



## Semana de la Amistad entre Guatemala y el Estado de Israel

**Parque Regional  
Municipal Astillero  
de San Marcos**



El estrés te hace  
envejecer, pero el  
efecto puede ser  
reversible



# VOTA



**CARLOS PINEDA**  
PRESIDENTE

**EFRAÍN OROZCO**  
VICE PRESIDENTE



## Parque Regional Municipal Astillero de San Marcos

Es un área protegida considerada como zona estratégica debido a las dos cuencas más importantes del departamento de San Marcos. Este parque es un bosque bien conservado en el que habitan especies de aves endémicas y en peligro de extinción como el pavo de cacho, el búho manchado y el quetzal.

Cuenta con senderos didácticos desde donde se puede practicar el avistamiento de aves y llegar a atracciones como manantiales, nacimientos de agua y al mirador con vista hacia los volcanes Tajumulco y Tacaná.

Para llegar al Parque se llega a la aldea El Rincón ubicada a 3 kilómetros de la cabecera departamental. Después se toma la vereda que tiene 3 metros de ancho y que conduce a las comunidades de Canaque y Barranca de Gál s posee tres grandes zonas climáticas: en el centro una zona cálida y húmeda, en el norte una zona lluviosa y en el sur una zona muy cálida y seca.

## Inician actividades de la Semana de la Amistad entre Guatemala y el Estado de Israel

La Ministra de Educación, Claudia Ruíz Casasola de Estrada, y el Embajador del Estado de Israel en Guatemala, Yiftah Curiel, participaron en la ceremonia de inauguración de las actividades conmemorativas de la Semana de la Amistad entre Guatemala y el Estado de Israel.

Los funcionarios fueron acompañados del Rabino David Russek; el Director Ejecutivo de la Comunidad Judía de Guatemala, Ilan López e integrantes de la Comunidad Judía en Guatemala. Participaron estudiantes y docentes de la Escuela Normal de Maestras para Párvulos Dr. Alfredo Carrillo Ramírez, en representación de la comunidad escolar, y hubo una destacada participación de la Orquesta Sinfónica Juvenil de San Marcos.

El Día Nacional de la Amistad entre la República de Guatemala y el Estado de Israel se conmemora cada 14 de mayo, según lo establecido en el Decreto Legislativo 12-2018 del Congreso de la República, por lo que el Ministerio de Educación y la Comunidad Judía de Guatemala han realizado diversas actividades educativas y culturales conmemorativas en todo el Sistema Educativo Nacional. Con la participación de los estudiantes y docentes de todo el país, durante esta semana se realiza una serie de actividades, entre estas guías de estudio sobre la historia de Israel y concursos de niños y niñas guatemaltecos e israelíes, logrando muy buenos resultados en participación y fomento de la creatividad por medio de expresiones artísticas, como danzas, cantos y actos relacionados con las culturas de ambos países.



## Clima



En la semana, del 8 al 12 de mayo de 2023, se prevé que continúen las condiciones meteorológicas con un ambiente cálido y húmedo en todo el país, en que en algunas regiones no se descartan que se den tormentas locales. El Instituto Nacional de Sismología, Vulcanología, Meteorología e Hidrología (Insivumeh) informó que durante este periodo se prevé que, desde la región sur al centro del país, se desarrolle una mayor nubosidad y lluvias con tormentas eléctrica.

Estas tormentas regionales serán severas con lluvia fuerte, viento, actividad eléctrica acompañadas de granizo, a partir del miércoles, podrían presentarse con mayor posibilidad informó la entidad en un boletín oficial.

**iBONO 15**  
PARA LOS TRABAJADORES!

VOTA ASÍ

**CAMBIO**

PRESIDENTE  
**TRUJILLO  
BALDIZÓN**

VICE-PRESIDENTE  
**MIGUEL  
IBARRA**

**PRESIDENCIA  
GUATEMALA**

**EL CAMBIO VIENE  
Y NO SE DETIENE**



## El estrés puede hacerte envejecer, pero el efecto es reversible

El tiempo cronológico es irreversible, las agujas del reloj giran inexorablemente en un único sentido y nosotros, los seres vivos, envejecemos a su compás. Sin embargo, aunque no es posible hacer retroceder el reloj de nuestra edad cronológica, nuestra edad biológica puede resultar ser más flexible.

La edad biológica refleja la salud de las células y los tejidos de una persona, y puede verse influenciada por enfermedades, cambios en el estilo de vida, en las condiciones ambientales o por el estado psicológico.

La edad biológica refleja la salud de las células y los tejidos de una persona, y puede verse influenciada por enfermedades.

Cambios en el estilo de vida, en las condiciones ambientales o por el estado psicológico.

Los relojes biológicos miden los niveles de metilación del ADN, unos cambios moleculares que pueden indicar un aumento en el riesgo de morbilidad y mortalidad; unos marcadores ampliamente utilizados en el campo de la investigación del envejecimiento.

este modo que los investigadores pudieron observar indicios de que la edad biológica aumentaba en situaciones de estrés fisiológico múltiple, un efecto que no obstante se revertía cuando el factor estresante se resolvía.

**VOTA**



**CARLOS PINEDA**  
PRESIDENTE

**EFRAÍN OROZCO**  
VICE PRESIDENTE



**PARTIDOS DE SEMIFINALES DE LA CHAMPIONS LEAGUE 2023**

Martes 09 de mayo 13:00 horas  
Real Madrid vs Manchester City  
Miercoles 09 de mayo 13:00 horas  
AC Milán vs Inter de Milán

**EMPATE EN ARGENTINA**

La Sub-20 tuvo otro encuentro de preparación previo al Mundial.

La Selección Sub-20 de Guatemala empató hoy sin goles ante su similar de Gimnasia y Esgrima De La Plata, en lo que fue el segundo partido amistoso del equipo previo a afrontar la Copa del Mundo de Argentina 2023. El combinado nacional se trasladó al estadio Juan Zerillo para realizar el juego a puerta cerrada, donde el estratega Rafael Loredo continuó preparando el once titular que hará su debut en el Mundial.

En la alineación de hoy jugó Arquimides Ordóñez, que se incorporó de último a la concentración, y Carlos Santos que ha respondido bien tras recuperarse de su lesión. La selección nacional sub-20 volverá a jugar el miércoles 10 de mayo cuando enfrente al Club Atlético Villa San Carlos y el 12 tendrá como rival al Club Atlético Los Andes.



**Así quedó la tabla de posiciones del torneo clausura 2023**

Nº	EQUIPO	PTS.
1	Comunicaciones	45
2	Municipal	43
3	Xelajú MC	43
4	Xinabajul	31
5	Guastatoya	29
6	Mixco	29
7	Antigua GFC	29
8	Achuapa	26
9	Cobán Imperial	25
10	Dep. Iztapa	20
11	Malacateco	19
12	Santa Lucía C.	19