



TR trafimar

BIENVENIDO A LA CIUDAD DE MÉXICO

BIENVENIDO A MÉXICO

Trafimar te da la más cordial bienvenida a tu nuevo destino.

A lo largo de este documento, encontrarás información útil y práctica para hacer de tu proceso de reubicación una agradable experiencia.

Queremos ayudarte a ti y a tu familia a tener las menores complicaciones durante tu transición a Ciudad de México y a lo largo de tu estadía en esta maravillosa ciudad.

Te deseamos mucho éxito y alegría durante tu estancia en México.



Recuerda: Sólo imprimir este documento si es necesario. Puedes consultar este archivo en tu celular o tablet. En nosotros está el cuidar el medio ambiente. Reciclar y reducir el consumo de hojas.



CONTENIDO

1 Mapas de México

México en el mundo	4
México y la Ciudad de México	4
Zona Metropolitana del Valle de México	5

2 Introducción

Información General	6
Principales días festivos	7

3 Vida diaria en México

Salud	9
Hospitales	10
Seguridad	12
Marcación telefónica	14
Bancos	14
Compras	15
Transporte	16

4 Arte, cultura y entretenimiento

Sitios de interés en la Ciudad de México	18
Museos en la Ciudad de México	20
Excursiones en fin de semana	21
Restaurantes	22
Clubes deportivos y gimnasios	23
Actividades para niños	25
Viajes	26

5	Integración Cultural	
	Elementos culturales	27
	Etiqueta social	29
	Negocios en México	29
6	Búsqueda de casa en la Ciudad de México	
	Bienes raíces en México	31
	Zonas residenciales en la Ciudad de México	32
7	Búsqueda de escuela en la ciudad de México	
	Educación en México	35
	Admisiones	36
	Requisitos	36
	Recomendaciones	36
	Información Relevante	36
	Notas importantes sobre el proceso de inscripción y de admisión	37
	Escuelas en la Ciudad de México	38
8	Sitios de internet recomendados	
	Turismo en la Ciudad de México	42
	Guías turísticas de la Ciudad de México	42
	Descubrir México	42
	Comunidades de expatriados	42
9	Teléfonos de emergencia	43
10	Anexos	44

1 MAPAS DE MÉXICO

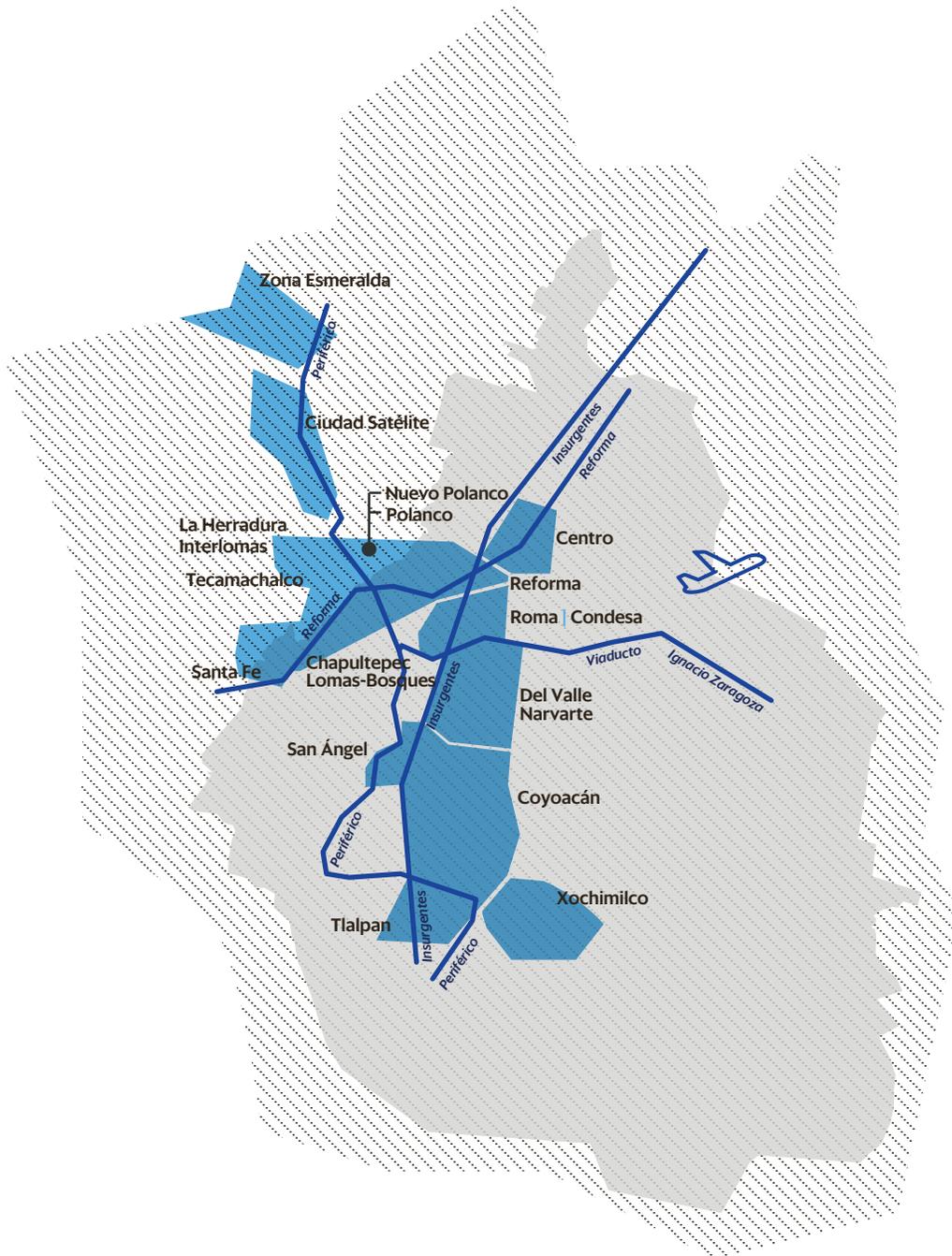
México en el mundo



México y la Ciudad de México



Zona Metropolitana del Valle de México



2 INTRODUCCIÓN

Oficialmente llamado **Estados Unidos Mexicanos**, es un país situado en la parte meridional de América del Norte. Limita al norte con los Estados Unidos de América, al sureste con Belice y Guatemala, al oriente con el golfo de México y el mar Caribe y al poniente con el océano Pacífico. Es el décimo cuarto país más extenso del mundo, **con una superficie cercana a los 2 millones de km². Su población ronda los 115 millones de personas en 2011.**

México es un país que se caracteriza por una historia compuesta por la cultura indígena y española que hacen de México un país mestizo rico en paisajes magníficos, tradiciones, culturas diversas, lenguas, música y colores.

Durante su estancia, tendrá la oportunidad de conocer algunos de los sitios reconocidos internacionalmente ya que México cuenta con 27 lugares reconocidos por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) como Patrimonio Cultural de la Humanidad (existen 204 ciudades en el mundo) y 4 como Patrimonio Natural.

Información general

Clima

México es un país con una gran diversidad climática. Por su situación geográfica, es posible encontrar climas fríos de alta montaña a unos cuantos centenares de kilómetros de los climas más calurosos de la llanura costera.

La temporada húmeda en la CDMX abarca de mayo a noviembre, si bien la pluviosidad es mayor entre los meses de junio y agosto.

	Primavera	Verano	Otoño	Invierno
Mínima promedio	12° C	13° C	10° C	5° C
Temperatura media	20° C	17° C	17° C	15° C
Máxima promedio	27° C	25° C	23° C	22° C

Altitud

La ciudad de México se encuentra a 2,250 metros sobre el nivel del mar.

Moneda

Peso Mexicano (MXP)

Religión

La mayor parte de los capitalinos profesa la religión católica. Existe una gran devoción a la **Virgen de Guadalupe**. Su templo principal es la Basílica de Guadalupe o La Villa, ubicada en la ciudad de México.

Idioma

La mayoría tiene como lengua materna el **español**, al que el estado reconoce como **lengua nacional, aunque no oficial**, junto a 67 lenguas indígenas.

Principales días festivos

Las fechas marcadas en color **rojo** son días oficiales de descanso.

Enero

1 Año Nuevo.

6 Día de los Santos Reyes.

Febrero

2 Día de la Candelaria.

Constituye cada año el final del periodo navideño, pues es cuando el Niño Jesús fue presentado en el Templo por sus padres, según la costumbre judía. En el Día de la Candelaria se hace el "levantamiento del Niño Jesús", que consiste en llevar la imagen a bendecir al templo, así como levantar y quitar todas las figuras de los nacimientos para guardarlas hasta la celebración de la próxima Navidad. También es costumbre popular que este día, quienes el 6 de enero anterior durante la partida de Rosca de Reyes encontraron el "muñeco", ofrezcan a amigos y familiares atoles (bebida a base de maíz) y tamales (alimento tradicional mexicano).

5 Día de la Constitución.

Es el día en que se conmemora la promulgación de la Constitución Mexicana.

24 Día de la Bandera.

Marzo

21 Natalicio de Benito Juárez.

Famoso presidente Mexicano y héroe nacional. También se celebra en esta fecha el inicio de la primavera.

Abril

Semana Santa.

