

Mixco del 12 al 18 de agosto de 2021

LEA HOY

LA INDUSTRIA DEL TURISMO A NIVEL MUNDIAL TENDRÁ UN DÉFICIT DE 4 BILLONES DE DÓLARES.

A nivel nacional habrá que priorizar la vacunación en áreas turísticas.

NADA DE LO QUE TE MOLESTA DE OTROS ES RESPONSABILIDAD DE OTROS

REFLEXIÓN CON EL PADRE HUGO ESTRADA

ARMA UNA SALA DE INTENSIVO EN LA CASA DE SUS PADRES PARA SALVARLES LA VIDA

El doctor Hugo Mota es un destacado pediatra y otorrinolaringólogo a nivel nacional que recién acaba de pasar por una experiencia intensa, dado que sus papás, de 82 y 87 años de edad respectivamente; se contagiaron con coronavirus, y tuvieron una reacción agresiva de la enfermedad.



Más información en páginas 4 y 5

¿SERÁ POSIBLE QUE LES PAGARÁN LO QUE PIDEN A LOS QUE PRESTARON SERVICIO MILITAR OBLIGATORIO?



Los llamados “veteranos militares” que llevan días bloqueando carreteras, fueron atendidos por la Comisión de Finanzas del Congreso de la República, presidida por el oficialista Duay Martínez; con la presencia de funcionarios del Ministerio de Finanzas Públicas y del Ministerio de la Defensa Nacional, el día miércoles 11.

Más información en página 8

LA INDUSTRIA DEL TURISMO A NIVEL MUNDIAL TENDRÁ UN DÉFICIT DE 4 BILLONES DE DÓLARES

- **A nivel nacional habrá que priorizar la vacunación en áreas turísticas.**



El impacto del Covid-19 en el turismo costará unos cuatro billones de dólares a la economía mundial de acuerdo a un **informe de la Conferencia de las Naciones Unidas sobre Comercio y el Desarrollo**, la caída del turismo internacional debido a la pandemia del coronavirus causará una pérdida de más de cuatro billones de dólares en el PIB global durante los años 2020 y 2021.

Los países que mayormente viven del turismo serán los más afectados, la pérdida estimada se debe al impacto directo de la pandemia en el turismo y a su efecto dominó en otros sectores estrechamente relacionados con él.

EL TURISMO DEPENDE DE LAS VACUNAS

Debe acelerarse la vacunación para inmunizar el rebaño advierte el informe, señalando que la recuperación del sector turístico dependerá en gran medida de la aplicación global de las vacunas del COVID-19.

"El mundo necesita un esfuerzo de vacunación global que proteja a los trabajadores, mitigue los efectos sociales adversos y se tomen decisiones estratégicas en relación con el turismo, teniendo en cuenta los posibles cambios estructurales", dijo la secretaria general interina de la Conferencia, Isabelle Durant.

Por su parte, el secretario general de la agencia de la ONU para el turismo, Zurab Pololikashvili, aseguró que este sector *"es un salvavidas para millones de*

personas, y avanzar en la vacunación para proteger a las comunidades y apoyar su reanudación es fundamental para la recuperación de puestos de trabajo y la generación de recursos muy necesarios, especialmente en los países en desarrollo, muchos de los cuales dependen en gran medida del turismo internacional".

EL INFORME SEÑALÓ QUE LOS PAÍSES EN DESARROLLO SON LO MÁS PERJUDICADOS

Según el informe, la vacunación contra la COVID-19 es más pronunciada en algunos países que en otros, por lo que las pérdidas económicas derivadas del turismo se reducen en la mayoría de los países desarrollados, pero se agravan en los países en desarrollo, donde la ausencia de vacunas está manteniendo alejados a los turistas. Además, se espera que el sector turístico se recupere más rápidamente en los países con altas tasas de vacunación, como Francia, Alemania, Suiza, Reino Unido y Estados Unidos.

