



CMYK

S/ 1.00

"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

Denuncias al Whatsaap 998 766 090 - RPC 942 621 976

E-mail: graficanetuca@gmail.com

Oficina del diario Ahora: Jr. Fitzcarrald 382

Será en el Campo ferial de Yarinacocha

# Funky y Alex Zurdo en concierto en Pucallpa



Y le inhabilitan por un año

# Condenan a Abel Vásquez Panduro



diario

EDICIÓN UCAYALI - LORETO

# ahora

RED AMAZÓNICA DE PRENSA

En Tottus.-Cámara de seguridad

# Detienen a primas "tenderas"



Directora: Patricia Arias

01 JULIO 2023

Año XXXIV / 10190

Visita de abogados y otros servicios serán cancelados



# Trabajadores del INPE acatarán paro de 48 horas



En el río Urubamba

# Piratas de río asaltan embarcación

En Manantay, al acecho para delinquir



# MOTOCARRISTA CAYÓ ARMADO

CMYK



Fuente: EL COMERCIO

## ABOGADOS EN PUGNA

Desde el golpe de Estado que dio el pasado 7 de diciembre, Pedro Castillo ha contado, según cálculos de este Diario, con al menos 17 abogados. Los ha tenido de todo tipo. Algunos más estridentes que otros. Algunos más enfocados en defenderlo en la esfera internacional que a nivel interno. Están también aquellos que lo acompañan desde hace varios meses y quienes ejercieron su defensa durante apenas un puñado de semanas. Y no faltan los que tuvieron algún cargo público durante su administración, como los exministros Aníbal Torres y Walter Ayala.

Todos ellos, sin embargo, han logrado en equipo algo que a priori parecía impensable: lucir tan caóticos como el gobierno de aquel al que patrocinan. Ese es, a decir verdad, el único logro que han obtenido en conjunto, porque, hasta el momento, todos y cada uno de los variados –y no pocas veces descabellados– recursos que han presentado ante diferentes instancias del Poder Judicial han sido rechazados. Ni siquiera han sido capaces de urdir una estrategia uniforme para defender a su cliente y, más bien, entre ellos parece haberse establecido la máxima de buscar el mayor protagonismo posible a costa del resto. Un esfuerzo bastante cuestionable, por cierto, pues no olvidemos que, a fin de cuentas, se trata de defender a quien intentó subvertir el orden constitucional y que, una vez que vio sus planes encajar, intentó cobardemente huir a México.

En estos casi siete meses desde el zarpaço de Castillo, en efecto, sus abogados se la han pasado difundiendo una retahíla de alegatos para justificar lo injustificable tan disímiles que resulta imposible tomarlos en serio. El mismo día del golpe, por ejemplo, Víctor Pérez Liendo afirmó que se pretendía procesar a su patrocinado "por meros anuncios de voluntad o intención que no configuran ningún ilícito penal", refiriéndose a las decisiones de Castillo de disolver el Congreso, reorganizar el sistema de justicia, instaurar un estado de emergencia y gobernar por decreto anunciadas en su mensaje a la nación. Apenas un día después, sin embargo, el letrado Guillermo Olivera se sacó de la manga el recurso de que el expresidente no se encontraba en sus cabales cuando leyó el discurso golpista. "Cuando leyó ese mensaje escrito por otros, unos minutos antes le dieron una bebida y después de beber el agua se sintió como atontado. Por eso es que leyó. [...] Estaba un poco sedado", afirmó.

Meses después, no obstante, escuchamos al abogado argentino Guido Croxatto contar en una entrevista que Castillo tenía siete discursos diferentes el día del golpe y que optó por leer "el más suave". Una revelación que echaba por tierra la versión de Olivera y que, para variar, quedó posteriormente desacreditada por su colega Eduardo Pachas, quien afirmó que Castillo leyó el mensaje golpista debido a que se hallaba "con amenazas de muerte hacia su persona".

Ahora, además, a las diferencias de versiones entre los abogados del exmandatario se han venido a sumar los ataques directos entre ellos. Esta semana, Olivera calificó de "entreguista" al exministro Aníbal Torres por haber firmado, en calidad de defensor legal, el acta de detención de Castillo el día del golpe, y lo acusó de haber desempeñado "un rol teleridigido, un rol encubridor".

Según fuentes consultadas por este Diario, además, Olivera se habría convertido en el agente discordante en el interior del equipo de abogados del expresidente debido a su afán de "figurar, de ser el jefe". Y en las últimas semanas ha pasado a fungir de vocero de la estrategia legal –en el sentido, claro está, de que esta exista– del exmandatario, anunciando, por ejemplo, las movidas de abogados de un caso a otro.

Como ya dijimos, el espectáculo que dan los abogados del expresidente termina emulando en muchos aspectos lo que fue su gobierno, y daría risa si no fuera porque estamos hablando de un asunto tan serio como el procesamiento de quien trató de liquidar la democracia peruana. Y el sainete montado por sus defensores legales no debería eclipsar esta verdad incontestable.



**Comunicarse al:**  
980281579, 945288911  
955063773, 061441298

Campeonato Femenino Sub 19 se realizará en Agosto, en Hungría

## Pucallpina integra selección de vóley

La Federación Peruana de Vóley, anunció que el seleccionado nacional de vóley categoría Sub 19, viajará a Argentina en Julio para ultimar su preparación y participar en el próximo Campeonato Mundial de Vóley Femenino Sub 19 en Hungría en el mes de Agosto próximo.

El seleccionado nacional está integrado por 14 deportistas y una de ellas es la pucallpina Saskia

Silvano, que nuevamente vestirá la bicolor en otro mundial.

Hay que recalcar que la jugadora, Saskia Silvano, juega en las filas de Alianza Lima, donde viene destacando y mostrando mucha confianza y destreza. Estaremos pendientes de su actuación para ver su evolución que apunta a estar pronto en el seleccionado de mayores. J.Castillo



En el río Urubamba

## Piratas de río asaltan embarcación

Un promedio de delincuentes con armas de largo alcance asaltaron a la embarcación fluvial Luisito. El hecho ocurrió a la altura de la comunidad nativa Puerto Palo, sector del río Urubamba.

Los asaltantes abordaron el bote cuando la embarcación paró su marcha para recoger pasajeros con destino a Atalaya. Tenían el rostro cubierto con una tela.

Se tiene conocimiento que la embarcación cubría la ruta de Sepahua-Atalaya. El practico de la embarcación dijo que los facinerosos se llevaron maletas y todas las pertenencias de los pasajeros. Al parecer los delincuentes los estaban esperando en ese sector.

Una de las pasajeras narró que los delincuentes les hicieron tirar en la parte de atrás y se llevaron su cartera, celular y así como a ella también a todos les rebuscaban y llevaban todas sus pertenencias, al llegar a Atalaya se dirigieron a poner la denuncia en a la comisaría de la localidad. J.Castillo



En Manantay, al acecho para delinquir

# Motocarrista cayó armado

Un motocarrista, que según la policía sería integrante de una presunta banda de "raqueteros" denominada "Los Lecheros de Mario Pezo", fue detenido por el personal motorizado de la comisaría de San Fernando, por encontrarse en posición de un arma de fuego abastecida con 10 balas. Según la policía, el detenido presumiblemente estaba al acecho para delinquir en altas horas de la noche en el cono sur de la ciudad de Pucallpa. Dennys Ronny Tananta Fasabi de 24 años, fue detenido en horas de la madrugada en

la intersección de la avenida Aviación con la calle Mario Pezo, asentamiento humano del mismo nombre, distrito de Manantay, cuando se desplazaba en actitud sospechosa conduciendo un vehículo trimóvil color azul plata de placa 6742-EU. Su visible nerviosismo hizo que los agentes del orden lo hicieran el registro personal, hallándolo en su cintura una pistola marca Taurus con serie "erradicada", abastecida con diez municiones, calibre 380. Al solicitarle la documentación del arma de fuego, el in-

tervenido no pudo acreditar la procedencia legal de la misma, por lo que fue inmediatamente fue arrestado, y conducido a la comisaría para las primeras diligencias de acuerdo a ley, al culminar el mismo junto a la pistola incautada fue llevado y puesto a disposición de la unidad especializada del Departamento de Seguridad del Estado, por ser de su competencia, para continuar con las diligencias e iniciar las investigaciones del caso, por la comisión del presunto delito Contra la Seguridad Pública-Tenencia Ilegal de Arma de



Fuego y Municiones, en agravio del Estado Peruano y la Sociedad. La intervención policial fue comunicada inmediatamente al representante del Ministerio Público, fiscal provincial de turno Sadat Santos Pozo Yanac, de la 2da Fiscalía Provincial Penal Corporativa de Coronel Portillo, quien tiene a su cargo las investigaciones conjuntamente con la unidad policial correspondiente quienes vienen llevando a cabo las diligencias del caso. Según información proporcionada por la policía, el sujeto detenido Dennys Ronny Tananta Fasabi, estaría presumiblemente implicado en hechos ilícitos, toda vez que ellos conocían de su accionar delictivo con el alias "Pacheco", asegurando que por varios días estaban detrás de él, hasta que tuvieron la oportunidad de intervenir y arrestarlo en posesión de un arma ilegal. (D.Saavedra)



En Tottus.-Cámara de seguridad los delato

# Detienen a primas "tenderas"

Dos jóvenes mujeres que pretendían abandonar las instalaciones del centro comercial "Tottus", llevándose consigo camuflados varios productos de aseo personal y otros, fueron retenidas por el personal de seguridad. Ambas fueron descubiertas por las cámaras de seguridad que captaron sus accionar delictivo. Se trata de las primas Ingrid Verónica Rodríguez Chaysa de 27 años y Ley-

lin Nicol Díaz Chaysa de 18 años, quienes en horas de la noche llegaron fingiendo de clientes hasta las instalaciones del hiper mercado en mención, donde se apoderaron de envases con champú, frascos con cremas y entre otros, valorizado en 200 soles aproximadamente, productos que pretendían llevarse sin pagar. Los encargados del centro comercial comunica-

ron a la policía de lo acontecido y si hicieron presentes a los pocos minutos quienes se hicieron cargo de la intervención. Las dos "tenderas" fueron llevadas y puestas a disposición de la Sección Delitos de la comisaría de Yarinacocha, por ser su jurisdicción policial, donde fueran denunciadas por el presunto delito Contra el Patrimonio-Hurto agravado, en grado de tentativa. (D.Saavedra)



## II Copa Ocho Sur Gran inauguración

Sábado 1 de julio - Estadio de Nueva Requena



15 COMUNIDADES, 26 EQUIPOS  
CAMPEONATO FEMENINO Y MASCULINO DE FÚTBOL

Por fiestas patrias

# Pensionistas del D.L.19990 cobrarán pensión adicional



Lima. En julio, la Oficina de Normalización Previsional (ONP) depositará en las cuentas de los pensionistas del Decreto Ley N° 19990 su pensión mensual y su pensión adicional (gratificación), de acuerdo con el cronograma de pagos.