El jueves, el viernes y el sábado santos, o triduo pascual, simbolizan el cambio del mundo viejo al nuevo, son los días de renovación a través de la búsqueda y muerte de Jesús. Esta fiesta está regida por el calendario litúrgico de la iglesia católica, por lo que **sus fechas son movibles**, varían en sus inicios entre finales del mes de marzo y principios del mes de abril de cada año. *Nota: Las escuelas están cerradas generalmente durante 2 semanas: Semana Santa y Pascua. Las oficinas sólo están cerradas el jueves y el viernes de Semana Santa.*

30 Día del niño. No hay clases.

Mayo

1 Día del trabajo.

Equivalente al "Labor Day" en Estados Unidos.

5 Cinco de Mayo.

En este día honra la victoria mexicana sobre el ejército francés en Puebla de Los Ángeles en 1862.

10 Día de las Madres.

Debido a la importancia de la madre en la cultura mexicana, el Día de las Madres es una celebración especialmente significativa. No hay clases y las oficinas suelen cerrar, por lo menos medio día.

Septiembre

1 Informe anual del Presidente.

Antes lo leía el Presidente ante el Congreso, ahora sólo lo entrega y sale publicado al día siguiente. El presidente entrega el mando el primero de diciembre cada 6 años.

16 Día de la Independencia.

Celebra el día que Miguel Hidalgo dio "El Grito de independencia" en Dolores, Guanajuato; y con esto anunció el comienzo de la guerra de Independencia contra la colonia española.

Octubre

2 de Octubre.

Se recuerda la Matanza de Tlatelolco de los estudiantes en 1968.

12 Día de la Raza.

En este día se conmemora el arribo de Cristóbal Colón a América y los orígenes de la raza mexicana.

Noviembre

1 y 2 Día de los Muertos.

Celebración mexicana muy importante que une las creencias Precolombinas y Catolicismo moderno. La mezcla entre el día de "Todos los Santos" de Europa y el culto Azteca confluyen en estos dos días en que México honra a los muertos.

20 Día de la Revolución Mexicana.

Festividad nacional.

Diciembre

12 Día de Nuestra Señora de Guadalupe.

Es celebrada haciendo honores a la llamada "Patrona de México".

16 al 24 "Las Posadas".

Celebra la búsqueda de María y José por albergue en Belen, con una procesión con velas que termina en una representación de la misma, algunas veces con obras teatrales y rompiendo piñatas, tradicionalmente llenas de frutas de la estación y dulces.

24 Nochebuena.

25 Navidad.



3 VIDA DIARIA EN MÉXICO

Salud

Durante los primeros tres meses en México, usted comenzará a ajustarse a nuevos alimentos y hábitos de comida por lo que le sugerimos lo siguiente:

- No comer alimentos de vendedores callejeros.
- No beber agua de la llave. El agua de la llave se puede utilizar para cepillarte los dientes.
- Lavar las verduras antes de consumirlas. En cualquier supermercado encontrará gotas desinfectantes.
- Evitar productos lácteos en las primeras semanas de su estancia.
- Hay algunos condimentos utilizados en la cocina mexicana que pueden ser picantes y difíciles de digerir como chiles, salsas, mole o comidas muy grasosas. Sin embargo, nuestra cocina ha sido declarada "patrimonio de la humanidad" así es que ¡disfrútela!
- En días de contingencia ambiental evitar las actividades al aire libre. La contaminación de la ciudad, así como la sequedad por la altura, pueden causar irritación de ojos, nariz y garganta.
- Los colegios tienen un seguro médico para sus alumnos. Asegúrense de darle al colegio los datos de su pediatra, así como su preferencia de hospital.
- A reserva de la opinión de su seguro médico y/o empresa, sugerimos que en caso de accidente o enfermedad, acuda a los servicios de emergencia del hospital más cercano. Los hospitales más recomendados por su calidad de instalaciones y de servicio médico son los hospitales de la cadena "Ángeles" o de la cadena "ABC" (American British Cowdray).



Zona centro

Reforma | Polanco | Nuevo Polanco | Condesa | Roma

Hospital ABC Observatorio

Sitio web: www.abchospital.com

Dirección: Sur 136 116, Del. Álvaro Obregón,
Col. Las Américas, C.P. 01120 CDMX, México.

Teléfono: 5230 8000

Urgencias: 5230 8000

Hospital Ángeles Mocol

Sitio web: www.hospitalesangeles.com/mocol

Dirección: Calle Gral. Juan Cano 107, San Miguel Chapultepec
I Secc, Miguel Hidalgo, C.P. 11850 CDMX, México.

Teléfono: 5278 2300

Urgencias: 5277 3020

Hospital Ángeles Metropolitano

Sitio web: www.hospitalesangeles.com/metropolitano

Dirección: Tlacotalpan 59 Col. Roma México, Del.
Cuauhtémoc C.P. 06760 CDMX, México.

Teléfono: 5265 1800 / 5265 1900

Urgencias: 5265 1801 / 5265 1802

Hospital Español

Sitio web: www.hespanol.com

Dirección: Ejercito Nacional # 613, Granada, C.P. 11520
CDMX, México.

Teléfono: 5255 9600

Urgencias: 5255 9600

Hospital Ángeles Roma

Sitio web: www.hospitalesangeles.com/roma

Dirección: Querétaro 58 Roma Norte Del. Cuauhtémoc,
C.P. 06700 CDMX, México.

Teléfono: 5265 3000

Urgencias: 5265 3000

Hospital Santa Mónica

Sitio web: www.hospitalesangeles.com/santamonica

Dirección: Temístocles 210, Polanco, Polanco IV Secc,
Miguel Hidalgo, C.P. 11560 CDMX, México.

Teléfono: 5531 3120

Urgencias: 5901 0632

Centro Médico Dalinde

Sitio web: www.dalinde.com

Dirección: Tuxpan 25 Colonia Roma Del. Cuauhtémoc,
C.P. 06760 CDMX, México.

Teléfono: 5265 2805

Urgencias: 5265 2800



Zona poniente

Lomas de Chapultepec | Bosques de las Lomas
Santa Fe | La Herradura | Interlomas

Hospital ABC Santa Fe

Sitio web: www.abchospital.com

Dirección: Av. Carlos Fernández Graef 154,
Cuajimalpa de Morelos, Tlaxala Santa Fe 05300

Teléfono: 1103 1600

Urgencias: 1103 1600

Hospital ABC Observatorio

Sitio web: www.abchospital.com

Dirección: Sur 136 116, Del. Álvaro Obregón,
Col. Las Américas C.P. 01120 CDMX, México.

Teléfono: 5230 8000

Urgencias: 5230 8000

Hospital Ángeles Interlomas

Sitio web: www.hospitalesangeles.com/lomas

Dirección: Av. Vialidad de la Barranca 240,
Hacienda de las Palmas, Huixquilucan, Edo. Méx, 52763

Teléfono: 5246 5000

Urgencias: 5246 4093

Zona sur

Pedregal | San Ángel | Del Valle | Nápoles

Hospital Ángeles Pedregal

Sitio web: www.hospitalesangeles.com/pedregal

Dirección: Camino a Sta. Teresa 1055 Col. Héroes de Padierna,
Del. Magdalena Contreras, C.P. 10700 CDMX, México.

Teléfono: 5449 5500

Urgencias: 5652 6987 / 5568 1540

Zona norte

Zona Esmeralda | Satélite | Lomas Verdes

Hospital Ángeles Interlomas

Sitio web: www.hospitalesangeles.com/lomas

Dirección: Av. Vialidad de la Barranca 240 Col. Valle de las
Palmas Huixquilucan, Edo. Méx, 52763

Teléfono: 5246 5000

Urgencias: 5246 5093

Star Médica Lomas Verdes

Sitio web: www.starmedica.com

Dirección: Av. Lomas Verdes #2165, Los Álamos , 53250
Naucalpan de Juárez

Teléfono: 2625 1700

Urgencias: 2625 1700 Ext. 5

Seguridad

Para asegurar su bienestar y el de su familia le damos las siguientes recomendaciones:

Seguridad personal

- Manténgase siempre alerta.
- Por la noche circule por lugares iluminados, evite callejones, matorrales, lotes vacíos.
- Búsque las llaves de su casa o automóvil con antelación, no las muestre pero téngalas listas.
- Evite tener dinero en exceso, programe sus gastos.

Seguridad en el hogar

Al igual que en cualquier ciudad del mundo, es recomendable seguir algunos estándares:

- Cuando compre o rente una casa o departamento, cambie las cerraduras.
- De preferencia instale luces exteriores de seguridad.
- Evite decir que no hay nadie en casa.
- Deje en un lugar visible todos los números telefónicos de los servicios de emergencia.
- Guarde una lista con los números de tarjetas bancarias en un lugar seguro.
- No tenga cheques firmados en su chequera.
- No proporcione datos personales por teléfono.
- Solicite a cualquier vendedor o trabajador que se identifique propiamente antes de entrar a su casa.
- Cuando salga de vacaciones notifique a algún pariente o vecino para que cuiden su casa.
- Cuando salga de vacaciones, cierre las llaves de gas y desconecte los aparatos eléctricos.

Seguridad en el vehículo

Conducir implica el seguimiento de lineamientos de seguridad. Probablemente muchas de las recomendaciones que mencionamos a continuación las conoce perfectamente pues debe seguirlas en su país de residencia actual:

Antes de Ingresar al automóvil

- Conozca exactamente a dónde quiere ir y cómo llegar (incluyendo rutas alternativas).
- Revise tener suficiente gasolina en el auto.
- Asegúrese de contar con los documentos necesarios:
 - > Permiso de Conducir.
 - > Seguro de automóvil.
 - > Identificación oficial.
 - > Tarjeta de circulación.



