



## Mineduc y TIGO presentan el programa Conéctate

### Walmart lleva la magia de la navidad con el programa “Haz Magia”



### Últimas noticias

Celebración por la representación guatemalteca en el Campeonato Centroamericano de Gimnasia Artística





## Recomendaciones para las fiestas de fin de año

En estas fiestas de fin de año, cuando no pueden faltar las reuniones entre familiares y amigos, giran por lo general en torno a platillos tradicionales de la época.

Debido a esto, el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS), a través de su programa de seguridad alimentaria propone opciones saludables para los guatemaltecos.

*“Es importante brindarles recomendaciones para una alimentación saludable en época de fin de año. La alimentación es saludable cuando le brindamos a nuestro cuerpo alimentos variados que nos aportan la energía y nutrientes que nuestro cuerpo necesita para mantenernos sanos”,* explicó la licenciada Nidia Ixcolín, nutricionista del Programa de Seguridad Alimentaria Nutricional del MSPAS.

Debido a esto, la profesional sugiere organizar comidas planificadas, teniendo en cuenta el tiempo del platillo, recetas agradables y que sean completas, es decir, que incluyan carbohidratos simples, complejos, grasas y proteínas.

La licenciada menciona que en el grupo de carbohidratos simples están los vegetales y verduras; entre los complejos, los tubérculos como la papa, remolacha, zanahoria, yuca, rábanos, entre otros. Así como también son una opción los cereales como el arroz, trigo, avena, maíz y legumbres como el frijol, garbanzo, lenteja, ejote, etc.

**Es importante tomar en cuenta las siguientes recomendaciones** para ofrecer un platillo saludable a la familia y amigos:

1. Elaborar un presupuesto de la preparación para evitar comprar lo que no se necesita.
2. Servir un platillo equilibrado que contenga la mitad del plato con carbohidratos simples, una cuarta parte con proteínas y el resto con carbohidratos complejos.
3. Moderar o evitar el consumo de azúcar, sal y condimentos artificiales; en su lugar utilizar especies naturales como canela, pimienta, clavo, comino, ajo y cebolla, entre otros.
4. Planificar actividades que puedan reforzar la convivencia y que no tenga relación con la comida.
5. Moderar o evitar los excesos en el consumo de bebidas alcohólicas.



## En operativo, autoridades identifican a migrantes ilegales en Guatemala



Los migrantes fueron localizados Vado Hondo, Chiquimula.

El grupo de 19 migrantes está integrado por:

- 13 hombres venezolanos
- 5 mujeres venezolanos
- 1 colombiano

Aduana de Agua Caliente para que solventen su situación migratoria ante las autoridades de Migración.



Los operativos interinstitucionales de las autoridades continúan con el propósito de controlar la migración irregular en el territorio nacional.

Los países del triángulo norte han trabajado en virtud de la migración irregular, con el propósito que las personas eviten arriesgar su vida, durante el cruce de las fronteras o bien que sean víctimas de la trata de personas; debido a los denominados “coyotes”.



## Los Tigres del Norte en Guatemala-

Una de las agrupaciones más consolidadas se presenta en Guatemala, Los Tigres del Norte

Explanada 5, zona 5 ciudad Guate

09 de diciembre de 2023

Entradas en [www.todoticket.com](http://www.todoticket.com)



## Walmart lleva la magia de la navidad con el programa “Haz Magia”

En la actualidad, las empresas y corporaciones buscan contribuir al crecimiento y desarrollo no solo de sus giros de negocio, sino también provocar impacto en sus cercanos o bien con los más vulnerables.

Algunas entidades, impulsan proyectos completos dentro de sus programas de sostenibilidad; la cual incluye a todos los seres humanos. Desde los más pequeños hasta los más grandes.

En este sentido, Walmart Guatemala, reafirma su compromiso con los guatemaltecos en esta temporada tan especial a través del programa “Haz Magia”. En colaboración con Glasswing Internacional, la décima edición de esta iniciativa ha dejado un impacto significativo en la vida de niños, niñas, jóvenes y personas de la tercera edad.



En un esfuerzo por difundir la ilusión y alegría navideña a las familias en situación de vulnerabilidad, “Haz Magia” hizo entrega de regalos a más de 2,000 beneficiarios.

