



S/ 1.00

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

SUSCRIPCIONES DIARIO AHORA DIGITAL
954949211 - 942697277 - 976814796

E-mail:
jose_arias_47@hotmail.com

OFICINA Y TALLER DEL DIARIO AHORA
Jr. Fitzcarrald N°384

Gobernador de Loreto

PREMIARON A MAESTROS CON 3000 LAPTOPS



diario

EDICIÓN UCAYALI-SAN MARTÍN-LORETO-AMAZONAS

ahora

RED AMAZÓNICA DE PRENSA

Director Encargado:
José Arias Sandoval

06 JULIO 2024

Año XXXVIII / 10493

Dinamizará la economía del Alto Mayo

Destaca asfaltado de la carretera Rioja - Yorongos



Esperan temperaturas de 18 grados en selva centro



Séptimo friaje ingresa lunes 8

Y se incorpora a Renovación Popular



Cheryl Trigozo renuncia a APP

GOREA lanza marca "Mundo Chachapoyas"



Buscan posicionar a Amazonas como destino turístico

IPD y FEDUP



Lanzan 25° Juegos Nacionales Universitarios 2024

Anunció Osinfor

Tala ilegal presenta notable reducción

Este lunes 8, con feria que mostrará riqueza cultural, artesanal y productiva de Ucayali



INAUGURAN EL BULEVAR

Cayeron con balas que usaban para amedrentar a comerciantes de Atalaya



CAPTURAN A 3 extorsionadores





Las relaciones sexuales con menores entre 14 y 16 años sería penado con hasta 20 años de prisión

Proponen elevar a 16 años para relaciones sexuales consentidas

El día de 4 de julio se presentó en el Congreso de la República el proyecto de ley N.º 8335/2023-CR, propuesta de la Bancada de Renovación Popular, a iniciativa de la Congresista Milagros Jáuregui de Aguayo, presidenta de la Comisión de Mujer y Familia, quien plantea elevar de 14 a 16 la edad para permitir las relaciones sexuales consentidas no sancionables penalmente.

La iniciativa propone modificar el artículo 173 del Código Penal que tipifica el delito de violación sexual de menor de edad, estableciendo penas agravadas para menores de edad. Sobre el particular, se propone agregar un párrafo disponiendo que, si el menor de edad agredido sexualmente por un mayor de edad tiene entre 14 y 16 años, la pena de prisión efectiva sería entre 14 a 20 años.

Asimismo, se propone modificar el artículo 175 del mismo Código Penal, elevando de 14 a 16 años el supuesto para los delitos de violación sexual mediante engaño de persona mayor de edad, el denominado delito de seducción, que en la actualidad se encontraba establecida en los 14 años.

El sustento de la propuesta

legislativa indica que el Perú se ubica como uno de los países con menor edad para el consentimiento de relaciones sexuales de adolescentes, permitiendo relaciones sexuales consentidas y no penadas desde los 14 años de edad, mientras que el promedio de la región se ubica en 15 años y la media en 16 años.

La iniciativa no sanciona las relaciones sexuales entre menores de edad, sino apunta únicamente a sancionar a los mayores de edad que buscan sostener relaciones sexuales con menores entre los 14 a 16 años.

"En países como Costa Rica, España, Bélgica, Irlanda, Turquía, Holanda, Noruega, Reino Unido, EEUU (30 estados), Nueva Zelanda, Canadá, Ucrania, Rusia y Suiza la edad para el consentimiento sexual es de 16 a más años. No podemos permitir que mayores de edad se aprovechen de nuestros adolescentes, alegando relaciones sexuales consentidas. Debemos proteger a nuestros niños y adolescentes de posibles casos de seducción y aprovechamiento de mayores de edad", acotó la autora de la iniciativa Milagros Jáuregui de Aguayo.

Con feria que mostrará riqueza cultural, artesanal y productiva de Ucayali

Lunes 8 inaugurarán Bulevar Yarinacocha



El Director Regional de la Dirección Ucayali, Lic. Wilber Trujillano Alcalá, y la alcaldesa de Yarinacocha Katherin Rodríguez coordinaron detalles para asegurar el éxito de la inauguración del Bulevar de

Yarinacocha, programada para este lunes 8 de julio.

En la reunión de coordinación participaron representantes de la Gerencia de Desarrollo Social, CITE Pesquero, CITE Forestal y CITE

Artesanía, así como de la Municipalidad Distrital de Yarinacocha.

Durante el encuentro, los funcionarios y representantes de los CITE's planificaron diversas acciones con el obje-

tivo de articular esfuerzos que permitan mostrar lo mejor de nuestra región en esta significativa ocasión.

La inauguración del Bulevar de Yarinacocha no solo representa una nueva infraestructura turística. También servirá como escenario para la feria de exposición "Bulevar de Oportunidades", donde se exhibirá el potencial y la riqueza cultural, artesanal y productiva de la región Ucayali.

El Gobernador Manuel Gambini Rupay y la Alcaldesa Katherin Rodríguez manifestaron su compromiso con el desarrollo turístico y económico de Yarinacocha, y destacaron la importancia de esta obra para el fortalecimiento del turismo y la promoción de la cultura local.

Se invita a la población y a los visitantes a participar de esta gran inauguración y a disfrutar de las actividades programadas, que buscan resaltar las bondades y oportunidades que ofrece nuestra querida región, este lunes 8 a partir de las 6 de la tarde. J.Castillo

En el centro recreacional del abogado

CAU culmina construcción de piscinas



El ilustre Colegio de Abogados de Ucayali-CAU, se apresta a inaugurar innovadoras piscinas semiolímpicas, el mismo que está ubicado en el centro recreacional de la institución.

En centro campestre, por muchas gestiones estuvo postergada, a tal punto que estas tierras estuvieron expuestas a ser invadidas.

Ahora, en la gestión de los jóvenes profesionales ucayalinos, José Jesús Ríos Macedo, decano y vicedecano, Juan Carlos Gómez Gonzales, están poniendo "punche" para implementar en centro recreacional y el camino del éxito del CAU.

"Buenos días a todos los agremiados del Ilustre Colegio de Abogados de Ucayali, estamos avanzando lento pero seguro y así poder cumplir las metas. Muy pronto la inauguración de nuestra piscina semiolímpica, tanto de mayores y de menores. Estar atentos. Gracias", es lo que dijo en decano, antes de afrontar un inesperado mal de salud, que en estas semanas le mantiene de licencia. (Colaborador: W La Torre)

Caieron con balas que usaban para amedrentar a comerciantes de Atalaya

Capturan a 3 extorsionadores

Los agentes de la Sección Delitos de la comisaría de Atalaya, capturaron a tres sujetos entre ellos una mujer, que presuntamente integraban una peligrosa banda de extorsionadores.

La banda era liderada por un ciudadano extranjero de nacionalidad venezolana con el alias de "Chema" y quienes eran el terror de los comerciantes de esa ciudad.

A los detenidos les incautaron varias municiones para arma de fuego, el cual presumiblemente lo utilizaban para amedrentar a sus víctimas.

La intervención policial se produjo en horas de la noche en lugares diferentes de la ciudad. Juliana Córdova Maldonado, de 35 años, fue detenida en inmediaciones del jirón Teniente Mejía, distrito de Raimondi, mientras a Cristófer Vásquez Esteban de 18 años, en otro sector, al igual que a Efrén Gino Rengifo Navarro de 23 años, este último según la policía cuenta con antecedentes por el delito de Tenencia Ilegal de Arma de Fuego.

Juliana Córdova fue detenida a mérito de una denuncia por extorsión realizado des-

de el teléfono celular de ella con el número 946593790, mientras que al segundo en su equipo móvil encontraron evidencias de mensajes y video que fue enviado al denunciante. A Gino Rengifo le encontraron entre sus pertenencias cinco balas para pistola automática.

Según información proporcionada por la policía, el fiscal Rolando Yalta Durand, de la fiscalía provincial penal corporativa de Atalaya, quien tiene a su cargo de las diligencias e investigaciones por el presunto Delito Contra el Patrimonio, en la modali-



dad de Extorsión, había solicitado prisión preventiva para los tres detenidos, el cual

fue otorgado por el juez quien ordenó su internamiento en el penal de Pucall-

pa, el cual se dará cumplimiento en las próximas horas. (D.Saavedra)

Quando dormía en hostel del centro de Pucallpa

Hombre fallece en hospedaje



Un ciudadano de la ciudad de Lambayeque quien estuvo de paso por nuestra calidad Pucallpa, encontró la muerte mientras dormía plácidamente en su habitación donde había arrendado días atrás, se conoció que las causas de su deceso habría sido por un fulminante infarto al corazón.

Se trata de Jaime Martín Echevarría Flores de 47 años, quien fue encontrado sin vida al mediodía por una trabajadora del hospedaje "Huánuco Querido-II",

ubicado en la cuadra cinco del jirón Zavala, distrito de Callería, esto cuando estuvo realizando su labor de limpieza, la insistencia de tocarle la puerta y al no responder le llamo la atención que algo malo le haya sucedido al huésped.

Al abrir la puerta de la habitación N° 402, situado en el cuarto piso del recinto, se percataron que el hombre estaba en su cama sin vida y ya tenía varias horas de haber fallecido. Inmediatamente dieron aviso a la Policía Nacional que se constituyó al hospedaje para verificar la información, quienes comunicaron al fiscal de turno Carlos Enrique Neves Meza, de la 4ta fiscalía provincial penal corporativa de Coronel Portillo, el mismo que se hizo presen-

tes después de varias horas de espera junto al médico legista Fernando Ramírez Paredes, quienes realizaron las diligencias de levantamiento y traslado del cadáver hacia la morgue de la ciudad de Pucallpa para practicarle la necropsia de ley.

Datos: Hasta el cierre de

esta edición se conoció que los familiares del huésped fallecido Jaime Martín Echevarría Flores, arribaron a nuestra ciudad para recabar su cadáver y trasladarlo a su natal Lambayeque donde le darán cristiana sepultura en medio del dolor de sus seres queridos.

(D.Saavedra)

SUSCRIPTORES

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



INFORMES: ☎ 954949211



¡CUIDADO!...¡EL DENGUE MATA!

CAMBIA TODOS LOS DÍAS EL AGUA DE LOS BEBEDEROS DE LOS ANIMALES

¡HAZLE EL PARE AL DENGUE!
¡SIN CRIADEROS, NO HAY ZANCUDOS!

¡¡CUIDA TU SALUD!!



