



Se encienden Alumbrados EEGSA en varios departamentos de Guatemala



Inauguran la primer Academia de Box en San Lorenzo, Pastores, Sacatepéquez por United Play Guatemala, ZFIT y Decatlón.

Lanzan concurso de astronomía para niños y jóvenes



Inauguran la primer Academia de Box en San Lorenzo, Pastores, Sacatepéquez por United Play Guatemala, ZFIT y Decatlón.

United Play Guatemala, dedicada a llevar el deporte como medio de desarrollo y paz a comunidades vulnerables, ha llevado a cabo un evento transformador en colaboración con Zfit y Decatlón X en beneficio de One Way Community ONG en San Lorenzo, El Tejar Pastores Sacatepéquez.

El evento se realizó el pasado 25 de noviembre del año en curso en donde se destacó por la Inauguración de la Academia de BOX y la donación de equipamiento deportivo que marcarán un antes y un después en el acceso de la comunidad a oportunidades de desarrollo y crecimiento personal.

One Way Community, ONG de Guatemala, comprometida con la transformación de comunidades en zonas de alto riesgo y pobreza extrema, ha sido la beneficiaria de esta iniciativa, recibiendo un impulso significativo para sus programas integrales de desarrollo y cambio comunitario.

más de 400 niños, padres de familia y miembros de la comunidad se unieron a la celebración, creando un ambiente de alegría y esperanza. Se contó con la valiosa participación de Juan Reyes, atleta destacado y campeón Centroamericano del Caribe de boxeo, quien dio un mensaje motivacional y de inspiración a todos los asistentes. Esta donación representa un compromiso tangible con el bienestar y el futuro de la comunidad de San Lorenzo.



United Play realiza talleres de deporte para el desarrollo y la paz, capacita a los líderes locales acerca de su metodología con el objetivo que continúen haciéndolo en su comunidad. Así también dona equipamiento deportivo a las mismas y realiza una evaluación de impacto para monitorear la ejecución de sus talleres.



Lanzan concurso de astronomía para niños y jóvenes



Con el objetivo de fomentar el interés de la astronomía en los estudiantes de los niveles de primaria y secundaria el Club de Física Educativa Multidisciplinaria y Astronomía, de la Universidad de San Carlos de Guatemala lanzó por primera ocasión a nivel nacional el concurso de astronomía.

El concurso está dirigido a estudiantes de centros educativos públicos y privados entre los 6 y 16 años quienes deberán realizar una investigación sobre astronomía enfocada en: eclipses, constelaciones, fases de la luna, estudio de los planetas, los asteroides, estrellas, estudio de los cometas, galaxia, entre otros temas relacionados.

Walter Ordoñez, del Club aseguró que este es el primer año que se lanza el concurso a nivel nacional, en años anteriores se ha realizado en institutos y en algunos departamentos. Para el 2024 se contempla lanzar otros concursos enfocados en matemáticas, física, robótica, química y biología para despertar en la niñez y juventud el interés en la ciencia.

La convocatoria está abierta hasta el 9 diciembre y fue lanzada porque esta es la mejor época del año para realizar observaciones astronómicas, los interesados deben visitar las redes sociales del Club <https://www.facebook.com/clubdecienciasusac> donde se encuentran las bases del concurso y el formulario de inscripción.

Los participantes deberán diseñar un prototipo sobre el tema que eligieron, explicar cómo lo construyeron, qué materiales usaron, exponer cómo se utiliza y mostrarlo en vídeo en el que deben indicar para qué población se puede realizar el prototipo.

La dinámica del concurso es que este material audiovisual será publicado en redes sociales donde podrán recibir likes y comentarios motivadores sobre el trabajo científico, quien tenga el mayor número de votos y comentarios será el ganador de un telescopio profesional y como parte del premio el Club realizará un taller sobre ciencia en el centro educativo al que pertenezca. Al segundo y tercer lugar se les entregará certificado de participación y un regalo relacionado con ciencia.