Este impacto positivo fue posible gracias al compromiso del voluntariado corporativo de Walmart, cuyos sus dedicados miembros se encargaron del empaque de los regalos que posteriormente fueron entregados a 13 instituciones especializadas como fundaciones, casas hogares, asilos y organizaciones de impacto social.



*“Nos sentimos felices y orgullosos de este esfuerzo en conjunto, que traerá innumerables momentos de alegría a cientos de familias. Las sonrisas que iluminan los rostros de niños nos inspiran, siendo el regalo más valioso que entregamos en esta época especial”,* comentó Luis Arturo Ramírez, Coordinador de Asuntos Corporativos de Walmart.



A través de estos programas, Walmart reafirma su compromiso continuo de ser un agente de cambio positivo en Guatemala, trabajando para mejorar la calidad de vida y fomentar la felicidad en cada rincón del país para que puedan vivir mejor.

“Haz Magia” es una iniciativa de Walmart que busca llevar sonrisas, alegría y el espíritu de las fiestas de fin de año por medio de un regalo dirigido a las comunidades en donde opera la compañía, especialmente a grupos más vulnerables de la sociedad.



**Contribuimos a mejorar la calidad de vida de las familias en Centroamérica**

Walmart Centroamérica es una empresa dedicada al sector comercio que tiene como misión contribuir a mejorar la calidad de vida de las familias en Centroamérica.

Opera en cinco países:

- Costa Rica,
- El Salvador,
- Guatemala,
- Honduras y
- Nicaragua.

Cuenta con una amplia variedad de formatos, que incluye 588 tiendas de descuento (Despensa Familiar y Palí), 167 tiendas bodegas (Maxi Palí y Maxi Despensa), 98 tiendas supermercados (Paiz, La Despensa de Don Juan, La Unión y Masxmenos y 36 tiendas hipermercados (Walmart), que al 2023 suman 889 unidades.



## Mineduc y TIGO presentan el programa Conéctate

El Ministerio de Educación (Mineduc) y TIGO Guatemala hicieron el lanzamiento oficial conjunto del Programa Conéctate Seguro con el propósito de sensibilizar sobre la importancia del rol de los adultos en el acompañamiento y guía a los menores de edad para utilizar las redes sociales y el internet de manera segura.

Conéctate Seguro tiene como objetivo principal fomentar el uso constructivo de las tecnologías de la información por medio de la adquisición de un conjunto de conocimientos y destrezas que permitan maximizar las oportunidades que la tecnología ofrece, promoviendo la utilización de forma segura, productiva y responsable del Internet y las redes sociales. El programa está dirigido principalmente a menores de edad, por medio de un enfoque integral que incluye capacitación a padres de familia y maestros.



*“Hoy celebramos el lanzamiento del programa Conéctate Seguro en conjunto con el Ministerio de Educación. Gracias a esta alianza, podremos llevar este programa mucho más lejos, y seguir asegurando que miles de niños en Guatemala tengan una navegación segura y responsable en las redes, alineados a nuestra misión como Tigo de construir las autopistas digitales que conectan personas, mejoran vidas y desarrollan comunidades”, expresó Carlos Navarrete, CEO de Tigo Guatemala.*

En Guatemala, el programa se lleva a cabo de la mano del Centro de Investigaciones Educativas de la Universidad del Valle de Guatemala (CIE), y se lanzó en 2017 bajo el nombre “Enseñanza Tecnológica” con una intervención principalmente enfocada en capacitación a docentes. Para este componente, se desarrollaron materiales pedagógicos para nivel primario, los cuales se entregan a los docentes al finalizar su programa de capacitación. A la fecha, se han capacitado 7 mil 373 maestros, provenientes de 120 organizaciones educativas, impactando a más de 30 mil estudiantes.

Durante 2021, se implementó la modalidad virtual de capacitación, con el fin de darle continuidad al programa debido a las restricciones de aforo impuestas por la pandemia.

Actualmente, el programa abarca tanto la modalidad virtual como la presencial, y a partir de 2023, su alcance incluye además a padres de familia, habiendo capacitado a más de 670 padres a la fecha.