Mientras conduce

- Recuerde colocar el seguro en las puertas
- Deje suficiente espacio entre su auto y el vehículo de enfrente
- Evite conducir en zonas con poca iluminación y zonas desconocidas
- Si es posible, conduzca sobre el carril central y evite conducir cerca del área peatonal
- Evite el uso del celular.

Antes de bajarse del auto

- Cuando regrese a casa por la noche, le recomendamos no estacionar el auto en la vía pública, por su seguridad ingrese al estacionamiento de su edificio
- Nunca deje artículos de valor dentro de su vehículo como: bolsa, portafolio, laptop, teléfono celular, etc.

En caso de ser víctima de un robo o extravío de alguna pertenencia

- Mantenga la calma
- Reporte las pertenencias y documentos robados, especialmente tarjetas de crédito y algún documento oficial como pasaporte o tarjeta de residente temporal.

Números de emergencia	
Emergencias	080
Ambulancias	065
Policía	066
Bomberos	068
Denuncia anónima	089
Protección civil	56 83 22 22

Marcación telefónica

Los números locales de la Ciudad de México tienen 10 dígitos.

Marcando a México desde el extranjero	
Código del País	+52
Código de la ciudad de México	55

Larga distancia internacional				
00	+	código del país	+	número telefónico

Larga distancia nacional				
01	+	código de área	+	número telefónico

Teléfono celular desde el extranjero		
0052	+	número de 10 dígitos

Teléfono celular dentro de la ciudad desde un teléfono fijo
número de 10 dígitos

Teléfono celular dentro de la ciudad desde un teléfono celular
número de 10 dígitos

Operadora Asistida	
Larga distancia nacional	020
Larga distancia internacional	090
Llamadas por cobrar nacionales	020
Llamadas por cobrar internacionales	090

Bancos

Los principales bancos en México son:

- Banamex www.banamex.com
- Bancomer www.bancomer.com
- Banorte www.banorte.com
- HSBC www.hsbc.com.mx
- Ixe www.ixc.com.mx
- Scotiabank www.scotiabank.com.mx
- Santander www.santander.com.mx

Compras

Supermercados

- Wal-Mart www.walmart.com.mx
- Costco www.costco.com.mx
- Sam's Club www.sams.com.mx
- Superama www.superama.com.mx
- Soriana www.soriana.com
- Comercial Mexicana www.comercialmexicana.com

Papelerías

- Office Depot www.officedepot.com.mx
- Office Max www.officemax.com.mx

Tiendas de electrónicos

- Steren www.steren.com.mx
- Radio Shack www.radioshack.com.mx

Tiendas departamentales

- El Palacio de Hierro www.elpalaciodehierro.com
- Liverpool www.liverpool.com.mx
- Sears www.sears.com.mx

Centros Comerciales

Zona centro

Reforma | Polanco | Nuevo Polanco | Condesa | Roma

- Centro Comercial Antara www.antara.com.mx
- Reforma 222 www.reforma222.com

Zona poniente

Lomas de Chapultepec | Bosques de las Lomas | Santa Fe | La Herradura | Interlomas

- Centro Comercial Santa Fe www.centrosantafe.com.mx
- Paseo Interlomas www.paseointerlomas.mx
- Paseo Arcos Bosques www.paseoarcosbosques.com.mx

Zona sur

Pedregal | San Ángel | Del Valle | Nápoles

- Centro Comercial Perisur www.galerias.com/perisur
- Plaza Loreto <https://es-la.facebook.com/PlazaLoreto>

Zona norte

Zona Esmeralda | Satélite | Lomas Verdes

- Plaza Satélite www.plazasatelite.com.mx
- Galerías Atizapán www.galerias.com/atizapan

Transporte

Camino

Las autopistas de peaje de la mayor parte de México se encuentran generalmente en buen estado. Si quiere recorrer rápidamente distancias largas son muy eficientes y las casetas de peaje normalmente son económicas.

Recomendaciones para conducir en carretera

- Familiarícese con las señales de las carreteras y autopistas mexicanas.
- Tenga cuidado con los "topes" ya que son usualmente de gran tamaño y están situados a través de las carreteras y calles mexicanas
- Ganado suelto: caballos, vacas, puercos, y perros a menudo son encontrados vagando por los caminos de las afueras de la ciudad.
- Los sitios de construcción puede estar mal marcados; y el equipo y herramientas puede ser dejado en el camino.

Multas

Si es multado por violar el reglamento de tránsito en México, debe de ser expedida una multa que puede ser pagada en el banco o por Internet.

- Si usted paga la multa durante los primeros quince días después de que usted haya sido multado; podrá obtener un 50% de descuento.
- Los policías de tránsito no están permitidos a recibir ningún pago para infracciones. Pero la práctica de de la "mordida" (soborno) todavía prevalece en muchas partes de México. Por favor, no contribuya a esta práctica.

Seguro de automóvil

Es importante adquirir un seguro de automóvil mexicano antes de entrar a México. El seguro de otros países no es reconocido por autoridades mexicanas, y las consecuencias de manejar sin seguro mexicano pueden ser severas. Si llegara a verse envuelto en un accidente u otro problema relacionado con tu vehículo sin seguro, es sumamente probable que este sea confiscado permanentemente y usted podría ser detenido por la policía.

Transporte público

La Ciudad de México cuenta con un extenso sistema de transporte subterráneo, "el metro", que cubre gran parte de la ciudad con doce rutas diferentes. También existen líneas de "Metrobús" un autobús que trabaja de manera similar al Metro.

Se puede encontrar un mapa de las rutas y estaciones en cada entrada de metro y también puede comprar sus boletos allí. Habiendo entrado al metro con su boleto usted puede cambiar tantas veces de vagones y rutas como se desee sin utilizar otro boleto.

Mapa: <https://www.metro.cdmx.gob.mx/la-red/mapa-de-la-red-con-calles>

Dentro del sistema de autobuses se pueden encontrar por tamaño los más grandes, también llamados RTP (por sus iniciales) que viajan por rutas y paradas preestablecidas. Los microbuses y los más pequeños tipo Van llamados "peseros", estos se encuentran por toda la Ciudad.

De igual manera, puede hacer uso del servicio de bicicletas con el sistema de transporte "EcoBici". Para más información sobre cómo tramitar su membresía puede consultar el siguiente enlace: <https://www.ecobici.df.gob.mx>

Taxis

- Los taxis oficiales son de color rojo con dorado o, en el caso de los "taxis de sitio", blancos
- No se recomienda parar un taxi en la calle, aunque estos son baratos y fáciles de encontrar, pueden ser peligrosos. Es mejor llamar siempre a un taxi seguro (radiotaxi o taxi de sitio)
- Asegúrese que el número de matrícula y el número pintado en la puerta lateral sean iguales
- Aplicaciones móviles como **Uber, DIDI y Cabify** están disponibles en las principales ciudades del país

Algunos número de taxi seguro son:

Polanco

- 5282 1830 / 5282 1883
- 5280 0496

La Herradura

- 5291 5023

Taximex

- 5519 7690

Taximex Aeropuerto

- 5538 0912

4 ARTE, CULTURA Y ENTRETENIMIENTO

Sitios de interés en la Ciudad de México



Centro Histórico

También conocido como “el Zócalo” es el corazón histórico de la ciudad y es una de las plazas más grandes en el mundo, rodeado por el Palacio Nacional, la Catedral Metropolitana y Templo Mayor, ciudad sagrada de Tenochtitlán gobernada por los Aztecas.



Teotihuacán

(a las afueras de la ciudad al Noreste): ubicada en los alrededores de México D.F. fue la ciudad más grande en la antigua Ciudad de México, con quizás 200.000 personas durante su apogeo, y la capital más extensa y avanzada de probablemente del Imperio Pre-hispánico.



El Templo Mayor

Ruinas prehispánicas ubicadas en pleno Centro Histórico. El museo del Templo Mayor se encuentra ubicada bajo la Catedral y su precinto.



Bosque de Chapultepec

Es el parque más grande de la ciudad de México con una vasta extensión de árboles, jardines y lagos artificiales. En él, se encuentran los museos principales de la ciudad: El Museo de Antropología, Museo de Arte Moderno, y el Castillo de Chapultepec.



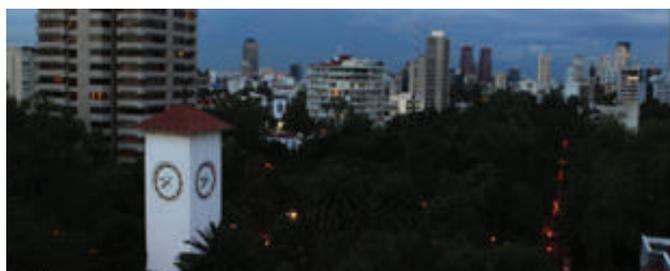
San Ángel

Es una zona situada al sur de la ciudad con calles silenciosas y empedradas. Conocida por sus mercados de arte y artesanías, siendo el “Bazar Sábado” su lugar más conocido, ubicado en la Plaza de San Jacinto. Además de la compra de artesanías también puede visitar museos, galerías de arte y una hermosa hacienda colonial.