Se encienden Alumbrados EEGSA en varios departamentos de Guatemala



Empresa Eléctrica de Guatemala, S. A. – EEGSA- distribuidora de energía eléctrica para los departamentos de Guatemala, Escuintla y Sacatepéquez, enciende a partir del 2 de diciembre sus Alumbrados EEGSA iniciando por la Plaza Berlín y Plaza El Papa a las 18 horas este sábado 2 de diciembre. Los otros puntos de Alumbrados EEGSA son: Edificio EEGSA zona 1, Zoológico La Aurora, Fraijanes y Santa Catarina Pinula en Guatemala, El Manchén en Sacatepéquez, El Modelo y La Democracia en Escuintla.

en 2023 para la Plaza Berlín y Plaza El Papa, EEGSA creó y elaboró la temática de juguetes con: yoyos, osos, capiruchos, jax, trompos, rehiletes, barquitos, muñecas, chinchines, acordeones, robots y una locomotora con sus respectivos vagones, “resaltamos la tradición y belleza de los juegos con los que los niños desarrollan sus habilidades y comparten entre familia y amigos”, resaltó Ivette Zambrano, subgerente de Comunicación y Relaciones de EEGSA.

La locomotora en Plaza Berlín brindará a los asistentes un espectáculo que los llevará a sentirse dentro de una verdadera estación de tren; la misma estará activa los viernes, sábados y domingos de 18:00 a 22:00 horas, a partir del 02 diciembre 2023 hasta el domingo 07 de enero 2024.



Mi Super Fresh Apertura su Nueva Tienda



"Nuestros clientes pueden encontrar, fresca y a la vez ahorrar todos los días en nuestras tiendas Mi Super Fresh. Los invitamos a vivir una nueva experiencia de compra, de ahorro, fresca y servicio. Las compras las pueden realizar en cualquiera de las 6 tiendas o por medio de nuestra aplicación de compra en línea". Expreso Alejandrina Gatica, Gerente de Mercadeo de GTA.

Y para celebrar la apertura de la nueva tienda en Centro Comercial Metro Sur, se tendrán ofertas 2X1, descuentos y promociones exclusivas para que ahorrar en grande. Mientras se disfruta de una experiencia de compra excepcional.

Los horarios de apertura son de lunes a domingo, de 7:30 de la mañana a 21: 00 horas.

Mi Super Fresh abrió su sexta tienda en centro comercial Metrosur, en la cual se podrá disfrutar de ahorro, calidad y fresca en todos sus productos.

Mi Super Fresh ofrece una amplia gama de productos frescos, productos saludables, productos de cuidado personal, artículos para el hogar y también cuenta con marcas exclusivas con el objetivo de satisfacer todas las necesidades de compra de sus clientes.

También Mi Super Fresh cuenta con la novedad de El Parrillero, dentro de sus locales donde puedes adquirir carne para un asado, escogerla a tu gusto y los colaboradores de El Parrillero la asan a tu gusto, mientras realizas el resto de tu compras, también se pueden asar Longanizas, chorizos, costilla, y otros tipos de carne que son sazonadas allí mismo dentro de la tienda y se le preparan al cliente, lista para comer. Esta nueva innovación está disponible en todos los Mi Super Fresh.



Consejos para mejorar la señal Wi-Fi de casa

Cuando la señal del Wi-Fi de tu casa comienza a fallar, esto puede ocasionarte problemas de diferentes dimensiones, desde no permitirte ver bien una película, hasta imposibilitar que te unas a una reunión online, envíes archivos multimedia o que no puedas enviar siquiera un correo para tu trabajo.

¿Cómo puedo mejorar la señal de Wi-Fi de mi casa?

Puedes resolver los problemas de mala señal de Wi-Fi con esta serie de trucos:

1 Coloca el enrutador en un lugar central y elevado

La mejor ubicación para su enrutador es en un lugar central de su casa, lo más elevado posible. Esto ayudará a que la señal se distribuya de manera más uniforme por toda su casa. Evite colocar su enrutador cerca de electrodomésticos, paredes gruesas u objetos metálicos, ya que estos pueden interferir con la señal.

