



LA VOZ DEL MIGRANTE

Remesas y deportados aumentan **12**

EDICIÓN DIARIA          

WWW.LAVOZDEXELA.COM ·  4919 3319

SÁBADO 13 DE NOVIEMBRE DE 2021

AÑO 4 · NÚMERO 1013 · QUETZALTENANGO, GUATEMALA

LA REGLA 60-10-10-20

Aprende a administrar tu presupuesto mensual. **2**



 INTERNET



INVIERTE EN ALCANZAR
TUS METAS
TRAMITA TU PRIMERA LICENCIA O TRANSFERENCIA

 4391-6656  7767-0007





INTERNET

No te olvides de tomar un porcentaje para destinarlo a la inversión. Es decir, hacerlo crecer.

Administra tus ingresos para **solidificar tu economía personal**

POR MELANIE SOTO

El administrar las finanzas es una batalla constante que se deben ejecutar con inteligencia. Si tus finanzas no marchan bien es probable que tus gastos no los estés estructurando correctamente.

En el mundo del Internet puede buscar guías que pueden ayudar a mejorar las finanzas personales. Expertos como Juan Sebastián Celis Maya, enseña que hay reglas que ayudan a manejar las cosas con control, una de ellas es la "Regla 60-10-10-20". De esto trata

60 POR CIENTO DE TUS INGRESOS

Quiere decir que el 60 % de tus ingresos es netamente para gastos básicos, que son los de supervivencia de igual forma vivienda y servicios públicos.

10 POR CIENTO

Este primer 10% es un pequeño ahorro para utilizar en gastos a futuro.

OTRO 10 POR CIENTO

Estos 10% es para inversión, darle vuelta a este porcentaje de tu ingreso e invertirlo en algo que te genere.

20 POR CIENTO

Este último 20% es de gastos libres, estos pueden ser en lo que quieras siempre y cuando también los estructures a la hora de gastar.

El sitio web sobre administración de finanzas BBVA explica la regla 50-20-30, que es básicamente similar a la anterior: 50 por ciento para gastos básicos; 20 por ciento destinados al ahorro y 30 por ciento para gastos personales.

En el portal de BCU educa, que es el Programa de Educación Económica y Financiera del Banco Central del Uruguay, explica que la importancia de cuidar el dinero es porque generalmente este no alcanza para todo lo que quisiéramos. Es necesario planificar y presupuestar todos los gastos e inversiones presentes y futuras



2

LA VOZ DE LA CIUDAD

LA VOZ DE XELA · SÁBADO 13 DE NOVIEMBRE DE 2021



www.lavozdexela.com



SHOW DE OFERTAS

De todo para
tu casa y negocio

más compras,
MÁS AHORRAS.



Promoción por tiempo limitado o mientras duren existencias. Aplican restricciones



Extorsiones aumentan en un 11 por ciento durante fiestas de fin de año.  INTERNET

Extorsiones aumentan durante fin de año

POR OSMAR TOC

Durante el fin de año las extorsiones vía teléfono en contra de comercios de la ciudad de Quetzaltenango aumentan.

Registros de la Comisaria 41 de la Policía Nacional Civil (PNC), reportan que ante el acercamiento de las festividades de navidad y año nuevo se registra aumento de denuncias por extorsión en un 11 por ciento.

"Lo recomendable es colgar la llamada inmediatamente en cuanto se hable de una extorsión, apuntar el número y colocar la denuncia para iniciar con las investigaciones", explica Byron Aguilar, comisario de la Comisaria 41 de la PNC.

De enero a octubre las denun-

cias por extorsiones se han mantenido en un 33 por ciento de todas en Xela, sin embargo en lo que va de noviembre las denuncias han aumentado un 11 por ciento más, es decir que las denuncias por extorsión son ahora de un 44 por ciento de la totalidad recibida.

Inicio de año, Semana Santa, pago de Bono 14, pago de aguinaldo y fiestas de fin de año, son las fechas en donde se registra aumento de denuncias por extorsión, según reportes de la PNC de Quetzaltenango.

Comercios y el transporte público son los sectores más afectados por este tema.