La actividad de lanzamiento del programa se llevó a cabo en la Escuela Normal Central para Varones de la zona 13 de la ciudad capital, en donde se llevó a cabo el primer taller de Conéctate Seguro con la participación de 200 maestros. El próximo taller se llevará a cabo el 7 de diciembre con la participación de 200 docentes de educación pública, 400 en total, quienes aprenderán a proteger, orientar, inspirar y empoderar a padres, niños y adolescentes sobre el uso seguro y responsable del internet.

Además, en el marco de la alianza y Convenio de Colaboración que existe entre Tigo y el Ministerio de Educación, este 6 de diciembre se lleva a cabo una Master Class del Programa Maestros Conectados de Tigo, con la participación de más de 10,000 docentes.



@gtliberal

Contáctenos: [hp@liberalgt.com](mailto:hp@liberalgt.com)



Liberal Gt



## Ministerio de Relaciones Exteriores inaugura Embajada de Guatemala en Qatar

El Gobierno de Guatemala, por medio del Ministerio de Relaciones Exteriores (Minex), inauguró recientemente, la Embajada de Guatemala en Qatar, con lo que se expanden las oportunidades de fortalecer los vínculos diplomáticos, comerciales y culturales en la región del Oriente Medio.

La actividad fue presidida por el embajador de Guatemala en Qatar, Carlos Jiménez Licona, y el director general para las Américas del Ministerio de Relaciones Exteriores de Qatar, Almuhanad Ali Alhamadi.



En la ceremonia oficial, que también contó con la presencia de autoridades cataríes y miembros del Cuerpo Diplomático acreditado en ese país, se resaltó la importancia de consolidar los excelentes vínculos entre Guatemala y Qatar por medio de esta nueva sede diplomática, desde la cual se velará también por la seguridad y el bienestar de los connacionales en esa nación y en la región.



Con la apertura de la Embajada de Guatemala en Qatar, el Gobierno de la República, por conducto del Minex, refrenda su compromiso de fortalecer las relaciones con el mundo.

## Celebración por la representación guatemalteca en el Campeonato Centroamericano de Gimnasia Artística



En el marco del Día del Deportista, fecha en la que celebramos a los guatemaltecos que dedican su vida al deporte, aplaudimos al grupo de jóvenes guatemaltecos, que, en un emocionante despliegue de destreza, destacaron en el Campeonato Centroamericano Juvenil y Mayor de Gimnasia Artística, celebrado en la capital de El Salvador.

Estos jóvenes atletas, con edades comprendidas entre los 11 y 17 años, representaron con orgullo a Guatemala, elevando el nombre de la patria en cada salto, giro y acrobacia, rindiendo homenaje al espíritu intrépido y la dedicación que caracteriza a los deportistas guatemaltecos en este día tan especial. Los profesionales gimnastas, acompañados por sus entrenadores Adrian Boboc, Elena Boboc, Kleyber Herrador y Juan Silvestre, han dejado una huella imborrable en el país vecino. Mishel Echeverría, Krystal Cancax, Mersi Xep, Vania Larisa Herrera, Annelise Mayorga, Brithany Soberanis, Wendoly Guzmán, Ana Valentina García, Jefferson García, Jaycko Bourdet y Mario Taperio han demostrado con exactitud sus excepcionales habilidades.



En las diferentes categorías, nuestros talentosos atletas consiguieron más de 10 medallas para la selección guatemalteca. En una hazaña verdaderamente asombrosa las gimnastas más galardonadas fueron: Mishel Echeverría, Anelisse Mayorga y Mercy Xep. Así como Ana Valentina García, Wendoly Guzmán, Vania Larissa Herrera y Kristal Cancax que lograron resaltar en sus categorías ganando una medalla cada una. Estas jóvenes prodigios no solo trajeron varias medallas individuales sino también cosecharon triunfos en la categoría de equipos. Por su parte los atletas de la rama masculina destacaron en su participación Jaycko Bourdet, así como Jefferson García y Mario Taperio contribuyeron en la suma del medallero.

Cada uno de ellos dedicó meses de esfuerzo incansable y entrenamiento riguroso para alcanzar la cima de su rendimiento para este prestigioso campeonato. El resultado de su tenacidad se manifestó exitosamente al clasificar para las finales en diferentes aparatos, una hazaña sin precedentes para la joven delegación, quienes representan el futuro de la gimnasia de Guatemala.