Qué frutas aumentan nuestro sistema inmune



Lima, jul. Lima está más fría cada día, a pesar de que el astro rey comparte todavía la tibieza de sus rayos solares en esta época del año. Por eso es bueno tomar en cuenta que, para prevenir una gripe o un problema de salud en las vías respiratorias es mejor potenciar nuestras defensas comiendo frutas en las horas adecuadas y alimentos proteicos. El nutricionista del hospital Arzobispo Loayza, Hugo Pérez, explicó en Andina Canal online que las frutas más recomendables para consumir en invierno son la naranja, mandarina y papaya porque tienen vitamina C. En el caso de la naranja y la mandarina, es mejor comerlas como fruta para aprovechar toda su fibra, y evitar consumirlas solo como jugo porque tienen mucha "carga de azúcar", sostiene Pérez.

La naranja, por ejemplo, debido a la cantidad de glucosa que tiene, es mejor consumirla en la mañana, porque la energía que produce es útil para realizar las actividades de estudio o laborales que se de-

sarrollan en el día, con vigor.

"Si se consume solo jugo de naranja, además, generará diabetes. Si la persona no puede vivir sin su jugo, es aconsejable que no lo tome con frecuencia y que lo diluya en agua para reducir el azúcar", comentó.

La papaya es otra fruta que contiene vitamina C que, en su caso actúa sobre la producción celular, porque la incrementa, por lo tanto las defensas también, así como el pimentón rojo, verde y amarillo. Otra fruta recomendable en esta estación del año es el arándano porque contiene polifenoles, una sustancia que cumplen funciones antioxidantes, antibacterianas, antimicrobianas y reduce el colesterol, entre otros beneficios.

Puede comerse 150 gramos (el tamaño de un puño cerrado) cinco veces al día e interdiario. Por contener menos azúcares, es mejor consumirlo en las tardes. Estos beneficios también se encuentran en otras frutas como la granada y la mora.

"Es bueno combinar las

frutas y comerlas, unas en la mañana y otras en la tarde, porque así regulamos nuestras células y mejoramos nuestro sistema inmune", indicó.

Alimentos proteicos

El nutricionista del hospital Arzobispo Loayza también se refirió a los alimentos proteicos, como una buena opción para fortalecer el sistema inmunológico.

Así, mencionó que comer carne de pescado dos a tres veces a la semana en un plato de parihuela, ceviche, sudado, al horno o sancochado es una alternativa saludable porque contiene omega 3, un tipo de ácido graso que tiene muchos nutrientes.

De otro lado, los frutos secos y carnes aportan selenio, así como las menestras (frejol o pallar), mientras que las vísceras como la molleja, la sangrecita y el hígado aportan hierro.

"Ambos son minerales que fortalecen las células de nuestro cuerpo, y por lo tanto preparan a nuestro organismo para enfrentar a las bacterias que ingresan en él", señaló el nutricionista. (FIN) SMS

Lima, jul. La demanda internacional de granos andinos como la quinua, kiwicha y maíz morado evidenciaron un buen desempeño en el primer cuatrimestre del presente año, según estadísticas del Instituto de Investigación y Desarrollo de Comercio Exterior de la Cámara de Comercio de Lima (Idexcam).

"En el mercado exterior, los granos andinos llegan a más de 14 mercados de destino, ya que son requeridos por sus cualidades nutricionales, dado que concentran un importante nivel de proteínas, grasas, almidón y aminoácidos esenciales", remarcó Oscar Quiñones, jefe del Idexcam.

En el caso de la kiwicha, rica en proteínas y minerales esenciales, sus exportaciones evidenciaron un notable crecimiento de 95 % en valor y 115 % en volumen, respecto al mismo periodo del año anterior. Cabe mencionar que, en el 2023, los resultados para este producto fueron positivos logrando un valor exportado de 2.2 millones de dólares lo que evidenció un crecimiento de 40 % respecto al 2022.

Entre enero y abril, Estados Unidos figura como el principal destino de estas exportaciones con una participación de 32 % de los envíos. A ese país se exportó 133 toneladas (t) por un monto de 287,868 dólares, evidenciando un avance de 265 % en volumen y de 184 % en valor. Le siguieron Japón y Canadá, con una participación de 27.10 % y 15.71 %, respectivamente; Argentina (5.44 %), Italia (4.07 %), Bra-

En primer cuatrimestre Exportaciones de kiwicha se duplicaron

sil (3.13 %) y Bulgaria (2.87 %).

Quinua

Otro producto con crecimiento significativo fue la quinua, reconocida en el mercado internacional por su alto valor nutricional. En el primer cuatrimestre de 2024, las exportaciones registraron una variación positiva de 45 % en valor y de 20 % en volumen con 35 millones de dólares y 13,859 toneladas, respectivamente.

Estados Unidos fue nuestro principal comprador (47.52 % de participación), con un total de 6 000 t por 16.6 millones de dólares, que significan un crecimiento de 38 % en volumen y 67 % en valor con respecto a similar periodo de 2023. Le siguieron Canadá, con una participación de 7.5 %, Italia (3.96 %), Países Bajos (3.90 %), Reino Unido (3.74 %) e Israel (3.15 %).

Cabe mencionar que el año pasado, las exportaciones de quinua totalizaron 97.7 millones con 44,538 toneladas revelando un crecimiento en valor de 10 %.

Maíz morado

En tanto, las exportaciones de maíz morado, producto ancestral de grandes propiedades antioxidantes, registró en el primer cuatrimestre un



crecimiento de 41 % (816,326 dólares) en valor y 36 % en volumen (335 t).

Entre sus principales compradores destaca Estados Unidos con 64.78 % de participación del total exportado. Este país adquirió 170 t de maíz morado por un monto de 528,951 dólares, evidenciando un crecimiento del 4 % en volumen y de 14 % en valor. Le siguieron Bélgica, que obtuvo el 12.89 % de participación; España (7.47 %), Chile (4.48 %), Países Bajos (4.45 %) e Italia (2.27 %).

"Estos resultados muestran signos alentadores para los granos andinos. No obstante, es necesario seguir diversificando mercados y mejorando estrategias de promoción. Las iniciativas del Gobierno para fortalecer la producción e industrialización de estos granos en el sur peruano auguran un futuro prometedor para estos superalimentos, al asegurar su relevancia y competitividad en el mercado global", anotó Oscar Quiñones. (FIN)

Canciller

Corte IDH incurrió en "un exceso" al pedir que Congreso no debata ley

Lima, jul. El ministro de Relaciones Exteriores, Javier González-Olaechea, consideró que la Corte Interamericana de Derechos Humanos incurrió en "un exceso que no se ha visto" antes, al pedirle al Congreso no tratar el tema de los crímenes de lesa humanidad.

En entrevista concedida al canal de televisión Willax, el canciller señaló también que el gobierno viene elaborando una respuesta ante el pronunciamiento de la mencionada instancia supranacional sobre ese tema.

En ese sentido, indicó que esta "está en proceso de ser redactada". "La respuesta es acorde a los requerimientos de la Presidencia", acotó.

"Decirle al Parlamento lo que tiene que hacer es un exceso

que no se ha visto", manifestó González-Olaechea.

Se preguntó al respecto si la Corte, "en la práctica, ¿es legisladora también?"

La mencionada instancia pidió que el Parlamento se abstenga de debatir el dictamen que establece que el delito de lesa humanidad solo puede aplicarse a casos ocurridos tras la entrada en vigencia en el Perú del pacto internacional en el que se establece dicho ilícito. La iniciativa fue sometida a la doble votación correspondiente y hoy es una autógrafa de ley a la espera de su promulgación.

ONG y China

De otro lado, el canciller defendió su posición expresada en su participación en una ceremonia en la embajada de Canadá- de

cuestionar que esta, junto a otras delegaciones diplomáticas, se manifestaran en contra de la iniciativa parlamentaria de establecer mayores controles para las organizaciones no gubernamentales.

"No he increpado a nadie", precisó, señalando que su observación fue respetuosa. Añadió que varios de los países que se pronunciaron en el sentido mencionado "tienen en vigencia leyes como la que pretende dar el Congreso".

Consideró que "todo país tiene la obligación de conocer de dónde viene el dinero, cómo se usa y si se rinde cuentas" por parte de las ONG.

De otro lado, el canciller destacó que en la visita presidencial a China se hayan establecido 22 áreas de cooperación e inversión entre Perú el país asiático. Estas se plasmarán "en todos los sectores", manifestó.

Refirió además que los representantes de varios de los gremios empresariales peruanos participantes del periplo han expresado su satisfacción respecto a las conversaciones entabladas en China. (FIN)

Burgomaestre Roy Saldaña

IMPULSA INICIATIVA "TU ALCALDE TE ESCUCHA"



Gracias a la voluntad política del alcalde provincial de Alto Amazonas Roy Saldaña, continúan las atenciones a los vecinos de la provincia a través de la iniciativa "Tu Alcalde Te Escucha".

La jornada contó con la participación de las 09 gerencias que integran la municipalidad, más el Instituto Vial Provincial de Alto Amazonas (IVP - AA). Asimismo, permitió atender a más de 20 caseríos y asentamientos humanos, brindando atención rápida y eficiente.

"Me parece que estas actividades que impulsa el alcalde son buenas, ya que permiten que nosotros seamos escuchados. Nos brinda ese espacio para poder exponer nuestras necesidades", mencionó Rosa Albina Pérez de Mendoza, vecina de Yurimaguas.

Habría estado funcionando sin licencia

MP PARALIZA CAMAL MUNICIPAL DE PUNCHANA

Ante la información que, el Camal Municipal de Punchana estaría funcionando sin la debida licencia, personal fiscal de la Primera Fiscalía de Prevención del Delito de Loreto, se constituyó a dicho matadero, a efecto de verificar la infor-

mación recibida, que luego de la diligencia y la verificación de ambientes, y con la finalidad de prevenir la comisión de delitos, se paralizó las actividades en el lugar.

Los responsables del camal, junto a los funciona-



rios municipales de Punchana, acordaron paralizar

labores, hasta la subsanación de observaciones.

Hernando de Soto confirma intención de postular a la Presidencia



Lima, jul. El economista Hernando de Soto confirmó que está decidido a volver a postular a la Presidencia de la República, en los comicios generales del 2026.

"Seré candidato presidencial a los 83 años", manifestó, en entrevista concedida a RPP. "He tomado esa decisión; sí", recalcó. Consideró que esta postulación se concretará "si es que todo va bien de aquí para adelante, y no hay una sorpresa".

Indicó que su intención es representar a una alianza de partidos denominada Hablemos. Para ello se afiliará al partido Progrese-mos, el cual formará parte de ese conglomerado.

La alianza mencionada tendrá a dos partidos más, señaló. Indicó que se viene conversando al respecto con aproximadamente nueve partidos "nuevos".

Esta semana Progrese-mos presentó públicamente la precandidatura presidencial de De Soto en un acto en el que él no estuvo presente, y que corrió a cargo del expresidente del Consejo de Ministros del gobierno toledista, Luis Solari.