LA INDUSTRIA DEL TURISMO A NIVEL MUNDIAL TENDRÁ UN DÉFICIT DE 4 BILLONES DE DÓLARES

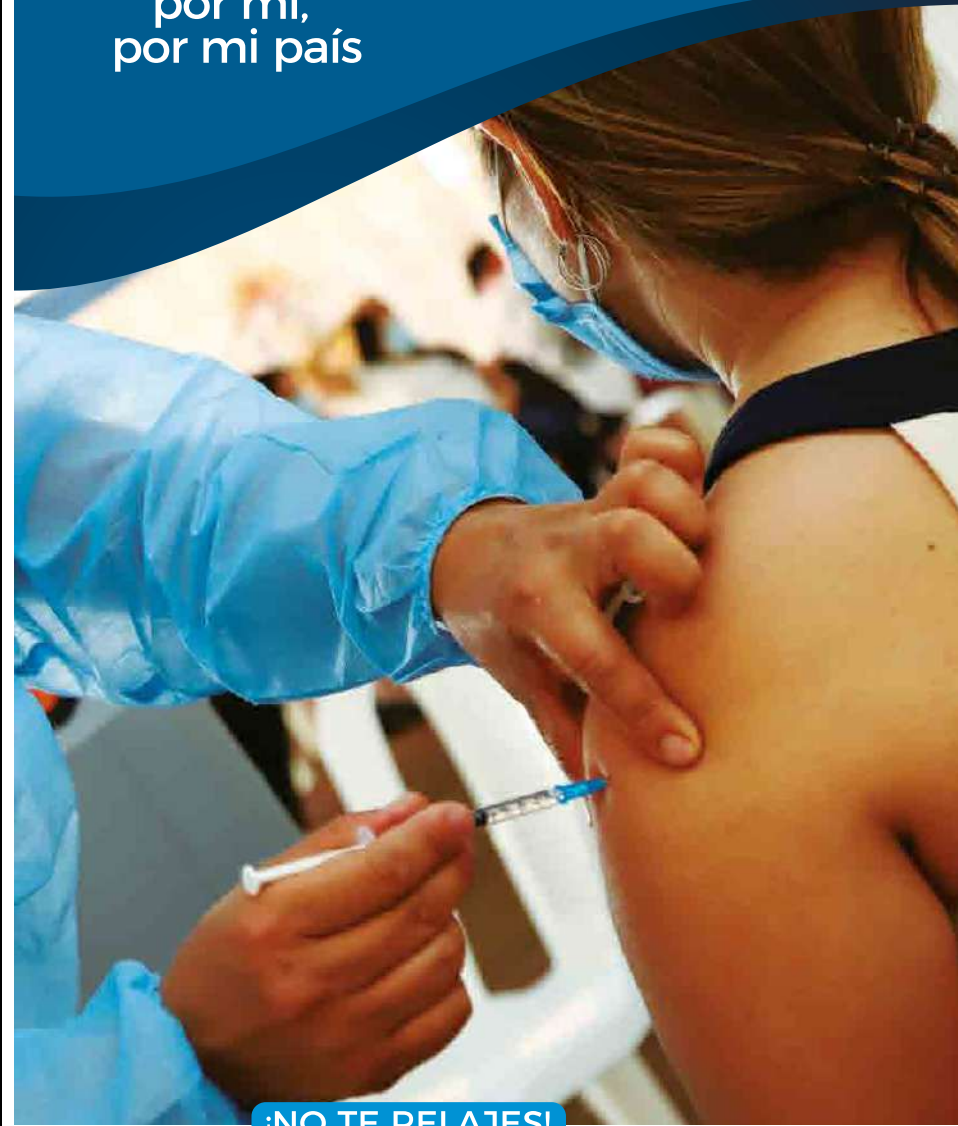
Pero los expertos no esperan volver a los niveles de afluencia turística internacionales previos a la pandemia hasta 2023 o incluso después. Los principales obstáculos son las restricciones a los viajes, la lentitud en la contención del virus, la poca confianza de las personas para viajar y un entorno económico deficiente.



GUATEMALA YA ANTES DE LA PANDEMIA

Entre 2012 y 2013 el país había descendido 11 posiciones en el Índice Mundial de Competitividad Turística del Foro Económico Mundial (FEM), un estudio que incluye a 140 países. Del puesto 86, bajó al 97. Y es que la estructura del Instituto Guatemalteco de Turismo (Inguat) tampoco ayuda. Por el lado de la iniciativa privada se estaba promoviendo antes de la pandemia presentar a Guatemala, como destino ideal para realizar congresos y convenciones, pero la pandemia echó por el suelo el proyecto. Es vital que sitios turísticos como Izabal, con Río Dulce y Livingston a la cabeza, Cobán, Antigua, Atitlán, y otros tantos con los que cuenta el país, sean enfocados por las autoridades de Salud como áreas prioritarias para la vacunación, principalmente a todos los agentes que tienen contacto directo con los turistas, lancheros, empleados de hoteles, guías turísticos, personal de aeropuertos, etc. El país tiene condiciones naturales y culturales para atraer cada día a más turistas internacionales e incentivar a los connacionales a que conozcan mejor su tierra. No dejemos que esta industria que sirve de sustento para miles de guatemaltecos se caiga.

Por mi familia,
por mí,
por mi país



¡NO TE RELAJES!

No dejes de cuidarte después de vacunarte



DOCTOR HUGO MOTA

ARMA UNA SALA DE INTENSIVO EN LA CASA DE SUS PADRES PARA SALVARLES LA VIDA

El doctor Hugo Mota es un destacado pediatra y otorrinolaringólogo a nivel nacional que recién acaba de pasar por una experiencia intensa, dado que sus papás, de 82 y 87 años de edad respectivamente; se contagiaron con coronavirus, y tuvieron una reacción agresiva de la enfermedad, de tal manera, que Hugo y su esposa, que también es médico, con la ayuda de su sobrina, que igualmente es doctora, implementaron una sala de intensivo en la casa para salvarles la vida. Aquí la historia que nos narra el doctor Hugo Mota.

