



Henkel e INTECAP lanzan programa "Club del Constructor Experto"



Festival de las Flores y Bi anuncian ganadoras de concurso "Mujeres que Florecen"

Este fin de semana Doctor móvil en el barrio estará en sectores de las zonas 2, 5 y 21



Festival de las Flores y Bi anuncian ganadoras de concurso "Mujeres que Florecen"

Banco Industrial y el festival de las Flores anuncian el éxito del concurso Mujeres que Florecen, iniciativa dedicada a destacar y apoyar a las mujeres emprendedoras en Guatemala. Dicho evento forma parte de la agenda del Festival de las Flores, para impulsar la creatividad y la innovación empresarial femenino.

Durante dos meses mujeres emprendedoras de Guatemala participaron activamente, suscribiendo sus proyectos y negocios para ser evaluadas por un panel de juezas, todas ellas mujeres con emprendimientos exitosos, el concurso simboliza el crecimiento y la vitalidad de las empresarias que buscan destacar en el mundo de los negocios.

Banco Industrial como parte de esta iniciativa contribuirá al éxito de las mujeres emprendedoras al otorgar un premio de Q.10,000, como capital semilla a las finalistas. El impulso financiero tiene como objetivo proporcionar recursos esenciales para el crecimiento y desarrollo de sus negocios.

Este concurso no solo destaca el éxito individual de las emprendedoras sino también la importancia de la colaboración entre sectores como el financiero y el cultural para impulsar el desarrollo empresarial. El Festival de la Flores se enorgullece de ser un catalizador para eventos que promueven el



empoderamiento y la igualdad de oportunidades.

" Mujeres que Florecen es mas que un concurso, es una celebración de la Resiliencia, la creatividad y la determinación de las mujeres emprendedoras de Guatemala. Agradecemos a todas las participantes por compartir sus historias y contribuir al crecimiento económico y cultural de nuestra comunidad", expreso Andrea Contreras, presidenta y fundadora del Festival de las Flores.

Henkel e INTECAP lanzan programa "Club del Constructor Experto"



Henkel, líder global en soluciones adhesivas, a través de su negocio Adhesive Technologies, en colaboración con el Instituto Técnico de Capacitación y Productividad, INTECAP, presentan el programa "Club del Constructor Experto", una iniciativa destinada a capacitar y fortalecer los conocimientos de profesionales de la construcción, especialmente en los oficios de plomería y albañilería.

Este programa de capacitaciones ofrece una serie de seminarios en la que los estudiantes y personas que se dedican a la construcción tendrán la oportunidad de utilizar el portafolio de productos de Henkel, con marcas como Fester, Sista y Tangit, permitiéndoles alcanzar nuevas habilidades y conocimientos relacionados con fontanería, albañilería, así como adquirir experiencia en el uso de selladores.

Las capacitaciones serán impartidas en el Centro de Capacitación Villa Reformadores ubicado en Villa Nueva. Cada seminario es gratuito y tendrá una duración de 4 horas, buscando generar un impacto positivo en la sociedad a través de la educación y certificación.

El concepto del "Club del Constructor Experto" se dirige a diferentes profesionales de oficio y el único requisito es tener el compromiso de especializarse en temas de construcción, por lo que los interesados pueden inscribirse en el sitio web www.clubdelconstructorexperto.com o comunicarse al número telefónico 5865-3059. Cada mes se contará con un tema diferentes, por lo que los estudiantes pueden elegir el que sea de su preferencia

El programa del "Club del Constructor Experto" será continuo e inició en el mes de agosto, brindando a más profesionales de la construcción la posibilidad de mejorar sus habilidades y conocimientos.

"Club del Constructor Experto" cuenta el respaldo de INTECAP, institución reconocida por su trayectoria y confiabilidad en educación técnica en el país. Por ello, esta iniciativa conjunta representa un paso importante para fortalecer el conocimiento en el campo de la construcción y fomentar el crecimiento profesional de los participantes.