Este abono adicional le corresponde a las aseguradas y los asegurados que cobran 14 pensiones al año. Cronograma de cobro Considerando la primera letra del apellido paterno, el cronograma de pagos se desarrollará de la siguiente manera: Viernes 7 de julio: los pensionistas con apellidos paternos que se inicien con las letras A y C. Lunes 10 de

julio: los pensionistas con apellidos paternos que se inicien con las letras D y L. Martes 11 de julio: los pensionistas con apellidos paternos que se inicien con las letras M y Q. Miércoles 13 de julio: los pensionistas con apellidos paternos que se inicien con las letras R y Z. Cuidados en cobro de pensiones La entidad recomendó a los asegurados que para evitar colas en bancos y otros riesgos asociados a la delincuencia, utilicen los cajeros automáticos y los agentes autorizados de las entidades financieras donde reciben el pago de su pensión, en zonas cercanas a su residencia. Asimismo, destacó que la pensión se deposita en las cuentas bancarias para ser retirada cuando lo deseen, por lo que no es necesario acudir a cobrar o retirar el dinero el mismo día en que se efectúa el abono. (FIN) DOP/RES

Y le inhabilitan por un año

# Condenan a Abel Vásquez Panduro



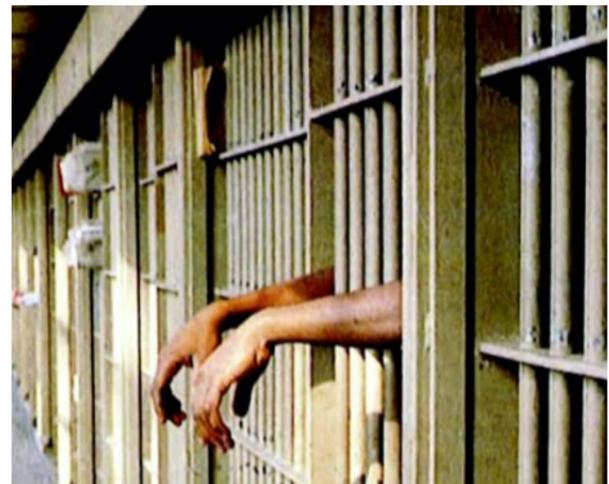
El Poder Judicial condenó al dirigente Abel Vasquez Panduro, por falsa declaración en agravio del Jurado Nacional de Elecciones. Por delito contra la administración de justicia, por falsa declaración en proceso adminis-

trativo en agravio del Jurado Nacional de Elecciones, el Poder Judicial condenó a Abel Vásquez Panduro. El Juez Dilmer Iván Meza Conislla, lo encontró culpable del delito instruido a un año de prisión suspendida por el término

señalado. Para el cumplimiento de la condena deberá cumplir reglas de conducta, como ir a firmar cada tres meses ante el Poder Judicial. Debe permanecer en el lugar de su residencia y en caso varíe de vivienda deberá comunicarlo al juez instructor de este caso. En la lectura de sentencia el Juez Unipersonal Transitorio, estableció el pago de una reparación civil de 500 soles, pago que deberá cumplirlo cuanto antes. Vásquez Panduro, además queda inhabilitado por el periodo de un año, para ejercer cargo público, hasta el término y cumplimiento de la condena impuesta. Abel Vásquez Panduro, encontrado culpable por el delito Contra la administración pública en agravio del Jurado Nacional de Elecciones, deberá pagar las costas del proceso. Su abogado, al ser notificado de la sentencia condenatoria interpuso recurso de apelación, para sostenerlo en instancia superior, en el plazo señalado por Ley. / Tony Reátegui.

Adeuda más de ocho mil soles

# Revocan libertad por omisión de alimentos



Un sentenciado que adeudaba más de 8 mil soles de pensiones alimenticias devengadas, fue ingresado a la cárcel luego que le revocaron su comparecencia. La Primera Fiscalía Provincial Penal Corporativa de Coronel Portillo, logró que la autoridad judicial revoque la condicionalidad de la pena suspendida, impuesta a Fernando Saavedra Sangama (38), como autor del delito contra la familia en la modalidad de omisión a la asistencia familiar - Incumplimiento de obligación alimentaria. Además, han dispuesto su captura a nivel nacional e internacional para y su internamiento en un centro penitenciario. La investigación que estuvo a cargo del fiscal Adjunto Provincial, Jair Ibárcena Ramírez, señalan que el 23 de marzo de 20221, se condenó al sentenciado por el delito de omisión a la asistencia familiar, imponiéndole diez meses y nueve días de pena privativa de libertad

suspendida. En sus defectos por el plazo de dieciocho meses bajo cumplimiento de reglas de conducta entre las cuales se encontraba el pago de las pensiones devengadas y una reparación civil que ascendía a siete mil ochocientos veintiocho y 84/100 soles, monto

que debía ser pagado en 18 cuotas mensuales. Al no haber cumplido con lo dispuesto se procedió con la revocación del periodo de prueba, dictándose para tal efecto diez meses y nueve días de pena privativa de la libertad con carácter de efectiva. / Tony Reátegui.

# Será en el Campo ferial de Yarinacocha Funky y Alex Zurdo en concierto en Pucallpa



Los cantantes Funky y Alex Zurdo, vendrán a Pucallpa el nueve de agosto para

ofrecer un concierto en el campo ferial de Yarinacocha, en un espectáculo que

promete. Ely Reátegui, de Exe Producciones, explicó que los cantantes cierran gira en nuestra ciudad para luego regresar a su tierra. El concierto está garantizado con luces y sonido profesional con un espectáculo para toda la familia. El evento empieza a las 5 de la tarde con presentaciones artísticas de conocidos de nuestro medio. Anunció que será un espectáculo de nivel para toda la familia. Ya trajo a Tercer Cielo, Banda Alternativa, Ruth Karina, 2020 y Evan Kraft, y ahora se viene Funky y Alex Zurdo. Las canciones de ambos tienen un contenido definido para fortalecer valores y tomar buenas decisiones. Las entradas están a la venta en la Casa de la Bicicleta, y en el módulo de Real Plaza. / Tony Reátegui.

Visita de abogados y otros servicios serán cancelados

## Trabajadores del INPE acatarán paro de 48 horas



Alberto Otárola, presidente del Consejo de Ministros, afirmó que el gobierno garantizará la independencia en TV Perú, pese a las recientes salidas de periodistas y productores en el canal del Estado sin justificación.

"Por lo que he podido apreciar en los informes que me he enterado en la prensa, se han cumplido algunos contratos de carácter laboral y creo que siempre vamos a asegurar que sea un canal independiente que transmita cultura, con objetividad y que, sobre todo, no se convierta en un canal de propaganda del Estado. Eso no queremos y eso no ocurrirá", aseguró desde Trujillo.

Alberto Otárola restó importancia a los pedidos del vocero de Perú Libre para que renuncie y aseguró que el gobierno irá de todas maneras al TC para determinar la inconstitucionalidad de algunas leyes aprobadas por el Congreso.

"El cargo de ministro es de confianza y permanente evaluación de la presidenta. Sobre el tema de las demandas que se presentaría ya lo he explicado son un pequeño grupo de leyes que podrían afectar la

Alberto Otárola tras despidos en TV Perú:

## "Siempre vamos a asegurar que sea un canal independiente"



constitución y lo que creemos en ella es recurrir ante el órga-

no que determine la inconstitucionalidad o no de estas nor-

Los trabajadores del Instituto Nacional Penitenciario (INPE) acatarán desde hoy un parto de 48 horas, exigiendo la incorporación del personal penitenciario CAS a la ley 29709, 1057 y 276 a la ley 29709.

En Pucallpa los trabajadores del INPE realizan la protesta exigiendo que se cumplan con los compromisos como el acceso a los beneficios sociales del reglamento.

Osmar Dávila; dio a conocer que en dicho centro penitenciario laboran un promedio de 120 técnicos penitenciarios CAS y la población es de 2500 internos.

"Lo que estamos pidiendo que se de homologación de los sueldos. No es posible que los compañeros que recién entran con sueldos de 3 mil soles mientras que hay trabajadores con más años de servicios que aun cobran 1,500 soles", explicó Osmar Dávila.

El personal exige al INPE "el cumplimiento del artículo 3 de la ley 31657, para la incorporación del personal penitenciario de los regímenes laborales 1057 y 276 a la ley 29709". (A.Segovia)

## Venezuela inhabilita por 15 años a dirigente opositora María Corina Machado



María Corina Machado, opositora al régimen de Nicolás Maduro y una de las precandidatas favoritas a las presidenciales de 2024 en Venezuela, fue inhabilitada para ejercer cargos públicos durante 15 años, según un oficio de la Contraloría General divulgado este viernes.

El texto de la Contraloría, que mantiene inhabilitados a una extensa lista de opositores, entre ellos el dos veces candidato a la presidencia Henrique Capriles, así como Juan Guaidó, quien viajó a Estados Unidos en abril, fue leído por el diputado José Brito, que solicitó el pasado 26 de junio el "estatus" de Machado.

"Cumpló con el deber de informarle que a la ciudadana María Corina Machado Parisca (...) le fue impuesta la sanción de inhabilitación para el ejercicio de cualquier cargo público (...) el 13 de julio del año 2015" por un periodo de 15 años reseña el oficio.

### Postura de EE.UU.

Estados Unidos, que mantiene con el régimen socialista una vieja pugna que incluye un embargo al petróleo venezolano, protestó por la medida contra Machado. También la criticaron la OEA y el gobierno izquierdista de Colombia.

La inhabilitación "priva al pueblo venezolano de derechos políticos básicos", dijo en una nota Matthew Miller, vocero del departamento de Estado en

una nota divulgada en Washington y añadió que los venezolanos merecen el derecho de elegir sin injerencias un candidato para participar de las elecciones presidenciales.

Desde la Contraloría señalaron que la inhabilitación está basada en "irregularidades administrativas" del periodo en el que Machado fue diputada (2011-2014).

En principio, la inhabilitación impuesta en 2015 tenía vigencia por un año, pero la Contraloría continuó investigándola durante años posteriores.

A Machado también se le acusa de haber participado en "una trama de corrupción" encabezada por Guaidó, reconocido entre enero de 2019 y enero de 2023 como presidente encargado de Venezuela por medio centenar de Gobiernos que desconocieron la reelección de Maduro en 2018 por considerarla "fraudulenta".

"Este último exabrupto, era lo que ya sabíamos, a nadie le sorprende, eso venía, pero si ellos creen o pensaron que esa farsa de inhabilitación iba a desestimular la participación en las primarias que se preparan, porque si íbamos con fuerza, ahora vamos con más fuerza", señaló Machado durante un acto político.

"Ahora vamos con más ganas", subrayó la dirigente en alusión a las primarias organizadas por la oposición para el 22 de octubre.

## Para impulsar desarrollo sostenible de la región **BID lanza Programa “Amazonía Siempre”**

Lima. El Banco Interamericano de Desarrollo (BID) lanzó hoy Amazonía Siempre, un programa integral que busca ampliar el financiamiento, compartir conocimientos estratégicos y mejorar la coordinación regional para acelerar el desarrollo sostenible, inclusivo y resiliente de esa región.

El anuncio se hizo tras una reunión de los gobernadores del BID para Bolivia, Brasil, Colombia, Ecuador, Guyana, Perú y Surinam.

Los gobernadores, que son ministros de finanzas, economía, planificación u otros altos funcionarios, firmaron una declaración conjunta en apoyo del nuevo programa. La idea de crear el programa fue previamente discutida durante la Reunión Anual del BID en Panamá.

Amazonía Siempre abordará las siguientes áreas priorita-

rias: población local; agricultura y silvicultura sostenibles; bioeconomía; infraestructura; ciudades sostenibles; y conectividad.