Doctor Hugo Mota: Hugo nos cuenta que sus padres ya son adultos mayores, de 82 y 87 años, y que ya se habían puesto la primera dosis de la vacuna, en el mes de mayo, y tuvieron reacción a los diez días de habérsela colocado, con síntomas gastrointestinales y un poco de fiebre que en cuatro días pudo resolverse satisfactoriamente, con un tratamiento en casa conservador. En el mes de junio, nos relata Hugo Mota, mis padres tuvieron una reunión familiar, y creemos que en esa reunión ellos adquirieron el coronavirus. O pudieron contagiarse con las personas que les llegan hacer los servicios de entrega de comida, jardinería y otros. Lo que sí sabemos es que ellos empezaron con síntomas de coronavirus el día 9 de junio, de tipo gastrointestinales, dolor, diarrea, sensación de malestar general, vómitos. Hugo nos cuenta que sus padres viven en San Lucas Sacatepéquez, viven solos, razón por la que al verlos en ese estado, y con la realidad de que los hospitales tanto privados como públicos se encuentran saturados, inmediatamente decidimos tomar nosotros el control del problema. Iniciamos con ponerles suero en las venas, y empezamos el tratamiento médico. Se fue complicando el asunto, porque del sistema gastrointestinal, la enfermedad pasó al sistema respiratorio, por lo que tuvimos que agregar oxígeno, monitores, prácticamente hacer un intensivo en casa. Mi esposa y yo empezamos el manejo médico con ellos, y tuvimos asesoría de otro médico con asesoría interna, que es mi sobrina, que ella maneja Covid dentro de las instituciones donde trabaja, e iniciamos el manejo que se requería para el caso. Esto fue el 9 de junio, hoy hasta este día 11 de agosto, ellos aún siguen convalecientes del covid. Es una enfermedad complicada, porque tiene fases de angustia, de



dolor, de temor, y momentos en los que el paciente puede sentirse incapacitado, y los médicos piensan que ya no pueden ayudarles más. Es una enfermedad sumamente desgastante tanto para los pacientes como para el médico tratante. En este caso estábamos como médicos y como familia, mi esposa y yo, entonces sólo Dios puede ayudarte, solo queda inclinar tu rostro y pedir a Dios que te ilumine y te ayude, porque se necesita tener fuerza para salir adelante, y esta solo puede venir de Dios. Pedir a grupos de personas que oren por los enfermos y las familias. Fueron cuatro semanas sumamente complicadas, en las que los demás familiares no podían verlos, por lógica, estábamos aislados.

Continúa en página 5

DOCTOR HUGO MOTA ARMA UNA SALA DE INTENSIVO EN LA CASA DE SUS PADRES PARA SALVARLES LA VIDA

Además, nos cuenta el doctor Mota, por distintos motivos y circunstancias, en mi familia resultaron 16 personas enfermas de coronavirus. Estos grupos familiares adquirieron el contagio por otros canales, y entonces empezamos con mi esposa, telefónicamente a tratar a estas personas, con tratamientos distintos de acuerdo a las reacciones de los demás familiares. Como repito, fueron cuatro semanas excesivamente complicadas.

Ahora que mis padres ya se encuentran en fase de convalecencia, ya estamos más tranquilos, pero en la fase aguda de la enfermedad, nos cuenta, llegamos a contratar 9 cilindros de oxígeno, y llegamos a tener 5 enfermeras para auxiliarlos las 24 horas del día. Utilizamos ambulancias con oxígeno para trasladarlos a centros de diagnóstico, un calvario en resumen. Y es que como no había oportunidad de colocarlos en hospitales, tuvimos que hacerlo nosotros. Ahora que estamos en la fase de convalecencia saliendo de esta crisis tan espantosa, nosotros comprendemos, y queremos ayudar a todas las personas que están sufriendo, a todos los familiares, que Dios les ilumine, y pedimos fuerza para que sean alentados, porque es una crisis en la que por momentos tú te sientes impotente.

Gracias a Dios, dice el doctor Mota, tu sabes Pepe que yo toda mi vida he sido un tipo muy ahorrativo, y que esos ahorros ahora me ayudaron a utilizarlos para salvar a mis papás.

Por toda esta experiencia que estamos sufriendo dice el doctor Mota, le pido a todos los que están leyendo esta entrevista, que se cuiden, que se vacunen, no ir a lugares inapropiados si no es indispensable, porque desgraciadamente todavía hay gente que cree que



esta enfermedad no existe, que no da, y yo les puedo afirmar que sí da, y en el caso de mis padres, fuertemente, ellos ya llevan cuarenta días viviendo en esa crisis, aunque convalecientes, todavía están con medicamentos y con consecuencias en su cuerpo y en su mente. Porque es un proceso para reincorporarlos a su vida normal.

Pepe Estrada: ¿Y durante este proceso de tratamiento a tus papás utilizabas traje especial o solo mascarilla?