En los comicios generales del año 2021, el economista postuló a la presidencia representando al partido Avanza País. En la primera vuelta acabó en el cuarto lugar. (FIN) FGM

Gobernador de Loreto

PREMIARON A MAESTROS CON 3000 LAPTOPS

En un emotivo evento que congregó a miles de educadores de las ocho provincias de Loreto, el Dr. René Chávez Silvano, gobernador regional, entregó un total de 3000 laptops a maestros destacados de la región. Este gesto de reconocimiento fue otorgado en honor a la excepcional labor desempeñada por estos profesionales en sus respectivas instituciones educativas.

Las laptops entregadas no solo representan un recurso tecnológico invaluable para los docentes, sino también un apoyo significativo para mejorar la organización de sus tareas diarias y elevar la calidad educativa en la región. El gobernador Chávez Silvano subrayó la importancia del trabajo docente en todos los niveles educativos, destacando su impacto positivo en la formación de excelentes ciudadanos y profesionales.

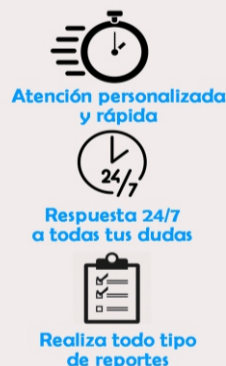
Durante su discurso, la autoridad regional no solo elogió el compromiso y dedicación de los maestros loretanos, sino que también instó a continuar con el esfuerzo que con-



tribuye al desarrollo integral de la sociedad. "Son ustedes quienes moldean las mentes del mañana, forjando buenos hijos, buenos padres y excelentes profesionales", expresó el gobernador, mientras felicitaba a los maestros por su día.

Este acto de reconocimiento no solo celebra la labor educativa, sino que también refuerza el compromiso del gobierno regional con la mejora continua de la educación en Loreto, asegurando que los docentes cuenten con las herramientas necesarias para seguir inspirando y educando a las generaciones futuras.

Con una sola llamada puedes hacer cualquier consulta sobre tu servicio de agua potable y desagüe.



(061) 629-900

Agua Fono Pucallpa

Las 24 horas del día, los 7 días de la semana

<https://www.emapacopsa.com.pe/>

EMAPACOP S.A.



XF/(19.06 al 31.07.2024)

Anunció Osinfor

Tala ilegal presenta notable reducción

Lima, jul. Una notable reducción de la tala ilegal de especies maderables y de madera de áreas protegidas acaba de ser dada a conocer a través del estudio "Estimando y midiendo la legalidad de la madera en el Perú en el 2021", presentado por el Organismo de Supervisión de los Recursos Forestales y de Fauna Silvestre (Osinfor). De acuerdo a las cifras dadas por la entidad encargada, de supervisar y fiscalizar el aprovechamiento y la conservación de los recursos forestales y de fauna silvestre, se ha identificado una reducción en el índice de tala ilegal en títulos habilitantes, disminuyendo de 37 % en 2017 a 20.7 % en 2021.

Dichos resultados fueron presentados en el evento de rendición de cuentas realizado en conmemoración de los 16 años de creación del Osinfor, en el que se destacó la importancia de contar con información confiable derivada de las acciones de supervisión para abordar los desa-

fíos que afronta el sector en el Perú

El estudio "Estimando y midiendo la legalidad de la madera en el Perú en el 2021", presenta una metodología estandarizada y replicable para medir anualmente la tala y comercio ilegal de madera en el país.

Se precisó que en el 2021, el índice de ilegalidad fue del 20.7 %, indicando que, por cada metro cúbico de madera movilizada, hay 0.26 metros cúbicos de origen ilegal. "Este avance refleja las estrategias implementadas y la colaboración de diversas entidades del sector forestal", señaló David Blas, director de Evaluación y Desarrollo de Capacidades Forestales y de Fauna Silvestre, durante la ponencia, realizada en el Colegio de Ingenieros del Perú, "Contribución del Osinfor al aprovechamiento responsable de los bosques".

Desde 2017, promovido por la Presidencia del Consejo de Ministros (PCM), el estudio ha proporcionado indica-

dores que permiten medir la eficacia de las políticas, programas y estrategias en la lucha contra la tala ilegal.

El referido informe involucró a las autoridades regionales forestales y de fauna silvestre, y a otras entidades del sector. Asimismo, contó con el apoyo del sector privado y de la cooperación técnica internacional.

Información confiable Al presentar los resultados de las supervisiones, el director de Supervisión y Fiscalización Forestal y de Fauna Silvestre, Ildefonso Riquelme, indicó que en 2023 se supervisó 884 577 hectáreas de bosque, y para el 2024 se tiene previsto supervisar 932 694 hectáreas.

Lucetty Ullilen, jefa del Osinfor, subrayó su importancia y la necesidad de informar a la población sobre las acciones realizadas.

"Las supervisiones brindan información valiosa a disposición de todos los usuarios del bosque y los actores estratégicos. Queremos ase-



gurarnos de que las decisiones que se tomen estén basadas en datos precisos y que contribuyan al aprovechamiento sostenible de los bosques", afirmó.

Por su parte, secretaria general de la PCM, Dalia Suárez, indicó que la labor de Osinfor resulta relevante, pues coadyuva al aprovechamiento sostenible y la conservación de los recursos, los cuales contribuyen a mantener los ecosistemas saludables.

Destacó también el acompañamiento técnico que brinda la entidad, es vital para "asegurar el cumplimiento normativo y fortalecer la gobernanza pública para disminuir riesgos de comisión de infracciones o delitos ambientales".

En tanto el viceministro de

Políticas y Supervisión del Desarrollo Agrario, del Ministerio de Desarrollo Agrario y Riego (Midagri), Christian Garay, puso de relieve las supervisiones y el estudio sobre tala ilegal para promover el origen legal de los productos maderables.

"El sector forestal puede convertirse en el próximo driver de crecimiento de nuestra agricultura peruana, y en especial de la Amazonía. (...) Debemos enfocar nuestros esfuerzos en el diseño y ajustes de las estrategias que hoy están vigentes para maximizar las acciones de supervisión, fiscalización y control para conservar nuestros bosques y es lo está haciendo de manera efectiva Osinfor", manifestó.

Se resaltó igualmente la emi-

sión de Constancias de Cumplimiento por parte del Osinfor, que acreditan el origen legal de los productos forestales y de fauna silvestre.

En la ceremonia también participaron profesionales nacionales y extranjeros, involucrados en el tema forestal, quienes compartieron sus experiencias respecto a la Mochila Forestal, la herramienta de capacitación intercultural creada por el Osinfor.

El evento concluyó con una exposición interactiva titulada "Génesis: las supervisiones y contribución a la gestión sostenible de los bosques", donde se invitó a los asistentes a reflexionar sobre la importancia del manejo forestal responsable.

La presentación de estos resultados subraya el compromiso continuo del Osinfor y las entidades colaboradoras en mejorar la gestión forestal y combatir la tala ilegal en el Perú.

A través de estos estudios y la implementación de estrategias efectivas, se espera seguir avanzando en la protección de los recursos forestales y en la promoción de un aprovechamiento sostenible que beneficie tanto al medio ambiente como a las comunidades que dependen de estos recursos. (FIN)

Destaca el Mincetur

Cacao/derivados(+130%) y café (+59%) disparan exportaciones el 2024



Viernes, julio de 2024.- La ministra de Comercio Exterior y Turismo, Elizabeth Galdo, informó que las exportaciones peruanas registraron en mayo el crecimiento más alto de los últimos 27 meses (+ 23,3 %). Esta cifra hace prever que, al cierre del 2024, se podrá alcanzar un nuevo récord exportador.

"El sector exportador contribuye a la creación de mejores empleos e impulsa la economía a nivel nacional. Gracias a una política de apertura comercial, el Perú tiene actualmente 22 acuerdos comerciales con 58 economías. Hace poco anunciamos la conclusión sustancial de la negociación para la Optimización del Tratado de Libre Comercio entre el Perú y la República Popular China, lo que permitirá más beneficios para las empresas peruanas y atraerán mayor inversión china al país", indicó la titular del Mincetur.

Según los datos obtenidos en el Reporte Mensual de Comercio Exterior de Mincetur, en mayo, las exportaciones crecieron 23,3% interanual, gracias a las mayores ventas de hidrocarburos, pesca, minerales, textil, agro y metalurgia.

EXPORTACIONES DE ENEROAMAYO

Durante el periodo enero-mayo 2024 la exportación peruana de bienes creció 5,5%. "El desempeño entre enero y mayo obedeció a las mayores ventas de oro (+56%) cuyo precio alcanzó récord histórico en mayo. También aumentó la venta de estaño (+70%), hierro (+11%), molibdeno (+9%) y cobre (+0,4%). En el agro (+8,6%), destacaron las mayores ventas de cacao/derivados (+130%) y café (+59%). También aumentaron las ventas de frutas (+3%), por mayores envíos de arándano, palta y limón", indicó la titular del Min-

cetur.

Asimismo, 11 regiones elevaron sus exportaciones, como es el caso de Puno (+138%), Huánuco (+55%), Loreto (+42%), Pasco (+36%), Tacna (+18%), Moquegua (+17%), La Libertad (+15%), Amazonas (+12%), Ica (+10%), Ucayali (+8%) y San Martín (+6%).

"Tras el récord en 2023, la exportación de fruta creció 2,8% en enero-mayo 2024, debido a mayores ventas de arándano (+100%) y palta (+20%). Por otro lado, también aumentó la venta de cebolla en 40,3%, y sobresalieron los envíos de aceite esencial de limón (+119,8%), cacao (+130%), café (+59,4%) y quinua en grano (+43,3%)" comentó la ministra Galdo.

C R E C E N L O S EXPORTADORES

De otro lado, durante el periodo enero-mayo de 2024, se registraron 6 777 exportadores, cifra 5,4% mayor res-

pecto al año previo. Dentro del total, un 31% exportó productos agropecuarios (2094) y un 15% exportó minerales (1042).

Asimismo, 4 464 Mipymes realizaron envíos al exterior (+6,4% interanual), por un valor de US\$ 1 123 millones (+32,9% interanual). Las mipymes concentraron el 66% del número de exportadoras y el 4% del valor exportado.

DATOS

* Entre enero y mayo el comercio exterior de bienes del Perú creció 4,5%, principalmente por el mayor intercambio con países del África (+66%), Asia (+9%) y Europa (+3%). El comercio Perú-China creció 3,1% gracias a la mayor importación; mientras que el comercio con Japón creció por la mayor exportación (+31%: cobre, nafta gas natural). En Europa destacó el intercambio comercial con Suiza (+74%).

