



TSE informó que asumieron los cargos las 340 municipalidades y diputados

Nuevo vehículo King Kargo de TVS



Últimas noticias

Consecuencias de estar mucho tiempo sentado conocido como “sedentarismo”





Presidente Bernardo Arévalo anuncia seis acciones para los próximos días

Luego de su participación en una ceremonia maya en el sitio arqueológico, Kaminal Juyú, el presidente Bernardo Arévalo junto a la vicepresidenta Karin Herrera participaron en una conferencia de prensa.

Arévalo compartió tres acciones que se realizarán en los próximos días.

1. En la Dirección General de Aeronáutica Civil (DGAC), habrá cambio de director. Es decir, Francis Argueta que por dos periodos ha dirigido la institución será removido.
2. En el Ministerio Público - enviarán una carta a la Fiscal General, Consuelo Porras, con la que iniciarán el proceso y posteriormente establecerán una fecha para reunirse con ella.
3. Acuerdo Gubernativo 320-2023, el cual otorgaría seguridad por hasta cinco años, a funcionarios del gobierno saliente. Arévalo informó que derogará el mismo, porque es una promesa de campaña.
4. Salarios en el gobierno – Arévalo indicó que realizan un análisis de salarios dentro del Estado, aunque no indicó que si éste será para disminuir los mismos o incrementarlos.
5. Comisión Presidencial contra la Corrupción (CPCC) va a desaparecer y van a crear un mecanismo que será verdaderamente funcional, aseveró.
6. Declaración Patrimonial del presidente y vicepresidenta se harán públicas, aunque no informó de día y hora.



Las autoridades compartieron en una ceremonia maya con autoridades indígenas en la cual agradecieron por el nuevo gobierno y, como símbolo de la esperanza por la transformación del país, recibieron una corona de flores.

El 15 de enero, los gobernantes participaron en el Tedeum de la iglesia católica y en el Tedeum de la iglesia evangélica.

Con relación a la interrogante, acerca que se ha levantado en redes sociales que su toma de posesión fue supuestamente ilegal por la hora y día, en que se realizó que sería el 15 de enero, en los primeros minutos de la mañana. El mandatario señaló:

“ya no saben ni que decir, ya están aburriendo a todo el mundo, tenemos presidente y vicepresidenta”.

Ésta fue la única, reunión pública del presidente y la vicepresidenta, según informó su equipo de prensa.

Indicaron que, durante este 16 de enero, la agenda sería privada.

MINFIN prioriza recursos para adultos mayores



Más de 212 mil personas de la tercera edad reciben aporte económico de Q500 mensuales, por el desembolso de Q1,125,103,000.00 realizado por el Ministerio de Finanzas Públicas (MINFIN) en el 2023, para atender al Programa de Aporte Económico del Adulto Mayor (PAM) a nivel nacional.

El objetivo del programa es seguir beneficiando a más adultos mayores en pobreza y pobreza extrema del país, en otorgar un aporte económico a las personas de 65 años o más, que carecen de ingresos o una pensión mensual que garantice la cobertura de sus necesidades básicas, el apoyo económico se instituyó luego que fuera aprobada la Ley que lo regula, con el Decreto 85-2005.

Para el Ministerio de Finanzas Públicas, es de suma importancia contar con los fondos económicos necesarios para el funcionamiento del PAM, con la finalidad de que las personas de 65 años o más, reciban un aporte económico de Q500 mensuales y así mejorar la calidad de vida de la población más necesitada.

Requisitos para aplicar al Programa del Adulto Mayor

Adultos de 65 años o más

De origen guatemalteco, con nacionalidad guatemalteca (que no la haya perdido por naturalizarse en otro país)

Carente de recursos económicos (se verificará con estudio socioeconómico) y que viva en situación de extrema pobreza



Busco al Hombre de mi Vida

Tres mujeres intentan rehacer su vida después de atravesar una separación amorosa. Una obra con alto contenido humano que reivindica la sexualidad femenina con enorme sensibilidad y gran sentido del humor.

Teatro Lux, zona 1 Ciudad de Guatemala

08 de febrero de 2023

Entradas en www.todoticket.com



Consecuencias de estar mucho tiempo sentado conocido como “sedentarismo”

Preocupación ha provocado en los sectores dedicados a la salud, debido a las afecciones que puede provocar el no tener demasiada actividad física.