Se centrará en promover la inclusión de las mujeres, los pueblos indígenas, los afrodescendientes y las comunidades locales; el clima y la conservación de los bosques; y el fortalecimiento de las capacidades institucionales y el estado de derecho.

"Debemos observar cuidadosamente todos los aspectos de la región amazónica, con las personas y la naturaleza en el centro de nuestro enfoque. Tenemos una pequeña ventana de oportunidad, pero también múltiples iniciativas en apoyo a la Amazonía", dijo el presidente del BID, Ilan Goldfajn.

"Nos sentimos honrados de contar con el apoyo de nuestros gobernadores, y esta-

mos listos para ampliar nuestro trabajo actual. Amazonía Siempre es un programa amplio que da la bienvenida a todos los socios comprometidos con el desarrollo sostenible de la región amazónica", agregó.

El programa tendrá un enfoque triple: una plataforma para mapear recursos financieros, una facilidad de preparación de proyectos y una red de ministros de finanzas y planificación.

### **Plataforma**

La Plataforma para mapear todos los recursos financieros existentes dedicados a la Amazonía tanto de los países de dicha región como de otros donantes será una herramienta que facilitará la nueva financiación y ayudará a orientar las decisiones políticas y de inversión.

Amazonía Siempre también busca crear una Facilidad de



Preparación de Proyectos para desarrollar planes de inversión para los territorios amazónicos y ampliar significativamente la cartera de proyectos del BID de 1,000 millones de dólares ya identificada para la región en 2023. También tiene como objetivo permitir y apoyar iniciativas lideradas por otras instituciones, redes y alianzas que puedan beneficiarse de los instrumentos financieros, el conocimiento y el mandato regional del BID.

### **Red de ministros**

Los gobernadores del BID

también establecieron una Red de Ministros de Finanzas y Planificación y un grupo técnico, apoyado por el BID, que supervisará el progreso y los resultados de Amazonía Siempre en asuntos económicos y financieros, incluyendo la ampliación del financiamiento, taxonomías conjuntas e instrumentos de financiamiento innovadores.

Estos esfuerzos tienen como objetivo contribuir a las resoluciones de los países de la cuenca en la Cumbre Amazónica, que se celebrará en

Brasil en agosto.

### **Región amazónica**

La región amazónica es crítica para los ecosistemas en todo el mundo, proporcionando el 40% del agua dulce de América Latina y regulando los ciclos inmunológicos e hidrológicos para el subcontinente sudamericano.

Dado el creciente consenso científico de que la cuenca del Amazonas está llegando a un "punto de inflexión" ecológico, existe una necesidad urgente de actuar con audacia mediante la implementación de un nuevo modelo de desarrollo.

El BID ha estado trabajando en la región amazónica desde su creación en 1959, invirtiendo en desarrollo sostenible, agricultura sostenible, educación, desarrollo urbano, inclusión social y gestión fiscal, entre otras áreas.

Actualmente, el Banco mantiene un equipo técnico multisectorial en cada país amazónico y cuenta con una Unidad de Coordinación Amazónica dentro de su Sector de Cambio Climático y Desarrollo Sostenible, que se encarga de coordinar Amazonía Siempre. (FIN) NDP/RGP

## Por qué debes añadir vinagre al cocinar huevos



El huevo es una importante fuente de nutrientes y aporta proteínas de alta calidad y aminoácidos necesarios para el correcto funcionamiento

del cuerpo humano. Además, proporciona minerales como fósforo, selenio, hierro, yodo y zinc, que son importantes para la salud.

Además de nutritivo, el huevo es un alimento sumamente versátil que se disfruta de muchas formas y se consume en desayunos, ensaladas, pla-

tos principales, cenas ligeras y en una amplia variedad de postres.

Entre las técnicas para prepararlo, tal vez la más fácil y popular es la de los huevos duros o cocidos. Para obtener un huevo cocido duro perfecto, es crucial controlar el tiempo y la temperatura de cocción, pero eso no es todo. También se recomienda agregar vinagre durante el proceso de cocción, y en esta nota descubrirás por qué esta técnica puede marcar la diferencia.

### **Es crucial controlar el tiempo y la temperatura de cocción**

¿Por qué se debe agregar vinagre al preparar huevos duros o cocidos?

Si bien la preparación de huevos duros es bastante sencilla, los expertos culinarios han incorporado el uso de vinagre, pues esto puede mejorar el proceso. El vinagre tiene beneficios comprobados al cocinar huevos, ya que acelera el tiempo de cocción y ayuda a coagular las proteínas, evitando daños en la clara. Esto da como resultado

una consistencia agradable y firme al paladar al disfrutar del huevo cocido.

Si prefieres no utilizar vinagre, otra opción es agregar sal, que también acelera la cocción, ayuda a sellar cualquier imperfección en el huevo y facilita el pelado. Heinz Wuth, chef profesional y propietario del canal "Ciencia y Cocina", explica que al agregar vinagre durante la cocción de los huevos, se evita que la clara se escape por las grietas y que el huevo se vuelva blando. El experto aclara que la adición de ácidos no afecta la resistencia de la cáscara, ya que esta está compuesta principalmente de calcio y no reacciona con el vinagre. Sin embargo, al agregar vinagre, se reduce la pérdida excesiva de huevo en caso de que la cáscara esté agrietada. Si utilizas un litro de agua para hervir los huevos, debes agregar aproximadamente 20 ml de vinagre, lo cual equivale a un poco más de una cucharada sopera. Además, es importante sumergir los huevos en agua fría una vez que se haya com-

pletado el tiempo de cocción. Ahora que conoces la razón por la cual se recomienda el uso de vinagre en la preparación de huevos duros, podrás disfrutar de huevos duros de mejor calidad.

### **¿Cuánto tiempo se necesita para cocinar un huevo duro?**

A partir del minuto 7 de cocción, la yema comienza a solidificarse. Algunas personas prefieren que la yema conserve un centro húmedo en este punto. El tiempo necesario para obtener un huevo completamente duro es de aproximadamente 10 minutos. Después de ese tiempo, a partir del minuto 12, la yema adquiere una textura que se hace al tocarla o intentar cortarla. Es importante tener cuidado de no excederse en el tiempo de cocción, ya que podría formarse un anillo gris alrededor de la yema. Aunque el huevo sigue siendo seguro para consumir y conserva todos sus nutrientes.

El tiempo necesario para obtener un huevo completamente duro es de aproximadamente 10 minutos.



**Incendios forestales**

# ¿Cómo se originan y qué podemos hacer para prevenirlos?

¿Sabías que más de la mitad del territorio peruano está cubierto por bosques, según el Ministerio del Ambiente? Lamentablemente, los incendios causados por el cambio climático y las malas prácticas agrícolas están arrasando con la vegetación.

Para hacernos una idea de la magnitud de este problema, recordemos que sólo en el 2022 se reportaron 1300 incendios forestales en el Perú y que el 95% de ellos tuvieron su origen en actividades humanas.

**¿Por qué los incendios forestales son tan peligrosos?**

Entre las consecuencias de los incendios forestales están la destrucción de los recursos naturales, la muerte y huida de animales, la pérdida del suelo fértil, el aumento en las emisiones de CO2 a la atmósfera y la desertificación.

Además, durante un incendio forestal no solo el fuego es peligroso para la integridad de las personas expuestas; sino también el humo, las cenizas y los gases tóxicos que se desprenden y pueden acarrear problemas como ataques de asma, dolores de cabeza, daños a las vías respiratorias y, en el peor de los casos, pérdidas huma-

nas.

**¿Cómo se originan los incendios forestales?**

Para lograr un manejo efectivo de los incendios forestales y evitar consecuencias que puedan afectar al medio ambiente y a la integridad de la ciudadanía, es importante que conozcamos cómo se originan. Según el Instituto de Defensa Civil (INDECI), un incendio forestal puede producirse en cualquier momento, siempre y cuando existan las tres condiciones para que se propague: combustible, oxígeno y una fuente de calor.

En el caso de los bosques, algunos elementos de la naturaleza—como los árboles y la maleza— pueden resultar altamente combustibles al sumarse a condiciones climáticas como las altas temperaturas y los vientos fuertes. Aun así, la institución señala que, en la mayoría de los casos, los incendios forestales son ocasionados por negligencia humana en actividades como prender una fogata, arrojar un cigarrillo encendido o hacer una quema de maleza en el campo de cultivo. En el Perú, los incendios forestales son más comunes entre los meses de ausencia de llu-



via: en los Andes y Amazonía suelen darse entre los meses de julio a diciembre; mientras que, en la costa norte durante los meses de enero a marzo, según INDECI.

Asimismo, las personas pueden causar incendios forestales realizando quemas agrícolas, prácticas que suelen realizarse para deshacerse de restos vegetales y preparar el suelo para nuevos cultivos. Aunque, esta práctica en realidad no estimula el crecimiento, sino que reduce la retención de agua y la fertilidad del suelo entre 25% y 30%, de acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas (ONU).

¿Cómo podemos prevenirlos? Es clave que como ciudadanía empecemos a cuidar nuestros bosques, adoptando medidas preventivas en nuestro día a día. A continuación, te contamos algunas recomendaciones del Servicio Nacional Forestal y de Fauna Silvestre (SERFOR) para reducir la ocurrencia de incendios foresta-

les:

No enciendas fuego al aire libre; y menos cerca de plantaciones forestales, bosques, pastizales, humedales y otras formaciones vegetales.

Apaga correctamente las fogatas o cocinas a leña y asegúrate que no exista la posibilidad de que el fuego se reavive.

Si es necesario hacer una fogata, asegúrate de hacerlo en lugares alejados de los árboles, pasto u otros materiales combustibles. Asimismo, delimita el fuego con materiales no combustibles, como arena o piedras.

Mantén los alrededores de tu casa libres de materiales o desechos que puedan servir de combustible para el fuego. Evita acumular materiales inflamables como paja o maderas que pueden servir de combustible.

Si eres testigo de una quema agrícola, repórtalo ingresando a <http://appweb.serfor.gob.pe/alertaserfor/>.

Año de la Unidad, La Paz y el Desarrollo

**COLEGIO DE CONTADORES PÚBLICOS DE UCAYALI**  
 AFILIADO A LA JUNTA DE DECANOS DE COLEGIOS DE CONTADORES PÚBLICOS DEL PERÚ  
 Pasaje José Martí N° 137 - 139 teléfono 440818 Cel.990885564  
 www.ccpu.org.pe E-mail: ccpuayali@ccpu.org.pe

**ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA**

El Decano del Colegio de Contadores Públicos de Ucayali, por acuerdo del Consejo Directivo y de conformidad con los Artículos 27 y 36° (literal c), del Estatuto Institucional, convoca a:

Asamblea General Ordinaria, a todos los Miembros de la Orden HABLES, para tratar la siguiente:

**Agenda:**

**1°.- Informe del Consejo Directivo a la Asamblea General sobre la gestión institucional, avance del plan de trabajo e informe económico del semestre inmediato anterior.**

Fecha : sábado, 15 de julio del 2023  
 Hora : 9:00 a.m. Primera Citación, y;  
 10:00 a.m. Segunda Citación  
 Modalidad: PRESENCIAL

**NOTA:**  
 De conformidad con lo dispuesto por el Art.25° del Estatuto Institucional, es obligatoria la participación de todos los miembros de la orden HABLES; asimismo, en cumplimiento del artículo 31° la publicación de los miembros hábiles se exhibirá en secretaría del Colegio antes de la primera citación y será informado al inicio de la asamblea general.