Coyoacán

“Lugar de Coyotes” en Náhuatl. Tiene plazas rodeadas por cafés y una característica atmósfera de intelectuales y artistas. Es el lugar en donde se ubica la casa de artistas e intelectuales como Diego Rivera, Frida Kahlo y León Trotsky. Los domingos abundan los vendedores de plata, instrumentos musicales y libros.



Zona de Masaryk en Polanco

Es un distrito de vida nocturna y muchos de los mejores hoteles, restaurantes, bares, clubes, galerías y boutiques están situadas aquí.

Museos en la Ciudad de México

La ciudad de México es la ciudad que cuenta con más museos en todo el mundo. La mayor parte de ellos están abiertos de martes a domingo de 10:00am a 5:00pm y el precio de las entradas varían entre \$10 y \$50 pesos. Los domingos, la entrada es casi siempre gratuita en alguno de ellos. Algunos de los museos más importantes son:



Museo Nacional de Antropología e Historia

Diseñado para acomodar una extensa colección de arte prehispánico reunido a través de los siglos en México. Tiene 26 salas de exposición colocadas cronológicamente y culturalmente. Situado en Paseo de la Reforma y Gandhi, Bosque de Chapultepec.



Museo Nacional de Historia

Ubicado en el Castillo de Chapultepec, una construcción neoclásica con adaptaciones posteriores. El sitio en sí es un monumento Histórico con una magnífica vista de la ciudad.



Museo del Palacio de Bellas Artes

En el interior de este importante edificio encontrará una gran variedad de murales. En las salas de exposición hay exposiciones temporales así como acontecimientos artísticos ocasionales en exhibición. El museo arquitectónico está situado en el tercer piso.



Museo Nacional del Arte

La colección de este recinto fue formada a partir de acervos de otros museos para integrar una visión global de la evolución del arte mexicano, desde sus inicios en la época colonial, hasta la primera parte del siglo XX.

Excursiones en fin de semana

Estos lugares son una excelente opción para escapar de la ciudad durante el fin de semana:

El Ajusco

Parque nacional ubicado en el sur de la Ciudad, en Tlalpan. Tiene gran vegetación y vida animal salvaje. Ideal para picnics, excursiones, campamentos, escalar montañas y andar en bicicleta.

Xochimilco

Este es uno de los lugares más coloridos de la ciudad, caracterizado por su canales, flores y trajineras (pequeños botes).

La Marquesa

Parque ubicado en la carretera a Toluca a 30 minutos de la ciudad de México. Acoge una gran variedad de flora y fauna salvajes y muchas actividades están disponibles.

Taxco

Esta ciudad colonial es situada al norte del Estado de Guerrero, contiguo con los estados de México y Morelos. Esta área es rodeada por una serie de colinas y montañas que forma la cordillera de Taxco. Tiene una temperatura templada, con veranos cálidos. Famoso por su joyería en plata.

Malinalco

Es un pueblo rico en tradiciones, ubicado en el suroeste de México. Y se encuentra rodeado de un fascinante escenario.

Valle de Bravo

Uno de los pueblos más coloniales y hermosos de México. Tiene una temperatura templada y un lago con el mismo nombre. Es ideal para deportes acuáticos, de aire y de montaña.

Cuernavaca

Es una histórica ciudad en México, con excelente clima. Es muy popular como lugar de fin de semana entre los expatriados.

San Miguel de Allende

Pueblo colonial con grandes restaurantes, hoteles y actividades culturales. Ha llegado a ser un destino muy atractivo para turistas y tiene una comunidad grande de norteamericanos y canadienses expatriados compuesta principalmente por retirados.

Restaurantes

Además de una gran riqueza histórica y cultural, la Ciudad de México es reconocida mundialmente por contar con una amplia y exquisita gastronomía.

Águila y Sol

Dirección: Moliere 42, Col. Polanco
Teléfono: 5281 8354

Astrid & Gastón

Dirección: Tennyson 117, esquina con Masaryk, Col. Polanco
Teléfono: 5282 2666
Sitio web: www.astridygaston.com

Au pied du cochon

Dirección: Campos Elíseos No. 218,
Col. Polanco (dentro del hotel Intercontinental)
Teléfono: 5327 7756
Sitio web: www.aupieddecochon.com.mx

Bellaria

Dirección: Presidente Masaryk 514, Col. Polanco
Teléfono: 5282 0413
Sitio web: www.bellaria.com.mx

Biko

Dirección: Presidente Masaryk No. 407, Col. Polanco
Teléfono: 5282 2064
Sitio web: www.biko.com.mx

Café de Tacuba

Dirección: Tacuba No. 28, Col. Centro
Teléfono: 5521 2048
Sitio web: www.cafedetacuba.com.mx

Estoril

Dirección: Alejandro Dumas No. 24, Col. Polanco
Teléfono: 5280 9828
Sitio web: www.grupoestoril.com

Bakea

Dirección: Sierra Ventana 700, Col. Lomas de Chapultepec.
Teléfono: 5520 7472
Sitio web: www.bakea.com.mx

Hunan

Dirección: Paseo de la Reforma No. 2210,
Col. Lomas de Chapultepec
Teléfono: 5596 5011
Sitio web: www.hunan.com.mx

La hacienda de los Morales

Dirección: Juan Vazquez de Mella 525, Polanco, Polanco I
Secc, Miguel Hidalgo, 11510 Ciudad de México, CDMX
Teléfono: 5283 30 54 / 5283 3055

Pujol

Dirección: Tennyson 133, Polanco, Polanco IV Secc,
Miguel Hidalgo, 11550 Ciudad de México, CDMX
Teléfono: 5545 4111
Sitio web: www.pujol.com.mx

Primos

Dirección: Michoacán 168 esquina con Mazatlán, Col. Condesa
Teléfono: 5256 1538
Sitio web: www.bajodelatintorerera.com

San Ángel Inn

Dirección: Diego Rivera No. 50 y Altavista, Col. San Ángel Inn
Teléfono: 5616 1402 / 5616 2202
Sitio web: www.sanangelinn.com.mx



Clubes deportivos y gimnasios

Sport City

Sitio web: www.sportcity.com.mx

Santa Fe

Av. Vasco de Quiroga 3800, Centro comercial Sta. Fe.

Teléfono: 5261 1031 al 34

Polanco

Miguel de Cervantes 397, Col. Irrigación

Teléfono: 5580 0161, 5580 0442

Interlomas

Bld. Fuerza Militar lote 16, Col. Magnocentro

Teléfono: 5950 0120

Acuática Nelson Vargas

Sitio web: www.anv.com.mx

Interlomas

Pasaje Interlomas Sección 8-C Mz.2 Lt.10, Huixquilucan,

Estado de México

Teléfono 5291 8943 / 5291 9017

San Jerónimo

Av. San Bernabé 948, Col. San Jerónimo

Teléfono 5683 8313 / 5683 5919

Get Fit Santa Fe

Sitio web: www.getfit.com.mx

Santa Fe

Vasco de Quiroga #1500 1er. Piso

Teléfono 5292 6046

Women's Work Out

Bosques de las Lomas

Prolongación Bosques de Reforma no. 1813 en el Centro

Comercial Pabellón Bosques

Teléfono 5259 0029

Club Ten

Sitio web: www.clubten.com.mx

Santa Fe

Carretera México-Toluca 2723 Col. Palo Alto

Teléfono 5292 6046

Club Raqueta Bosques

Sitio web: www.raquetabosques.com

Bosques de las Lomas

Bosques de Duraznos No. 187, Col. Bosques

Teléfono 5596 1888

Club Arturo Mundet

Sitio web: www.clubmundet.com

Polanco

Ejército Nacional 1125 Col. Irrigación

Teléfono: 4335 0000

Lomas Sporting Club

Sitio web: www.lomassporting.com.mx

Interlomas

Av Lomas Anáhuac 65, Lomas Anahuac

Teléfono: 5291 0158

Curves for Women

Sitio web: www.curveslatinoamerica.com

Lomas de Chapultepec

Monte Pelvoux 120, Col. Lomas de Chapultepec

Teléfono: 5202 3365

Gold's Gym

Sitio web: www.goldsmexico.com.mx

Polanco

Emerson No. 440 Esq. Homero, Col. Polanco

Teléfono: 5254 6072

Club Yaqui

Sitio web: www.clubderaquetaelyaqui.com

Santa Fe

José María Castorena No. 70, Col. Cuajimalpa

Teléfono: 5812 2955

Club Tecamachalco

Sitio web: www.clubtecamachalco.com

Tecamachalco

Fuente de Diana No. 272, Col. Tecamachalco

Teléfono: 5251 3633 / 5251 5857 / 5251 5143

Actividades para niños

Six Flags

Parque de Diversiones

Sitio Web: www.sixflags.com.mx

Dirección: Carr. Picacho-Ajusco Km 1.5, Héroes de Padierna, Tlalpan, C.P. 14200 CDMX, México.

Teléfono: 5339 3600

Granja las Américas

Parque Temático

Sitio Web: www.granjalasamericas.com.mx

Dirección: Blvd. Pípila S/N Accesco 3, Miguel Hidalgo, Lomas de Sotelo, C.P. 11000 CDMX, México.