Si durante el día pasas más tiempo sentado que en movimiento, tu salud puede estar en riesgo.



El estilo de vida actual ha influido para que permanezcamos mucho tiempo sentados o sin actividad por periodos prolongados, esto trae consigo un aumento considerable de peso que puede generar obesidad, así como padecer dolores musculares, problemas vasculares (trastorno que afecta a las arterias o las venas) y/o a la falta de circulación, entre otros.

Cada vez, más personas visitan al médico por padecimientos que según ellos no conocen las causas.

¿Muchas horas sentado?

Ya sea durante los desplazamientos hacia el trabajo o hacia la escuela, trabajando frente a una computadora, frente al televisor, jugando videojuegos, utilizando la tableta o celular durante mucho tiempo, ¿has pensado alguna vez en cuántas horas al día permaneces sentado?

Sedentarismo: de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) aproximadamente el

- 60% de la población a nivel mundial no realiza suficiente actividad física, lo que se denomina sedentarismo.



¿Qué pasa si estás sentado todo el día?

El no moverte repercute negativamente en tu organismo:

- Tu cerebro no se oxigena bien.
- Produces más insulina de la necesaria.
- Se debilita la columna y pierde flexibilidad.
- Pueden degenerarse los músculos.
- Hay mala circulación en piernas.
- Disminuye el ritmo cardíaco de tus funciones cerebrales.
- Se elevan el colesterol y la presión arterial.
- Se ablandan los huesos.
- El consumo de energía baja a una caloría por minuto.
- Las enzimas que ayudan a descomponer las moléculas de grasa disminuyen.

Haz esto si pasas mucho tiempo sentado

- Ponte de pie cada 30 minutos y camina.
- Realiza ejercicios de estiramiento, tus músculos te lo agradecerán.
- Utiliza las escaleras en lugar del elevador cada vez que te sea posible.
- Camina unos minutos después de comer.
- Mientras hablas por teléfono, de ser posible, párate y camina un poco.

Durante el día haz pausas para caminar

Actividad física

De manera regular la actividad física favorece el equilibrio metabólico en personas diabéticas y en quienes registran niveles de colesterol y triglicéridos ya que les ayuda a disminuirlos gradualmente.

Se divide en dos categorías:

Actividad física no estructurada. Pueden mencionarse actividades como

- Cortar el pasto.
- Realizar tareas del hogar, como barrer o trapear.
- Subir y bajar escaleras.
- Bailar.
- Caminar.

Cualquier ocupación que implique movimiento.



Actividad física estructurada

Implica realizar actividades físicas como:

- Ir al gimnasio, bajo la supervisión de un profesional.
- Practicar algún deporte y sobre todo fijar una rutina: con horario, duración e intensidad establecidos.

TSE informó que asumieron los cargos las 340 municipalidades, y diputados



El Tribunal Supremo Electoral (TSE), informó que *“ha concluido el proceso de toma de posesión de los 4,338 cargos a elección popular, obtenidos por los ciudadanos postulados en las cinco elecciones realizadas en 2023 que dan como resultado: binomio presidencial, 160 Diputados al Congreso de la República, 20 Diputados Titulares y Suplentes al Parlamento Centroamericano (PARLACEN) y 4,134 cargos en corporaciones municipales”*.

El máximo ente electoral informó que la única complicación, es en San Andrés Villa Seca, Retalhuleu, donde fue reelecto como alcalde Marco Tulio De León Solares “Maquito”, quien participó por la Unidad Nacional de la Esperanza (UNE), en su lugar debería asumir su concejal suplente I, Sofía Marizol Mancio González; quien ocupa la posición desde el fallecimiento de Maquito.

Sin embargo, su asunción al poder municipal ha sido empañado por disputas y ahora supuestamente, el concejo le está creando dificultades para asumir la posición.



Mientras tanto, en la municipalidad de Guatemala, el reelecto alcalde Ricardo Quiñonez, asumió el poder para su nueva gestión, con el acompañamiento del Presidente Bernardo Arévalo, quien fungió como testigo del acto.