**CPCC. JORGE LAZARO HERRERA BEDIA**

**DECANO**

FE//2312(30 al 04.07.2023)

**SE ALQUILA MINI DEPARTAMENTOS**

UBICADO EN LA AV. LA MARINA - SHIRAMBARI A 100 METROS DE LA CHACRA DEL CHATO, PRECIOS DESDE 300 SOLES. LLAMAR AL: 942697277 /

ADM/

**ALQUILAMOS ÁREAS PARA OFICINAS Y/O TELETRABAJO**

Alquilamos áreas para oficinas y/o teletrabajo de 17 m2. en promedio, en edificio ubicado a una cuadra y media de la plaza de armas de Iquitos.

El local está cerca a bancos, Bcp, Bbva, Scotiabank, Interbank , Notarias, Dhl , Serpost Incluye servicios de Internet , Luz, Agua, Mobiliario, Aire acondicionado, servicio higiénico , Mantenimiento. Pago Mensual desde 600 soles

informes T. 987587813 / T. 942697277 / T.988338022

ADM/

**VENDO O ALQUILO HOTEL EN IQUITOS**

De 5 pisos en Jr Arica 363 A 1 cuadra de la plaza de armas con 30 habitaciones

Llamar al 942 697 277 - 998 766 090

ADM/

**ANUNCIE VENDA MAS** ☎ 942 621 976

DIARIO AHORA

**NOTIFICACION**

LA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE YARINACOCHA A TRAVES DE LA SUB GERENCIA DE CONTROL URBANO Y CATASTRO DE LA GERENCIA DE ACONDICIONAMIENTO TERRITORIAL HACE DE CONOCIMIENTO PUBLICO QUE SE HA PRESENTADO EL EXPEDIENTE EXTERNO N° 11724-2023 SOLICITADO POR LA SEÑORA. **JESSICA RIVAS RENGIFO** IDENTIFICADA CON DNI N° 41058433 Y SRA. **REYNA ISABEL RIVAS RENGIFO** IDENTIFICADA CON DNI N°42189920 QUIENES SOLICITAN CONSTANCIA DE POSESION DEL LOTE N° 11 DE LA MANZANA E UBICADO EN AA. HH JHON HOCKING WEEKS DEL DISTRITO DE YARINACOCHA.

SI HUBIERA COLINDANTES O TERCEROS INTERESADOS QUE SE OPONGAN AL REFERIDO TRAMITE POR CONSIDERAR MEJOR DERECHO DE POSESION, SIRVASE PRESENTAR Y SUSTENTAR SU OPOSICION ANTE LA REFERIDA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE YARINACOCHA.

PUERTO CALLO, 27 JUNIO DEL 2023

UNICIÓN MUNICIPAL DISTRITAL DE YARINACOCHA  
 GERENTE MUNICIPAL: JHON RIVERA  
 SUB GERENTE DE CONTROL URBANO Y CATASTRO

BE//2344(28 al 03.07.2023)

**NOTIFICACION**

LA MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE CORONEL PORTILLO A TRAVES DE LA GERENCIA DE ACONDICIONAMIENTO TERRITORIAL HACE DE CONOCIMIENTO PUBLICO QUE ANTE LA MDCP SE HA PRESENTADO EL EXPEDIENTE N° 25694-2023 SOLICITADO POR LOS SRES. **DIANA ROCIO ACOSTA LOA, CANDY GARCIA GARCIA ACOSTA Y RADIO DIFUSORA DEL UCAYALI SAC**, QUIENES VIENEN SOLICITANDO CONSTANCIA DE POSESION DEL LOTE DE TERRENO N° 05 DE LA MANZANA "D" DEL AA.HH. MIGUEL GRAU DEL PLANO REGULADOR DE PUCALLPA UBICADO CON FRENTE AL JR. HUANCAVELICA, DISTRITO DE CALLERIA.

SI HUBIESE COLINDANTES O TERCEROS INTERESADOS QUE SE OPONGAN AL REFERIDO TRAMITE POR CONSIDERAR QUE TIENEN MEJOR DERECHO DE POSESION SIRVASE PRESENTAR Y SUSTENTAR SU OPOSICION ANTE LA REFERIDA MUNICIPALIDAD PROVINCIAL.

BE//2345(30 al 04.07.2023)

**NOTIFICACION**

LA MUNICIPALIDAD PROVINCIAL DE CORONEL PORTILLO A TRAVES DE LA GERENCIA DE ACONDICIONAMIENTO TERRITORIAL HACE DE CONOCIMIENTO PUBLICO QUE ANTE LA MDCP SE HA PRESENTADO EL EXPEDIENTE N° 21465-2023 SOLICITADO POR LOS SRES. **ROIDI AMANDA MORENO PANDURO, DILER DEL CASTILLO RIOS Y MARGELITA RIVEYRO PANDURO**, QUIENES VIENEN SOLICITANDO CONSTANCIA DE POSESION DEL LOTE DE TERRENO N° 2A1 DE LA MANZANA "379C" DEL PLANO REGULADOR DE PUCALLPA UBICADO CON FRENTE AL JR. SAN LORENO Y JR. VENTANILLA, DISTRITO DE CALLERIA.

SI HUBIESE COLINDANTES O TERCEROS INTERESADOS QUE SE OPONGAN AL REFERIDO TRAMITE POR CONSIDERAR QUE TIENEN MEJOR DERECHO DE POSESION SIRVASE PRESENTAR Y SUSTENTAR SU OPOSICION ANTE LA REFERIDA MUNICIPALIDAD PROVINCIAL.

BE//2343(28 al 03.07.2023)

**Haga crecer su NEGOCIO Anuncie aquí**



## Alistan demanda de inconstitucionalidad contra ley que permite ejercer la Presidencia de forma remota

La bancada de Cambio Democrático-Juntos por el Perú alista una demanda de inconstitucionalidad contra la Ley 31810 que permite a la presidenta de la República, Dina Boluarte, despachar de forma remota cuando esté en el extranjero. Así lo anunció la congresista Ruth Luque.

La normativa, que recientemente fue promulgada por el Gobierno, modifica la Ley Orgánica del Poder Ejecutivo (29158) para otorgarle la referida facultad a la jefa de Estado.

En declaraciones a RPP Noticias, la parlamentaria Luque precisó que la norma "viola" la Constitución porque debió haber sido aprobada a través de una reforma constitucional y no de una modificación de la ley orgánica del Ejecutivo.

"Lo que se ha hecho con esta ley es regular una situación que no está normada. Y lo han hecho a través de la modificación de una ley orgánica; lo que no corresponde, pues esta regulación debió ser a nivel constitucional; es decir, en el artículo 115", precisó.

## Por liberación de vinculados a 'Maldito Cris'

# Congreso citará a fiscal de la Nación y ministro del Interior

Diego Bazán, presidente de la Comisión de Defensa del Congreso, anunció este viernes que citarán a la fiscal de la Nación, Patricia Benavides, y al ministro del Interior, Vicente Romero, por la liberación de los dos venezolanos acusados de ser cómplices de Christopher Fuentes González 'Maldito Cris', quien fue abatido por efectivos de la Policía el pasado 16 de junio.



RAMON DE PRESUNTOS CÓMPlices DE MALDITO CRIS. VAMOS A CITAR A LA FISCAL DE LA NACIÓN Y AL COMANDANTE GENERAL DE LA POLICIA'

Según indicó a Las cosas como son de RPP Noticias, tanto desde Fiscalía como del Ministerio del Interior deben dar explicaciones sobre qué falló en la investigación contra Daniel Vargas García y Danny José Marcano Andrade, para que se permitiera su libertad, pese a que ambos fueron capturados durante la intervención al delincuente.

"Ellos nunca debieron salir a la calle, yo lamento en nombre de todos los serenos del país, a los cuales le estamos dando las herramientas con un chaleco antibalas para que se puedan defender, yo lamento que esta situación se haya dado y

no se tiene por qué repetir. Desde la Comisión de Defensa del Congreso, vamos a citar al Ministerio Público, a la fiscal de la Nación, vamos a citar al comandante general de la Policía, al ministro del Interior", sostuvo.

Asimismo, añadió que desde la Comisión de Seguridad Ciudadana del Parlamento se citará a todos los efectivos policiales que estuvieron a cargo de este caso, a fin de que puedan responder sobre el procedimiento que pasaron ambos sospechosos.

**Sobre fallos en investigación**  
Bazán también consideró que

los efectivos encargados de la investigación no tuvieron criterio para presentar un caso sólido, mientras que desde el Ministerio Público no hubo voluntad para presionar por documentos que den sustento a un requerimiento de prisión preventiva contra ambos delincuentes.

Mencionó, en ese sentido, que él ha propuesto que la Policía pueda ser el titular de la investigación, pues el Ministerio Público no se da abasto con la cantidad de casos que manejan.

"Eso es lo que nosotros pretendemos recuperar y obviamente devolverle esas facultades

des que ahora con el nuevo Código Procesal Penal se le ha quitado, esa titularidad de la investigación que ahora la tiene el Ministerio Público y vemos un ministerio público bastante lento por la cantidad de procedimientos que tienen, cuando los especialistas en investigación debieran ser los policías. No planteamos retirarle la capacidad, debemos fortalecer", señaló.

**Sospechosos liberados**  
Los presuntos cómplices del delincuente Christopher Fuente Gonzales, alias 'Maldito Cris', fueron liberados por orden de la Fiscalía el 18 de junio, dos días después de haber sido detenidos en el distrito de San Martín de Porres, esto pese a que la prueba de absorción atómica a las que fueron sometidos demostró que ambos tenían residuos de plomo, bario y antimonio compatibles por disparo de arma de fuego.

Al respecto, desde el Ministerio Público informaron que se dispuso la liberación de ambos sujetos porque la Policía presentó el informe policial luego de que vencieran las 48 horas del plazo legal de detención. Asimismo, indicaron que la fiscal de la Nación, Patricia Benavides se acercó al despacho fiscal y dispuso las "acciones correctivas" del caso y que ya hay una investigación a cargo de la Autoridad Nacional de Control del Ministerio Público.

## José Balcázar tras críticas hechas por la ministra de la Mujer

# "Ella no tiene ninguna formación mínima"



José María Balcázar, congresista de Perú Bicentenario, aseguró que la ministra de la Mujer, Nancy Tolentino, es una persona con una "formación mínima" sobre temas de sexualidad. Esto lo dijo luego de que la titular del MIMP condenara sus declaraciones a favor sobre las relaciones sexuales tempranas y le exhortara a decir cuáles son sus evidencias científicas.

"Para opinar hay que saber. Por eso estamos mal en el Congreso no nos quieren, ni en el Ejecutivo donde va gente poco preparada a gobernar este país. Yo soy un hombre que tiene una formación medianamente clara sobre temas de sexología y antropología. La ministra de la Mujer seguramente no tiene una formación mínima, muy endeble. ¿Cómo van a apoyar una ley de esa naturaleza? la juventud está conmigo porque piensan que es una especie de mordaza ese conservadurismo fatal del sexo. ¿Cómo la presidenta va a gobernar

con una ministra que la hace bajar en las encuestas?", afirmó en el programa 'Las Cosas Como Son' de RPP.

