

Esta guía es una herramienta para ocupar las calles como mujeres que cuidan e infancias. Para hacer visibles a quienes el espacio público ha excluido y reclamar la ciudad que es nuestra.



Pensada para motivar a más mujeres a vivir y disfrutar la ciudad de manera activa mientras cuidamos, fortaleciendo las redes de cuidado que todas necesitamos.



## ITINERARIOS DENTRO DE LA CIUDAD



### 09. Zoológico de Guadalajara

Uno de los zoológicos más grandes de Latinoamérica. Puedes recorrerlo completo en su trenecito. No te pierdas el Safari. @zoologicoguadalajara



### 10. Vía recreativa

Una oportunidad para recorrer la ciudad en bicicleta, patines o caminando. ¡Disfruta el domingo de una manera divertida en familia y amistades! @viarecreativagdl



### 11. Librería Carlos Fuentes

Visita la Librería Carlos Fuentes dentro de la Biblioteca Juan José Arreola, donde encontrarás actividades como cuenta cuentos y yoga para infancias los sábados y domingos. Aprovecha tu visita para subir a la Biblioteca Infantil "José Ramos Moreno" en el primer nivel. @libreriacf



### 12. Parque Metropolitano

Desde andar en bicicleta, rentar un carrito con pedales, hacer un picnic, celebrar tu fiesta de cumpleaños, brincar en los brincolines... Esto y más puedes hacer en este gran parque que ¡hasta tu mascota la pasará bien!



### 13. Feria de productores

Los domingos en el Club de Leones podrás encontrar este mercado de productores locales y también puedes llevar tus residuos para reciclar. @feriamx

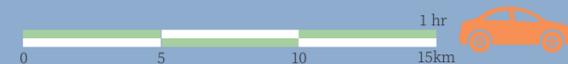
Descarga la guía aquí:



¿Te ha ayudado esta guía?  
¿Qué otros lugares conoces?

Compártenos tu mejor secreto de la ciudad.

Escríbenos a [mamaurbana.gdl@gmail.com](mailto:mamaurbana.gdl@gmail.com)



## ITINERARIOS FUERA DE LA CIUDAD

Porque maternar en la ciudad muchas veces nos invita a salir de ella.

### 01. Parque Ecológico Huilotán

Parque en la montaña con senderos y albercas naturales. Cuenta con espacio para acampar, regaderas y un restaurante.

### 02. Cascada de Huaxtla

No creerías que un sitio tan bello está a menos de una hora de la ciudad. Camina por los senderos y entra en la cascada. También hay sitio para acampar.

### 03. El Diente

Un lugar para disfrutar de paisajes bonitos, escalar, andar en bici o realizar un picnic.

### 04. Rancho Miel Oro

Conviértete en apicultor por un día y conoce cómo hacen miel las abejas. Para niñas y niños entre 4 y 12 años de edad. Revisa sus fechas en @mielorogdl

### 05. Río Caliente

Pasa el día en el Bosque de la Primavera en las aguas termales del Río Caliente. Llega temprano.

### 06. Check Point

Un gran lugar dentro del Bosque de la Primavera para desayunar y luego dar un paseo en bici o caminar por el bosque. Tiene un 10 en kidfriendly.

### 07. Rancho San Juan Diego

Visita sus campos de flores de girasol en primavera y cempasúchil en otoño. Información en @rancho\_san\_juan\_diego

### 08. Casa de Semillas Colibrí

Rancho dedicado a la conservación de semillas. Revisa su página para fechas de talleres de huertos agroecológicos @semillascolibrí

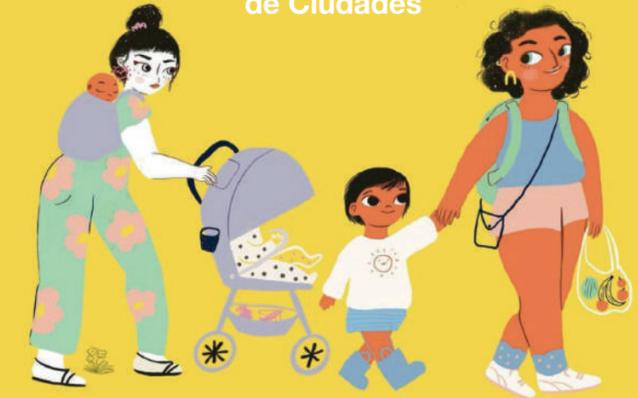
"Un mapa es una silueta, un contorno que agrupa elementos dispares, cualesquiera que sean. Cartografiar es **incluir** tanto como **excluir**. Cartografiar es, además, una manera de **visibilizar lo que generalmente está oculto.**"

