

**liberal**  
somos guate

**GT**

**BUENAS** *Nuevas* **gt**



*Bienvenido*

*¡Verano!*

**EN SEMANA SANTA,  
LA PAUSA SE DISFRUTA FRENTE A  
LAS OLAS.**

**PLANIFICÁ TU AVENTURA EN:**

**[HTTPS://EXPLORAGUATE.GT/](https://exploraguate.gt/)**

# Recomendaciones por viajes a la playa

- Moderar la exposición al sol, no tomar el sol en las horas centrales del día, proteger el cuerpo usando sombrillas, gorras y sombreros, y
- usar gafas de sol que absorban el 100% de las radiaciones ultravioleta.
- Mantenerse hidratado.
- Usar bloqueadores solares entre otros.

- Extremar las precauciones al nadar.
- Prevenir la diarrea.
- Protegerse de los mosquitos.
- Viajar con los medicamentos habituales.
- Evitar los efectos del calor.
- No hacer cambios bruscos de temperatura.
- Disfrutar de la familia y amigos, hacer actividades motrices.





# Ceviche de Atún

## Ingredientes:

- 2 latas atún en Agua La Sirena
- 1 cebolla morada
- 2 rábanos
- Cilantro
- 1 aguacate
- 4 limones
- Jugo de tomate picante
- Salsa inglesa
- Pimienta y sal
- Porciones: 2 personas

## Preparación:

1. En un recipiente colocar cebolla morada en julianas, rábano picado y cilantro,
2. agregar el jugo de los limones con sal y pimienta al gusto, reservar en
3. refrigeración por 1 hora.
4. Para armar nuestro ceviche mezclar los vegetales reservados, con jugo de
5. tomate picante, salsa inglesa, aguacate y
6. colocar ya escurridas las 2 latas de atún en agua La Sirena®

**liberal** **GT**  
somos guate

Ecosistema informativo regional

# Playas imperdibles de Guatemala

Según listados turísticos de INGUAT:

Caribe guatemalteco  
Arenas claras, agua tranquila y naturaleza protegida.

Playa Blanca – Izabal  
Arena blanca y agua cristalina  
Área protegida sin construcciones  
Acceso únicamente por lancha

Punta de Manabique – Izabal  
Zona protegida  
Manglares, arrecifes y fauna marina  
Ideal para snorkel y naturaleza

El Chechenal – Petén  
Arena blanca y agua turquesa  
Ubicada en el Lago Petén Itzá  
Ambiente seguro y muy tranquilo

**#YOEXPLOROMIPAÍS**



SEMANA SANTA ES PAUSA

# *Hacela viaje*



*En Semana Santa el viaje es hacia el interior*

Viajá. Descubrí. Conectá.

**GUATEMALA**

Planificá tu viaje en [exploraguate.gt](https://exploraguate.gt)

📍 Semuc Champey, Alta Verapaz



# Playas imperdibles de Guatemala

## Monterrico – Santa Rosa

- Reserva natural
- Liberación de tortugas
- Manglares y paseos en canal

## Hawaii – Santa Rosa

- Playa amplia y tranquila
- Centro de conservación de tortugas
- Ideal para surfistas principiantes

## El Paredón – Escuintla

- La meca del surf en Guatemala
- Hoteles boutique y ambiente relajado
- Manglares y tours en kayak

## Sipacate – Escuintla

- Parte del Parque Nacional Sipacate-Naranjo
- Olas perfectas para surf
- Naturaleza y poca afluencia

## Champerico – Retalhuleu

- Tradicional y familiar
- Mariscos frescos
- Atardeceres espectaculares

## Tilapa y Ocós – San Marcos

- Playas tranquilas
- Cerca del manglar Manchón Guamuchal
- Observación de aves tranquila y naturaleza protegida.

## Playa Blanca – Izabal

- Arena blanca y agua cristalina
- Área protegida sin construcciones
- Acceso únicamente por lanchas

## Punta de Manabique – Izabal

- Zona protegida
- Manglares, arrecifes y fauna marina
- Ideal para snorkel y naturalezs

## El Chechenal – Petén

- Arena blanca y agua turquesa
- Ubicada en el Lago Petén Itzá
- Ambiente seguro y muy tranquilo

[#YOEXPLOROMIPAIÍS](#)

**REVISA TU**  
VEHÍCULO O UNIDAD DE  
TRANSPORTE ANTES  
DE SALIR

En ruta  
**Cuidamos  
de ti**



Ministerio de  
Comunicaciones,  
Infraestructura y  
Vivienda

Ministerio de  
Gobernación



DEPARTAMENTO DE  
**TRÁNSITO PNC**  
POLICIA NACIONAL CIVIL

Ante  
emergencias hay  
campamentos de  
**PROVIAL:**

Durante la Semana Mayor, brigadas de Provial mantienen presencia estratégica en distintos puntos del país para brindar asistencia vial, orientación a los conductores y monitoreo constante del tránsito. Los puestos de atención se ubican en los siguientes sectores de la red vial nacional

- **Kilómetro 73+500, ruta CA-9 Sur, sector de Guateque**
- **Kilómetro 33, ruta CA-1 Oriente, sector El Chilero.**
- **Kilómetro 147, ruta CA-2 Occidente, San Antonio Suchitepéquez.**
- **Kilómetro 191, ruta RN-01 Occidente, Salcajá.**
- **Kilómetro 100, ruta CA-9 Norte, San Cristóbal Acasaguastlán.**
- **Kilómetro 216, ruta CA-9 Norte, Mariscos, Los Amates, Izabal.**
- **Kilómetro 272, ruta CA-13, Río Dulce.**

**liberal** **GT**  
**somos guate**

Ecosistema informativo regional

 [liberalgt.com](http://liberalgt.com)

 [Liberal Gt](#)

 [@GtLiberal](#)

**Pauta con nosotros** [Hp@liberalgt.com](mailto:Hp@liberalgt.com)