José Balcázar reiteró su rechazo al proyecto de ley sobre impedir el matrimonio con menores de edad impulsado por la legisladora Flor Pablo. En ese sentido, afirmó que solo se está perjudicando a los jóvenes.

"Una congresista ha presentado un proyecto de ley prohibiendo el matrimonio. Los muchachos deben estar calientes al escuchar eso porque ellos no están pensando en matrimonio, sino que sus relaciones sexuales culminen en relaciones de hechos, o sea la convivencia", manifestó.

Por otro lado, intentó justificar sus declaraciones sobre el hecho de que no habría un caso de abuso si una chica 14 años tiene intimidad con un hombre de 45.

"Son casos marginales. Es como si dijéramos que la profesora de 50 años se ha ido con su alumno de 14. Son ca-

sos lejanos al análisis concreto que estamos examinando. Seguramente en ellos habrá que determinar qué factores ocurrieron ahí, desde el punto de vista de seducción, engaño, motivaciones económicas. Pero no es el caso, de acuerdo con la ley civil por ejemplo que permite el matrimonio", afirmó.

El parlamentario señaló que parte de su sustentación para afirmar lo que dijo en la comisión de Justicia es el psicólogo Sigmund Freud.

"Esas cosas están determinadas desde la cabeza más importante de la sexología que es el psicólogo Freud. En 'La Interpretación de los Sueños' analiza las edades que deben limitarse para que haya relaciones válidas sin perjuicio para quienes lo llevan al cabo. Lo que pasa es que acá hay un complejo de Edipo, que más quieren a la madre y odian al padre", puntualizó.

# Aumentan presuntos casos de tortura en 16 regiones



Personas privadas de libertad, mujeres, niños, personas con discapacidad, adultos mayores, población LGBT o migrantes conforman el grupo de víctimas de tortura en Perú. Entre los presuntos agresores suelen estar funcionarios, policías y hasta cuidadores.

“La tortura y los tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes constituyen una grave violación a los derechos humanos”, señalala Defensoría del Pueblo. La vía pública no está exenta de ser escenario de tortura y tratos crueles. Así lo revela el último reporte del Mecanismo Nacional de Prevención de la Tortura (MNPT) de la entidad defensorial. Este documento muestra las cifras entre 2021 y 2022 y también datos sobre la crisis política.

Para este informe conversamos con Porfirio Barrenechea, experto de la Defensoría del Pueblo, sobre los números alarmantes que dejaron el 2021 y 2022, en los cuales Arequipa aparece entre los 10 primeros puestos de reporte de tortura y tratos crueles.

Es así que, en 2021, se registró 309 quejas sobre hechos que podrían constituir tortura u otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes. En 2022, el número de quejas registradas vinculadas a presuntos hechos de tortura y malos tratos fue 357. Son 48 quejas más respecto del año anterior, lo que representa un 15.5% más.

Los cinco departamentos con mayor número de quejas vinculadas a hechos de tortura y malos tratos en 2021 fueron Lima (64), Cajamarca (32), Ica (26), Áncash (25) y Cusco (19). En 2022, Lima (70), Ica (30), Huánuco (30), Cusco (19) y Áncash (18) fueron las cinco regiones con mayor número de casos registrados.

Lima es la región que en ambos años registró más quejas sobre estos casos. Las regiones de Ica, Áncash y Cusco se han mantenido dentro de las cinco regiones que tienen un alto registro.

En 2022, en 16 de las 25 regiones (incluyendo a Ca-

llao) aumentaron los casos vinculados a hechos de tortura y malos tratos, en comparación al 2021. En las regiones de Huánuco, Tacna, Huancavelica, Madre de Dios, Callao y Amazonas, el aumento de casos fue de más del 100 % con relación al año 2021. Arequipa incrementó un 70 % y se mantiene entre los diez primeros puestos de esta preocupante lista.

“Lo que estamos haciendo es la difusión en lo mayor posible [...] Se da como una situación que es normal; por ejemplo el maltrato en las escuela de formación policial o militar, o la violencia que hay en las dependencias policiales y en las detenciones”, comentó Porfirio Barrenechea sobre la gravedad de la normalización de la tortura.

Más del 80 % de víctimas son personas vulnerables “La edad, el sexo, la nacionalidad, la identidad de género y orientación sexual, el tener una discapacidad o el pertenecer a una población indígena, entre otras, son condiciones que ponen a una persona en una situa-

ción de especial vulnerabilidad e indefensión”.

Reporte sobre tortura en Perú entre 2021 y 2022.

Por ejemplo, en 2021, de 327 presuntas víctimas identificadas, 284 pertenecen a al menos un grupo vulnerable (87.8 %). En 2022, de 389 presuntas víctimas identificadas, 343 pertenecen como mínimo a un grupo vulnerable (88.2).

Los hechos de tortura y tratos crueles afectan más a quienes pertenecen a un grupo vulnerable. Este tipo de daño se intensifica si sobre en la persona recae más de una condición de vulnerabilidad.

De acuerdo con el Plan Nacional de Derechos Humanos 2018-2021, en el Perú se ha identificado y se reconoce 13 grupos vulnerables o de especial protección. De la sistematización de las quejas, se encontró hasta 9 grupos:

- Personas privadas de libertad.
- Mujeres.
- Niños, niños y adolescentes.
- Migrantes.
- Personas con discapacidad.
- Adultos mayores
- Personas LGBTI.
- Afectados por TBC.
- Personas que viven con VIH.

### ¿Quiénes son los agresores?

El autor del hecho de tortura y otros tratos o penas crueles, inhumanos o degradantes, puede ser un funcionario o un tercero que lo hace con conocimiento de un funcionario, como suele suceder en centros de reclusión. Para contabilizar a presuntos agresores se tomó en cuenta a quienes fueron identificados como tales en las quejas revisadas. En algunos casos podrían ser uno o varios los agresores. También se contabilizó sólo a quienes fueron señalados como responsables directos de ejercer violencia física, psicológica o sexual contra las presuntas víctimas.

En 2021 se identificaron 289 presuntos agresores, el 84.8 % de sexo masculino. En 2022, fueron 322 presuntos agresores, y el 80.7 % son de sexo masculino.

## Poder Ejecutivo observa ley aprobada por el Congreso que afectaba lucha contra minería ilegal



LIMA. El Poder Ejecutivo observó hoy miércoles 28 la ley que modifica el decreto legislativo 1100, el cual regula las acciones de interdicción de minería ilegal en el país. El texto sustitutorio de la iniciativa legislativa, impulsada por el congresista de Alianza para el Progreso (APP) por Madre de Dios, Eduardo Salhuana, fue aprobada en el Pleno del Congreso de la República, en primera votación, el pasado 25 de mayo.

En esa oportunidad, la ahora observada norma obtuvo 84 votos a favor, siete en contra y 11 abstenciones. Asimismo, logró ser exonerada de la segunda votación. De acuerdo con el segundo párrafo del artículo 79 del Reglamento del Congreso, el Ejecutivo tiene un plazo de 15 días hábiles para observar una parte o toda la autógrafo de ley que le fue enviada. Esa fecha límite vence este 28 de junio. El Congreso aun puede aprobar por insistencia dicha ley.

La propuesta del congresista Salhuana pretendía modificar los apartados 7.1 y 7.2, del artículo 7, del decreto legislativo 1100. De ese modo, buscaba que durante la labor de interdicción ya no se destruya la maquinaria de los campamentos ilegales que, por sus características o situación, resulte inviable su decomiso. En lugar de ello, establecía que el gobierno nacional, a través del Programa Nacional de Bienes Incautados (Pronabi), asigne los equipos a los gobiernos locales y regionales de la zona donde se realice el

operativo.

### Críticas hacia norma que perjudica lucha contra minería ilegal

Los y las fiscales en materia ambiental de la región Madre de Dios emitieron, previamente, un pronunciamiento público en el que manifestaron «su profunda preocupación» frente a la mencionada ley, en tanto «debilita el mecanismo de interdicción al incluir un procedimiento más que puede dilatar y comprometer las investigaciones del delito».

Esto se debe a que los y las fiscales que realizan las acciones de interdicción contra la minería ilegal, así como los gobiernos distritales, provinciales y regionales, no cuentan «con los recursos económicos y logísticos para la custodia y traslado de la maquinaria y demás instrumentos intervenidos».

En esa línea, el especialista técnico de la Fundación para la Conservación y el Desarrollo Sostenible (FCDS), Martín Arana, ratificó a Inforegión el motivo concreto por el cual la sociedad civil y la propia Fiscalía Especializada en Materia Ambiental (FEMA) de Madre de Dios han rechazado la iniciativa. La propuesta de ley plantea que la maquinaria incautada a los operadores de minería ilegal sea custodiada temporalmente por el Programa Nacional de Bienes Incautados (Pronabi) y posteriormente sea entregada a los gobiernos locales, incluso regionales.

En diferentes mercados

## Perú posee 20 variedades de granos andinos de alta calidad genética

Veinte variedades de granos andinos con alta calidad genética, desarrolladas por el Ministerio de Desarrollo Agrario y Riego (MIDAGRI), ocupan importantes lugares en mercados a nivel nacional e internacional. Ello favorece la economía de más de 149 mil unidades agropecuarias, predominantemente pequeños y medianos productores. Así lo informó dicha entidad en el marco del Día Nacional de los Granos Andinos.

De estas variedades de alto valor genético, 12 corresponden a la quinua, 4 de kiwicha, 2 son de kañiwa y 2 al tarwi. Estas fueron producidas por el sector a través del Instituto Nacional de Innovación Agraria

(INIA). Se usaron estudios e investigaciones agromorfológicas, a partir de la diversidad genética de los bancos de germoplasma en varias regiones del país. El alto valor genético de estas variedades radica en que resisten las principales enfermedades que afectan al cultivo. Esto permite reducir el uso excesivo de agroquímicos y fertilizantes. De ese modo se aumenta el rendimiento por hectárea, mejora la calidad del cultivo y conserva la productividad del suelo agrícola.

Las variedades de granos andinos tienen alto contenido nutricional en proteínas (aminoácidos esenciales) y micronutrientes (hierro, calcio, fósforo, vitaminas A, B, entre otras). Además, son

considerados alimentos nutraceuticos favorables en la alimentación y salud humana. Son libres de gluten ideales para personas que padecen de enfermedades celiacas.

Entre las variedades de quinua de alta calidad figuran la INIA 437 Roja del Norte, INIA 441 Señor del Huerto, INIA 431 Altiplano, INIA 427 Amarilla Sacaca, INIA 430 Negra Collana. Otros granos de alta calidad son la Kiwicha figura INIA 442 Frondosa, el tarwi INIA 445 Mascanchino y la kañiwa INIA 406 Ilpa.

Todas ellas fueron producidas por el INIA-MIDAGRI a través del Programa Nacional de Cereales, Granos Andinos y Leguminosas en las Estaciones Experi-



mentales Agrarias de Ilpa (Puno), Santa Ana (Junín), Andenes (Cusco), Canaán (Ayacucho) y Baños del Inca (Cajamarca).

Con la distribución de estas variedades, el INIA-

MIDAGRI promueve el incremento de la producción de granos y leguminosas andinas, mejorando el sistema productivo con tecnologías rentables y adecuadas a la realidad andina.