La PNC recomienda denunciar todo tipo de acto sospechoso durante estas fiestas.

UNO^{CON}
DYNAMAX

RENDIMIENTO
QUE ACOMPAÑA
TU CAMINO

UNO
Un compromiso con el futuro



Las bajas temperaturas obligan a cuidar más la salud. 📷 OSMAR TOC

Datos sobre el clima **frío de Xela**

POR LA VOZ DE XELA

La temporada de frío ya ha comenzado en la ciudad y los quet-

zaltecos ya han sacados sus ropas de lana. A continuación te compartimos datos referentes a este clima amado por vecinos.

2

grados centígrados,

temperatura más baja registrada en el inicio de la temporada

13

frentes fríos

ingresarán al país durante la época

5

meses

durarán las bajas temperaturas: de noviembre a marzo

4

por ciento

podrían aumentas las enfermedades respiratorias

-7

grados centígrados

se espera que sea la temperatura más baja

9

de noviembre

se registró la primera helada en Xela



6

LA VOZ DE LOS DATOS

LA VOZ DE XELA · SÁBADO 13 DE NOVIEMBRE DE 2021



www.lavozdexela.com

15%
DE DESCUENTO
cklass.

LUKANA
Siempre a la moda

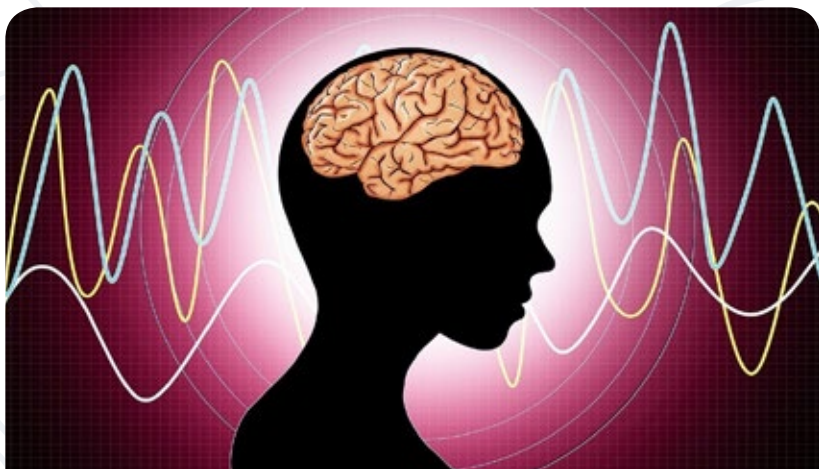
LLEGÓ
LO MÁS ESPERADO
DE LA TEMPORADA



Nuestro tipo de cambio
multiplicado por 0.43
(aproximadamente 2.33)

ÚNETE
A NUESTRO
EXITOSO
EQUIPO DE VENTAS

  **5577-7057** |  **Lukana Gt** |  **www.lukana.com.gt**



Existen distintas formas en las que tu cerebro puede almacenar información.  INTERNET

Tips para memorizar textos largos

POR GUILLERMO GUILLÉN

¿Has intentado memorizar alguna vez un ensayo, discurso, o un texto importante y sientes que por más que lo estudies no se te queda, o no tienes el tiempo suficiente para poder retener la información? Existen varias formas y técnicas de memorización que pueden serte útiles para lograrlo.

DIVIDE EL TEXTO ENTRE ACCIONES

Una vez que leas el texto que quieres memorizar, comenzarás a observar patrones. Usa estos patrones o temáticas en el texto para dividirlo entre unidades más pequeñas. Las unidades no necesariamente corresponderán a párrafos completos e incluso oraciones completas. En cambio, cada unidad pequeña debe abordar una única idea. Otra forma de hacerlo es memorizando frases específicas de cada párrafo.

UTILIZA PUENTES QUE UNAN IDEAS

Otro método que ayuda a memorizar fácilmente es crear unas transiciones lógicas que tengan que ver con el punto anterior, de esta manera, a medida que avanzas, una idea te va llevando a la otra.