Doctor Mota: Usaba doble mascarilla y mascareta, empecé a usar traje especial, pero mis papas necesitaban sentir mi calor, no querían ver a su hijo con un traje especial para no acercárseles, si nadie de la familia podía verlos, por lo menos que a mí pudieran verme y sentir mi cariño y amor. Te cuento que el primer día que llegó un familiar a verlos, porque ya habían dado negativo en la prueba de antígeno; ellos se sintieron como niños, una alegría excepcional en sus rostros de poder ver gente cercana a ellos visitándolos. Porque durante la crisis es un aislamiento total, sin poder ver más que a doctores y enfermeras, ajenos a ellos.

Por eso es que en estos momentos cuando las personas enfermas que no tienen los medios económicos para tratarse en casa, por no contar con los aparatos y la asistencia médica, deben y tienen que ir a los hospitales nacionales, porque es vital consultar con médicos profesionales y alejarse de sus familiares, y pasar la enfermedad solitariamente, aquí es cuando me lleno de compasión por ellos, y rezo por ellos para que Dios les dé fortaleza para soportar el aislamiento sumado a los dolores y angustias de la enfermedad. Igualmente debemos de orar todos por ellos, que solos confrontan una enfermedad terrible.



Continúa en página 6

DOCTOR HUGO MOTA ARMA UNA SALA DE INTENSIVO EN LA CASA DE SUS PADRES PARA SALVARLES LA VIDA

Hay unas personas, nos dice el doctor Mota, sumamente afortunadas, que el Covid solo les da como una especie de catarro, y la pasan tranquilos en sus casas. Pero hay otras que no, que les pega terriblemente la enfermedad, y pasan por momentos de angustia y sufrimiento terrible; son más aquellas a las que les da el coronavirus teniendo ellos otras enfermedades, y el covid, les pega donde existe esa debilidad en sus organismos, estas personas son a las que la enfermedad les agrava agresivamente.

Pepe Estrada: Solo para que aprendamos un poco. Con qué medicamentos empezaste a tratar a tus papás.

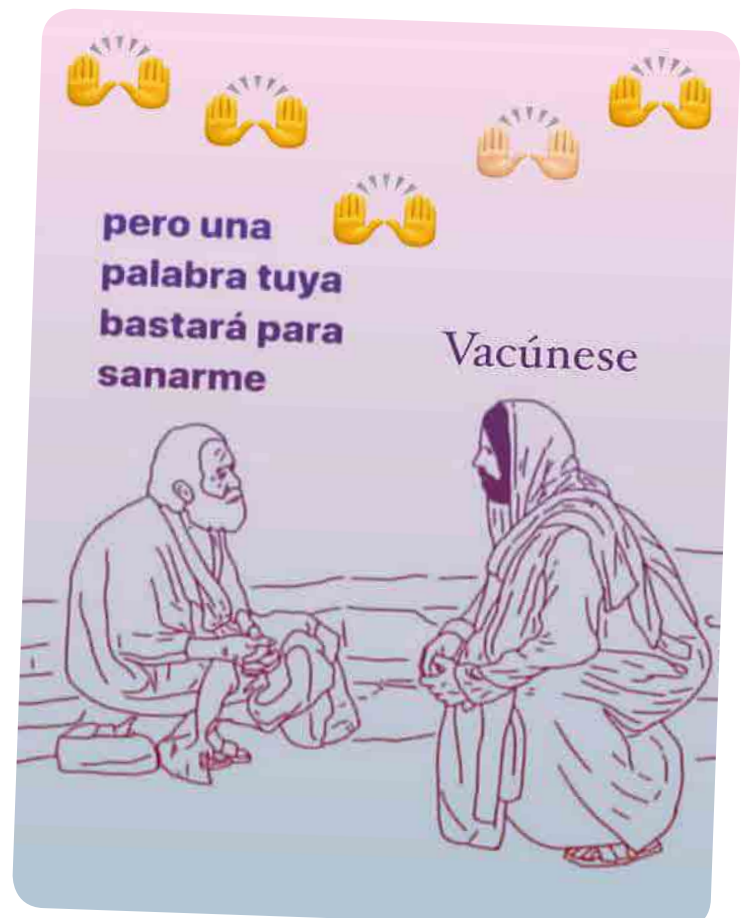
Doctor Mota: Nosotros ante la gravedad de la crisis que inició con dolor abdominal, diarrea y vómitos, con ellos empezamos con inyectarles suero en las venas, y medicamentos para quitar los espasmos. Cuando nos dimos cuenta que la enfermedad iba subiendo a los pulmones, entonces utilizamos los cilindros de oxígeno, les pusimos el oxígeno por mascarilla a dos litros por minuto, pasamos a cuatro, pasamos a cinco, y nos fuimos guiando por los niveles de oxígeno en el monitor, y tratamos de mantenerlos arriba del 94% de saturación de oxígeno. Utilizamos antivirales, antiinflamatorios, antibióticos, pero eso depende de la reacción de las personas y la gravedad, cada caso es individual, y tratamiento especial. En el caso de



mis papás por su edad, fue un caso grave y complicado, gracias a Dios ya están en la fase de convalecencia, pero todavía están con enfermeras y medicamentos y oxígeno, cuando lo requieren.

Yo bendigo a Dios porque siempre nos dio la provisión para poder salir adelante con los recursos para salvar a mis papás.