Senacyt participa en la premiación Maestro 100 puntos



La Secretaría Nacional de Ciencia y Tecnología (Senacyt) fue parte de los colaboradores para la edición número 18 de este certamen que premia y reconoce la excelencia en los procesos de enseñanza que ponen en práctica los docentes al impartir sus clases en los niveles de preprimaria, primaria, nivel medio y diversificado.

En 2023, el certamen estuvo dedicado al área STEM, por la dedicación de los docentes para llevar a las aulas la ciencia, tecnología e innovación, además de promover en la niñez y juventud la utilización y aplicación. Los galardonados fueron 12 maestros y dos directores de centros educativos públicos y privados de Guatemala, Retalhuleu, Escuintla, Alta Verapaz, Petén, El Quiché, Quetzaltenango.

Como parte de la agenda la Senacyt protagonizó un significativo encuentro con los maestros galardonados en donde destacó la importancia de cultivar el pensamiento crítico en los alumnos como un pilar fundamental para su desarrollo educativo, así como fomentar la reflexión y el análisis en el proceso educativo, impulsando así un aprendizaje más profundo y significativo.

Ana Chan agregó que “este reconocimiento no solo sea un testimonio de sus logros, sino también un recordatorio de la responsabilidad que llevan consigo. Sigamos inspirando a sus alumnos a ser pensadores críticos, creativos y resilientes, capaces de afrontar los desafíos con confianza y determinación”.

Durante su intervención los motivó a prepararse científica y tecnológicamente para transferir conocimientos a sus alumnos. Además, les presentó el programa Ondas y el Rally de Innovación Interdepartamental mi Comunidad 4.0 y los invitó a aplicar a la línea de financiamiento Educa CTi.



Los beneficios del plátano para la salud



Los plátanos son una buena fuente de energía, ya que aportan carbohidratos. También son una buena fuente de potasio, un mineral importante para la función muscular y nerviosa. Además, los plátanos contienen fibra, que puede ayudar a regular el tránsito intestinal.

Es muy poco probable que el consumo de plátanos provoque una sobredosis de potasio. Sin embargo, comer demasiados plátanos puede provocar algunos efectos secundarios, como:

Aumento de peso: Los plátanos son ricos en calorías, por lo que comer demasiados puede provocar un aumento de peso.

Problemas digestivos: Los plátanos pueden causar problemas digestivos, como acidez estomacal o diarrea, en personas con sensibilidad a la fibra.

Problemas de salud en personas con ciertas condiciones: Las personas con ciertas condiciones de salud, como la diabetes o la enfermedad renal, deben consultar con un médico antes de aumentar su consumo de plátanos.

Es muy poco probable que el consumo de plátanos provoque una sobredosis de potasio, abría que comer 400 plátanos de una sentada para alcanzar una dosis tóxica.

una persona adulta sana que siga una dieta variada puede comer un plátano al día sin ningún riesgo para su salud. Los plátanos aportan una cantidad relativamente pequeña de calorías (entre un 4 y un 5% de las calorías diarias) y no son suficientes para cubrir las necesidades de potasio de una persona, pero este mineral también se encuentra en otros alimentos.

Qué es la hiperpotasemia?

La hiperpotasemia es un trastorno caracterizado por niveles elevados de potasio en la sangre. El potasio es vital para la función celular y la salud del corazón, pero un exceso puede ser peligroso. Las causas incluyen insuficiencia renal, medicamentos, lesiones graves o condiciones que afectan la liberación de insulina. Los síntomas pueden incluir debilidad muscular, arritmias cardíacas y, en casos severos, puede ser potencialmente mortal. El tratamiento implica abordar la causa subyacente y, en casos agudos, puede requerir intervenciones médicas para reducir rápidamente los niveles de potasio en sangre.