Valeria Luiselli  
Desierto Sonoro

GUADALAJARA DESDE LOS OJOS DE

# MAMÁ URBANA

en colaboración con  
Observatorio  
de Ciudades



RED DE MAMÁS QUE CAMINAN LA CIUDAD

Esta guía muestra una colección de lugares que han ayudado a mamás urbanas a cuidar de una manera más libre y digna. Se hizo de manera participativa con más de 50 madres compartiendo sus mejores secretos de la ciudad.

Maternidades saludables: mamás desobedientes. Las maternidades dentro de cuatro paredes pueden sentirse solitarias, exhaustivas y con tendencia a depresión y otras enfermedades.



Poner la vida al centro: los cuidados primero. Los cuidados como modelo económico, reivindicar el trabajo de quienes sostienen la vida y brindarnos derechos.



Calles llenas de pelotas, patines y vida. Las niñas y los niños en las calles son el primer indicador de ciudades seguras. Merecen ser visibles en el paisaje urbano y así, ver por su derecho a la ciudad.



Crear comunidad: me cuidan mis amigas. Ocupar las calles como mujeres, para visibilizar y disminuir nuestras vulnerabilidades y tejer lazos entre nosotras -no estás sola- Juntas somos más fuertes.



MANIFIESTO DE UNA MAMÁ URBANA

más información en: [mamaurbana.mx](http://mamaurbana.mx)

IG: @mamaurbana.mx

# LUGARES POSIBLES PARA LA NIÑEZ Y MATERNIDADES

## PARQUES

- 1. Parque de las niñas y los niños**  
En C. Sta. Lucía 284  
Amplio parque con juegos increíbles para chicos y grandes. Refréscate en la fuente danzante o bajo la sombra de un árbol.
- 2. Villa Fantasía**  
En Av. Aurelio Ortega  
Ofrece un área de juegos sombreada, un arenero enorme para los más pequeños y un emocionante muro de escalada para los más grandes. Lleva palitas y cubetas y disfruta una tarde en el arenero con tu bebé.
- 3. Bosque Los Colomos**  
En C. El Chaco 3200  
Un lugar para hacer mucho, o no hacer nada. No te pierdas el encanto del jardín japonés. Durante la semana, ofrecen talleres de pintura y barro para peques, mientras tú puedes disfrutar de un momento para correr, leer o meditar en este hermoso bosque urbano.

- 4. Campo de Polo**  
En C. San Uriel 338  
Es perfecto para sentarse a descansar en la sombra y verles jugar.
- 5. Jardín Francia**  
En Av. Montevideo  
Un espacio apropiado por las infancias. En las tardes se llena de juegos, encantados, las trais y escondidas.
- 6. Jardín Dr. Alt**  
En C. Italia Providencia  
Puedes llevar a tu mascota y a tus peques ya que cuenta con área de juegos. Enfrente hay un cafecito muy lindo. @talismancafe

- 7. Parque Hundido Santa Rita**  
En Av. Manuel Acuña 5564  
Espacio bonito y tranquilo, perfecto para bicis.
- 8. Parque Monterrey**  
En Av. Miguel Hidalgo y Costilla  
Árboles frondosos con una bonita zona de juegos infantiles que por las noches están bien iluminados.
- 9. Parque Colibrí**  
En C. Sta. Teresa de Jesús 883  
Tiene juegos infantiles incluso para niños con discapacidades. Además cuenta con brincolines que pueden rentarse.
- 10. Parque Agua Azul**  
En Calz. Independencia Sur 973  
Visita el hermoso mariposario, el aviario y orquideario y disfruta de este espacio único.
- 11. Parque Alcalde**  
En C. Jesús García 700  
Da un paseo en botes a pedal en el lago o recórrelo en su tren. Disfruta un picnic en este parque tradicional de la ciudad.