## Oakland Place, el nuevo corazón urbano y lugar de encuentro en la ciudad de Guatemala

Spectrum, el desarrollador inmobiliario líder en el mercado anunció hoy la transformación de Oakland Mall a Oakland Place, un espacio que se convierte en el corazón urbano de la ciudad, en un punto de encuentro en donde la comunidad se conecta para vivir experiencias únicas de compra, gastronomía y entretenimiento.

Con una inversión de aproximadamente US\$70 millones, Oakland Place enriquece su oferta de experiencias creando nuevos y mejores espacios en un lugar donde las personas se encuentran, exploran, disfrutan y construyen conexiones significativas. Este proyecto generó más de 2,500 empleos directos durante su construcción y espera generar más de 4,000 empleos totales durante su operación y mantenimiento.



*“Hoy les estamos presentando un nuevo lugar de encuentro. Cada detalle ha sido pensado con esmero, desde el diseño de las plazas y la construcción de espacios verdes, hasta la selección de cada una de las tiendas, los conceptos gastronómicos y el entretenimiento. Por eso, Oakland Place no es una simple estructura de concreto y acero, es un organismo vivo que entiende y responde a las necesidades cambiantes de sus invitados y de su comunidad”,* destacó Carlos Ramírez Rámila, Gerente de Desarrollo de Spectrum.

Esta transformación responde a la tendencia de un estilo de vida sano que promueve la interacción social, dentro del mismo corazón de Oakland Place. Cuenta con un parque con jardines con más de 80 árboles y más de 25 especies de plantas, senderos para pasear junto a sus mascotas, áreas de

descanso y juegos infantiles, que se complementarán próximamente con una amplia oferta gastronómica. Como parte del diseño arquitectónico, Oakland Place integra vegetación y tecnología con el compromiso de crear espacios que prioricen el bienestar de nuestros invitados.

Este centro urbano contará con dos anclas nuevas: H&M y supermercados La Torre, que se unen a las tres anclas ya existentes: Simán, Cinépolis y Rooftop. H&M abre con su “flagship store”, que incluye su departamento de hogar conocido como H&M Home; y La Torre abre sus puertas en su formato premium.

Confirmando su liderazgo en la creación de tendencias de compra, gastronomía y entretenimiento, Oakland Place es el lugar, donde 15 prestigiosas marcas internacionales eligen instalarse por primera vez en Guatemala. Entre éstas se encuentran, Brooks Brothers, Sunglass Hut, Hoff, Sam Edelman, Bulova, LC Waikiki, Victoria’s Secret, Under Armour, Scalpers, Hurley y Gocco. Además, abren Samsung, Old Navy y La Curacao a las que se sumarán 150 nuevos conceptos, totalizando más de 400 marcas de moda, deportes, gastronomía, tecnología y entretenimiento.

En el primer trimestre del próximo año Oakland Place contará con nuevas opciones de entretenimiento para familias y un nuevo destino gastronómico; a ese espacio se sumará una amplia oferta culinaria a la que tenemos actualmente en Rooftop. Con esto, Oakland Place ofrecerá más de 60 restaurantes para todos los gustos, junto con una variedad de kioscos y cafés”, apuntó María José Aragón, Gerente de Oakland Place

Para complementar esta transformación, el próximo año también abrirán sus puertas nuevas opciones de entretenimiento con lo cual Oakland Place se convierte en el mejor lugar de encuentro para todas las edades. Un boliche y un área de trampolines se sumarán en el cuarto nivel, todo, en una de las zonas más céntricas y exclusivas de Guatemala, en el corazón de la ciudad.

*“Es así como iniciamos un nuevo capítulo de nuestra historia de liderazgo en la creación de tendencias y momentos únicos. Con nuestra transformación a Oakland Place, reafirmamos nuestro compromiso de ofrecer ambientes de primer nivel para que podamos conectarnos y vivir experiencias excepcionales. Nos esperan grandes sorpresas que estamos muy emocionados de compartir con ustedes y nuestra comunidad”,* puntualizó Salvador Frech, Gerente de Negocio de Propiedades.