finalmente entregar el partido. El canadiense —cuarto mejor sembrado— protagonizó otra sorpresa en el Abierto Mexicano de Tenis al caer ante el alemán Dominik Koepfer, quien se convirtió en verdugo del 19 del mundo para avanzar a los Cuartos de Final.



NATACIÓN

En puerta campeonato de natación

11.- Es divertido para toda la familia, pueden participar desde bebés hasta personas mayores. La natación es una actividad social para todos los grupos de edad.

12.- Puedes nadar en cualquier lugar donde haya una piscina, en el mar o un lago, por lo que es una estupenda manera de mantenerse en forma durante tus vacaciones.



GYM

10) CONSUMIR FRUTAS FRESCAS, VEGETALES Y ZUMOS

Los vegetales crudos sirven como excelentes aperitivos. Y lo mismo sucede con las frutas frescas. Es cierto que los zumos de frutas y vegetales contienen enzimas activas que se destruyen rápidamente con el procesado. Lo mismo pasa con los vegetales enlatados procesados a temperaturas elevadas. Por ejemplo, el procesado de alimentos puede disminuir su contenido de cromo en un 80 por 100. Otros contenidos de vitaminas y minerales sufren enormemente. El zumo embotellado es, sin embargo, nutritivo. Algunas variedades están cargadas de nutrientes y merece la pena consumirlas. En cualquier caso, evitad siempre los azúcares y aditivos.

VIDA SALUDABLE



SALUD

CREMA PARA CICATRIZAR LA PIEL

Esta receta es para uso diario o para acelerar la cicatrización de heridas superficiales de la piel.

Ingredientes
Hoja de col lavada: 1 unidad;
Aloe: 1 cucharada de postre;
Aceite esencial de rosa mosqueta: 30 gotas

Preparación y uso
En un tazón o maja, coloque la hoja de col, partiéndola en trozos más pequeños.

Utilice un macerador para molar la hoja manualmente y liberar su líquido.

Después de extraer todo el líquido de la hoja, cuele en otro recipiente pequeño y transféralo a un matraz donde estará el producto final.

Dentro del frasco, agregue la cucharada de postre de gel de aloe vera. Si vas a utilizar un gel extraído en el momento de la hoja, recuerda dejar escurrir primero el líquido amarillo. Luego retira el gel de la hoja con una cuchara y amasa.

Finalmente, agrega el aceite vegetal de rosa mosqueta para darle más hidratación a la crema hidratante y potenciar el efecto de repollo y aloe vera. Mezclar y cerrar la botella. Dará como resultado un suero en crema, que es un líquido ligeramente espeso. Puede aplicar esta crema hidratante en toda la piel, masajeándola diariamente, para mantenerla más saludable, o puede usarla en heridas leves para ayudar a curar, aplicándola dos o tres veces al día, especialmente antes de irse a dormir.



Gourmet

RECETAS PARA ELABORAR EN CASA

ESPAGUETI CON CAMARONES

Aprende a cómo hacer este delicioso espagueti con camarones con esta receta que traemos para ti. Disfruta la frescura de los mariscos y déjate sentir.

INGREDIENTES Para 4 personas
-1 paquete de Espagueti cocido
-250 gr de Camarones, limpios
-4 dientes de Ajos, finamente picados
-2 cucharadas de Aceite de Oliva
-1 cucharada de Chile de Arbol seco picado
-180 gr de Queso Parmesano rallado
-Sal y pimienta al gusto

PROCEDIMIENTO
CALIENTA el aceite en una sartén y dora el ajo.

AÑADE el chile seco y dora por 2 minutos moviendo de manera constante.

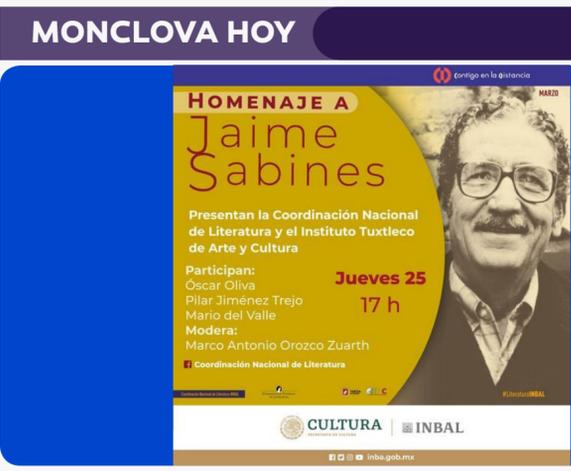
AGREGA los camarones y cocina por 2 minutos.

AÑADE el espagueti y salpimienta. Mezcla todos los ingredientes y rectifica sazón.

SIRVE y espolvorea el queso.



MONCLOVA HOY



Museo Pape
La Coordinación Nacional de Literatura invita este 25 de marzo al homenaje al poeta Jaime Sabines, organizado junto con el Tuxtla Cultural. Participan: Oscar Oliva, Pilar Jiménez Trejo y Mario del Valle. Modera: Marco Antonio Orozco Zuarth.

TEAM KIDS SOCORRO



SUCULENTAS DE PAPEL

Si te gustan las suculentas, esta idea te encantará y lo mejor es que solo necesitas papel, tijeras y silicón caliente. Son ideales para un centro de mesa o para un cuadro.

Materiales
o Plantilla descargable
o Tijeras
o Silicón caliente
o Taza
o Piedras

Procedimiento

1. Imprime y recorta la plantilla.
2. Taza dos piezas de cada tamaño sobre la cartulina y recorta.
3. Con ayuda de las tijeras encha ligeramente las hojas. Mezcla de forma intercalada las hojas comenzando por las más pequeñas.
4. Coloca las piedras en la taza y pega la suculenta.

CULTURA EL SOCORRO



Golsa Golchini nos invita a formar parte de pinturas que se salen de los marcos

En sus pinturas, la artista con sede en Milán crea increíbles pinturas de técnica mixta utilizando pinceladas gruesas para representar los volúmenes del agua, la niebla y otros elementos que saltan de los lienzos. "Mis obras de arte son mi forma de comunicarme con el espectador sobre las cosas de la vida cotidiana que todos tenemos en común. Cosas que hacemos, objetos que usamos, emociones que sentimos". "Estas acciones representadas en mis obras de arte son muy simples como el cartón en el que están dibujadas. Mi objetivo es sumergir al observador en la obra y hacerle ver el mundo y las acciones cotidianas de una manera diferente".