Entre los invitados especiales, se pudo observar a los magistrados de la Corte de Constitucionalidad (CC), quienes también asistieron a la toma de posesión.

Arévalo mencionó a través de su red social “X”: *“Vamos a trabajar con la @muniguate para construir la primera línea de metro en la historia de Guatemala. 🇬🇹 Estamos también muy complacidos de contar con una urbanista como*

@ninomatute como concejala en la Municipalidad. Su apoyo será fundamental para construir una ciudad más digna para las y los guatemaltecos”.

En Puerto Barrios, Izabal asumió su tercera gestión como alcalde, Hugo Sarceño Orellana, durante el acto también fue juramentado el Concejo Municipal por el periodo 2024-2028.



En Santa Catarina Pinula, también fue juramentado para su segundo período como alcalde, Sebastián Siero.

Tras su juramentación, Siero dijo: *“hoy más que nunca seguiremos solucionando. Porque usted y su familia merecen lo mejor. Gobierno Municipal 2024 - 2028.”*

y aunque se escuchó de algunos problemas en Antigua Guatemala, por la entrega de la vara edilicia, durante al proceso se efectuó el acto de toma de posesión sin ningún problema. Para el siguiente período 2024-2028 el jefe edil es Juan Manuel Asturias.



Finalmente, los actos protocolarios y ceremonias para el traspaso de mando se logró efectuar en las 340 municipalidades, y la única que tendría complicaciones es San Andrés Villa Seca.

Actualmente, el Tribunal Supremo Electoral tendrá que trabajar con la Comisión de Actualización y Modernización Electoral (CAME), que se responsabilizará de la entrega de reformas a la Ley Electoral y de Partidos Políticos (LEPP). Diversos sectores deben ser convocados para dialogar e integrar las modificaciones que deberán pasar al Congreso de la República, donde pasarán el proceso legislativo.



@gtliberal

Contáctenos: hp@liberalgt.com



Liberal Gt

Asumen nuevas autoridades en el MAGA y el Ministerio de Salud



De forma oficial, Maynor Estrada ha tomado posesión del cargo de ministro de Agricultura, Ganadería y Alimentación (MAGA).

El funcionario presentó a quienes le acompañarán durante su gestión:

- En el Viceministerio de Sanidad Agropecuaria y Regulaciones (VISAR) fue nombrada Marissa Eugenia Montepeque Sierra.
- En el Viceministerio de Seguridad Alimentaria y Nutricional (VISAN) fue nombrada Klemen Guadalupe Gamboa Beltetón.
- En el Viceministerio de Desarrollo Económico Rural (VIDER,) se juramentó a Nick Kenner Estrada Orozco.
- En el Viceministerio Encargado Asuntos de Petén (VIPETÉN), fue juramentado Elmer Leonel Salazar Mejía.



El ministro de Salud Pública, y Asistencia Social (MSPAS), Oscar Córdón Cruz se presentó al equipo de trabajo de la cartera que recién asumió y emitió un mensaje:

“Como pueblo y como nación debemos sentirnos orgullosos de que hemos rescatado la democracia. Este país ha vivido inmerso en autoritarismo por décadas, sino decimos por siglos. No queremos vivir en autoritarismo, queremos ejercer nuestro derecho democrático, a expresarnos, a manifestarnos, así que vamos a ser respetuoso de ese principio democrático”, comentó el funcionario.

Córdón declaró: *“Queremos que las personas puedan gozar completamente el acceso a la salud”.*

Con relación a los viceministros de Salud que le acompañarán aún no ha presentado a los funcionarios, sin embargo, podría ser en los próximos días.



Junta Directiva del Congreso informó de su primera reunión y el proceso de transición con autoridades 2023-2024

Tras la reunión de la Junta Directiva del Congreso de la República, realizaron una conferencia de prensa, en el cual el presidente Samuel Pérez, informó que se efectuó la primera reunión, en donde se desarrolló el proceso de transición con integrantes de la Junta Directiva 2023-2024.

Pérez, mencionó que adicionalmente se reunieron con los once directores de este alto Organismo de Estado, para solicitar informes administrativos y una auditoría especial a la Contraloría General de Cuentas, asimismo, hizo énfasis que la Junta Directiva estará tomando decisiones determinadas para realizar una distribución efectiva de espacio a los legisladores.