UTILIZA LA MÚSICA

Otra forma efectiva de memorizar textos largos es intentando relacionarlos con la música, esta comprobado que el cerebro retiene más información cuando se trata de las melodías. Intenta aprender frase por frase con el tono de una canción que te sea familiar.

Proyecta un lugar familiar en tu mente. La técnica del palacio de la memoria, también conocida como “método de loci”, data de los antiguos griegos. La idea es pensar en un lugar familiar y añadir el texto que quieras memorizar al lugar que ya has memorizado. Este lugar se convertirá en tu “palacio de la memoria”

Esta

NAVIDAD

disfruta de la gran
Apertura Navideña



14 de diciembre • 6:00 pm
1er. Nivel Frente a Walmart

Disfruta del concierto de música, personajes y juntos
encenderemos el árbol de navidad. **¡Te esperamos!**

Pradera

¿Qué es la toxicidad laboral y cómo salir de esta?

POR ANGÉLICA VALENCIA

Las personas cada vez son más conscientes de la importancia de construir ambientes laborales sanos y productivos. Sin embargo, aún hay mucho por recorrer, aunque estamos evolucionando.

Existen muchas organizaciones en las que se mantienen culturas y estilos de liderazgo tóxicos que dañan el ambiente laboral y afectan la motivación, el desempeño y la salud de sus trabajadores.

Según el reconocido Centro de Gestión de Talento de República Dominicana, un ambiente laboral tóxico es aquel donde hay líderes autoritarios, irrespetuosos, que no se comunican asertivamente, no saben regular sus emociones y que continuamente amenazan e infunden miedo.

La toxicidad en el entorno laboral se puede identificar cuando no hay sentido de pertenencia; las personas están desmotivadas y se quejan constantemente; hay conflicto destructivo, problemas de comunicación, relaciones disfuncionales, altos niveles de estrés, burnout, rotación y ausentismo, y en general, mala actitud dentro de los equipos.

Si trabajas en un ambiente laboral tóxico, lo mejor que puedes hacer es planear tu salida y poner en marcha estrategias que te permitan renunciar y encontrar, o crear, un trabajo donde seas más feliz. Sin embargo, por distintas razones, a veces cambiar de trabajo no es la opción que las personas eligen o antes de hacerlo, necesitan preparar-



INTERNET

El estrés causado por la toxicidad del empleo no debe afectar el ambiente en el hogar.

RECOMENDACIONES

- Recuerda tu poder de elegir y diseña un plan de salida.
- Establece límites sanos y realiza actividades desintoxicantes.
- Actúa sobre lo que puedes cambiar y suelta lo que no puedes controlar.
- Mantén una mentalidad positiva, más allá del juicio.
- Sé fiel a tu propósito y valores.

se para dar ese paso.

Según la BBC News aquellos empleados en entornos de oficina tóxicos, el cambio al trabajo remoto puede parecer un lado positivo del Covid-19: una oportunidad para disfrutar de una distancia necesaria de una atmósfera negativa.

Si con la nueva normalidad aún consideras que no puedes salir de ese entorno, existen algunas estrategias que puedes utilizar para sobrevivir a la toxicidad.

¿Se te fue un mes de Descuento?

Aprovechá!
Noviembre y Diciembre



Residencial

hasta
12mb

Por sólo

~~Q 199~~
mensuales

Precio
Normal

PRECIO CON DESCUENTO

Por sólo

Q 140
mensuales

ENTRALE YA!
77-40-30-30

VENITE®

conectate a máxima velocidad



Familias enteras han migrado en busca del sueño americano.  INTERNET

Crecen las remesas de los connacionales en el exterior

POR ANGÉLICA VALENCIA

Según las autoridades migratorias, en los últimos meses han aumentado las detenciones de latinos que buscan el sueño americano. Al rededor de 283 mil guatemaltecos se han detenido en el cruce límite entre México y Estados Unidos.

Entre septiembre del año 2020 y del 2021 Guatemala rompió todos los récords de migración irregular, según datos de la Patrulla de Control de Fronteras de EE. UU. Esta cifra se integra por 141 mil 309 migrantes que viajaban solos, 58 mil 778 menores de edad que lo hicieron sin ninguna compañía y 82 mil 882 unidades familiares.