Teléfono: 2629 5600

Kidzania

Parque de Diversiones

Santa Fé

Sitio Web: santafe.kidzania.com

Dirección: Av Vasco de Quiroga No.3800 Local 1, Cuajimalpa, Sta Fé, C.P. 05109 CDMX, México.

Teléfono: 9177 4700

Cuiculco

Sitio Web: cuiculco.kidzania.com

Dirección: Av. Insurgentes Sur, Manantial Peña Pobre, Tlalpan, C.P. 14060 CDMX, México.

Teléfono: 5424 9500

Papalote

Museo del niño

Sitio Web: www.papalote.org.mx

Dirección: Constituyentes No. 268, Miguel Hidalgo, C.P. 11580 CDMX, México.

Zoológico de Chapultepec

Zoológico

Sitio Web: www.papalote.org.mx

Dirección: Chivatito s/n, Bosque de Chapultepec, Col. San Miguel Chapultepec, C.P. 11850 CDMX, México.

Bioparque Estrella

Parque Temático

Sitio Web: www.bioparquemexico.mx

Dirección: Km 38.5, Carr. Jilotepec-Ixtlahuaca, Chiapa de Mota, Estado de México

Acuario Inbursa

Acuario

Sitio Web: www.acuarioinbursa.com.mx

Av. Miguel de Cervantes Saavedra No. 386, Col. Ampliación Granada CDMX, México.

Teléfono: 5395 4586



Aerolíneas

Aeroméxico

Sitio Web: www.aeromexico.com

Teléfono: 5133 4000

Interjet

Sitio Web: www.interjet.com

Teléfono: 1102 55 55

Volaris

Sitio Web: www.volaris.com

Teléfono: 1102 8000

Autobuses

ETN

Sitio Web: www.etn.com.mx

Teléfono: 01 800 8000 386

Grupo Estrella Blanca

Sitio Web: www.estrellablanca.com.mx

Teléfono: 5729 0807

Ticketbus

Sitio Web: www.ticketbus.com.mx

Teléfono: 5133 5133

5 INTEGRACIÓN CULTURAL

Elementos culturales

A continuación, algunos datos útiles de la cultura mexicana:

Familia

La familia es una parte importante en la cultura de México, sus miembros generalmente son cercanos emocionalmente y se frecuentan a menudo.

Religión

La población es predominantemente Católica. La religión tiene una fuerte influencia en la vida diaria de la mayoría de las personas.

Códigos de vestimenta

La vestimenta en México es más formal que en otros países. El vestir casual puede significar una falda o los pantalones para mujeres e incluso una chaqueta para hombres. En México D.F., los pantaloncillos cortos tipo short son considerados vestimenta de playa, poco aceptable en la ciudad.

Comidas

- El **desayuno** es a menudo ligero y rápido. Se acostumbra desayunar entre **8:00 y 9:00 a.m.**
- La **comida** del mediodía, es considerada la principal comida del día y ocurre sobre las **2:00 p.m.** y puede durar dos o más horas. La "sobremesa" es el tiempo después la comida cuando conversación buena fluye junto con café, los licores y a veces, cigarrillos o puros.
- La **cena** se sirve alrededor de las **8:00 o 9:00 de la noche**. La cena tiende a ser 'amigos y familia'; las cenas de negocios son raras, salvo entre socios. Si es invitado a cenar, especialmente a la casa de alguien es una clara muestra de amistad. Es recomendable llevar algún detalle como una botella de vino o algún postre.

Cortesía y saludos

- La cortesía es de suma importancia en México
- La cortesía, la paciencia y la tolerancia en cualquier situación, siempre son apreciadas
- La charla es importante en situaciones sociales y de negocio en México. Preguntar acerca de la familia de un conocido es una de las formas para mostrar calidez a un mexicano
- En ambiente de negocios, establecer una relación personal es a menudo la prioridad sobre el negocio, especialmente en la reunión inicial con un nuevo contacto

- Es costumbre saludar y estrechar manos. Hombres y mujeres se saludan generalmente con un beso en la mejilla, o de mano, a todas las personas presentes en una comida o cena, antes de empezar a conversar con alguien en particular. Esto no es necesario en fiestas o cocteles.

Una vez que haya construido una relación, encontrará que sus anfitriones mexicanos serán mucho más cálidos y el contacto físico en el “saludarse” será un proceso más importante (por ejemplo apretones de manos y abrazos serán más firmes y por más largos). No permita que ninguna reserva personal intervenga con este proceso pues es esencial a ganar la confianza y comprensión de las personas en México.

Invitaciones a comer

- Si invita a alguien a comer a algún lugar, se asume y se espera que usted pagará la cuenta
- Dividir la cuenta en México en comidas de negocios no es una práctica común y sugerirlo puede ser considerado de mal gusto. Entre amigos es muy común la división de la cuenta.
- El invitado siempre ofrecerá pagar: esto es una muestra de educación, debe ser declinada cortésmente
- Si es invitado a comer fuera, también debe ofrecerse a pagar y después aceptar con gratitud la invitación
- El invitado nunca elige el vino. Entre amigos se ponen de acuerdo.

Etiqueta en la Mesa

- Mantenga siempre las manos encima de la mesa, nunca los codos
- No deje la mesa inmediatamente después de terminar de comer, es recomendable pedir antes un café o un digestivo
- Brindar es una costumbre local, el brindis tradicional en México es “salud”. Se brinda una vez que todos en la mesa tengan su bebida
- Algunos alimentos, como tacos, tortas y tostadas se comen utilizando las manos; utilizar los cubiertos puede ser poco práctico e incluso cómico; si duda, siga el ejemplo de los otros comensales
- Los buenos temas de conversación en una comida incluyen la familia (preguntando por la familia del anfitrión siempre es apreciado cálidamente), la cultura mexicana, los museos, el arte y la arquitectura, la cocina, y experiencias de viaje
- México tiene una fuerte cultura en cuanto a dar **propinas** se refiere. Si usted paga la cuenta, deberá de incluir una propina entre el 10% al 15% dependiendo de la calidad del servicio.

Regalos

- Los regalos son vistos como símbolos de cariño y apreciación y la falta de ellos, en algunas ocasiones, puede ser interpretada como una actitud “fría”.
- Aunque no es obligación llevar un regalo cuando lo invitan a comer o cenar a una casa, estos son apreciados. Los regalos ideales son flores, plantas, dulces, botellas de vino o licor, y regalos interesantes de su país de origen o de algún viaje reciente
- Las secretarías aprecian regalos a cambio de su ayuda; por ejemplo, si la secretaria de un amigo lo ayudó a arreglar algunos planes de viaje o para la reservación en algún restaurante en más de una ocasión, puedes darle unos chocolates.
- Las botellas de vino, tequila, ron, whisky o brandy pueden ser buenos regalos al igual que los libros

Etiqueta social

Algunos consejos generales acerca de la etiqueta social en México son:

- Al saludar a un grupo de personas, es cortés saludar a cada persona individualmente (ve notas arriba acerca de los saludos) y no a todos "en bloque", a menos que sea el grupo de trabajo al que ve todos los días
- Debe intentar hablar algo de español. Será tomado con calidez y considerado como una muestra de buena voluntad. Nunca será ridiculizado ni será objeto de burla por hacer el esfuerzo
- Es importante despedirse de las personas apropiadamente en México; salir sin despedirse es considerado como mala educación. Esto también incluye a los niños
- Las mujeres en México esperan y aprecian la caballerosidad, por ejemplo, que el hombre abra la puerta, ayúdala a tomar asiento en una mesa y en situaciones muy formales, levantarse de la silla cuando ella se levanta y cuando regresa a la mesa
- Es una buena costumbre no comparar a México con su propio país, ni con otros países que has visitado, a menos que sea en términos constructivos. A los mexicanos les molesta que los extranjeros critiquen a su país
- El idioma vulgar e insinuaciones sexuales, en español o inglés, son desaprobados en las conversaciones entre hombres y mujeres en México. Entre amigos hombres se puede utilizar alguna palabra grosera
- Al entrar a un elevador, edificio, o cualquier parte en donde haya otras personas, es educado decir "buenas tardes" o algo semejante
- Cuando alguien estornuda, se dice "Salud", y se responde "gracias"
- Los mexicanos pueden no hacer contacto visual. Esto es un signo de respeto y no debe ser tomado como un insulto

Negocios en México

Autoridad, Status & Toma de Decisiones

Los Negocios mexicanos tienden a ser muy jerárquicos. El estatus y la posición son importantes en México. Nunca se envía a personas de niveles más bajos a tratar con personas de alto nivel.

Formatos de Juntas de trabajo:

- Sea consciente del hecho que no siempre se trabaja con listas y órdenes del día
- Algunos mexicanos no aceptan las limitaciones de forma que EEUU/Europa tienden a tener: ellos se sienten interrumpidos en el proceso creativo que lleva a nuevas ideas y mejores conceptos
- Sea flexible y no trate de forzar cualquier idea preconcebida del "orden" con sus anfitriones mexicanos
- Si tiene una orden del día, llévela con usted y marque los puntos como usted lo hace, pero no siempre espere que sea llevado hasta el fin de una manera ordenada

Negociando en México

Cuándo haga negocios en México, lo más importante es recordar que la relación debe ser desarrollada primero. Los mexicanos se vuelven cercanos primero, y después hacen negocios. Por lo tanto sus negociaciones deben cifrarse en la construcción de una relación.