CADE Educación 2024

Bienestar docente es la clave para la Calidad Educativa

Lima, jul. Con el objetivo de centrar la atención de ciudadanos y autoridades en la urgencia de abordar el bienestar integral de docentes y alumnos...

equitativa y resiliente", añadió el directivo de la institución. Con ocasión del Día del Maestro, "es mandatorio que el sector público se comprometa con su labor y brinde el apoyo necesario para que el sector educativo cuente con un sistema que habilite una mejor enseñanza a los estudiantes peruanos", agregó IPAE Acción Empresarial.

En la víspera del Día del Maestro (6 de julio), la institución adelantó que este año el lema de la conferencia será 'Educación para el bienestar: un cambio de rumbo urgente'.

Los participantes y expositores de CADE Educación 2024 debatirán -entre otros temas- sobre la manera en que estudiantes con buena salud mental y bienestar están mejor conectados socialmente y serán personas más productivas.

Esto permitirá fomentar una educación de calidad, "lo que se traduce en impulsar una educación que forme personas capaces de construir su proyecto de vida, de desarrollarse en la era digital, comprometidas a ejercer su ciudadanía y a buscar el bienestar de la sociedad", detalló IPAE en una nota de prensa.

Bienestar y aprendizajes Al respecto, el presidente de IPAE Acción Empresarial, Gonzalo Galdos, resaltó que "las familias y docentes que se sienten apoyados y saludables son más capaces de brindar cuidado y una formación motivadora y estimulante".

Por su parte, "los estudiantes con bienestar emocional están más receptivos al aprendizaje, lo que promueve un desarrollo integral y fomenta habilidades emocionales clave para afrontar desafíos y contribuir a una sociedad más

Los ejes temáticos La edición 2024 de CADE Educación se realizará el 20 y 21 de agosto en la Escuela Nacional de Control de la Contraloría General de la República (CGR), en Lima. El formato incluirá presentaciones al estilo TED Talks, paneles, ponencias magistrales y espacios de diálogo entre los asistentes.

Las ponencias que se desarrollarán serán bajo los siguientes ejes temáticos: bienestar al centro del quehacer educativo; las condiciones para construir una cultura del bienestar; y estrategias para consolidar una cultura de bienestar.

Este año el comité CADE Educación es presidido por Fiorella De Ferrari, fundadora del grupo educativo Transforma. Junto a ella están Lucía Acurio, CEO del Grupo Edutec; Marcela Benavides, presidenta de Empresarios por la Educación; y Ricardo Maldonado, director de Cine 70 Films.

Asimismo, Alejandro Agois, director comercial en Partners; Andrea Portugal, fundadora de Innova Teaching School; Helena Calle, directora de Experiencia Digital de Innova Schools; Lilian Moore, gerente de Educación de Fundación Telefónica; y Martín Santana, rector de la Universidad Privada del Norte.

También José Dextre Cha-



cón, fundador de la Universidad Científica del Sur y del Instituto SISE; Giuliana Pacheco, corporate affairs and sustainability senior manager de Scotiabank; y Daniel Dreifuss, magister en Salud Mental, Ciencias Humanas y Sociales. "CADE Educación es el foro de educación más importante en Perú, que congrega y compromete a líderes del sector privado, público, de la academia y de la sociedad civil, a reflexionar, formular propuestas y asumir un rol activo en la mejora de la educación en el país", finalizó IPAE. (FIN) NDP/CCH

Official document from the Municipalidad Distrital de Yarinacocha, Registro Civil, Edicto Matrimonial. It details the marriage of Segundo Clemente Vela Hidalgo and Diana Mayli Pico Castro.

PUBLICIDAD AVISOS AL CELULAR : 942425491

VENDO TERRENO San José Yarinacocha 9.74 Has. Terreno ocupado con juicio desalojo terminado. Informes: 998376183

ALQUILO * CUARTOS DE UNO Y DOS AMBIENTES CON BAÑO PROPIO, REF(ESPALDA DE PLAZA VEA) * LOCAL COMERCIAL EX JR. INMACULADA #211. RAZÓN CEL: 988069002

LA CHACRA DE CHATO advertisement featuring a swimming pool and contact information: Domingos y Reservas al: 942621976, 996564205

Official notice from ANA (Autoridad Nacional del Agua) regarding water provision in the district of Membrillo, Pucallpa. Includes project details, location, and contact information for Cristian Alvaro Suarez Silva.

EDICTO (Notice) from the Regional Government of Ucayali regarding the inspection of a rural property. Includes details about the property and the inspection process.

SAETA PERU advertisement for flights to Pucallpa Atalaya, valid from Monday to Saturday. Contact: 942622483

Advertisement for various regional dishes including Tacacho con cebolla, Arroz con Mariscos, and Chacra Mixta, with images of the food.



Municipalidad autoriza utilizar el estadio

"Mundialito Indígena Contamana 2024" del 1 al 10 de agosto

La municipalidad de Contamana, autorizó utilizar el Estadio Municipal, para realizar la competencia de fútbol femenino y masculino denominado "Mundialito Indígena Copa 2024", el mismo que será del 1 al 10 de agosto.

El alcalde Rodolfo Pedro Lovo Tello, a través de documento "Autorización Municipal N° 144", de fecha 4 de julio 2024, da luz verde a Jorge Vega Rojas, presidente de AFIUL, para realizar la competencia deportiva, en la que participarán delegaciones de mujeres y varones que procederán de todos los distritos, centros poblados y comunidades indígenas de la jurisdicción de la provincia Uca-

yali-Loreto.

"La comisión organizadora del "Mundialito Indígena - Copa Amazónica 2024", ya tiene garantizado el estadio municipal de Contamana, para el desarrollo de los partidos de competencia futbolista", anunció el comunicador social Bernabé Ventura.

Cabe mencionar que, el padrino general del mundialito es el empresario y médico tradicional en el tratamiento de la medicina ancestral, Ricardo Amaringo Benetillo. A la fecha, ya han confirmado su participación equipos de otras jurisdicciones, inclusive del mismo Iquitos. (Colaborador: W La Torre)

Presidente del Congreso promulga ley de beneficios laborales

Aprueban CTS para docentes universitarios



Lima, jul.El presidente del Congreso, Alejandro Soto Reyes, promulgó hoy la ley que otorga beneficios laborales a docentes universitarios, e incluye una Compensación por Tiempo de Servi-

cios (CTS) del 100 % de su remuneración mensual por cada año trabajado.

Se trata de la ley que incorpora los artículos 96-A, 96-B y 96-C en la Ley Universitaria, Ley 30220, con el objeti-

vo de establecer beneficios laborales para los docentes ordinarios de las universidades.

Esta norma, aprobada por insistencia por la representación nacional, fue promulga-

da en cumplimiento del artículo 108 de la Constitución. "Hoy es un día histórico para los docentes universitarios del país. Este Congreso del bicentenario ha insistido para que se respeten sus derechos. Por eso hoy estoy firmando la autógrafa de ley que les permite recibir una Compensación por Tiempo de Servicios (CTS) equivalente al 100 % de su remuneración mensual por cada año de labor prestada al país.", dijo Soto.

Además de la CTS, la nueva ley establece una asignación de dos remuneraciones mensuales al cumplir 25 años de servicio y una asignación económica de tres remuneraciones al cumplir treinta años de servicio.

También otorga un subsidio por luto y sepelio en caso de fallecimiento del cónyuge, conviviente, padres o hijos del docente universitario.

Por su parte, el presidente de la Comisión de Educación, el congresista José María Balcázar Zelada señaló que el Ejecutivo ya no tiene pretexto para retrasar el pago correspondiente al 100 % de la CTS.(FIN) NDP-OPG/CVC GRM

GOREA lanza marca "Mundo Chachapoyas" Buscan posicionar a Amazonas como destino turístico



Lima, jul.La marca "Mundo Chachapoyas" es una iniciativa que acaba de lanzar el Gobierno Regional Amazonas y que tiene como objetivo posicionar y fortalecer con esta estrategia el turismo hacia esa región y convertirla en un importante destino biocultural.

Uno de los primeros objeti-

vos de la marca "Mundo Chachapoyas" es lograr recibir en 2026 alrededor de 160,000 turistas, con lo cual estarían alcanzando las cifras prepandemia

Así lo afirmó Lenin Servan Poquioma, director de la Dirección Regional de Comercio Exterior y Turismo (Dirce-

qui en una entrevista para la Agencia Andina explicó los objetivos y proyecciones del sector turismo de la marca Mundo Chachapoyas con lo cual se busca no solo recuperar el turismo sino sobre todo crecer porque cuentan con recursos naturales y culturales.

"El objetivo fijado es promocionar y posicionar a Mundo Chachapoyas como un destino de alto valor biocultural tanto a nivel nacional como internacional", enfatizó tras indicar que la campaña, trabajada y coordinada con el Ministerio de Comercio Exterior y Turismo pero también con el sector privado involucrado en el turismo, destaca la diversidad natural y cultural de las provincias de Luya, Bongará y Chachapoyas en la Región Amazonas.

En ese aspecto, el funcionario dijo que la iniciativa ha sido validada por el Comité Consultivo Regional de Turismo a fin de darle más fortaleza a la propuesta porque

la marca Mundo Chachapoyas busca atraer turistas nacionales e internacionales, dinamizando así la economía del sector en la región Amazonas.

Servan Poquioma detalló luego que Mundo Chachapoyas comprende a las provincias de Luya, Chachapoyas y Bongará, que es un espacio geográfico, que de acuerdo a sus características, tiene sitios arqueológicos, manifestaciones culturales intangibles y sitios naturales, donde la principal atracción turística es el Complejo Arqueológico Monumental de Kuélap

En cuanto a sitios naturales, destacó la catarata de Gocta además de los sarcófagos de Karajía, el centro histórico de la ciudad de Chachapoyas y sus miradores naturales, la catarata de Yumbilla, el lago de Pomacochas, entre otros.

Mundo Chachapoyas es un espacio que necesita ser conocido a nivel nacional como lo es Cusco con Machu Pic-

chu y por eso esta iniciativa porque tenemos dos potencialidades como Kuélap y Gocta, afirmó el funcionario. En otra parte del diálogo con la Agencia Andina, Lenin Serván, afirmó que la proyección fijada en cuanto al número de visitantes es de 160,000 turistas para el 2026, cifra con lo cual estarían recuperando los índices de la prepandemia.

"Ese es nuestro principal objetivo y ahorita estamos hablando, en este año de un crecimiento del 45% respecto al periodo anterior lo cual es importante porque contamos con los recursos turísticos suficientes", anotó.

Luego expresó que otro tema que va ayudar a incrementar el flujo turístico es el relacionado a la conectividad y que en el caso de Amazonas, se requiere ampliar en unos 220 metros el aeropuerto de la ciudad de Chachapoyas.