Según estimaciones del Instituto Guatemalteco de Migración, el número de connacionales que fueron aprehendidos es 7% superior que la anterior marca, de 264 mil 168 detenciones, del año fiscal 2019. Además, los guatemaltecos fueron el tercer grupo que más encuentros protagonizó, el 16% del total, solo

detrás de México y de Honduras.

Según la institución, el aumento de las detenciones de guatemaltecos en EE. UU. está acompañado por un incremento de las remesas familiares. Hasta antes de la pandemia se calculaba que casi tres millones de guatemaltecos radicaban en Estados Unidos, aunque no han dado a conocer nuevas estimaciones, aseguraron habrá cientos de miles más.

Las remesas aumentaron en los últimos 12 meses, de octubre de 2020 a septiembre pasado, el país recibió más de US\$14 mil 288 millones, una cifra por mucho superior a todas las exportaciones del país del año pasado que sumaron cerca de US\$10 mil 100 millones.

Según EFE, los guatemaltecos se han visto obligados en las últimas décadas a migrar con el fin de mejorar sus condiciones de vida y la de sus familiares en el país, donde el 59 por ciento de la población vive bajo la línea de la pobreza y uno de cada dos niños sufre algún grado de desnutrición.



VESUVIANA

Visítanos o pide a domicilio al **2323-2323**

LOS INFLUYENTES

LOS MÁS LEÍDOS DE LA SEMANA

www.lavozdexela.com

Mi actitud ante el sufrimiento



P. ORLANDO PÉREZ
Perspectiva



Miedo a tragar
OSWALDO SOTO
Cordura social



Gobierno versus pueblo de Guatemala
PERCY AGUILAR
Territorio económico



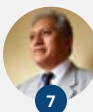
Monopolios y alza en precios en gas y combustible
VILMA DEL ROSARIO XICAR
Zona holística



Hasta en el INSIVUMEH nos salieron corruptos...
FRANCISCO GARCÍA
Cara al sol



Ese espacio entre dos notas en la sinfonía de la eternidad...
CÉSAR PÉREZ MÉNDEZ
Puntual



El COVID-19 está menguando y la corrupción se está afianzando
ARNOLDO SOCH TZUL
Ajq'em



Lee el contenido completo en:
www.lavozdexela.com/los-influyentes



César Pérez Méndez
Director general

José Juan Guzmán
Editor

Erwin Racancoj
Director creativo

Diagonal 2 30-79 Condado Santa María,
ofibodega #6, local 1, oficina #3, zona 3 de Quetzaltenango.
☎ 4919 3319
ventas@lavozdexela.com



14

LA VOZ DEL PENSAMIENTO

LA VOZ DE XELA · SÁBADO 13 DE NOVIEMBRE DE 2021



www.lavozdexela.com



FACULTAD DE
ODONTOLOGÍA
CAMPUS QUETZALTENANGO

AVE. JESÚS CASTILLO 2-26 ZONA 2
TELS: 7763.2294 - 7763.3296

EXAMEN DE ADMISIÓN

CONTENIDOS

- Biología
- Anatomía Dental
- Química
- Pruebas Psicométricas
- Habilidad Manual

FECHAS

15 Y 16

NOVIEMBRE

COSTO Q.350.00

MODALIDAD DE ESTUDIO

Semipresencial - clases virtuales
laboratorios presenciales

INFORMACIÓN GENERAL

Inscripción: 2 cuotas de Q.1,475.00 (puede variar)
Mensualidad: 12 cuotas de Q.1,755.00 (puede variar)
Es por semestre (10 semestres en total)
Pensum cerrado - Jornada: de lunes a viernes
Horario: jornada completa / duración de la carrera 5 años

LINK PARA PROCESO DE INSCRIPCIÓN DEL EXAMEN DE ADMISIÓN 2022
[https:// umg.edu.gt/admisiones/ubicaciones-odontología](https://umg.edu.gt/admisiones/ubicaciones-odontología)

LINK PARA DESCARGAR CONTENIDOS DEL EXAMEN
[https:// umg.edu.gt/odontología](https://umg.edu.gt/odontología)





Roberto Gutiérrez Martínez
Autor

CAPÍTULO XI
Onomástico
Ortega, Juan José

Médico y diplomático quetzalteco nacido en 1857.