Generalidades de una reunión:

- Siempre debe empezar con una pequeña charla.
- Consiga conocer a sus anfitriones y manténgase al pendiente de sus primeras impresiones respecto a usted
- Utilice toda oportunidad para construir una base para la amistad
- No se apresure
- Los tratos comerciales rara vez se cierran por teléfono. Los mexicanos quieren mirar a los ojos cuando cierran un trato. Además pretenden celebrarlo con una reunión social

Mujeres en los Negocios

Aunque México sea recordado a veces por su actitud del "machismo" hacia las mujeres, el México contemporáneo no es generalmente así en círculos profesionales. La mujer mexicana moderna es cosmopolita, profesional, y bien respetada. Si usted es una mujer que planea hacer negocios en México o forma parte de una organización, debe sentirte aceptada, respetada y tratada cortés y profesionalmente por la mayoría de los empresarios.

Desayunos, comidas y cenas de negocios

En México, se dan diferentes clases de reuniones de negocio, dependiendo de la hora del día:

***Gastos de Comidas:** No es costumbre, y de hecho es inapropiado dividir la cuenta en México. Por regla general, la persona que hace las ventas paga. La excepción es si usted es el vendedor y ha sido invitado a la comida por la otra persona (aunque es cortés ofrecer pagar de todos modos). Cuando paga la cuenta, debe incluir la propina apropiada.

Desayunos de negocios (Entre 8:00 y 11:00 a.m.)

- Los desayunos de negocios son muy comunes en México. Y toman lugar en restaurantes de buena calidad.
- El papeleo, los archivos, etc. sobran durante los desayunos de negocio
- Los desayunos de negocios tienden a durar no más de 2 horas

Comidas de negocios (Entre 2:00 y 04:00 p.m.)

- En México, esta es la principal comida del día y consiste en sopa, plato principal, postre, café y licor
- Durante este tiempo, los mexicanos querrán conocerlo más. No saque papeles ni gráficas
- Durante esta comida "se hacen contactos" y se socializa un poco; mantenga la conversación en el nivel de 'concepto y posibilidad' solamente
- Las comidas pueden prolongarse hasta media tarde, no planifique nada inmediatamente después de la comida, especialmente en viernes

Cenas de negocios (Entre 8:00 y 09:00 p.m.)

- La familia es importante en México, y los mexicanos quieren compartir tiempo con sus familias por la noche. Salvo excepciones, los negocios no son discutidos en una cena
- Si es invitado a una cena, sólo discuta el negocio si su anfitrión lo hace. De otro modo, trátalo como una ocasión social.

6 BÚSQUEDA DE CASA

Bienes raíces en la Ciudad de México

México tiene una gran variedad de estilos arquitectónicos, por lo que un estilo "estándar" no existe. Esto depende en gran medida de la zona residencial. El mercado de bienes raíces en México es informal. No existe una lista oficial de las propiedades en renta disponibles ni un rango de precios establecido. Por esta razón, cada propietario puede promover su propiedad por cualquier medio que desee y establecer el precio de renta que considere adecuado. Es muy común que un propietario promueva su propiedad con diferentes agentes de bienes raíces y que cada uno de ellos ofrezca la propiedad con un precio de renta diferente. Por otra parte, los agentes de bienes raíces no cuentan con una certificación para desempeñar tal función.

Trafimar Mobility es contratado por su empresa para asesorarlo y apoyarlo a buscar una propiedad que se adapte a sus necesidades por lo que nuestro trabajo es velar por sus intereses y los de su empresa. Nuestras consultoras no reciben ninguna comisión por rentar propiedades por lo que no tienen ningún interés económico en las opciones mostradas y trabajan con un gran número de agentes de bienes raíces para asegurar la diversidad de propiedades mostradas. En contraste, los agentes de bienes raíces, mostrarán únicamente las propiedades en las que recibirán una comisión de renta por lo que el rango de opciones se reduce considerablemente.

¿Qué esperar de las propiedades en la Ciudad de México?

- Las propiedades en México cuentan con 3 habitaciones y un cuarto de servicio para el personal de limpieza. Encontrar propiedades con más de 3 habitaciones es una tarea difícil que normalmente no depende del presupuesto de renta. En caso de requerir una propiedad con más de 3 habitaciones, tendrá que tomar en cuenta que el número de opciones mostradas se reducirá considerablemente
- No es común que las propiedades tengan calefacción ni aire acondicionado
- Las casas no requieren de mosquiteros en las puertas ni en las ventanas, debido a la altura de México D.F.
- La presión del agua no es muy fuerte en México D.F. No esperes una presión fuerte en las duchas y grifos en las casas y apartamentos
- La renta de las casas y los apartamentos no incluye los servicios como: Internet, agua, electricidad, teléfono, gas, y televisión por cable
- El servicio de seguridad y mantenimiento no está siempre incluido en la renta
- Las casas cuentan con estufa, bombillas (focos), y con los contratos para la electricidad, agua, y generalmente teléfono
- Las propiedades generalmente no cuentan con electrodomésticos
- La mayor parte de las casas tienen pequeños jardines
- Generalmente casas solas no tienen alberca pero se pueden encontrar en condominios cerrados
- Las casas y los apartamentos tienen generalmente la habitación de servicio integrada. Los edificios más modernos, de departamentos pequeños, no suelen tenerlos
- El voltaje de eléctrico en México es de 110 volts

Zonas residenciales en la Ciudad de México

En la Ciudad de México, las principales zonas habitacionales son las siguientes:



Polanco

Fue fundado en la década de los años 20. Las casas han sido convertidas en edificios tanto habitacionales como de oficinas. Cuenta con una de las principales zonas de restaurantes y boutiques de lujo. Hay una gran variedad de comercios a proximidad por lo que el uso del automóvil no es prioritario para desplazarse de un lugar a otro.



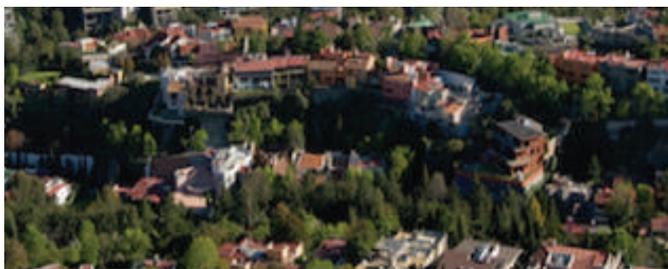
Nuevo Polanco

Es la zona contigua al “antiguo” Polanco. Se caracteriza por edificios modernos que en su mayoría cuentan con amenidades (alberca, espacios deportivos, áreas recreativas, etc.). Poco a poco esta zona se ha convertido en uno de los principales centros de negocios de la ciudad.



Lomas de Chapultepec

Área con grandes casas de los años 50, muchas de ellas renovadas con amplios jardines. Las calles con camellones y áreas verdes son otra característica de esta zona. Hay algunas áreas comerciales con pequeños supermercados, farmacias, tintorerías, etc. El uso del automóvil en Lomas de Chapultepec es generalmente necesario.



Bosques de las Lomas

Cuenta con casas grandes y modernas entre colinas. Existen condominios tanto verticales (edificios de departamentos), como horizontales (complejo de casas bardeadas). Y cuenta con centros comerciales modernos, colegios, club de golf y de tenis. El uso de automóvil en esta zona es necesario.



Santa Fe

Zona residencial y centro financiero de la ciudad de México. Es un área recientemente desarrollada con muchos edificios modernos de departamentos con áreas comunes e instalaciones deportivas, grandes corporativos, campus de universidades y el centro comercial más grande de la ciudad. Necesidad de automóvil.



La Herradura e Interlomas

Vecindarios estilo norteamericano con casas modernas dentro de complejos cerrados. Cuenta con centros comerciales y cines de moda. El transporte público no es muy eficiente en esta zona. En el área de Interlomas también hay disponibles edificios modernos con amenidades.



Coyoacán

Es uno de los barrios culturales de mayor atracción para el turismo tanto nacional como extranjero. Esta zona, tiene características netamente coloniales y es sede de muchos de los más importantes museos de la ciudad. Aquí tuvieron sus domicilios Frida Kahlo, Diego Rivera y León Trotsky, entre otros.



San Ángel

Ubicado en el sur de la Ciudad de México, fue una zona de fin de semana para familias adineradas hace algunas décadas y ahora se encuentra lleno de influencia artística e intelectual. Grandes casas coloniales y calles empedradas caracterizan esta zona. No hay tanta necesidad de automóvil.



Cuahtémoc, Condesa y Roma

La zona goza de una gran cantidad de cafés, librerías, restaurantes, galerías y boutiques. Es un centro cultural y de vida nocturna. Esta zona está situada entre el Bosque de Chapultepec y el centro de la ciudad y es recomendada para solteros y parejas jóvenes bohemias. No hay mucha necesidad de utilizar el automóvil para desplazarse.



Zona Esmeralda

(Incluye Valle Escondido, Condado de Sayavedra, Chiluca y Hacienda de Valle Escondido). Zona residencial de estilo americano 45 minutos fuera de la Ciudad de México. Cuenta con conjuntos habitacionales cerrados con seguridad privada 24 horas y áreas verdes comunes. El uso de automóvil para desplazarse es necesario.



Los Encinos, Jajalpa y San Martín

A 25 minutos desde el área de Santa Fe, ésta área ofrece un estilo americano suburbano en las afueras de Toluca. Cuenta con conjuntos habitacionales con seguridad. Cuenta con clubes de golf y de equitación.