CÁPSULA DE SABIDURIA



EXONERACIÓN DE

Multas de

IUSI

PUEDES PAGAR EN LÍNEA

 www.munimixco.gob.gt

también puedes pagar en
- Agencias Municipales o
- Bancos del sistema



MuniMixco
¡Siempre Trabajando!



¿SERÁ POSIBLE QUE LES PAGARÁN LO QUE PIDEN A LOS QUE PRESTARON SERVICIO MILITAR OBLIGATORIO, QUE REALIZAN BLOQUEOS EN LAS CARRETERAS?

Los llamados “veteranos militares” fueron atendidos por la Comisión de Finanzas del Congreso de la República, presidida por el oficialista Duay Martínez; con la presencia de funcionarios del Ministerio de Finanzas Públicas y del Ministerio de la Defensa Nacional, el día miércoles 11, según lo afirmado por los veteranos que por dos días consecutivos bloquearon carreteras. En la reunión celebrada en el hotel Camino Real, abordaron el tema de cómo avanzar en la aprobación de la iniciativa 5664 “Ley de dignificación económica por el servicio prestado durante el enfrentamiento armado interno”. La propuesta de decreto establece un monto de Q120 mil para cada veterano militar que prestó sus servicios entre los años de 1960 a 1996 durante el conflicto armado.

“Estamos satisfechos con Dios, con todos los compañeros y los diputados. Estamos ya casi hechos. La iniciativa 5664 es la que prevalece”, aseguraron. De esta cuenta, hicieron un llamado a desbloquear las carreteras que estaban cerradas. “Por favor desbloqueen el paso, porque gracias a Dios logramos nuestro objetivo, y seguiremos luchando”, dijeron en el video. Posteriormente en la cuenta de Twitter del Congreso se compartió fotos de la sesión realizada en el Hotel.



NOTA DEL EDITOR

Durante el enfrentamiento armado interno en que Guatemala se vio inmerso durante el periodo comprendido de 1960 a 1996, muchos ciudadanos, principalmente en el interior del país, fueron obligados a prestar servicio militar. **Pues ahora estos señores MANIPULADOS por las lacras de Felipe Alejos y Ana Victoria Hernández, del partido TODOS,** quienes son los promotores de la iniciativa 5664 “Ley de dignificación económica por el servicio prestado durante el enfrentamiento armado interno” están presionando al Congreso y al Gobierno, para que con fondos de los guatemaltecos se les conceda una compensación económica por sus servicios prestados a la patria. Guatemala no está, en estos momentos tan difíciles, para compensar a toda esta gente que se hace llamar veterano militar, cuando la población en general necesita de mejores servicios de SALUD, EDUCACIÓN, Y ALIMENTACIÓN, ETC.

¡Sería una tragedia nacional de inesperadas consecuencias, que en estos precisos momentos que el Congreso de la Republica y el Gobierno de Giammattei otorgara esta monumental cantidad de dinero a los dizque veteranos exmilitares!

¡GRACIAS!



PASIÓN POR
GUATEMALA



DELEGACIÓN GUATEMALTECA TOKYO 2020

NADA DE LO QUE TE MOLESTA DE OTROS ES RESPONSABILIDAD DE OTROS



• Por Anxo Pérez, con su autorización.

Me insultó, y como comprenderás... lo más normal es que me enfade.

Me provocó, y es lógico que entre en cólera. Es... lo más normal.

Le hace una competencia a mi negocio con la que yo no estoy de acuerdo, y... lo más normal es que desee lo que deseo: que no le vaya bien en el suyo.

Siempre quiere llevarme la contraria en las reuniones de trabajo. Lo más normal es que yo no se lo permita (aunque eso requiera actuar desde la rabia).

Éste me levantó la voz, aquel me interrumpió, ella habló mal de mí, él me faltó al respeto en público... y por supuesto que me provocan rabia. Es... lo más normal. La culpa es de ellos por provocarme.

ANXO, ES LÓGICO QUE ESTÉ ALTERADO. ME HAN PROVOCADO. ¿NO ME IRÁS A DECIR QUE NO ES LO MÁS NORMAL?

Depende de qué entiendas por normal. Si lo tomamos como sinónimo de común, sí lo es. Si lo tomamos como sinónimo de conveniente, entonces es todo lo contrario.

¿Listo para el mayor ladrillazo de todo el artículo?

NADA DE LO QUE TE MOLESTA DE OTROS ES RESPONSABILIDAD DE OTROS

Es responsabilidad única y exclusivamente... tuya.

¡BUM!

¿Has oído el ruido del ladrillo al golpear contra la cabeza?

Estoy seguro de que, para la inmensa mayoría, aceptar esa máxima supone un cambio ra-

dical de paradigma, igual que el que supondría llevar toda una vida cavando un túnel para un día descubrir que la salida se encontraba en la dirección contraria a la que cavaste.

Es normal que te moleste que alguien te grite, pero es conveniente que no dejes de trabajar para alcanzar el día en que ni te inmute. Es normal que si alguien te insulta, te cause rabia, pero es conveniente que trabajes de cara al día en que la expulses de tu vida.