Fundamentalmente orgánica, haciéndola sostenible, competitiva y con contribución a la seguridad alimentaria y conservación ambiental.



## APEC premia emprendimiento de bionegocio promovido por el Minam

APEC premió a emprendimiento de bionegocio promovido por el Ministerio del Ambiente (Minam). Se trata de Qaya, empresa que trabaja con cuero de alta calidad usando como insumo principal residuos de la acuicultura y pesca artesanal. Con este material confecciona productos y accesorios para prendas de vestir.

Sus procesos son libres de componentes químicos y mantiene una huella de carbono cercana a la neutralidad.

El modelo de actividad sostenible de Qaya fue premiado en el evento "APEC Digital Innovation to Facilitate SMEs'

Green Transformation Forum". Este se realizó en el Centro de Convenciones Internacionales NTUH, en Taipei. Alcanzó el primer lugar en la categoría Transformaciones Verdes, tras competir con otras 20 iniciativas de varios países.

El Minam promueve emprendimientos que desarrollan su labor con estándares de responsabilidad ecológica.

Por ello, cuenta con el Catálogo de Eco y Bionegocios que ofertan bienes o servicios que fomentan la sostenibilidad económica, social y ambiental, con una distribución justa de los beneficios.

**Impacto ambiental, social y económico**

Qaya contribuye a la economía circular al generar valor a los residuos, reutilizándolos como insumo principal para sus creaciones comerciales. A ello se suma la capacitación a internas de las cárceles de mujeres y a comunidades nativas sobre el tratamiento del cuero de pescado y el teñido natural.

Entre sus confecciones se encuentran billeteras, carteras, mochilas, monederos, tarjeteros, correas, mascarillas y zapatillas, utilizando también caucho natural shiringa, fibras y tintes naturales; y semillas.

## Jair Bolsonaro fue inhabilitado por la Justicia brasileña y no podrá tentar la Presidencia en 2026

La corte electoral brasileña alcanzó este viernes la mayoría necesaria para condenar al expresidente ultraderechista Jair Bolsonaro por "abuso de poder", por lo que quedará inelegible durante ocho años.

La inhabilitación política dejará a Bolsonaro, de 68 años, fuera de las próximas presidenciales en 2026 y puede abrir una carrera por el liderazgo de la derecha en Brasil, por ahora sin alternativas claras. El Tribunal Superior Electoral (TSE) alcanzó una mayoría de 4 votos a 1 en favor de condenar a Jair Bolsonaro por haber cuestionado la confiabilidad del sistema de urnas elec-

trónicas con informaciones "falsas" durante una reunión con embajadores en julio de 2022, tres meses antes de su derrota ante el izquierdista Luiz Inácio Lula da Silva.

La cuarta sesión del juicio se inició el viernes con el quinto voto, el de la magistrada Carmen Lúcia. Hasta entonces, tres de los siete jueces de la corte habían votado a favor de la condena, y uno en contra.

El de Lúcia fue decisivo, ya que el veredicto se definió por mayoría del pleno (al menos 4 de 7 votos).

Resta ahora el parecer de dos jueces, que podrían pedir un aplazamiento del fin del juicio.

### Bolsonaro ausente

Jair Bolsonaro, ausente en todas las sesiones del juicio iniciado la semana pasada en la sede del TSE en Brasilia, tampoco compareció el viernes.

El excapitán se halla en Belo Horizonte (Minas Gerais, sureste), donde tiene previsto almorzar con miembros de su Partido Liberal (PL), informó la agrupación.

Bolsonaro, que perdió la elección en octubre ante Lula por estrecho margen, defiende su inocencia.

"No cometí ningún delito al reunirme con embajadores. Querir quitarme los derechos políticos por abuso de poder político es inexplicable", dijo el jue-



ves a periodistas.

El abogado de Bolsonaro, Tarcisio Vieira, anticipó que, en caso de condena, recurrirá la decisión ante el Supremo Tribunal Federal.

El caso se centra en un evento con diplomáticos organizado por Jair Bolsonaro en la residencia

presidencial de la Alvorada, en el que aseguró sin pruebas que buscaba "corregir fallas" del sistema de urnas electrónicas con la "participación de las Fuerzas Armadas".

En su discurso, transmitido por la TV pública y las redes sociales, Jair Bolsonaro dijo que la supuesta

vulnerabilidad del sistema podía servir para manipular el resultado en su contra, algo que repitió en numerosas ocasiones durante la campaña electoral contra Lula.

Los cuatro jueces que ya votaron para condenarlo criticaron duramente su conducta.

## China y Rusia se lanzan a explotar litio en Bolivia con millonarias inversiones



La china Citic Guoan y la rusa Uranium One Group, ambas con un fuerte componente estatal, se aliarán con Yacimientos de Litio Bolivianos (YLB) para instalar dos plantas de carbonato del metal, explicó el presidente Luis Arce en un acto público.

Considerado el oro blanco, el litio es empleado en la fabricación de baterías de vehículos eléctricos.

En la firma del acuerdo estuvieron presentes representantes legales de las tres empresas: la boliviana, la rusa y la china.

"Estamos consolidando el proceso industrializador del país", afirmó el mandatario. En enero su gobierno firmó otro acuerdo con el consorcio chino Catl Brup and Cmoc (CBC) para instalar dos plantas de baterías de litio.

### Inversiones

La CBC comprometió a

principios de año una inversión de 1 083 millones de dólares.

De acuerdo con la presentación del gobierno, Uranium One Group invertirá 578 millones de dólares en una primera planta en el Salar de Pastos Grandes y la china Citic Guoan 857 millones de dólares en una segunda planta al norte del Salar de Uyuni, ambos en el departamento andino de Potosí (suroeste).

El Ministerio de Hidrocarburos y Energías señaló en un comunicado que "cada uno de los complejos tendrá la capacidad de producir hasta 25 000 toneladas métricas por año, sumando en total una producción de 50 000 toneladas anuales de carbonato de litio".

La construcción de las plantas comenzará en los próximos tres meses.

Bolivia certificó sus reservas de litio en el Salar de

Uyuni en 21 millones de toneladas y asegura que es la principal depositaria del mundo.

La estatal YLB informó en enero pasado que sus exportaciones de carbonato de litio y cloruro de potasio en 2022, con el uso de sus primeras plantas piloto en Uyuni, alcanzaron a 34 100 toneladas, por unos 80 millones de dólares.

Sus principales mercados de carbonato de litio fueron China, Rusia y Emiratos Árabes, en tanto para el cloruro de potasio lo fueron Brasil, Chile, Perú, Malasia y Paraguay. El Ministerio de Hidrocarburos informó en enero pasado que para 2025 espera exportar el mineral por 5 000 millones de dólares, que superarían al gas, que en 2022 generó ingresos por 3 400 millones de dólares y es la principal fuente de ingresos del país.

## ¿Cómo hacer que la ansiedad no afecte tu relación?

Quien padece trastornos de ansiedad sabe lo difícil que puede volverse una relación amorosa.

Las relaciones amorosas requieren paciencia y confianza, dos cosas que a los ansiosos les cuesta tener. Es por esto que este tipo de trastornos puede jugarle una mala pasada a quien los padece. Sin embargo, la ansiedad puede impactar de distintas maneras por lo que no debes seguir todos los consejos al pie de la letra, debes tomar lo que sea útil para tu relación.

### Controla tus emociones

Tu sensibilidad está a flor de piel, y probablemente eres muy empático con todas las personas que te rodean. Pero así como esos sentimientos existen pueden desaparecer, es por eso que debes controlar lo que sientes para no tener

altibajos emocionales que puedan alterar el equilibrio de tu relación.

Habla con tu pareja, demuéstrale tu cariño y gratitud, es una forma efectiva de demostrar paciencia, interés y confianza.

### Actúa como apoyo para tu pareja

Las parejas que conviven con la ansiedad a diario pueden sentirse abrumadas o sobrecargadas de preocupaciones, es por eso que debes mostrarte abierto a ser también un apoyo en momentos difíciles. Quizá tu pareja no quiere hablar de sus problemas porque siente que será una carga en tu vida, sin embargo, la clave de una relación duradera es la buena comunicación. Sé la primera persona en abrir el diálogo entre los dos y ayúdalo a liberar sus

problemas como él te ayuda a ti.

### No tienes que controlarlo todo

Los ansiosos a menudo quieren tener el control de todo lo que los rodea. Incluso los pensamientos ajenos lo alteran.

Controla tu ansiedad antes de que ella te controle a ti. No siempre necesitas saber lo que está sucediendo, darle un poco de intimidad a la otra persona está bien, al igual que pedirle ayuda cuando no puedes controlar una situación.

### No le abras la puerta a la soledad

Una de las caras más tristes de la ansiedad es la depresión que puedes padecer como consecuencia de este trastorno. Tu inseguridad y falta de certezas en el futuro hacen que te sientas desmotivado, incluso fracasado. Toma un respiro y reflexiona. A veces, los momentos de soledad son útiles para ordenar nuestros pensamientos, pero en exceso no son buenos, hacen de un momento una costumbre.

Si permites que la tristeza se apodere de ti, tu trastorno habrá ganado.

### No proyectes tu ansiedad en la relación

La ansiedad puede desen-

cadenarse por cualquier cosa y puede generar sentimientos horribles en ti. Es por eso que si permites que se proyecte en tu relación tendrás muchos problemas.

No puedes permitir que los celos injustificados y la inseguridad se apoderen de tu relación.

Recuerda que lo que sientes cuando atraviesas un período de ansiedad no es la verdad. Tu realidad es que eres una persona amada y debes disfrutar de eso.

### Ten cuidado con los cambios de humor

La ansiedad es una bomba de emociones que va de 0 a 100 en un minuto. Habrá días que te preocupe tu relación y sentirás que está en el limbo. Pero habrá otros días en los que verás que tu relación es grandiosa.

Para que estos altibajos no desconcierten a tu pareja, debes hablar y pedirle que te haga notar tus cambios de humor. De esta forma podrás darte cuenta cuando la ansiedad se apodera de tu relación.

No permitas que la ansiedad maneje tu vida. No permitas que un trastorno acabe con tu felicidad, puedes y debes tratarlo, solo así encontrarás el equilibrio y aquello que sientes que te hace falta.

Dios quiere que leas su palabra y ores todos los días

## La Buena Semilla



Antes que clamen, responderé yo; mientras aún hablan, yo habré oído. Isaías 65:24

## Un Dios fiel

Esa noche Ana estaba preocupada. Vivía en una casa aislada. Su marido y su hijo habían salido todo el día. Una gran tormenta los había obligado a buscar un refugio para pasar la noche. Ana estaba asustada porque tendría que pasar la noche sola. Por el vecindario rondaban dos hombres peligrosos... Entonces se arrodilló y suplicó a Dios que le ayudase a vencer el miedo. No había terminado de orar cuando escuchó unos ladridos afuera. Abrió la puerta y el perro de los vecinos entró cubierto de nieve. Fue directamente a acostarse cerca del fuego y la miró con inteligencia, como si le dijera: "No tengas miedo, voy a cuidar de ti". Agradecida, Ana se acostó y durmió tranquilamente.