"El Gobierno Regional en coordinación con los gre-

mios privados ha planteado, que en las mesas técnicas del Estado se priorice la inversión en el aeropuerto de Chachapoyas, ya que dicha ciudad es el principal centro de soporte del desarrollo turístico de la región", resaltó. En ese sentido, mencionó que en la última visita de la ministra de Comercio Exterior y Turismo, Elizabeth Galdo Marín, a la región Amazonas "se le planteó la reactivación de las mesas técnicas con la finalidad de darle prioridad al aeropuerto de Chachapoyas".

Dijo que si bien habrán vuelos al aeropuerto de Jaén, que está a cuatro horas de Chachapoyas por vía terrestre, "que sin dudas beneficia a la región Amazonas", los pasajes resultan demasiado caros y por ello la necesidad de trabajar en el terminal aéreo de Chachapoyas, con el objetivo de darle las mayores facilidades económicas a los turistas.

(FIN) JCB/MAO



Esperan temperaturas de 18 grados en selva centro

Séptimo friaje ingresa lunes 8



Lima, jul. El séptimo friaje del año ingresará a la Amazonía peruana en la mañana del lunes 8 y se prolongará hacia el mediodía del miércoles 10 de julio, provocando el descenso de las temperaturas diurnas y nocturnas, informó el Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología del Perú (Senamhi), organismo

adscrito al Ministerio del Ambiente. Especialistas de dicha institución científica indicaron que se esperan temperaturas nocturnas (mínimas) próximas a 16°C en la selva sur y a 18°C en la selva centro. Además, se prevén temperaturas diurnas (máximas) con valores cercanos a 20°C pa-

ra la selva sur y a 26 °C para la selva centro. Previo al descenso de las temperaturas, se presentarán lluvias de ligera a moderada intensidad acompañadas de descargas eléctricas, incremento de viento con velocidades próximas a los 40 kilómetros por hora y cielo cubierto durante el día.

Las precipitaciones pluviales previstas se irán desplazando paulatinamente desde la selva sur hasta la selva central, alcanzando sus mayores acumulados hacia la selva centro y sur.

Recomendaciones del Indeci

Ante esta situación, el Instituto Nacional de Defensa Civil (Indeci) recomienda tomar las medidas necesarias para cuidar la salud, como evitar la exposición al cambio brusco de temperatura, así como cubrirse la cabeza, el rostro y la boca para evitar el ingreso de aire frío a los pulmones. Asimismo, es necesario usar ropa de abrigo como chompas, guantes, gorros y proteger a niños y ancianos. En caso de presentarse alguna infección respiratoria, se debe evacuar inmediatamente hacia el centro de salud más cercano.

Se sugiere además consumir bebidas calientes, frutas, vegetales frescos, azúcar, dulces y grasas para incrementar la capacidad de resistencia al frío y almacenar en un lugar seguro los alimentos y agua potable. (FIN)

EsSalud destaca servicio "Hospital en Casa"

Padomi brindó 22 mil atenciones en lo que va del año



Lima, jul. El Seguro Social de Salud (EsSalud) informó que el servicio especializado y asistencial 'Hospital en Casa' del Programa de Atención Domiciliaria (Padomi) brindó más de 22 mil atenciones, en lo que va del año, permitiendo el acceso al mismo número de camas de hospitalización para otros pacientes.

En el marco del quinto aniversario de Hospital en Casa, la doctora María Inés Quiroz Linares, de la gerencia de Oferta Flexible de EsSalud, detalló que se atiende a todo asegurado adscrito a Padomi, brindándole un servicio de calidad y calidez, evitando su depresión o estrés en un establecimiento de salud y el riesgo de infección intrahospitalaria.

"Reciben cuidados especiales como aplicación de medicamentos endovenosos, tratamiento antibiótico por infecciones de cualquier tipo, atenciones a pacientes con enfermedades crónicas avanzadas y servicios de cuidados paliativos", indicó. Toda esta información médica se le brinda al familiar para que lo replique hasta donde el médico de cabecera indique. Si la situación no la podría manejar el acompañante responsable, la Línea 117 está a disposición del asegurado para atender cualquier emergencia e incluso enviar personal a domicilio.

Para este fin, 'Hospital en Casa' está conformado por más de 98 profesionales de la salud, entre médicos generales, médicos especialistas, geriatras, médicos de

familia, medicina física, enfermeras, psicólogos, terapeutas físicos, nutricionistas y asistente social, quienes brindan la mejor atención a los asegurados en los momentos donde más lo necesitan.

"La atención de los médicos en domicilio evita el riesgo de contraer un virus o bacteria resistente que puede haber en el hospital o salas de emergencia. Eso es Hospital en Casa, a diferencia de una visita mensual que siempre recibe nuestros asegurados de Padomi para evaluar su estado de salud", señaló la doctora María Quiroz Linares.

Estas acciones fueron resaltadas por la presidenta ejecutiva de EsSalud, Dra. María Aguilar Del Águila, quien siempre busca un trabajo de prevención en beneficio de los asegurados siguiendo la estrategia trazada Cuidando con el Corazón.

Aniversario de 'Hospital en Casa' de Padomi

Con motivo del quinto aniversario de 'Hospital en Casa' de Padomi, la Gerencia de Oferta Flexible (GOF) realizó el II Curso de Actualización en Atención Domiciliaria en Adultos Mayores 2024, con el objetivo de actualizar criterios de evaluación, diagnóstico y tratamiento de las patologías prevalentes en los adultos mayores e intercambiar información sobre los avances y desafíos.

El evento contó con expositores, quienes brindaron herramientas para la mejor asistencia a los pacientes de la tercera edad. (FIN) NDP/JAM

IPD y FEDUP

Lanzan 25° Juegos Nacionales Universitarios 2024

Lima, jul. Desde las instalaciones del Estadio Nacional se presentó por todo lo alto los 25° Juegos Nacionales Universitarios – Universiada 2024, a realizarse en la ciudad de Arequipa del 28 de setiembre al 13 de octubre, con la participación de 80 universidades y 6,500 deportistas.

La conferencia de prensa, contó con la presencia del presidente del Instituto Peruano del Deporte (IPD), Federico Tong; el titular de la Federación Deportiva Universitaria del Perú (FEDUP), David Timoteo y el presidente de la Asamblea Nacional de Gobiernos Regionales (ANGR), Werner Salcedo. Esta será una edición especial conmemorando el centenario de creación de la FEDUP.

"Desde el IPD estamos comprometidos con el itinerario deportivo que la FEDUP nos ha mostrado con miras a la alta competencia. Nos vemos en Arequipa, todos somos FEDUP, nos ponemos en modo deporte universitario y a seguir haciendo grande a nuestra patria", manifestó

Tong Hurtado.

También mencionó que, "estamos a pocos días del inicio de los Juegos Olímpicos de París 2024 y tenemos una delegación importante, con posibilidades de lograr alguna medalla".

Universidad 2024

Termino que une las palabras universidad y olimpiadas. En esta edición la Universidad Nacional San Agustín de Arequipa será la casa anfitriona del evento, donde participarán deportistas universitarios que también representan al Perú en juegos Bolivarianos, Panamericanos y Olímpicos.

El escenario servirá como plataforma para que los deportistas clasifiquen a eventos internacionales (Panamericano y Mundial Universitario) organizados por la Fe-



deración Internacional del Deporte Universitario (FISU) y FISU América. Asimismo, David Timoteo, presidente de la FEDUP, des-

tacó la importancia de la Universidad para la integración y el crecimiento del deporte universitario. (FIN) NDP/MEG



Dinamizará la economía del Alto Mayo

Destaca asfaltado de la carretera Rioja - Yorongos

Moyobamba, jul. La nueva carretera asfaltada Rioja - Yorongos dinamizará la economía del Alto Mayo, reducirá el costo del transporte de carga y facilitará el traslado de los productos agropecuarios hacia los centros de comercialización, resaltó el gobernador regional de San Martín, Walter Grundel Jiménez.

Así lo afirmó durante la ceremonia de entrega de la citada obra de infraestructura vial en el distrito de Yorongos que se desarrolló el miércoles 3 de julio.

La autoridad regional resaltó que la ejecución de esta obra, de casi 10 kiló-

metros de longitud, demandó una inversión de más de 37 millones de soles y beneficiará a más de 40,000 pobladores de la zona, la mayoría de ellos dedicados a la agricultura y el comercio de productos.

"Con la nueva infraestructura vial, habrá una conexión más rápida y eficiente con distritos y provincias aledañas, permitirá tener mejores y mayores oportunidades comerciales y turísticas", manifestó.

Grundel afirmó que "cuando se administra bien los pocos recursos, se pueden hacer muchas acciones; de esta manera

cumplimos nuestra palabra de hacer realidad una obra anhelada por mucho tiempo, a fin de mejorar las condiciones de traslado de la producción a los mercados, también para seguir impulsando y mejorando la economía local", precisó.

La puesta en servicio de esta carretera beneficia a más de 40,000 pobladores de Rioja y Yorongos, además de localidades aledañas, la mayoría de ellos eminentemente agricultores, también comerciantes y empresarios que a diario transitan por esta carretera trasladando productos agropecuarios a los mercados de Rioja,



Moyobamba, Nueva Cajamarca y hacia la costa del país.

Cabe resaltar que, la obra consiste en el mejoramiento y asfaltado de un tramo de 9.523 kilómetros

de vía vecinal entre las localidades de Rioja y Yorongos, con un ancho total de pista de 8.40 m. bermas de 1.20 m. a cada lado, y una pista central de 6.00 m. además, a lo largo

de la vía se han construido obras de arte y drenaje, como 29 alcantarillas, cunetas revestidas, señalizaciones de tránsito, entre otros.

(FIN) JQC/MAO

Otorgan Distintivo Empresa con Gestión Sostenible (ESG) 2023 a Transportadora de Gas del Perú

Reconocen a TGP por otorgar becas con cobertura al 100%



Lima, jul. La empresa Transportadora de Gas del Perú (TGP) ha sido reconocida con el distintivo Empresa con Gestión Sostenible (ESG) 2023, por parte de la organización Perú Sostenible, tras una evaluación de sus prácticas corporativas de acuerdo con estándares internacionales de sostenibilidad.

Para otorgar este distintivo, Perú Sostenible realizó una evaluación de TGP bajo criterios ambientales, sociales

y de gobernanza, factores clave para una gestión sostenible y eficaz en la relación de las empresas con sus principales audiencias.

Además, como parte de su metodología, Perú Sostenible se guió por los indicadores correspondientes al Global Reporting Initiative (GRI) y a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) propuestos por las Naciones Unidas.

Es importante recordar que

entre los principales proyectos desarrollados por TGP en su área de influencia se encuentra "Becas TGP", iniciativa que la empresa despliega a fin de contribuir al cierre de brecha sociales en educación, y que consiste en el financiamiento al 100% de educación técnica a jóvenes de costa, sierra y selva.