- 12. Zapopan Centro**  
Andador 20 de Noviembre  
Espacio con mucha vida para ir a pasear.
- 13. Museo de Arte de Zapopan**  
En Prol. 20 De Noviembre 166  
Este museo es totalmente incluyente con la niñez. Disfruta de sus exposiciones temporales y de sus tardes de cine para infancias.
- 14. Museo Cabañas**  
En C. Cabañas 8  
Un lugar increíble para llevar a tus visitas. Su conjunto de patios es maravilloso, además cuenta con una sala especial para que las crías jueguen, pinten y hagan manualidades.
- 15. Paseo Alcalde**  
Recorre en bici, patín o caminando esta calle peatonal y déjate sorprender por la historia de Guadalajara.

- 16. Fondo de Cultura Económica**  
En Av. Chapultepec Sur 198  
Visita el segundo piso de esta librería que tiene una colección hermosa de libros infantiles. Revisa su cartelera, tienen cuenta cuentos y actividades para las crías. @fceguadalajara
- 17. Strega - Almacén de Libros**  
En C. José María Vigil 2991  
Librería pequeña llena de libros ilustrados para peques. Ideal para buscar un regalito.
- 18. Glorieta Chapalita**  
Un lugar con mucha vida los fines de semana. Puedes comer un elote o un helado, escuchar música en vivo y jugar en la glorieta.

- 19. Globo Museo de la Niñez**  
En Av. 5 de Febrero  
Museo divertido e interactivo. Se recomienda llegar temprano.
- 20. El Polvorín**  
En Av. Patria, Club Atlas  
Accesible para personas con discapacidades y muy divertido para todas las edades. Las canchas de fútbol y voleibol están en excelentes condiciones.
- 21. Unidad Deportiva Rubén Darío**  
En Av. Rubén Darío 974  
Es un parque cerrado con juegos divertidos adaptados para niños con diversidad funcional. Cuenta con clases de tenis y otros deportes.
- 22. CODE Jalisco**  
Revisa los horarios de clases deportivas para actividades accesibles y de gran calidad.

- 23. Pizzas Petra**  
En Av. Patria 105  
Disfruta de ricas pizzas a la leña al aire libre mientras tus peques pueden divertirse y corretear.
- 24. La Tequila**  
En Av. México 2830  
¿Dónde comer rico mientras las criaturas juegan? Aquí. Tienen menú sano para peques.
- 25. Restaurante Los Otates**  
En Av. México 2455-2  
¿A quién no le gustan los antojitos mexicanos? Y si tienen área de juegos ¡mucho más!
- 26. Río Viejo**  
En Av. Chapultepec Sur 693  
Ideal para llevar al familiar que viene de fuera. Rica comida con área infantil.
- 27. Ma'thilda Brunch**  
En C. Sebastian Bach 5088  
Ideal para ir a trabajar o reunirte con una amiga que quieres platicar mientras las crías juegan en la ludoteca.
- 28. Caligari Café**  
En C. Juan Manuel 1406  
Lugar pequeñito pero amigable e incluyente. Hay menú saludable y divertido para peques.
- 29. Gabinete**  
En C. Libertad 1698  
Buen café, bebidas ricas para peques. Tiene un gabinete con libros infantiles que hace sentir incluidas a las crías.
- 30. Montenegro**  
En C. José Guadalupe Montenegro 1917  
Disfruta de su patio fresco y su hospitalidad. Cuenta con menú sano para peques.
- 31. Cafe Bio-lento**  
En C. Gral. San Martín 350  
Es un lugar amigable con un patio de piedra grava para dejar a los pequeños jugar.



15-20min\*  
0 500m 1km  
\*caminando a velocidad infantil

- ### ÍCONOS DE LA CIUDAD
- (que no te puedes perder)
- (A) Arcos de Zapopan
  - (B) Bosque Los Colomos
  - (C) Parque Ávila Camacho
  - (D) Planetario
  - (E) Acuario Michin
  - (F) Parque Alcalde
  - (G) La Minerva
  - (H) Arcos de Guadalajara
  - (I) Pájaro de fuego
  - (J) Arcos del Milenio
  - (K) Catedral de Guadalajara
  - (L) Casa ITESO Clavijero
  - (M) Parque Agua Azul
  - (N) Museo de Antropología