Al día siguiente sus vecinos le contaron que desde hacía años su perro nunca había dejado su dormitorio durante la noche. Pero que ayer, después de dos horas luchando para que se acostara, al fin lo dejaron salir, para poder dormir... El animal se fue rápidamente a la casa de Ana.

¡Esta historia nos muestra que Dios, a quien todo obedece, puede emplear incluso un animal para responder a las necesidades de los suyos!

También nos muestra que Dios conoce anticipadamente nuestras necesidades y prepara la respuesta a una oración que todavía no hemos formulado. Precisamente en el momento en que Ana oraba, el perro estaba agitado tratando de hacer que sus dueños lo liberasen. ¡Ana recibió la respuesta, según Su promesa, en el momento oportuno! (Hebreos 4:16).



## ¿Cómo calmar tus nervios antes de tener sexo por primera vez?

Siempre que sucede algo por primera vez es un gran momento en nuestras vidas. La primera relación sexual con una pareja nueva genera muchas expectativas y dudas, y ni que hablar cuando se trata de la primera relación sexual que tienes en tu vida. Para que puedas concentrarte en lo que quieres y te olvides de los nervios te mostramos 5 maneras para sentirte más relajada en ese momento.

### 1. No tengas altas expectativas

Cuando estás con alguien por primera vez es imposible anticipar qué puede suceder. No sabes si tendrás química con él o con qué situaciones te sentirás más cómoda. Si hay mucha pasión probablemente se sientan conectados al momento de tener sexo, pero no olvides que siempre

existe la posibilidad de que no sean sexualmente compatibles.

### 2. Comunícate abiertamente

No es recomendable que no le hagas saber a tu pareja qué estás sintiendo, incluso aunque sientas que puedes arruinar el momento. Siempre es mejor que sepa qué te pasa y no que el resultado del encuentro sea un recuerdo penoso.

### 3. Tienes que estar presente en la situación

De nada sirve tener tu mente en otro lugar, olvídate del resto y concéntrate en lo que está sucediendo en ese momento. No pienses en lo que deberías hacer en los próximos minutos, déjate llevar por el impulso y hazle caso a lo que tu cuerpo está pidiendo.

### 4. Debes sentirte segura

Es normal sentir nervios en las primeras experiencias, pero si te sientes segura de lo que quieres y confías en tu pareja, pronto dejarás de estar tensa.

### 5. No te olvides del juego previo

Si saltas del beso a la penetración te perderás de muchas sensaciones increíbles. Los juegos previos te ayudan a sentirte más relajada y a conocerlo mejor, de esta forma seguramen-

te estés más conectada con él. Puedes incluir besos apasionados, caricias, sexo oral y todo lo que se te ocurra hacer en ese instante.

Una vez que dominas tus nervios comenzarás a disfrutar de ese momento especial. La relación sexual tiene que ser agradable, si no te sientes cómoda o mentalmente preparada quizá no sea el momento adecuado o no estés con la persona correcta.



## <Receta> del Día

### Saltado de Carne con Frijolito Chino



### Ingredientes:

200 Grs. de carne de res cortado en tajaditas delgadas  
 1/4 kg de frijolito chino  
 02 dientes de ajo  
 02 cucharadas de aceite  
 1/2 aji verde  
 02 cucharadas de sillao  
 01 cucharadita de aceite de ajonjolí  
 Sal, pimienta, sazónador.

### Preparación:

En una sartén saltar la carne con el ajo y el aji con un poco de aceite. Agregar el frijolito y saltarlo rápidamente a fuego fuerte, para que conserve su textura crocante. Agregar dos cucharadas de sillao. Salpimentar y añadir un poco de sazónador y el aceite de ajonjolí. Servir acompañado de arroz blanco.

¡La casa de la Selección Peruana!

# La bicolor jugará las Eliminatorias en el Estadio Nacional



Perú tenía previsto empezar las Eliminatorias al Mundial 2026 en el Monumental, pero se ha dado un cambio para que se mantenga en el Estadio Nacional.

Sucede que RPP Deportes pudo conocer este viernes que la Selección Peruana jugará en el Estadio Nacional de Lima sus partidos de las Eliminatorias de cara a la Co-

pa del Mundo 2026, la cual se llevará a cabo en tres países: Estados Unidos, México y Canadá. Hay que tener en cuenta que, en su momento, el director

técnico de Perú, Juan Reynoso, sostuvo a inicios del mes de mayo que el Monumental "es una opción importante que sea una nueva casa de la Selección". Sin embargo, el Nacional es el estadio que quedará para el 'equipo de todos'.

Esta medida se da porque, en un primer momento, se dio el pedido de parte de los jugadores del conjunto al presidente de la Federación Peruana de Fútbol (FPF), Agustín Lozano.

La solicitud se dio en la gira asiática cuando enfrentaron a los combinados de Corea del Sur y Asia. Es más, el mismo Reynoso respalda la misma hacia la dirigencia. Incluso, se pensaba que en un principio la Selección Peruana únicamente juegue lo que resta de año en el Monumental. Ahora, la situación dio un giro de 180 grados y el recinto en donde juega Universitario de Deportes está descartado.

Hay que tener en cuenta que el último partido de la blanquirroja en el Nacional fue el pasado 29 de marzo del año 2022 en la victoria 2-0 contra Paraguay.

Melgar sorprende:

## Beto da Silva es su nuevo refuerzo para el Clausura de la Liga 1 Betsson



Tras golear 3-0 a Liverpool de Uruguay por la Copa Libertadores, el Corinthians de Brasil se clasificó para jugar el playoff de la Copa Sudamericana, instancia donde tendrá como rival a Universitario de Deportes que acabó en el segundo lugar del Grupo G.

Luego de conocerse el emparejamiento ante el cuadro dirigido por Jorge Fossati, Corinthians se pronunció en sus redes sociales. "Adversario definido", fue el mensaje del 'Timao', que acabó en el tercer lugar de su serie en la Libertadores. "Universitario de Perú será nuestro adversario en los 'play-offs' de los octavos de final de la Copa Sudamericana", agregó Corinthians que, en principio, parte como favorito para seguir en carrera en la Sudamericana. Corinthians tiene como figuras a Matheus Araujo, Fausto Vera, Renato Augusto, Fábio Santos, Cássio y Paulinho. Además cuentan con los paraguayos Fabián Balbuena y Ángel Romero.

¿Cuándo se jugará el Uni-

### Corinthians: Así reaccionó tras conocer que Universitario será su rival en Copa Sudamericana



versitario vs Corinthians? Universitario visitará a Corinthians, en el estadio Neo

Química Arena de Sao Paulo, en el choque de ida de los 'play-off', que se disputará en-

tre 11 al 13 de julio. La revancha se jugarán los días del 18 al 20.

Melgar confirmó la marcha de Luis Iberico al fútbol de Letonia, pero el cuadro arequipeño le encontró rápido reemplazo: Beto da Silva, quien le pone el cierre a su etapa en el César Vallejo de Trujillo.

Y es que por medio de sus redes sociales, este viernes Melgar reportó la contratación de Beto da Silva, quien ya es parte de su plantel para lo que resta de temporada en el Torneo Clausura de la Liga 1 Betsson 2023.

"Nos complace anunciar a nuestro nuevo refuerzo para la presente temporada, Beto da Silva, delantero que llega para sumar su

gran visión de juego, velocidad y habilidad técnica a la familia rojinegra", señaló en Twitter.

El delantero peruano de 26 años jugó en César Vallejo desde el 2021 tras su salida de Alianza Lima. En el cuadro 'poeta' no logró afianzarse como titular indiscutible y por eso no sorprendió su salida. Terminó anotando siete goles.

**Beto Da Silva se lesionó** Este 2023, Beto Da Silva empezó jugando con el César Vallejo, pero sufrió el desprendimiento del líquido de sus rodillas. Su último partido con el cuadro trujillano fue ante Unión Comercio el 18 de febrero.



**¿CÓMO EVITAR PELEAS?**

Con mi pareja tengo serias peleas. Temo que mi relación se convierta en un ring de box. ELER le ruega me brinde los mejores tips para tener CERO PELEAS.

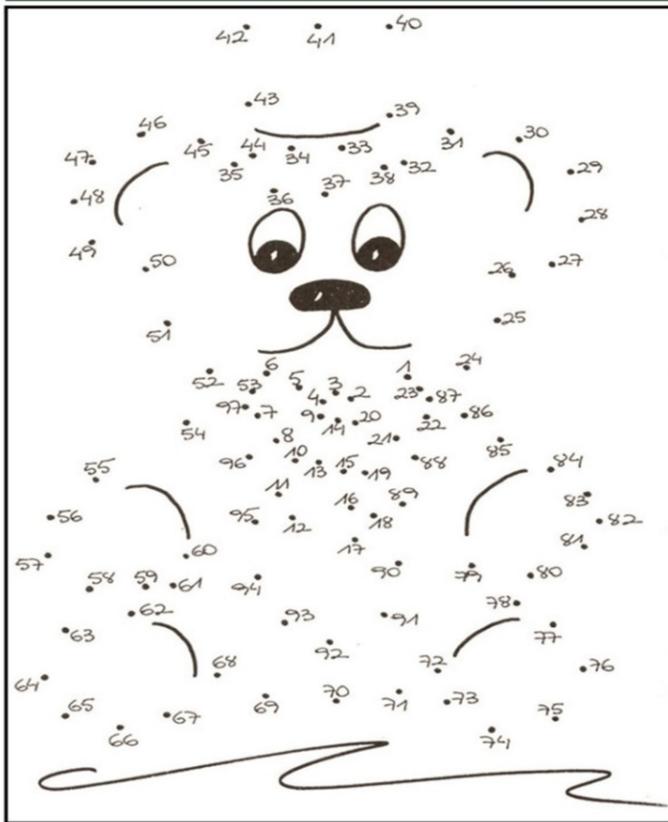


**RESPUESTA:** Los especialistas sugieren estos tips para evitar peleas de pareja: Diálogo sincero. Sin herir, humillar o faltar al respeto. Escucha activa. Intenta entender el punto de vista de tu pareja. Reconoce tus propios errores. No esquives las culpas. Pide perdón. Intenta recapacitar y aprender a perdonar tras una discusión. No juntes los problemas hasta que se convierten en una montaña y un día hagan acto de presencia todos juntos. Es lo que los expertos la denominan "la conspiración del silencio". Convierte las expectativas en realistas. Es decir, que la cotidianidad de lo doméstico te sea menos apetecible de lo que imaginabas. Borrón y cuenta nueva. No retomes enfrentamientos, de hecho, volver a las discusiones pasadas no sólo es ineficaz, sino dañino. Resuelve la crisis sentimental. Una vez resuelta la crisis, la pareja se fortalece. Deja el trabajo en la oficina. Lo más conveniente, es aliviar el ánimo de las preocupaciones con la pareja, teniendo un apoyo de ésta, pero procura evitar que lo negativo monopolice las conversaciones. ¿Quién lleva las riendas? Evita que el peso de la relación caiga en una sola persona. Lo compartido es dos veces bueno. Según la Universidad de California en Berkeley, en Estados Unidos, omitir el tú en la discusión y convertirlo en nosotros, ayuda a resolver diferencias y terminar con la discusión.