Asimismo, a través del mecanismo de Obras x Impuestos y con una inversión de 7 millones de soles, TGP restauró recientemente, de manera conjunta con la empresa AJE, la histórica Alameda de la Independencia en Ayacucho, un monumento emblemático de la ciudad que constituye una de las obras más queridas por sus ciudadanos.

Cabe señalar que este año se celebra la segunda edición de Empresa con Gestión Sostenible (EGS), una herramienta desarrollada por la organización Perú Sostenible con el fin de fortalecer la sostenibilidad en las empresas peruanas y reconocer las buenas prácticas en este rubro. (FIN) NDP/GDS

Y se incorpora a Renovación Popular

Cheryl Trigozo renuncia a APP



Lima, jul. La congresista Cheryl Trigozo renunció a la bancada de Alianza para el Progreso (APP) y se incorporó a la de Renovación Popular.

En un comunicado publicado en sus redes sociales, Trigozo dice que toma un camino diferente y que continuará luchando por San Martín, región a la que representa, desde una posición política que

ayude a resolver los problemas del país, con iniciativas legislativas que beneficien a todos.

"En esa perspectiva, quiero anunciar mi renuncia y agradecimiento al señor César Acuña, presidente del partido político Alianza para el Progreso, Siempre agradecida por su cariño, comprensión y apoyo", indica.

Tras conocerse su renuncia,

la bancada Renovación Popular le dio la bienvenida a la parlamentaria.

"Su compromiso nos fortalece para seguir luchando por todos los peruanos en la costa, sierra y selva de nuestro país", indicó este grupo político en sus redes sociales.

Rafael López Aliaga, presidente de Renovación Popular le dio también la bienvenida en sus redes sociales.

"¡¡A luchar contra la corrupción y a favor de la Vida, la Familia y la Libertad...!!", escribió.

Con la incorporación de Trigozo -quien, como cantante, forma parte de la agrupación de música tropical Sonido 2000-, la bancada Renovación Popular pasa a tener diez integrantes, mientras que la bancada Alianza para el Progreso se queda con once miembros.

Estos cambios en las bancadas parlamentarias se producen cuando faltan pocas semanas para la elección del presidente del Congreso y de la Mesa Directiva del Congreso para el periodo legislativo 2024-2025. (FIN) FHG/FGM

Policía de Ecuador rescata a 49 personas secuestradas por narcos en una mina

La policía de Ecuador rescató en una mina a 49 personas, entre ellas una menor de edad, que estaban secuestradas por la banda narcotraficante Los Lobos en un país sumido en la violencia, informó el viernes la Presidencia. Las víctimas fueron halladas atadas de manos y pies en una galería subterránea durante un operativo el miércoles en la provincia de Azuay, en el sur andino. "También se incautaron un arsenal de armas y explosivos, debilitando significativamente la capacidad operativa del grupo

delictivo", añadió la Presidencia de Ecuador en la red X. Los Lobos hace parte de una veintena de organizaciones narco que se disputan las rutas de la droga y desangran al país con récords de violencia. Agentes armados y con chalecos antibalas ingresaron por un fangoso túnel de una mina para liberar a las víctimas. Imágenes divulgadas por la Presidencia de Ecuador muestran a las personas en la parte exterior con frazadas para cubrirse de la lluvia.

Restos humanos ente-

rrados También aparece un numeroso grupo de hombres con botas de caucho y el torso desnudo sentados y con los brazos tras la cabeza, vigilados por agentes armados. La policía de Ecuador identificó a los liberados como trabajadores mineros, quienes fueron encontrados atados de manos y pies en un operativo en el que también participaron militares. Las autoridades no han precisado si eran obligados a trabajar.

De acuerdo a la policía en el área también fueron ha-



llados restos humanos enterrados. Dos colombia-

nos presuntos integrantes de Los Lobos fueron dete-

nidos, según la misma fuente.

Reveló estudio

Las ballenas fueron más felices durante la pandemia de la COVID-19



Las ballenas jorobadas que migran anualmente por la costa este de Australia fueron más felices durante el primer año de la pademia de la COVID-19, cuando el país oceánico aplicó estrictas medi-

das de confinamiento a su población, reveló un estudio científico publicado este viernes. La investigación realizada por científicos de la Universidad de Queensland se apoyó en imágenes to-

madas por drones y las muestras de grasa extraídas de varios ejemplares de ballenas jorobadas que transitaron en las aguas cercanas a la Isla North Stradbroke, a unos 100 kilómetros del sur de

la ciudad de Brisbane. Las imágenes permitieron observar la condición corporal y las reservas energéticas de las ballenas jorobadas (*Megaptera novaeangliae*) durante su larga migración anual -entre las aguas antártidas y zonas ecuatoriales a través de la costa australiana- y su intenso período de crianza.

"Estrés ambiental" Asimismo, los científicos midieron genéticamente las concentraciones hormonales de la grasa (cortisol y testosterona) "durante un periodo de cambios sin precedentes en la actividad antropogénica y los procesos naturales", según el artículo sobre este estudio publicado en la revista *Marine Environment research*.

El análisis de las muestras reveló concentraciones de cortisol significativamente más bajas en las ballenas estudiadas en 2021, en comparación con el año anterior. "Este cambio en su fisiología sugiere una disminu-

ción de los factores de estrés ambiental entre estos dos años", dijo el autor principal de este estudio, Jake Linsky, de la Facultad de Medio Ambiente de la Universidad de Queensland, en un comunicado publicado hoy por la institución educativa australiana.

La Niña y posible influencia en ballenas

A lo largo de 2020, se aplicaron estrictas medidas de confinamiento y restricción de movimiento en casi todo el planeta a raíz de la pandemia de la COVID-19, mientras que a la par se iniciaba el fenómeno meteorológico de La Niña, que los científicos apuntan que también pudo tener cierta influencia en el descenso de estrés. Los resultados genéticos "plantean la hipótesis de que las ballenas pueden haber estado respondiendo a una disminución de los contaminantes en sus remotas aguas de alimentación", puntualizó el científico.

Linsky también destacó la

resiliencia de esta especie que "ha logrado una de las recuperaciones más exitosas tras la caza histórica de ballenas". Estudios previos ya han registrado cambios similares en las hormonas del estrés en las ballenas en el lado opuesto del continente antártico, aunque los científicos de la Universidad de Queensland sugieren que la nueva investigación podría dar cuenta de que se trató de un incidente generalizado en todo el Océano Austral. La ballena jorobada, también conocida como yubarta, es un cetáceo de 40 toneladas de peso que puede llegar a medir 20 metros, con un cuerpo característico que recuerda a una joroba.

La población de ballenas jorobadas de Australia, que tiene dos poblaciones migratorias que navegan por sus costas oeste y este, es de 70.000 ejemplares, un número que ha ido aumentando por las medidas de protección implementadas por el país.

¿Inicias base 3? Esta lista es importante para tu vida, descubre por qué

No temas llegar a los 30, a esta edad pueden ocurrirte todas las crisis existenciales, pero también es la etapa para reinventarte.

Para algunas mujeres llegar a los 30 años no necesariamente es fácil, ya que de repente, hay mucha presión de la sociedad por cumplir ciertas cosas, pero la verdad no hay como abrazar nuestros miedos para ir creciendo.

En la actualidad, llegar a los 30 es sinónimo de independencia y empoderamiento, las mujeres cada vez son conscientes que pueden hacer muchas cosas, postergar la maternidad y el matrimonio para cuando estén listas, entre otras cosas.

Por eso, hemos querido compartir contigo una lista que deberías realizar antes de llegar a los 30 años.

Deja de preocuparte por tu edad.

Nos dijeron que cuánto más edad tengamos menos atractivas somos, pero la verdad, es al contrario. La juventud se acaba, pero la experiencia queda.

Edúcate en algo que te encanta hacer.

Educarte en algo que amas, sin importar cuán grande o pequeño sea, te dará esa confianza extra y algo emocionante en que centrarte. Y no te sientas culpable si no contínuas usando este nuevo conocimiento; se trata de disfrutar el proceso como de producir resultados.

Enfrenta un miedo.

Si llega una postulación a un trabajo que consideras que no es para ti, ¡Hazlo! ¡Inténtalo! No tengas miedo. Anímate a probar cosas nuevas.

Sal de su zona de confort

Es momento de dar ese salto de fe, poner ese negocio que quieres, independizarte o quizá dar la vuelta al mundo. La idea es que pruebes, conozcas y no que te quedes con la idea de: ¿Y si hubiera hecho eso...?

Asumir un reto físico.

Siempre es bueno tener una actividad física como parte de nuestra vida, si antes no lo habías hecho es momento de desempolvar esa bicicleta o meterte a

esas clases de baile, entre otras actividades.

Esta es una meta positiva que también te ayudará a tu salud.

Ir a una cita a ciegas.

Acabaste una relación y llevas tiempo sola. Wapa, es hora de empezar a salir para conocer nuevos prospectos. Sal con esa persona que lleva tiempo invitándote a salir, de esa manera, sabrás si te gusta o no, sino next.

Comenzar el diario.

Siempre nos dicen que llevemos una libreta para anotar ideas, pensamientos, pero aunque no lo creas, al llegar a los 30 tener un diario es bonito, porque puedes apuntar las cosas que deseas. Además, podrás hallar si estás cumpliendo patrones en tu vida, con un diario puedes ver darte cuenta de estas cosas.

Hacer un poco de auto-reflexión.

Todos tenemos momentos egoístas, no por mala, sino por etapas en la vida. Así que analiza cómo has ido llevando tu vida para, quizá, hacer ciertos cambios, obviamente positivos.

Fallar en algo.

Nos han enseñado que fallar es algo malo, así que hacemos todo lo posible por no hacerlo. El pensar en fallar nos llena de mucha ansiedad, por eso, si lo hacemos adrede nos ayudará a liberar esa tensión de años acumulados. Verás qué relajada te sentirás.

Romper un mal hábito.

Piense en el hábito que le está causando el mayor daño, ya sea mental o físico y ponte la misión de cortarla de raíz antes de ingresar a los treinta años. Puede ser: dejar todo para última hora, así que es momento de ordenarse. Puede que sea difícil, pero verás que puedes hacerlo.

Consigue un cambio de imagen completo.

Invierte en ti, no solo en prepararte en nuevas cosas sino también en tu imagen. ¿No te gusta maquillarte? Pues, no lo hagas y busca opciones, ¿te encanta la ropa? arma nuevas alternativas de outfits, sácale provecho a tu estilo.

Vivir en el extranjero.