Repítete y grábate estas palabras en tu mente: «Sea cual sea la acción que alguien lleve a cabo en el exterior, el único responsable de que eso cause o no rabia en mi interior soy yo».

ANXO, ¿Y SI ES ALGO GRAVE COMO QUE ALGUIEN ME AGREDA O DESTROCE MI COCHE?

Incluso en ese caso la responsabilidad sigue siendo de cada uno, lo único que cambia es

Continúa en página 11



NADA DE LO QUE TE MOLESTA DE OTROS S RESPONSABILIDAD DE OTROS

que el reto es mayor, y a mayor reto, mayor recorrido para conquistarlo, con lo cual, prepárate para fracasar, pero también para no desistir.



INTERESANTE, ANXO... ¿Y CÓMO SE CONSIGUE MANTENER LA CALMA ANTE UN RETO ASÍ?

- Siempre de la misma manera, igual que se elimina la sombra: aplicando un foco. En el caso de la sombra, es un foco de luz. En el caso de la rabia, es un foco de atención. Cuanta más atención prestes a la existencia de tu rabia (o de tu perturbación en general), más la eliminas. Y la forma de encender en tu ser ese foco de atención es formulándote preguntas que te hagan estar más despierto o consciente con respecto a esa rabia: ¿qué te hace sentir esa rabia?, ¿en qué momento se produjo?, ¿cómo se podría describir?, ¿la sientes a menudo?, ¿qué pasa si en lugar de frustrarte con ella simplemente la observas como si fueras un espectador en un partido, como algo que no es tuyo? No tienes ni que dar con las soluciones. El tesoro no está en que encuentres las respuestas, sino en cada minuto que inviertes en buscarlas.

f PIZZA VESUVIO
i vesuviogt



VESUVIO
PIZZA COMO DEBE SER



CALZONE

**HAZ TUS PEDIDOS AL
PBX: 2323-2323**

LOS ERRORES QUE COMETEMOS AL COCINAR LAS PASTAS



Es un plato muy socorrido. Solución rápida para las comidas y cenas de tantos y tantos niños. La pasta es un plato universal que, cocinado en sus distintas modalidades, gusta a todos.

“Qué bien la hace los italianos Y es que son comunes algunos errores que todos cometemos al cocinar la pasta que, para el italiano medio, resultan incomprensibles. A continuación, te explicamos los más sonados para que, desde hoy, puedas impresionar a todos con tu habilidad cocinando pasta.

1 NO TIRES EL AGUA CON EL QUE COCINAS LA PASTA, ¡APROVÉCHALA!

Esta es una de las mayores desconocidas a la hora de cocinar cualquier plato de pasta. El agua con la que cocemos los macarrones, espaguetis y demás, es el mayor tesoro para los italianos a la hora de cocinar la pasta. Normalmente, acercamos la olla al colador y la vaciamos de agua para quedarnos con la pasta ya hecha.

La clave con el agua está en que contiene el almidón que la pasta ha ido soltando durante el cocinado. De esta forma, podemos aprovechar un poquito de esta agua, reservándola cuando ya esté al punto la pasta, para utilizarla en la salsa con la que acompañaremos el plato.

Tanto si le ponemos tomate, como si preparamos una carbonara o simplemente le ponemos un chorrito de aceite, pasar la pasta por una sartén a fuego lento con la salsa elegida y verter un poco de esa agua que hemos guardado, hará que el plato mejore sustancialmente.

Lo que conseguimos es que, tras apenas un minuto del agua mezclada con la salsa, esta gane en cremosidad. Debemos mantenerla en la sartén hasta que deje de tener textura líquida (acuosa) y poco a poco vaya espesándose.

2 PASTA AL DENTE SIGNIFICA PASTA AL DENTE

Una de las grandes diferencias entre la pasta que podemos probar en Italia y la que hacemos nosotros

Continúa en página 13

LOS ERRORES QUE COMETEMOS AL COCINAR LAS PASTAS

suele ser el punto. Se ha popularizado la expresión al dente para referirse a la pasta que no está demasiado blanda ni demasiado cruda, es decir, en el punto justo.

Este es un tema muy relativo y siempre encontraremos a la típica persona que jure y perjure que le gusta la pasta blanda. Pero como en este artículo queremos aconsejarte para que cocines la pasta como en Italia, debes tener en cuenta lo siguiente.

Hay que remover continuamente la pasta. Irremediablemente, para conocer cómo de al dente está, debemos probar lo que estamos cocinando (este es el mejor indicador). Si después de hacer la pasta vamos a pasarla por la sartén para mezclarla con una salsa, debemos tener en cuenta que la salsa cocinará un poco más los espaguetis, macarrones, etc. En este caso, es recomendable sacar la pasta de la olla un poco más dura de lo habitual y dejar que se termine de cocinar en la salsa.

Por último, un 'truco' muy de andar por casa es el de mirar la indicación que lleva la pasta en el paquete y no hacer caso. O lo que es lo mismo, si el paquete nos recomienda que la cocinemos durante 14 minutos, tenerla tan solo 10-12 y a partir de ahí ir ajustando.