Este fin de semana Doctor móvil en el barrio estará en sectores de las zonas 2, 5 y 21

Este fin de semana del último mes de 2023 las jornadas del Doctor móvil en el barrio están al servicio de las familias de la ciudad capital de sectores de las zonas 2, 5 y 21, como parte de las estrategias para acercar la atención a cada guatemalteco que por diversas circunstancias no puede acudir a los puestos y centros de Salud entre semana.

El horario de atención es de 9:00 a 14:00 horas, donde cada usuario podrá ser asistido por personal salubrista calificado que día a día demuestra compromiso y solidaridad para velar por el bienestar de todos.

Las unidades del Doctor móvil en el barrio están en los siguientes sectores:

- 10 calle y 33 avenida, colonia Justo Rufino Barrios, zona 21, frente al salón municipal
- 21 calle y 33 avenida, zona 5, a un costado del mercado El Tierrero
- Domingo en pasos y pedales en el Hipódromo del Norte, zona 2

Las familias guatemaltecas que deseen ser atendidas por el personal de Salud tendrán a disposición asistencia en:

- Consulta médica general
- Vacunación para niñez, adulta y embarazada
- Salud reproductiva
- Salud bucal
- Salud mental
- Entrega de vitaminas
- Desparasitantes
- Vacunación antirrábica canina

en el barrio

TE ESPERAMOS EN LA
8, 9 y 10 de diciembre

ÚLTIMA JORNADA 2023 DR. MÓVIL EN EL BARRIO

09:00 A.M. a
02:00 P.M.

- Pasos y Pedales, Hipódromo del Norte, zona 2.
- 10 calle y 33 avenida, Col. Justo Rufino Barrios, frente al Salón Municipal, zona 21.
- 21 calle y 33 avenida, a un costado del Mercado El Tierrero, zona 5.

TENDREMOS: CONSULTA MÉDICA, VACUNACIÓN PARA NIÑOS, ADULTOS Y MUJERES EMBARAZADAS, SALUD REPRODUCTIVA, SALUD BUCAL, SALUD MENTAL, ENTREGA DE VITAMINAS, DESPARASITANTES, Y VACUNACIÓN ANTIRRÁBICA CANINA.

¡TODOS LOS SERVICIOS SON GRATUITOS!

La Dirección Departamental de Redes Integradas de Servicios de Salud –DDRIS- Guatemala, Área Central, coordina estas acciones donde destaca que todos los servicios son gratuitos, con el fin de seguir avanzando en la ampliación de cobertura, dando cumplimiento a los compromisos asumidos por el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social –MSPAS- de velar por la salud de todos.

El significado de tener cucarachas en casa

Por un lado, podemos encontrar que el tener cucarachas en casa significa que vienen a traer mensajes positivos mediante simbolismos, es decir, que ver cucarachas en casa significa resistencia, que nos ayudan a superar nuestros miedos que están ocultos y que también nos instan a adaptarnos a todos los cambios que se nos puedan presentar y con ello poder lidiar y superar todas las pruebas que vivimos en el día a día. No por algo han sobrevivido tantos años.

Si bien en el plano espiritual para muchas personas eso significa, esto no quiere decir que sea cierto, pues en el plano higiénico, el significado de encontrar cucarachas en tu casa significa que son un foco de enfermedades, que pueden contaminar la comida y muchas superficies de las áreas de tu casa. También pueden ser las responsables de que tus aparatos electrónicos dejen de funcionar, ya que pueden infestarse.

Son varias curiosidades que hacen a las cucarachas únicas, que por mucho que cuenten con tantas cualidades no hay que olvidar que también representan un peligro para nuestra salud, sin embargo, para otras personas la presencia de cucarachas tiene más significados que ese y a continuación sabrás cuáles son.



Medidas para evitar una infestación de cucarachas en tu hogar

Sellar agujeros y grietas.

Mantener tu hogar limpio y ordenado.

No dejar restos de comida y si es el caso, recogerla lo más pronto posible.

Almacena los alimentos de una manera adecuada.

No dejes que se te acumule la basura y procura siempre mantener un orden de la misma.