Este es un gran cambio. Muchas personas buscan trabajo fuera de sus países para tener más experiencia laboral y de vida, pero ¿y si no fuera así? ¿si no tuvieras ninguna propuesta de trabajo? ¡Lánzate! Estos desafíos te harán crecer como persona.

Quizás ya has leído muchas listas de estas y es que te podemos dar muchas opciones para realizar, ya está en ti el poner manos a la obra.

Dios quiere que leas su palabra y ores todos los días

La Buena Semilla

Dice el necio en su corazón: No hay Dios.

Salmo 53:1

¿Quién entendió la mente del Señor? ¿O quién fue su consejero?... Porque de él, y por él, y para él, son todas las cosas. A él sea la gloria por los siglos. Romanos 11:34, 36

El pensamiento de Dios

Alguien preguntó: «¿Por qué dos copos de nieve nunca son perfectamente idénticos? ¿Por qué cada cristal congelado será siempre único? Y si ningún copo de nieve es idéntico a otro, ¿por qué comparten todos la forma de una estrella de seis puntas? ¿Por qué no tienen cinco o siete? ¿Y por qué una margarita puede tener cinco, ocho o trece pétalos, pero nunca diez u once? Frente a estas preguntas no podemos dejar de ceder a la irresistible sensación de que el mundo es organizado, calculado, regulado, pensado. Pero, ¿por quién? ¿O por qué?».

La respuesta a estas preguntas siempre ha engendrado controversias; y esto entre los sabios como en el resto de los hombres. Sin embargo, cada uno debe admitir que no puede hallar por sí mismo una respuesta aceptable. La inteligencia del hombre debería, no obstante, darle a comprender que hay un Creador, de modo que los hombres son inexcusables si no creen en Dios (leer Romanos 1:20).

El testimonio de la creación está delante de todos, pero también el de la Biblia. Creer en la existencia de Dios es, pues, una prueba de reflexión inteligente de parte del hombre. Pero confiar en Dios, creerle recibiendo el mensaje que él nos dirige a través de la Biblia, nos permite entrar en una verdadera relación con él. Su pensamiento es dar a conocer su grandeza en todo lo que ha creado, incluso en un copo de nieve, pero también revelar su amor para que los hombres se conviertan en sus hijos.

Lectura: 1 Samuel 17:1-30 - Mateo 13:44-14:12 - Salmo 14 - Proverbios 4:7-9

<Receta> del Día

Milanesa de pollo con uvillas



Ingredientes:

- 6 pechugas de pollo.
- 200 gramos de pan rallado.
- 1 limón
- 100 centímetros cúbicos de pisco.
- 100 centímetros cúbicos de leche evaporada.
- 1 racimo de uvillas (alrededor de 30 uvillas).
- 7 hojas de espinacas
- 3 huevos.
- 200 gramos de harina
- Sal, pimienta.
- 100 gramos de azúcar rubia

Preparación:

Cortamos las pechugas de pollo en filetes, las restregamos con el limón, y las salamos. Las pasamos por la harina, luego por el huevo batido y finalmente por el pan rallado. Pele las uvillas casi al momento de prepararlas y quitarle las semillas. Suméjralas en el pisco por más o menos 10 minutos. Freímos las milanesas, y una vez firtas las ponemos sobre papel absorbente para desgrasarlas. En una sartén ponga un poquito de aceite, una pizca de ajos y una vez caliente añadimos las uvillas para saltearlas. Añadimos el azúcar y las retiramos del fuego. Adornamos con las espinacas salteadas en el mismo preparado.



No pudo la 'Vinotinto'

Canadá venció 4-3 a Venezuela en penales y clasificó a la semifinal de Copa América 2024



Canadá venció este viernes en tanda de penales 4-3 a Venezuela, tras empate 1-1 en el tiempo reglamentario, y se

clasificó para a las semifinales de la Copa América 2024, en las que enfrentará a Argentina.

Maxime Crepeau, arquero de Portland Timbers en la MLS, tapó los tiros de Jefferson Savarino y Wilker Ángel

en la definición desde los doce pasos y se convirtió en el héroe de la selección canadiense en el AT&T Stadium de Arlington, Texas. El volante Yangel Herrera también falló su ejecución por la Vinotinto, al rematar desviado. Jonathan David, Moise Bombito, Alphonso Davies e Ismael Koné patearon con éxito para los norteamericanos, que se meten entre los cuatro mejores del continente en su primera participación en la Copa América, bajo la dirección del entrenador estadounidense Jesse Marsch.

Jacob Shaffelburg había marcado a los 12 minutos la apertura para Canadá frente a 51.000 espectadores de abrumadora mayoría vinotinto y el histórico goleador Salomón Rondón igualó en el 65. El martes, Canadá desafiará a la campeona mundial Argentina en el MetLife Stadium de East Rutherford, Nueva Jersey, por el pase a la final del torneo. Ya chocaron en el partido inaugural de la Copa América, en Atlanta, con triunfo 2-0 albiceleste.

¡Cristiano Ronaldo eliminado!

Francia venció a Portugal en penales y clasificó a semifinales de la Eurocopa



Cristiano Ronaldo se queda en los cuartos de final. Francia se clasificó a las semifinales de la Eurocopa 2024 imponiéndose en la tanda de penales (5-3 después de un empate 0-0) a Portugal, este viernes en Hamburgo.

El martes en Múnich, los franceses se medirán en la penúltima ronda de la competición a España, que unas horas antes se impuso en la prórroga (2-1) a la anfitriona Alemania.

Después de un partido sin goles, en la tanda de penales todos consiguieron acertar en sus lanzamientos salvo el portugués Joao Félix, que envió al palo en el tercero de los suyos y terminó condenando a su Selección.

Ocho años después de que Portugal amargara a Francia 'su' Eurocopa en 2016 al ganarle en la final en París, los Bleus se cobraron una dulce revancha. Los galos siguen en carrera por el título a pesar de estar decepcionando con su juego y su efectividad ofensiva, con apenas tres tantos marcados en los cinco partidos disputados en el torneo hasta el momento.

Simboliza ese desencanto su estrella Kylian Mbappé, que volvió a jugar con la máscara que protege su nariz fracturada y que estuvo una vez más desaparecido en combate. Fue incluso sustituido en el descanso de la prórroga.

Tendrá ante los españoles una oportunidad de redimirse de la que ya no dispondrá Cristiano Ronaldo, que a sus 39 años pudo haberse despedido definitivamente de un torneo que disputa por sexta ocasión y donde se quedó sin marcar, después de haberlo logrado en las cinco ocasiones anteriores.

Toda la expectación que había generado el duelo en los días previos se enfrió de entrada, cuando ambos equipos brindaron una primera parte gris, sin claras ocasiones.

El portugués Bruno Fernan-

des (16) y el francés Theo Hernández (20) tuvieron dos de las contadas oportunidades, en ambos casos con disparos desde la frontal del área, la tónica dominante en los intentos ofensivos en esa primera mitad.

En la segunda parte, el partido comenzó a animarse hacia la hora de juego, con Portugal iniciando las hostilidades.

El guardameta francés Mike Maignan salvó a su equipo en dos ocasiones, primero en un tiro cruzado en el área de Bruno Fernandes (61) y luego en un intento Vitorino (64). Entre medias, Joao Cancelo remató ligeramente fuera (62).

Francia respondió con una gran ocasión de Randal Kolo Muani (66), que Ruben Dias tocó lo justo para frustrar el gol, y otra con un tiro cruzado de Eduardo Camavinga que se fue rozando el palo de la Selección.

Ousmane Dembélé, que había entrado poco antes en lugar de un de nuevo desaparecido Antoine Griezmann, envió por su parte un zurdazo que se fue besando la cruzeta (73).

Mbappé, en una de sus aisladas apariciones, probó suerte con un tiro lejano en el descuento final (90+3), pero demasiado suave, como su aportación en el partido. En la prórroga, Portugal dispuso de las mejores ocasiones, aunque sin materializarlas.

Cristiano Ronaldo (94) envió demasiado alto y Rafael Leao (102) se encontró con un providencial Dayot Upamecano. En el 107, Joao Félix cabeceó al lateral de la red, helando unos instantes la sangre a los hinchas galos. Los lanzamientos desde los once pasos decidieron el ganador del pulso y allí el envío del propio Joao Félix al palo terminó dando el billete a 'semis' a los franceses, que habían perdido las tres últimas veces que habían tenido que disputar la tanda de penales en grandes torneos.

Ecuador anunció la salida de su técnico Félix Sánchez tras la eliminación ante Argentina

La Federación Ecuatoriana de Fútbol (FEF) anunció, mediante un comunicado emitido pasada la medianoche, que el español Félix Sánchez deja de ser el seleccionador de la Tricolor, tras la eliminación en penales ante Argentina.

Sánchez no quiso confirmar tal extremo en la rueda de prensa porque, según dijo, no era "el momento cuando se está digiriendo la derrota (frente a Argentina) además en una tanda de penaltis, que es más doloroso".

Una hora después, la FEF emitió un comunicado en el anunciaba que "se ha acordado la terminación del vínculo contractual con el director técnico Félix Sánchez".

"Agradecemos a Félix y su cuerpo técnico por su trabajo, profesionalismo y le deseamos éxito en sus futuros proyectos", terminaba el comunicado.

Félix Sánchez Bas fue contratado por la Federación Ecuatoriana en marzo del pasado año, con un vínculo hasta 2026, pero ha encontrado una fuerte oposición a su gestión por una parte de la afición y los medios ecuatorianos.

El técnico ecuatoriano deja

la 'Tri' en puestos de clasificación al próximo Mundial, quinta, y tras haber alcanzado los cuartos de final de la Copa América, dando la mejor imagen en el último partido, en el que llevó al límite a Argentina, la campeona del mundo, que solo pudo imponerse en la tanda de penaltis. **El triunfo argentino en la tanda de penales**

Argentina con sufrimiento y en una tanda de penales en la que Emiliano Martínez volvió a ser decisivo, se clasificó para la semifinal de la Copa América 2024 a costa de una gran Ecuador que puso contra las cuerdas a la campeona, tras empatar a un gol, pero no tuvo fortuna.

En un partido loco, en el que incluso Lionel Messi envió su penal al larguero en la tanda, la Selección de Argentina tuvo la suerte del campeón pero también la mentalidad suficiente para imponerse después de verse abocada a la definición por penales cuando ya festejaba, tras encajar



un gol de Kevin Rodríguez, de cabeza en el 91'.

Y es que, apoyada en el espectacular despliegue físico de Moisés Caicedo, la Tri ocupó mejor el campo, desactivó a los volantes argentinos y no tuvo miedo en atacar el área rival. La campeona del mundo se encontró con una situación insólita en este torneo; pasados 20 minutos no había lanzado a meta y el rival había tenido dos buenas ocasiones de gol consecutivas.