3

TAN SALADA COMO EL AGUA DEL MAR

Como ya hemos visto, parte fundamental del cocinado de la pasta es el agua. Si eres de los que echa poca sal en el agua con la que vas a cocinar o directamente la echas una vez está la pasta hecha, déjalo. Es común la expresión, relativa al agua de la cocción, de que debe estar "tan salada como el agua del mar".

Lo suyo es, en una olla grande, poner al menos dos o tres puñados generosos (dependiendo del tamaño de nuestras manos). Más adelante, cuando estemos preparando la salsa, también es recomendable añadir una pizca más a esta.

La sal que echamos en el agua le dará sabor a la pasta sin llegar a 'matarla' y, al juntarla con salsas que tienden a ser dulces (tomate, queso, etc.) es posible que pierda ese sabor de sal que ha ganado durante el cocinado. Si el médico te ha recomendado no tomar mucha sal por la tensión, no juegues. La pimienta y demás especias picantes puede ayudarte a darle un toque más de sabor.

4

CUÁL COMPRAR, CUIDADO CON LA PASTA FRESCA

Por último, y sin entrar en marcas concretas, algunos consejos para comprar pasta en el supermercado. La pasta fresca que hay en los frigoríficos, no es pasta fresca. Lleva fecha de caducidad y lo cierto es que aguanta bastantes días en la nevera. Si quiere pasta fresca hágala usted mismo, pero esto es muy complicado..

Las marcas blancas son baratas, pero tienen un punto de cocinado más rápido. Cuando las hacemos siguiendo las indicaciones del paquete debemos tener en cuenta que, en realidad van estar listas mucho antes, y que va a ser difícil que lleguen a estar al dente.

Sobre las marcas italianas, lo cierto es que, las que nos llegan son buenas. No hace falta irse a pastas más 'Premium' para comer un buen plato, pero sí que compensa gastar un poco más de dinero en un plato que, al final hará que toda la familia disfrutemos de una gran comida.





REFLEXIÓN DEL PADRE HUGO ESTRADA



LA VERDADERA SABIDURÍA

El verdadero sabio es el que sabe aplicar sus conocimientos para relacionarse con Dios, con el cosmos y con sus semejantes.

Una persona puede tener muchos conocimientos enciclopédicos y no ser sabia porque no ha aprendido lo mejor: saber vivir. En el enfoque bíblico, la sabiduría es un don del Espíritu Santo por medio del cual se experimenta gusto especial por las “cosas de Dios”. Este es un “don” del Espíritu Santo que se nos concede en nuestro Bautismo. Pero se nos regala como una semilla que se va desarrollando más y más en nosotros, si le permitimos al Espíritu Santo que nos dirija.

Cuando se desarrolla el don de Sabiduría en la persona, le va entrando “hambre de Dios”, de las cosas de Dios. Dice un salmo de la Biblia: *“Como busca la cierva Corrientes de agua viva, así te busco a ti, Señor”* (Sal 42). Eso es lo que se llama el “hambre de Dios”, la sed de las cosas del Espíritu. Los del pueblo de Israel tenían que hacer un largo y penoso trayecto para llegar a las fiestas litúrgicas del Templo de Jerusalén. Iban con entusiasmo y por eso cantaban: *“¡Qué alegría cuando me dijeron: vamos a la casa del Señor”* (Sal 122). Los sacrificios que tenían que imponerse para llegar al Templo quedaban eclipsados por el gozo de poder participar en las fiestas litúrgicas.

David, en sus Salmos, dejó constancia del don de Sabiduría que Dios le había regalado. En el salmo 84 escribió: *“¡Qué deliciosa es tu morada, Señor todopoderoso! Me consume anhelando los atrios del Señor, todo mi ser es estremece de alegría ansiando al Dios vivo...Vale más un día en tus atrios que mil en mi casa; prefiero el umbral de la casa de mi Dios a vivir en las tiendas del malvado”* (Sal 84,2.3.11).

La primera experiencia profunda de Dios que tuvo Moisés fue en el desierto en donde escuchó con claridad la voz de Dios, que le hablaba desde una zarza ardiente. Conforme el don de Sabiduría se fue acrecentando en Moisés, ya no se contentó con oír la voz de Dios. Le suplicó a Dios que le mostrara su “rostro” (Ex 33). El místico es el que se ha abierto tanto a las cosas de Dios que se siente incómodo lejos de ellas. Como David, prefiere un día en la casa del Señor que mil en las casas del mundo.



**SI QUIERES PUBLICARTE
EN NUESTRA PRÓXIMA EDICIÓN,
PRECIOS ESPECIALES
COMUNÍCATE A LOS TELÉFONOS:
CLASIFICADOS
2211-7200,
2478-1707 y
AL  5469-0046,
5092-4507
Info@elsoldemixco.com
Será un gusto atenderlos.**

Para anunciarse llame al Tel.: 2211-7200 o a través de: info@elsoldemixco.com



UROLOGIA

Dr. Carlos Gonzalo Estrada Pazos

Urólogo General, miembro de la Sociedad Urológica Guatemalteca y Colombiana.