7 BÚSQUEDA DE ESCUELA

Educación en México

La ciudad de México cuenta con una gran variedad de colegios privados de excelente nivel, reconocidos a nivel nacional e internacional que ofrecen distintos métodos o programas educativos. Dentro de la oferta educativa que hay en México, se encuentran colegios religiosos (católicos y judíos), o laicos. La mayoría son bilingües: español-inglés, pero también existen escuelas internacionales francesas, alemanas, japonesas, etc. Hay escuelas, tanto nacionales como internacionales, que ofrecen el Programa de Bachillerato Internacional (IB Program).

En México, la educación básica, media y superior está dividida en Preescolar, Primaria, Secundaria y Preparatoria. Cada uno de estos niveles está dividido de la siguiente manera:

México	Estados Unidos	Reino Unido	Alemania	Francia	
Preescolar	1°	K1	Nursery	Kindergarten	Petite Section
	2°	K2	Reception	Kindergarten	Moyenne Section
	3°	K3	Year 1 (KS1)	Kindergarten	Grande Section
Primaria	1°	1st Grade	Year 2 (KS1)	1 Klasse	C. Préparatoire
	2°	2nd Grade	Year 3 (KS2)	2 Klasse	C. Élémentaire 1
	3°	3rd Grade	Year 4 (KS2)	3 Klasse	C. Élémentaire 2
	4°	4th Grade	Year 5 (KS2)	4 Klasse	C. Moyen 1
	5°	5th Grade	Year 6 (KS2)	5 Klasse	C. Moyen 2
	6°	6th Grade	Year 7 (KS3)	6 Klasse	6ème
Secundaria	1°	7th Grade	Year 8 (KS3)	7 Klasse	5ème
	2°	8th Grade	Year 9 (KS3)	8 Klasse	4ème
	3°	9th Grade	Year 10 (KS4)	9 Klasse	3ème
Preparatoria	1°	10th Grade	Year 11 (KS4)	10 Klasse	2nde
	2°	11th Grade	Year 12	11 Klasse	1er
	3°	12th Grade	Year 13	12 Klasse	Terminale

Admisiones

Es de suma importancia tomar en cuenta que las admisiones en los colegios dependerán de dos factores principales:

- Disponibilidad de espacio
- Desempeño académico previo del alumno

Por lo anterior, recomendamos ampliamente tener al menos 3 opciones de colegio pues ningún espacio podrá ser garantizado.

Requisitos

Cada colegio tiene sus propios requerimientos para considerar la candidatura de un alumno. Sin embargo, existen tres documentos importantes que normalmente todos los colegios requerirán:

- Historial académico desde el primer grado (*)
- Acta de nacimiento de los estudiantes (*)
- Permiso de Residente Temporal o Permanente en México (Antes FM3/FM2)

** Apostillados o legalizados y traducidos al español*

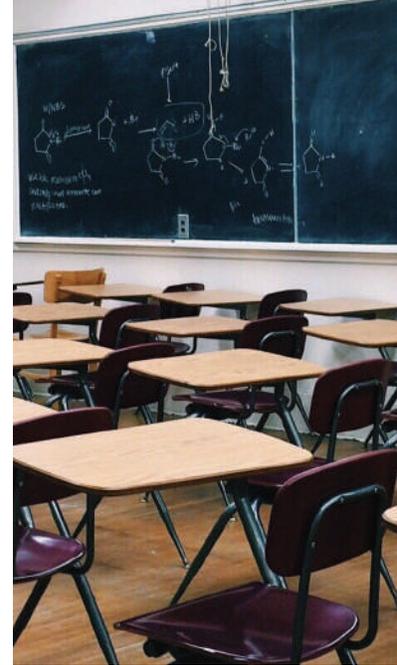
Recomendaciones

- Revisar política de la empresa en cuanto a apoyo para pago de colegios
- Los padres deben de enviar personalmente las solicitudes de admisión
- Visitar los colegios antes de tomar cualquier decisión
- Programar una cita con el encargado de admisiones antes de tomar cualquier decisión
- Considerar las distancias y el tráfico entre la colegio, trabajo y el hogar
- Revisar las políticas de la colegio en cuanto a transporte
- Revisar y confirmar las cuotas de cada colegios y cargos adicionales

Información Relevante

- La vida escolar en México, generalmente comienza a la edad de 3-4 años
- Cada colegio decide a qué grado corresponde un candidato
- Generalmente, las clases son 50% en inglés y 50% en español
- Normalmente, los horarios de colegio son de 8 a.m. a 2 p.m. de lunes a viernes
- El transporte escolar es ofrecido en la mayoría de los colegios y en algunos casos, obligatorio

verse envuelto en un accidente u otro problema relacionado con tu vehículo sin seguro, es sumamente probable que este sea confiscado permanentemente y usted podría ser detenido por la policía.



Notas importantes sobre el proceso de inscripción y de admisión

- Es importante solicitar el ingreso a las escuelas tan pronto como sea posible
- Es necesario contar con toda la documentación necesaria para este fin
- En la mayoría de los casos se aplicará un examen para conocer el nivel académico de los niños
- Algunas escuelas requieren entrevistas previas con los padres antes de admitir a los niños
- El proceso de admisión es regulado por las políticas de cada escuela; por lo tanto Trafimar Mobility no puede interferir en el mismo
- Recomendamos visitar varias escuelas y una vez elegida la misma, considerar la mejor ubicación para vivir tomando en cuenta la distancia y el tiempo a la escuela y el trabajo
- Algunos colegios exigen uniforme, por lo menos para deportes o galas
- Todos los colegios entregarán una lista de útiles escolares que deberán de ser comprados

Escuelas en la Ciudad de México

Zona centro

Reforma | Polanco | Nuevo Polanco | Condesa | Roma

The American School Foundation

Programa: Americano, Internacional, Programa IB

Grados: Early childhood center, Lower School, Middle School, Upper School

Dirección: Bondojito 215, Col. Las Américas, Ciudad de México

Teléfono: +5255 5227 4900

Sitio Web: www.asf.edu.mx

Liceo Franco Mexicano (Campus Polanco)

Programa: Francés, Bilingüe, Internacional

Grados: Maternal, Primaria, Secundaria y Preparatoria

Dirección: Homero 1521, Col. Polanco, Ciudad de México

Teléfono: + 5255 9138 8080

Sitio Web: www.lfm.edu.mx

Colegio Ciudad de México (Campus Polanco)

Programa: Internacional, Bilingüe, IB

Grados: Preescolar, Primaria, Secundaria, Bachillerato

Dirección: Campos Elíseos 139, Col. Polanco, CDMX

Teléfono: +5255 5203 7894 / +5255 5254 4053

Sitio Web: www.colegiociudad.edu.mx

Zona poniente

Lomas de Chapultepec | Bosques de las Lomas
Santa Fe | La Herradura | Interlomas

Peterson School (Campus Vista Hermosa)

Programa: Americano, Internacional, Programa IB

Grados: Pre-school, Lower School, Middle School, Upper School

Dirección: Huizachito No. 80, Lomas de Vista Hermosa

Teléfono: +5255 5813 0114

Sitio Web: www.peterson.edu.mx

Alexander Von Humboldt (Campus La Herradura)

Programa: Alemán, Internacional

Grados: Kindergarten, Lower School, Middle School, Upper School

Dirección: Avenida Prado Norte 559, Lomas - Virreyes, Lomas de Chapultepec, Miguel Hidalgo, 11000 CDMX

Teléfono: +52 55 3002 7560

Sitio Web: www.humboldt.edu.mx

Escuela Lomas Altas

Programa: Programa IB, Bilingüe

Grados: Early childhood, Pre-school, Lower School

Dirección: Montañas Calizas # 305, Col. Lomas de Chapultepec

Teléfono: +5255 5520 3725

Sitio Web: www.lomasaltas.edu.mx

Winpenny School

Programa: Local, Bilingüe

Grados: Infant School, Primary, Secondary

Dirección: José María Castorena 318, Cuajimalpa de Morelos

Teléfono: +52 55 8000 6100

Sitio Web: winpenny.edu.mx

Escuelas en la Ciudad de México

Zona poniente

Lomas de Chapultepec | Bosques de las Lomas Santa Fe | La Herradura | Interlomas

Eton School

Programa: Bilingüe, Programa IB

Grados: Early Childhood, Kindergarten, Lower School, Middle School, Upper School

Dirección (Early Childhood): Alpes 1140, Col. Lomas de Chapultepec. Del. Miguel Hidalgo

Teléfono: +52 55 5520 1142

Dirección (Kindergarten): Alpes 605, Col. Lomas de Chapultepec. Del. Miguel Hidalgo

Teléfono: +5255 5520 0410

Dirección (Lower, Middle, Upper School): Domingo García Ramos s/n, Col. Prados de la Montaña, Santa Fe, Cuajimalpa de Morelos

Teléfono: +52 55 5261 5800

Sitio Web: www.eton.edu.mx

Westhill Institute

Programa: Americano, Programa IB

Grados: Pre-school, Elementary School, Middle School, High School

Dirección Pre-school: Paseo de la Reforma 715, Lomas de Chapultepec, Del. Miguel Hidalgo

Teléfono: +52 55 5540 0727

Dirección Elementary School: Sierra Madre 155, Lomas de Chapultepec, Del. Miguel Hidalgo

Teléfono: +52 55 5202 0222

Dirección Middle, High School: Domingo García Ramos 56, Zona Escolar Prados de la Montaña

Teléfono: +52 55 5247 0071

Sitio Web: www.westhillinstitute.edu.mx

Escuela Sierra Nevada

Programa: Bilingüe, Local

Grados: Kindergarten, Primaria, Secundaria, Preparatoria

Dirección Pre-school: Paseo de la Reforma 715, Lomas de Chapultepec, Del. Miguel Hidalgo

Teléfono: +5255 5540 0727

Dirección Elementary School: Sierra Madre 155, Lomas de Chapultepec, Del. Miguel Hidalgo

Teléfono: +5255 5202 0222

Dirección Middle, High School: Camino a Cuajimalpa, Palo Solo 1, Hacienda de las Palmas, Huixquilucan, Edo. de México

Teléfono: +52 55 52 47 00 71

Sitio Web: www.esn.edu.mx

Colegio Merici

Programa: Programa IB, Bilingüe, Local

Grados: Pre-school, Elementary, Middle School, CCH

Dirección: Granjas 45 Colonia Palo Alto, Cuajimalpa, CDMX.