2 Actualiza el firmware de su enrutador

Los fabricantes de enrutadores suelen lanzar actualizaciones de firmware que incluyen correcciones de errores y mejoras de rendimiento. Las actualizaciones de firmware también pueden incluir nuevas funciones que pueden mejorar la señal de Wi-Fi. Para actualizar el firmware de su enrutador, consulte el sitio web del fabricante de su enrutador.

3 Cambia la configuración de su enrutador

Puede ajustar la configuración de su enrutador para mejorar la señal de Wi-Fi. Por ejemplo, puede cambiar el canal de Wi-Fi a uno que esté menos congestionado. Para cambiar el canal de Wi-Fi, consulte el manual de su enrutador. También puede ajustar la potencia de transmisión de su enrutador. Una potencia de transmisión más alta proporcionará una señal más fuerte, pero también puede causar interferencias con otros dispositivos. Para ajustar la potencia de transmisión de su enrutador, consulte el manual de su enrutador.



4 Usa un extensor de alcance o un repetidor

Un extensor de alcance o un repetidor puede extender la señal Wi-Fi de su enrutador a áreas que no están bien cubiertas. Para usar un extensor de alcance o un repetidor, siga las instrucciones del fabricante.

5 Usa un adaptador Wi-Fi de malla

Un adaptador Wi-Fi de malla crea una red inalámbrica más amplia y estable que un solo enrutador. Los adaptadores Wi-Fi de malla están conectados entre sí, lo que ayuda a crear una señal más fuerte y uniforme. Para usar un adaptador Wi-Fi de malla, siga las instrucciones del fabricante.

Si ha probado todos estos consejos y aún tiene problemas con la señal de Wi-Fi, es posible que debas comprar un nuevo enrutador. Los enrutadores más nuevos suelen tener un mejor rendimiento y pueden proporcionar una señal más fuerte. Así mismo, te aconsejamos contactarte con tu proveedor de internet para averiguar si no es un

Los beneficios para la salud al utilizar la bicicleta

Además del beneficio a favor del medio ambiente, la bicicleta también tiene algunos otros que pueden ser benéficos para la salud y así prevenir ciertas enfermedades. En Unotv.com te decimos cuáles son

Enfermedades que previene el andar en bici

De acuerdo con el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), el uso de la bicicleta, además de promover la salud y el bienestar físico, puede disminuir el riesgo de padecer algunas enfermedades como:

Cardiopatías
Derrames cerebrales
Algunos tipos de cáncer
Diabetes

Beneficios a la salud por andar en bici

Varias organizaciones que promueven el uso de la bicicleta señalan algunos beneficios en la salud para aquellos que utilizan este medio de transporte.

Reduce el riesgo de padecer un infarto Estudios indican que andar en bicicleta reduce el riesgo de sufrir un infarto en más de un 50%.

Ayuda a quemar calorías Andar en bicicleta durante 30 minutos a un ritmo tranquilo permite quemar hasta 300 calorías.

Protege las articulaciones a diferencia de otras actividades como correr o saltar, entre el 70 y 80% del peso del cuerpo es amortiguado por la silla de la bici, con lo que las articulaciones y los cartílagos no tienen que soportar cargas pesadas.



Combate el dolor de espalda Es una de las actividades ideales para las personas que sufren dolor de espalda.

Fortalece el sistema inmunológico Su práctica diaria beneficia al sistema inmunológico. Esto se debe a que las células del cuerpo llamadas fagocitos se movilizan de forma inmediata gracias al pedaleo.

Ayuda a dormir mejor Andar en bicicleta estabiliza el ritmo biológico del cuerpo y reduce los niveles de cortisol, una hormona relacionada con el estrés que impide el sueño profundo.