A su retorno de París trabajó en la modernización del Hospital General San Juan de Dios, en la Ciudad de Guatemala.

Fungió como Ministro Plenipotenciario de Guatemala en España y México, siendo en este último país Presidente por unas horas debido a una emergencia.

Falleció en 1934.



Lee el contenido completo en:
www.lavozdexela.com/los-influuyentes



DE VENTA EN:

DECATLÓN X

📍 C.C. PASEO LAS AMÉRICAS

☎ 7767-3525

📱📷📺 DECATLONX



Incendio en el interior del edificio Rivera en 1980. 📷 CARLOS OSBERTO RIVAS LÓPEZ (QEPD)

COMERCIALIZADORA



SIEMPRE LA #1.

LLEVAMOS TUS
GANASTAS
Navideñas



7763-1712



4141-6493



16 AVENIDA 1 - 49, ZONA 3 DE QUETZALTENANGO,
FRENTE A MERCADO LA DEMOCRACIA



Se cree que la fundación de Cantel fue en el año 1551. 📷 INTERNET

Conociendo municipios de Quetzaltenango: Cantel

POR GUILLERMO GUILLÉN

Rodeado entre majestuosos cerros que componen la Sierra Madre, y conocido por sus bosques húmedos, Cantel, o el “Pueblo de Nuestra Señora de la Asunción de Cantel”, como se le llamaba anteriormente, es uno de los municipios que componen el departamento de Quetzaltenango.

El municipio es famoso por una leyenda que relata la aparición de la Virgen María en el territorio, según puede observarse en algunos documentos que forman parte del patrimonio de la municipalidad de Cantel. Se dice que la Virgen apareció sobre el tronco de un ciprés, los nuevos habitantes del lugar lo cortaron y lo llevaron al lugar de donde provenían (llanos de La Estancia), para edificar ahí su templo, sin embargo, al amanecer la imagen ya no estaba, al

volver a Chojob’ , encontraron nuevamente la imagen de la Virgen e iniciaron la construcción del templo en ese lugar junto a los restos del ciprés que está bajo el altar mayor. Este templo se convirtió en Patrimonio Cultural de Guatemala y aun puede ser visitado.

En cuanto al origen del nombre hay varias hipótesis, una que indica que se trata de una traducción de Candelaria al quiché, la segunda es que puede significar “Lugar de la serpiente”, ya que se refiere a las palabras CAN y T’EL, la primera palabra significa nahual de la serpiente y T’EL significa roto o cueva hecha.

Cantel tiene una extensión territorial de 22 kilómetros cuadrados, su fiesta titular se celebra del 12 al 16 de agosto, y conmemora a la Asunción de la Santísima Virgen María, patrona del pueblo.

DÍGAME LICENCIADA



 **4391-6656**

 **7767-0007**



Axel competirá este próximo 11 de diciembre en el Mundial de Salsa. 📷 CORTESÍA

Axel Dardón: el pequeño bailarín prodigio

POR GUILLERMO GUILLÉN

Se dice que el talento existe como una capacidad innata o se llega a un nivel alto con esfuerzo, trabajo y práctica continuada. Este es el caso del pequeño Axel Dardón, un niño oriundo de San Juan Ostuncalco que ha deslumbrado al mundo artístico por la forma en la que se desempeña sobre la pista de baile. Con tan solo 9 años cuenta ya con varios triunfos en varias competencias de baile, y el próximo 11 de diciembre, será el único niño en representar a Guatemala en el Mundial de Salsa, en las categorías Infantil y Petite, una competencia en la que participan los mejores bailarines del mundo.

Según el orgulloso padre, Mauricio Dardón, Axel comenzó a bailar desde que tenía 3 años, "le gustaba ver los videos musicales de Michael Jackson y aprendió a bailar solito, imitando los pasos del rey

ENTRE SUS LOGROS SE ENCUENTRAN:

Primer lugar en la categoría infantil de Las Nacionales del 2019 y 2021, primer lugar en la categoría latín, del Sport City of Dance 2020, y segundo lugar en el Euroson Latino, en la categoría salsa dance.

del pop", expresa.