Teléfono: +5255 5570 4980

Sitio Web: www.merici.edu.mx

Comunidad Educativa Tomás Moro

Programa: Bilingüe, Local

Grados: Kindergarten, Lower School, Middle School, Upper School

Dirección campus Santa Fe: Castillo de Chapultepec 110, Lomas de Reforma, Del. Miguel Hidalgo

Teléfono: +5255 5596 2511

Dirección campus Cuajimalpa: Maguey 64, San José de los Cedros, Cuajimalpa, México, D.F.

Teléfono: +52 55 5813 3664

Sitio Web: www.tomasromo.edu.mx

Escuelas en la Ciudad de México

Zona poniente

Lomas de Chapultepec | Bosques de las Lomas Santa Fe | La Herradura | Interlomas

Colegio Vista Hermosa

Programa: Programa IB, Bilingüe, Católico

Grados: Kindergarten, Lower School, Middle School, Upper School

Dirección: Loma de Vista Hermosa 221. Col. Lomas de Vista Hermosa Del. Cuajimalpa de Morelos

Teléfono: +52 55 5091 4600

Sitio Web: www.cvh.edu.mx

Eugenio de Mazenod

Programa: Local, Bilingüe, Católico

Grados: Kindergarten, Lower School, Middle School, Upper School

Dirección: Av. Tamaulipas 240 Col. Prados de la Montaña, Cuajimalpa, CDMX.

Teléfono: +52 55 91 49 5400

Sitio Web: www.mazenod.edu.mx

Colegio Monteverde

Programa: Programa IB, Local, Bilingüe, Católico, Sólo niñas

Grados: Kindergarten, Lower School, Middle School, Upper School

Dirección: Av. Santa Lucía 260 Col. Prados de la Montaña, Cuajimalpa, CDMX.

Teléfono: +5255 5081 9700

Sitio Web: www.colegiomonteverde.edu.mx

Colegio Junípero

Programa: Internacional, Católico

Grados: Kindergarten, Primaria y Secundaria

Dirección: Bondonjito 238 Col. Las Américas, CDMX

Teléfono: +52 55 5515 5700

Sitio Web: www.colegiojunipero.mx

Colegio Northridge

Programa: Programa IB, Internacional, Católico, Sólo niños

Grados: Kindergarten, Primaria, Secundaria, Preparatoria

Dirección: Av. México 336, Ahuatenco, Manzanastitla, Cuajimalpa de Morelos, 05000 Ciudad de México, CDMX

Teléfono: +52 55 5292 6089

Sitio Web: www.nsm.edu.mx

Colegio Cumbres

Programa: Bilingüe, Local, Solo niños, Católico

Grados: Kindergarten, Primaria, Secundaria y Preparatoria

Dirección: Ahuehuetes Norte # 1251, Col. Bosques de las Lomas, Del. Miguel Hidalgo

Teléfono: +52 55 5596 3733

Sitio Web: www.institutocumbresbosquesmexico.com

Colegio Hebreo Maguen David

Programa: IB, Judío

Grados: Primaria, Secundaria, CCH

Dirección: Antigua Carretera a Tecamachalco 370, Col. Lomas de Chapultepec

Teléfono: +5255 5246 2600 Ext. 119

Sitio Web: www.chmd.edu.mx

Colegio Hebreo Tarbut

Programa: IB, Judío

Grados: Primaria, Secundaria, Bachillerato

Dirección: Loma Del Parque 216 Lomas de Vista Hermosa, Cuajimalpa, CDMX.

Teléfono: +5255 5814 0500

Sitio Web: www.tarbut.edu.mx

Escuelas en la Ciudad de México

Zona norte

Zona Esmeralda | Satélite | Lomas Verdes

Greengates School

Programa: Británico, Internacional, Programa IB
Grados: Junior School, Secondary School, Intermediate School

Dirección: Avenida Circunvalación Poniente 102, Balcones de San Mateo, Estado de México

Teléfono: +52 55 5373 0088

Sitio Web: www.greengates.edu.mx

Alexander Von Humboldt (Campus Lomas Verdes)

Programa: Alemán, Programa IB, Internacional

Grados: Kindergarten, Primaria, Secundaria, Preparatoria
Dirección (Kindergarten, Lower School): Súper avenida Lomas Verdes 520, Alteña II, Lomas Verdes, Naucalpan de Juárez, Estado de México

Teléfono: +5255 3002 7544

Dirección (Middle & High School): Paseo Alexander von Humboldt 2 III Sección Lomas Verdes, Naucalpan de Juárez, Estado de México

Teléfono: +5255 3002 7544

Sitio Web: www.humboldt.edu.mx

Zona sur

Pedregal | San Ángel | Del Valle | Nápoles

Alexander Von Humboldt (Campus Xochimilco)

Programa: Alemán, Internacional

Grados: Kindergarten, Primaria, Secundaria, Preparatoria

Dirección (Kindergarten, Primaria): Camino Real a Xochitepec 120, Col. Tepepan, Del. Xochimilco

Teléfono: +52 55 5062 9860

Dirección (Secundaria, Preparatoria): Av. México 5501, Col. Huichapan (La Noria), Del. Xochimilco

Teléfono: +52 55 5062 9860

Sitio Web: www.humboldt.edu.mx

Zona sur

Pedregal | San Ángel | Del Valle | Nápoles

Liceo Franco Mexicano (Campus Coyoacán)

Programa: Francés, Internacional

Grados: Maternal, Primaria, Secundaria y Preparatoria

Dirección: Cerro Xico 24 Col. Oxtopulco Universidad

Teléfono: + 52 55 5339 0372

Sitio Web: www.lfm.edu.mx

Peterson School (Campus Sur)

Programa: Americano, IB, Internacional

Grados: Early childhood, Lower School, Middle School, Upper School

Dirección Campus Tlalpan: Carretera Federal a Cuernavaca km. 24 No. 6871, San Andrés Tototltepec, Tlalpan

Teléfono: +5255 5849 1884 / +5255 5849 1885 ext. 110

Dirección Campus Pedregal (Early Childhood & Lower School): Rocío No.142 Jardines del Pedregal, Álvaro Obregón, Ciudad de México

Teléfono: +5255 5568 3139 / +5255 5568 7012

Sitio Web: www.peterson.edu.mx

The Edron Academy

Programa: IB, Internacional

Grados: Kindergarten, Primaria, Secundaria, Preparatoria

Dirección: Calzada Desierto de los Leones 5578, Col. Olivar de Los Padres, Ciudad de México

Teléfono: +5255 5585 1920

Sitio Web: www.edron.edu.mx

Liceo Mexicano-Japonés

Programa: Japonés, Internacional

Grados: Kindergarten, Primaria, Secundaria, Preparatoria

Dirección: Camino a Santa Teresa No.1500, Col. Jardines del Pedregal, Ciudad de México

Teléfono: +5255 5568 7111

Sitio Web: www.liceomexicanojapones.edu.mx

8 SITIOS DE INTERNET RECOMENDADOS

Turismo en la Ciudad de México

www.mexicocity.gob.mx

www.museosdemexico.org

www.cultura.df.gob.mx

www.dondeir.com

Guías turísticas de la Ciudad de México

Español: www.mexicocity.gob.mx/guias/espanol/index.php

Inglés: www.mexicocity.gob.mx/guias/ingles/index.php

Francés: www.mexicocity.gob.mx/guias/frances/index.php

Otros idiomas: www.mexicocity.gob.mx

Descubrir México

www.mexicodesconocido.com.mx

www.pueblosmexico.com.mx

www.visitmexico.com

Comunidades de expatriados

Internations: www.internations.org

Mexpat: www.mexpat.com

Expat blog: www.expat-blog.com

9 TELÉFONOS DE EMERGENCIA

Números de emergencia	
Emergencias	911
Ambulancias y Cruz Roja	065
Policía	066
Bomberos	068
Reporte anónimo	089
Locatel (personas perdidas)	5658 1111
Hospital Español	5255 9600
Hospital Ángeles de Interlomas	5346 5093
Hospital ABC Santa Fe	1103 1600
Hospital Ángeles Mocel	5277 3020
Hospital Ángeles del Pedregal	5652 6987 / 5568 1540

10 ANEXOS