Félix Sánchez intentó cambiar la dinámica desde el banquillo y lo logró gracias a gol de cabeza de Kevin Rodrí-

guez, pero la tanda le dio la espalda cuando mejor lo tenía. Después de que Messi fallase su penal.

Emergió entonces la figura de Emiliano Martínez para desviar el disparo de Mena y encarrilar una tanda que un nuevo error de Alan Minda, después de que marcara Julián Álvarez, puso en bandeja a la Albiceleste, que certificó el pase con los lanzamientos certeros de Mac Allister, Montiel y Otamendi. Los de Scaloni ya están en semifinales y regresarán al MetLife de East Rutherford para jugar contra el ganador del Venezuela-Canadá.



RECETA PARA VIVIR FELIZ

Me han dicho que conseguir la felicidad es un reto deportivo al que darle lo mejor de lo nuestro. SALMO necesita su mejor receta



RESPUESTA: Los especialistas, afirman que la clave para ser feliz es comprender e interiorizar la idea de que no tienes que ser perfecto para llevar una vida más rica y más feliz. Aceptar nuestras vidas tal y como son nos llevará a tener una visión más realista de lo que queremos para el futuro. Para mantenernos felices y saludables a lo largo de la vida debemos construir relaciones sociales de calidad. Una relación de buena calidad significa una relación en la que te sientes seguro, en la que puedes ser tú mismo. Analiza estos 5 tips que te pueden ayudar a vivir feliz: 1. Perdona tus fracasos. Aceptar las emociones negativas ayuda a vivir positivamente. "Es imposible tratar de vivir sin emociones negativas. Forman parte de la vida y son tan naturales como la alegría y el bienestar", dice el experto. 2. Agradezca lo bueno. El especialista afirma que debemos descartar de nuestra mente "esa manía que tenemos de pensar que las cosas vienen dadas y siempre estarán ahí" pues nos alejan de la realidad. 3. Haga deporte. Caminar a paso rápido durante 30 minutos al día, realizar ejercicios de pilates o yoga ayudará a que el cerebro segregue endorfinas, la llamada hormona de la felicidad. Esa sustancia mitiga el dolor y causa placer. 4. Simplifique. Tal Ben-Shahar propone "identificar qué es lo verdaderamente importante y concentrarse en ello". Es mejor centrarse en algo y no intentarlo todo a la vez. 5. Aprenda a meditar. Este hábito contribuye a afrontar mejor las crisis que se nos presentan. El catedrático comenta que durante el periodo de relajación podemos "manejar mejor nuestros pensamientos hacia el lado positivo otorgando un grato momento de paz". 6. Practique la resiliencia. "Nuestro nivel de dicha lo determinará aquello en lo que nos fijemos y en las atribuciones del éxito o el fracaso", dice el experto. La resiliencia es la capacidad de los seres humanos para superar circunstancias adversas

< Encuentra las 8 diferencias >



SUDOKU

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

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



REPTILES

- COCODRILO
- CULEBRA
- DRAGÓN DE KOMODO
- GECKO
- LAGARTO
- SALAMANDRA
- SAURIO
- SERPIENTE
- TORTUGA

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

LABERINTO



ahora grama

SOLUCIÓN ANTERIOR

ahora grama

Horoscopo	<p>ARIES</p> <p>Sepa que todo lo que realice hoy, lo llenará de optimismo y satisfacción personal, ya que dispondrá de una contagiosa creatividad.</p>	<p>GEMINIS</p> <p>Intente ser un poco más reservado en la vida. Disfrute de esta conducta y no se esfuerce en conformar siempre a su entorno.</p>	<p>LEO</p> <p>No permita que los problemas cotidianos lo obsesionen como lo han hecho días atrás. Intente enfocarlos desde otra perspectiva.</p>	<p>LIBRA</p> <p>Atravesará momentos de intensa felicidad. Aprenda que el verdadero secreto está en disfrutar de las pequeñas cosas cotidianas.</p>	<p>SAGITARIO</p> <p>Será el momento justo para que apueste al crecimiento personal con total libertad. No dude en hacer planes para su futuro.</p>	<p>ACUARIO</p> <p>Si tiene algo que cambiar, hágalo hoy. Este día le ofrece las mejores posibilidades para enfrentar las transformaciones.</p>
	<p>TAURO</p> <p>Confíe en usted mismo, podrá obtener todo aquello que más quiere. Aproveche su vitalidad para emprender.</p>	<p>CÁNCER</p> <p>Será una excelente jornada para retomar ese proyecto que lo había dejado en el olvido por su falta de interés. Relájese.</p>	<p>VIRGO</p> <p>Aproveche, ya que se encontrará en el momento justo para desplegar toda su creatividad y ejercer eso que tanto lo apasiona y nunca se atrevió.</p>	<p>ESCORPIO</p> <p>Procure no retener las emociones por temor a lo que pueda surgirle, de esta forma, siempre estará limitado y no podrá avanzar. Anímese.</p>	<p>CAPRICORNIO</p> <p>Intente ser más valiente cuando tenga que superar un obstáculo, pero entienda que debe poner toda su energía.</p>	<p>PISCIS</p> <p>Sea capaz de darse cuenta a tiempo de esas cosas que últimamente lo están perjudicando en su vida actual y le restan energía.</p>



"Expreso profundamente mis condolencias": Ernesto Pimentel lamenta muerte de artista invitado a su programa

América Televisión comunicó la noche del miércoles 3 de julio a través de sus redes sociales el fallecimiento de Leo Navas, un artista circense que participaba en la grabación del programa El reventonazo de la chola. De acuerdo con la información compartida, el artista se descompensó en el baño de los estudios en Pachacamac, donde fue asistido por el personal de las instalaciones. En el mensaje difundido, se mencionó que el artista sufrió un raspón en la mano, sin entrar en mayores detalles sobre la lesión.

"Finalizada su actuación, el Sr Navas se dirigió al tópico para atenderse por un raspón en la mano y acto seguido fue al comedor a almorzar con sus compañeros. A las 15:15 se dirigió al baño, lugar donde fue encontrado inconsciente diez minutos después por personal de las instalaciones", indica el comunicado.

Además, se informó que el personal médico de guardia acudió rápidamente para

brindarle los primeros auxilios, sin embargo, el artista falleció poco después de ser trasladado a una clínica.

América Televisión informó que se llevarían a cabo los exámenes médicos correspondientes para determinar las causas del desvanecimiento y posterior fallecimiento.

"Les ofrecemos nuestras más profundas condolencias y todo nuestro apoyo en estos momentos difíciles", finaliza el escrito.

Pronunciamiento de Ernesto Pimentel sobre la muerte de su invitado

Un día después del suceso, Ernesto Pimentel, conductor del programa El reventonazo de la chola, recurrió a sus redes sociales para referirse a la muerte del artista circense. "Lamento mucho el incidente ocurrido el día de ayer (03 de julio) en las instalaciones de América TV con el Sr. Leo Navas", escribió.

El presentador explicó que Navas y sus compañeros fueron invitados para participar en una secuencia del programa

destinada a promocionar espectáculos circenses.

"Como todos los años, invitamos a diferentes circos a la secuencia 'Bailando por el circo' con la finalidad de apoyarlos en la difusión de sus espectáculos", añadió.

Antes de finalizar, Pimentel expresó su pesar por el hecho. "Expreso profundamente mis condolencias a la familia Navas, a quienes conozco y aprecio", concluyó.

Viuda de acróbata fallecido da su versión del hecho

Alondra Amaya, viuda del acróbata que falleció tras ser hallado inconsciente en las instalaciones de América Televisión, ofreció una entrevista al programa Magaly TV: la firme, donde señaló que su esposo, Leo Navas, murió tras sufrir una fuerte caída en el set.

"Subió a la primera, no lo pudo realizar y se cayó. Cuando lo volvió a intentar, es ahí donde sufrió la caída y se golpeó la cabeza. No hubo atención inmediata ni reacción ante esto; de haberla habido, él estaría aquí conmigo", declaró la mujer, quien actualmente tiene ocho meses de embarazo. Amaya indicó que hasta el momento, la producción del programa de Ernesto Pimentel no se ha comunicado oficialmente con ella. "Se acercó una persona, pero no era oficial. Vino un señor a la morgue diciendo que venía por parte de América, pero era de la funeraria", precisó.

De acuerdo con la viuda, la necropsia realizada al cuerpo de Leo Navas determinó que la causa de su fallecimiento fue un edema cerebral y pulmonar. arazo.

Ale Venturo expresó su deseo de tener otro hijo con Rodrigo Cuba. Por medio de un video difundido este viernes en su cuenta de Instagram, la modelo e influencer respondió a la consulta de un seguidor sobre si piensa tener otro bebé con el futbolista peruano.

La respuesta de Ale Venturo sorprendió a todos, pues la pareja de 'El Gato' Cuba precisó que si desea concebir otro bebe luego del nacimiento de su hija Aissa en enero de 2023. "Si, de hecho, tengo tres meses y voy por el cuarto", empezó diciendo a manera de broma Venturo.

Seguidamente, sostuvo: "No mentira. O sea, si quisiera. Quisiera un hijo más, pero uno que es gasto, otra cosa es que es un gasto mental y no sé, ya veremos. Todavía tengo algunos añitos para pensarlo".

Ante este comentario, el propio Rodrigo Cuba, quien estaba al costado de su pareja, precisó: "Mi amor, la bebé tiene un año y cinco meses". Sin embargo, Ale Venturo recordó que el deportista nacional tampoco descarta la idea. "El también quiere", acotó.

Ale Venturo expresó su deseo de tener otro hijo con Rodrigo Cuba: "Ya veremos"



Ale Venturo se reconcilió con Rodrigo Cuba tras 'ampay'

Ale Venturo y Rodrigo Cuba se reconciliaron luego de separarse en mayo de 2023. En aquella oportunidad, la modelo aseguró que no iba a regresar con el futbolista peruano sin dar mayores detalles del motivo de la ruptura.

"Yo le deseo lo mejor en verdad. Que cada uno siga su camino (...). No me siento bien ahora, pero vamos a seguir adelante, fuertes, y mamá leona para siempre. Paz

y amor, pero por favor, respeten ahorita el dolor", expresó ante las cámaras de 'Magaly TV, la firme'.

Meses después, la pareja se reconcilió confirmando las especulaciones luego de verlos juntos entrando a un hotel. "Obviamente nos están viendo juntos a Rodrigo y a mí. Obviamente estamos intentando que las cosas puedan funcionar", dijo Venturo en entrevista con Samuel Suárez, creador del espacio digital Instarándula.



LAS MEJORES LLANTAS

AUTOMOTRIZ TOYOMOTORS

AQUÍ



GRUPO TOYO MOTORS

961 501 225 / 945 205 476

SUSCRIPTORES

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



INFORMES: 954949211