Tratamiento de cálculos en las vías urinarias, infecciones urinarias a repetición, incontenencia urinaria, enfermedades prostáticas, renales y enfermedades sexuales.

Boulevard principal, 3ra. calle 10-71, Zona 8 de Mixco. Polimédica, Oficina 206

Teléfono 2480-8931

31 ave "B" 1-65 Zona 11 Colonia Utatlán se atenderá los días martes y jueves de 10:00 am a 1:00 p.m



/ Dr. Carlos Gonzalo Estrada Pazos



- ➔ Consulta ➔ Cirugía
- ➔ Rayos X ➔ Ultrasonido
- ➔ Hospitalización
- ➔ Farmacia Veterinaria
- ➔ Alimentos
- ➔ Trámites de exportación

3ra. calle 6-31, Gasolinera Don Arturo, Z. 8 de Mixco, Ciudad San Cristóbal, Local 3-4.

Tel. 2443-1207

PLOMERIA DE LA CRUZ

- Fugas de agua
- Sondeo de limpieza de drenaje
- Sondeo de sanitarios
- Mantenimiento e instalación de bombas
- Instalación de lavamanos y más!!!

Trabajo 100% Garantizado 24 Horas
Técnico Darío Coy
4290-5092
4590-3732



Hidroterapia
Hospitalización
Fisioterapia
Emergencias
Neurología
Rayos X
Terapia Neural
Cirugía
Hospedaje
Certificados de Exportación

EXÁMENES DE LABORATORIO PARA PERROS DE LA TERCERA EDAD

EMERGENCIAS Y HOSPITAL 24 HRS
Código 3142
2479-5822
5509-3914 2 calle 18-82 B1 ciudad San Cristóbal

CLINICA VETERINARIA PANORAMA

- 🐾 Farmacia Veterinaria
- 🐾 Cirugía y Vacunas
- 🐾 Consultas



Lunes a viernes
8:30am - 6:00 pm
Sábados
8:00 am - 4:00 pm

Tel: 57199223

Boulevard Sur 1-01 Plaza Desdren, local 7
Zona 8 de Mixco San Cristóbal

PLOMERIA DON CHIPEL

Se instalan lavatrastos, sanitarios, lavamanos, tanques aéreos, etc.

Se reparan fugas internas

Se destapan desagües

con bomba y maquinaria especial

Tels.: 5612-3657 / 5147-2949

Precios Justos y Económicos

RESTAURANTE DE COMIDA CHINA AGUA VIVA EN CRISTO JESÚS

OFERTA
3 platos grandes × Q.90.00
2 platos × Q.50.00

Atendemos de **10:30 a.m. a 8:30 p.m.**

SE NECESITA PATOJA O PATOJO CHISPUDO PARA TRABAJAR

Tel.: 2258-7596 / 5000-4684
6ª Avenida 5-08 zona 8 de Mixco Boulevard Sur San Cristóbal

PLOMERO

ANTONIO ALVARADO

Se instalan tanques, lavamanos y sanitarios. Se ponen calentadores y se reparan fugas.

Destapamos desagües con maquinaria especial.

Teléfonos:

5202-6904 / 5159-0285

Lote 2 Manzana "A" Sector

C-1 Valle Dorado

TELÉFONOS DE EMERGENCIA

PNC Llamar al 120

Denuncias Confidenciales Llamar al 110

Bomberos Municipales Llamar al 123

Bomberos Voluntarios Llamar al 122

Cruz Roja Llamar al 125

Emergencias Guatemala Llamar al 911

PMT Llamar al 1551

PDH Llamar al 1555

BUTACAS PREMIER VIP DE LUNES A JUEVES

EN TODAS LAS PELÍCULAS

ma
ja
das
ONCE



ENTRADA 2D POR SÓLO

Q 67

COMPARÁ Y DISFRUTÁ

PROMOCIÓN VÁLIDA HASTA EL 30 DE SEPTIEMBRE DE 2021

CINE DE LUJO

CINEMARK

TE CONVIENE MÁS

COMPRA TUS BOLETOS EN WWW.CINEMARKCA.COM, APP CINEMARK CA O EN TAQUILLA.

ENCUÉNTRANOS EN EL 2do NIVEL

Sujeto a disponibilidad de formato Premier - 2D



San José y tú
haciendo
caminos

Las vacunas son
seguras

Por mi bien y
el de mi familia

Yo me vacuno



La vacuna enseña a nuestro sistema
inmunológico a combatir el virus.



PARROQUIA SAN JOSÉ DE LA COMUNIDAD



MuniMixco
¡Siempre Trabajando!

BUSCAR



INICIO

CONSULTAS

+INFO

REALIZA TUS PAGOS EN LINEA



Ingresa a



www.munimixco.gob.gt



Selecciona la opción
que necesitas

- **Boleto de Ornato**
- **Multas de Tránsito**
- **IUSI**
- **Agua**



Puedes cancelar con

- **Tarjeta de débito o
tarjeta de crédito**