Durante la actividad, se informó que se ha previsto desarrollar este miércoles 17 de enero reunión de Instancia de Jefes de Bloque y el jueves 18 tentativamente la primer Sesión Ordinaria, para lo cual, subrayó acerca de la solicitud a los legisladores de la oficialización del jefe y subjefe de cada uno de los bloques legislativos representados en la X Legislatura.



La Ley Orgánica del Legislativo en el Artículo 68.- Convocatoria a Sesiones, señala:

“Los Diputados deberán ser citados por escrito, en forma idéntica a todos los diputados y por el medio más expedito a concurrir a sesiones por lo menos con veinticuatro horas de anticipación, salvo que mediar entre la citación y el día de la sesión dos días inhábiles o de asueto, en cuyo caso, la citación deberá efectuarse con no menos de setenta y dos horas de anticipación, todo ello sin perjuicio de que pueda citarse de urgencia cuando sea necesario.

El Congreso se reunirá sin necesidad de convocatoria el día catorce de enero de cada año y es obligación de los Diputados presentarse ese día sin previa citación.”



Nuevo vehículo King Kargo de TVS

TVS presentó su nuevo King Kargo, un vehículo de tres ruedas más robusto y versátil para Guatemala. En esta ocasión se desencantaron por una opción que se distinga por su bajo rendimiento y mejor potencia en su clase, sin olvidarse de la durabilidad.

En esta ocasión el vehículo está diseñado para ofrecer una mayor solución en la rama de transporte de carga, junto con una especialización para los distintos tipos de cargas que se planeen llevar.



En esta ocasión el King Kargo viene equipado con un motor de 225cc con refrigeración por líquido, entendiéndose un sistema de refrigeración dedicado en lugar de refrigeración por aire, encendido eléctrico silencio libre de mantenimiento, puerto de carga USB y un tanque de gasolina de 15 libras, prometiendo no solo potencia, sino también eficiencia y una conducción suave.

Una de las características más destacadas del TVS KING KARGO son, su durabilidad y bajo mantenimiento. Este aspecto es crucial en el mercado guatemalteco, donde los costos operativos y la durabilidad son factores determinantes para la elección de un vehículo de transporte de carga. La eficiencia en el consumo de combustible y los bajos costos de mantenimiento hacen del TVS KING KARGO una opción económica y sostenible.

En cuanto a su equipamiento de carga, este puede ser personalizado para distintos productos, no solo paquetería, sino también para transportar alimentos en ambientes sellados, objetos que opten por una constante corriente de aire, contenedores de metal o incluso equipos de motobomba de bomberos, todo esto sobre su suspensión robusta de brazo oscilante con amortiguación hidráulica y muelles resistentes, brindando así

estabilidad en condiciones de carga completa.

El sistema de frenos hidráulicos y la suspensión robusta de brazo oscilante con amortiguadores hidráulicos y muelles helicoidales garantizan una conducción segura y estable, incluso en condiciones de carga completa. Además, con una distancia entre ejes de 1990 mm, un peso en vacío de 356 kg y una notable altura libre al suelo de 169 mm, el TVS King Kargo está diseñado para adaptarse a una variedad de entornos y desafíos de transporte.

El TVS King Kargo viene presentando la combinación perfecta de eficiencia, potencia y confiabilidad, estableciendo nuevos estándares para el transporte de carga en la región, todo esto en una presentación con la cual los chapines tienen cierta familiaridad. ¡Al presentarse como un ya común y tradicional Tuc-tuc!

El TVS King Kargo estará presente en diferentes presentaciones, según el tipo de carga que se requiera llevar, junto con un módico precio estimado aproximado de Q60,000, teniendo presencia en los distribuidores de TVS en Guatemala.

El TVS King Kargo representa la combinación perfecta de eficiencia, potencia y confiabilidad, estableciendo nuevos estándares para el transporte de carga en la región. Con el TVS KING KARGO, TVS Motor Company, lleva su negocio al próximo nivel de crecimiento y rentabilidad. ¡Experimente el poder, la versatilidad y durabilidad del TVS King Kargo hoy!

Para más información sobre el TVS KING KARGO pueden visitar las redes sociales de TVS en Guatemala