**LABERINTO**



**< Unir los Puntos >**



**SUDOKU**

	1		4	2				5
		2		7	1			3
							4	
2		7	1					6
				4				
6					7	4		3
	7							
1	2		7	3		5		
3				8	2		7	

		1						2
7			8					5
	4			5		7		
		7			6			3
	8							4
5			4			6		
		5		2			1	
	7				9			4
8							3	



**LA VECINDAD DEL CHAVO**

- EL CHAVO DEL OCHO
- QUICO
- CHILINDRINA
- DON RAMÓN
- DOÑA FLORINDA
- LA POPIS
- PATTY
- DOÑA NIEVES
- DOÑA CLOTILDE
- SEÑOR BARRIGA
- PROFESOR JIRAFALES
- JAIMITO
- ÑOÑO
- GODINEZ

D	O	Ñ	A	F	L	O	R	I	N	D	A	Z	Q	A	J	S	I	C	Q
I	E	Q	D	E	D	L	I	T	O	C	A	Ñ	G	P	E	D	P	H	E
P	D	Ñ	E	O	G	Z	E	J	Ñ	Z	D	I	J	Ñ	O	Z	Q	I	S
R	Z	J	L	D	Ñ	O	H	C	O	L	E	D	O	V	A	H	C	L	E
O	I	A	D	O	L	A	D	O	Ñ	B	J	R	Q	O	I	U	Q	I	V
F	T	I	Z	N	P	I	N	I	R	G	B	A	U	J	P	Q	E	N	E
E	T	M	Q	R	P	O	T	O	N	A	G	Q	I	Z	Ñ	S	I	D	I
S	A	I	Ñ	A	J	D	Ñ	O	R	E	I	J	C	M	I	O	P	R	N
O	P	R	T	M	G	E	Z	R	Ñ	S	D	O	P	I	Ñ	Ñ	I	A	
R	E	T	G	O	S	D	I	E	Ñ	C	Z	I	O	E	P	T	Z	N	Ñ
J	Y	O	Q	N	J	G	P	D	Q	J	A	P	I	G	E	Q	O	A	O
I	J	I	E	A	A	O	K	I	U	Q	A	Ñ	N	I	L	I	H	C	D
R	D	D	O	Ñ	A	F	L	O	R	L	E	G	O	D	I	N	E	Z	E
A	Q	P	C	H	I	L	N	D	R	I	N	A	P	D	P	O	P	A	L
F	S	E	L	A	F	A	R	I	J	R	O	S	E	F	O	R	P	Q	E

**Crucigramas Ahora**

**Clues:**

- ANTIGUO HABITANTE DE ANATOLIA
- GLORIADO DE SODIO
- ARCHIVO DE ILLUSTRATOR
- NINGUNA COSA
- NO (INGLÉS)
- ASTRO REY
- ERUDITA
- UVA SECA
- APÓCOPE NOSOTROS
- APÓCOPE IGUAL
- ERUDITA
- TORRE INCLINADA
- NOMBRE DE POLANSKI
- AGARRADERA
- CASTRAR
- ESTADOS UNIDOS DE NORTEAMERICA
- PROVINCIA DE PLURA
- MOLUSCO BIVALVO
- PREFIJO ENFERMEDAD
- ESPECIE DE GONDOLA
- COIMA
- PUERTO FENICIO
- BARIO
- CHUPA SUCCIONA
- CANTA LA RANA
- ARTICULO NEUTRO
- ANTIGUOS PEQUEÑOS SAN MARTÍN
- HOMBRE DESPENTADO
- EMIRATO ARABE
- GLYCINE MAX
- PUNTO SAQUE EN TENNIS
- ESTANO
- LICOR DE CAÑA
- 28.75 GRAMOS
- ALPOSTAR
- REINO DE CESAR
- PRIMER ABUELO
- LUGAR DE MEDITACION EN JAPON
- ARGÓN
- ALA DE PAVO
- EMIRATO ARABE
- SEGURIDAD
- PLATINO
- PIERO PERUANO
- MAJILLA DE SEDA
- AL LADO DEL CÚBITO
- PIGMEA
- MACHO DE LA YACA
- TON CON CARGA NEGATIVA
- SOL (INGLÉS)
- PREFIJO DOS
- 1050 EN ROMANOS
- CLALIDAD DE PERRO
- AZUL (INGLÉS)
- PREFIJO YIDA
- BALLENA ASESINA
- APÓCOPE DE MAMÁ
- AI
- PERUANO
- ALCALOIDE AROMÁTICO
- ISLAS EN INDONESIA
- LITIO
- REPOLLO

**Images:** A woman in a blue dress, a black bird, a woman in a white dress, a woman in a black dress, a man in a turban, a man in a hat, a woman with long hair, a waterfall.

**San Martín**

**Horoscopo**

<p><b>ARIES</b></p> <p>Seréne y recapacite. Estará muy vulnerable a las críticas de su entorno, tenderá a ofenderse por todo.</p>	<p><b>GEMINIS</b></p> <p>Si se siente desganado en estos días, procure reducir un poco las expectativas y dedique tiempo al descanso.</p>	<p><b>LEO</b></p> <p>Evite asustarse si la gente no lo comprende. Hoy, será una jornada donde la comunicación no será muy fluida.</p>	<p><b>LIBRA</b></p> <p>Aprenda que los sueños y las pasiones pueden llegar a hacerse realidad en algún momento de la vida. Todo depende de usted.</p>	<p><b>SAGITARIO</b></p> <p>Sea más detallista en la forma de encarar sus objetivos, de esta forma, podrá obtener el éxito más rápido.</p>	<p><b>ACUARIO</b></p> <p>Durante esta jornada, aproveche su magnetismo y muéstrese ante los demás. Hoy será el centro de atención de todas las miradas.</p>
<p><b>TAURO</b></p> <p>Período óptimo para que fortalezca la autoestima y refuerce la posición. Intente valorar sus ideales frente a los demás.</p>	<p><b>CÁNCER</b></p> <p>Aprenda que no todo puede solucionarse con un cerrar y abrir de ojos. Avance con un paso medido en todo momento.</p>	<p><b>VIRGO</b></p> <p>Sepa que deberá concentrarse en muy pocas cosas en esta jornada. Su mente necesita relajarse y evadir la confusión.</p>	<p><b>ESCORPIO</b></p> <p>Atravesará unos días en los que la incertidumbre lo paralizará. Elija alguna opción y en todo caso haga cambios sobre la marcha.</p>	<p><b>CAPRICORNIO</b></p> <p>Haga lo imposible para no angustiarse cuando se equivoca. Sepa que siempre aprendemos y reflexionamos a partir de nuestros errores.</p>	<p><b>PISCIS</b></p> <p>La vida le facilitará una nueva oportunidad para cambiar el camino que eligió equivocadamente. No renuncie a los sueños.</p>



## Daniela Darcourt a Gisela Valcárcel: "Soy directa y frontal, las injusticias no me gustan"

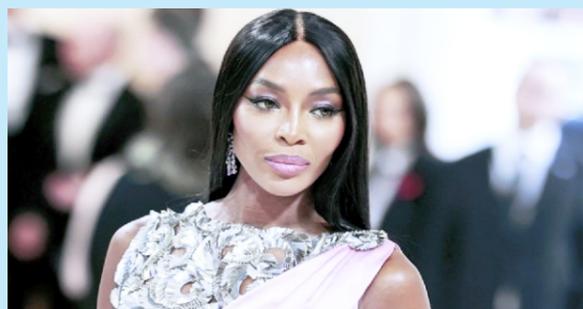
Continúan los dimes y diretes entre Daniela Darcourt y Gisela Valcárcel. Luego de que la salsera insinuara que Sergio George "roba los sueños de las personas" y que 'La Señito' lo defendiera, la intérprete de Señor Mentira decidió responderle a la conductora de TV. "Mi manera de decir las cosas no le cae bien a todo el mundo. Si alguien tiene que decir algo de mí que lo diga, bacán, y si no les gusta mi opinión, pues también yo lo respeto", comentó la artista. En otro momento, aseguró que no se arrepiente de lo que dijo y sigue firme en su comentario. "Voy a seguir siendo como soy, directa y frontal, precisa con las cosas que a mí me parecen correctas. Las injusticias no me gustan", agregó Daniela Darcourt, en enlace con Amor y Fuego. Como se recuerda, hace una semana Gisela Valcárcel se enlazó con el programa América Hoy para aclarar que Sergio Geor-

ge "no está jugando con los sueños de otros", tal como dijo la salsera. "Si he pedido al productor que me permita ingresar es por lo que acabo de escuchar. Estoy en desacuerdo con lo que ella ha dicho. Así como Daniela tiene pruebas, yo también... Farik tiene talento, si quiere el Grammy lo logrará, es un super cantante. No creo que Sergio se haya burlado de los sueños", dijo en ese entonces. **Daniela Darcourt advierte a los cantantes peruanos sobre Sergio George** La salsera Daniela Darcourt criticó a Sergio George después de que su colega Farik Grippa lo acusara de un presunto "contrato abusivo". "Es una pena para muchos que lo hemos admirado durante mucho tiempo, que esté inmiscuido en este tipo de escándalos, pero internacionalmente también ha tenido ciertos problemas. Compañeros, infórmense bien, no le vendan

sus sueños a nadie", dijo la intérprete. En otro momento, Daniela Darcourt le mostró su apoyo a Farik Grippa y contó que también ha pasado por lo mismo y, a pesar de no ser una amiga cercana, le escribió un mensaje además de una recomendación. "Lo único que les puedo recomendar, colegas, es que lo que rápido viene, fácil se va. Nos desesperamos por una posición, por salir en una alfombra, por tener una nominación", comentó para América Hoy. Para finalizar, Daniela Darcourt se refirió a Sergio George y aseguró que no trabajaría con él en la actualidad: "Yo al inicio dije que sí trabajaría (con él), pero hoy por hoy, teniendo una experiencia pasada, yo me atrevería a decir que no trabajaría con ninguna persona que se burle de los sueños".

## "Nunca es tarde para ser madre": a los 53 años, Naomi Campbell da la bienvenida a su segundo hijo

A sus 53 años, la modelo británica Naomi Campbell anunció que se ha convertido en madre por segunda vez y lo celebró en sus redes sociales con la frase: "Nunca es tarde para ser madre". La supermodelo, que no ofreció detalles acerca de su alumbramiento, sí especificó que se trata de un varón, al que calificó de "verdadero regalo de Dios". "Mi cariñito, que sepas que eres querido sin medida y que estás rodeado de amor desde el momento en que nos honraste con tu presencia. Un verdadero regalo de Dios, ¡bendito seas! Bien-



venido, Bebé", escribió Naomi Campbell en Instagram. "Nunca es demasiado tarde para ser madre", añadió en el texto que acompañaba una foto del bebé en sus brazos junto al brazo de una niña que aparentemente es el de

su hija mayor, nacida en 2021. En su mensaje, la modelo etiquetó al estilista Rodney Burns y al fotógrafo Mathieu Bitton, que participaron en la producción de la fotografía.



## SUSCRIPTORES

Se parte de nuestro grupo de suscriptores y te enviamos tu diario virtual

INFORMES: 942 621 976



**LA CHACRA DEL CHATO**

Atención: 11:am a 6:00pm  
De martes a domingos  
Km 6 - Shirambari

94262197

<b>Chauha Regional</b> 	<b>Tacacho con cecina</b> 	<b>Araucan Mariscos</b> 
<b>Chacra del Chato</b> 	<b>Sudado de Vencella</b> 	<b>Chacra Mixta</b> 