Con el pasar del tiempo, su pasión por el baile fue creciendo, y desde los 5 años empezó a participar en varias competencias.

Axel ensaya arduamente de lunes a viernes en la academia Escenic Dancestudio, puliendo sus rutinas para la próxima competencia mundial, pero a pesar de eso, invierte bien su tiempo, ya que es abanderado del tercer grado de primaria de su colegio, aparte de la convivencia con sus amigos y familia. Sin duda el cielo es el límite para el pequeño.



PRESENTAN EL

PROGRAMA DE BECAS 2022 PARA BÁSICO Y DIVERSIFICADO SEGUNDA EDICIÓN

Postúlate

Entrega lo siguiente en un sobre manila en la Diagonal 11 7-15, zona 1 de Xela:

- Foto personal del aspirante y fotografía con tu familia.
- Breve reflexión personal: por qué quieres estudiar en el C.E.I.
- Promedio acumulado del 2021 de 86 a 91 puntos (para media beca).
- Promedio acumulado del 2021 de 92 a 100 puntos (para beca completa).

Recepción de papelería desde la presente fecha hasta el viernes 12 de noviembre del 2021. Los beneficiados serán anunciados el viernes 19 de noviembre de 2021.

Para consultas o dudas, llamar al C.E.I. 7763-0094, 5627 8890 o al Whatsapp de La Voz de Xela 4919-3319 o escribir por Inbox a la página de Facebook de La Voz de Xela.

¡Síguenos en nuestras
redes sociales
y obtén más información
de nuestras carreras!



Centro de Estudios
Integrados CEI



@cei_xela

www.ceixela.edu.gt





Dios no tiene principio ni tendrá fin.  SUBIBLIA.COM

Maravillosos atributos de Dios

POR LA VOZ DE XELA

Cuando hablamos sobre los atributos de Dios nos referimos a cualidades o características suyas que nos ayudan a entender cómo es Él.

Los seres humanos nunca lograremos comprender completamente todo lo que Dios es, pero Él ha revelado mucho sobre sí mismo en su Palabra. La lectura de la Biblia nos ayuda a entender mejor el carácter de Dios.

Algo que debemos tener siempre en mente es el hecho de que ningún atributo de Dios anula otro. Sus atributos actúan en unidad, se matizan entre ellos, y todos juntos forman el carácter de Dios. Él no es una cosa hoy y otra mañana, sino que él es y será el mismo por siempre.

La santidad de Dios habla de su majestad y grandeza, de su pureza y de su perfección moral. En Dios no hay mancha ni pecado. En Dios no hay defecto ni maldad. Dios es único. No hay, ni nunca habrá en toda la creación nadie tan perfectamen-

ALGUNAS DE LOS ATRIBUTOS DE DIOS SON LOS SIGUIENTES:

- Santidad
- Eternidad
- Omnipotencia
- Omnisciencia
- Amor
- Inmutabilidad
- Omnipresencia

te santo como nuestro Dios. Esta es una de las razones por las que Él es el único digno de toda nuestra alabanza y adoración.

Sin embargo, Dios no permite que su santidad lo mantenga apartado de nosotros. Él no es un Dios inalcanzable. Él es un Dios compasivo, lleno de gracia y de amor que quiere intervenir en nuestras vidas dándonos ánimo y aliento en los momentos más difíciles de la vida. ¿Cómo debemos acercarnos a Él? Con actitud humilde y contrita, reconociendo siempre su santidad y nuestra inmensa necesidad de Él.

 **Fuente:** subiblia.com





Ambos equipos necesitan los tres puntos de este encuentro. 📷 XELAJÚ MC

Xelajú enfrentará mañana a Sololá

POR GUILLERMO GUILLÉN

La primera fase del torneo Apertura 2021 está por llegar a su fin, todos los equipos están en la búsqueda de la clasificación a la liguilla, y este también es el caso de los Superchivos y locales.

El partido es muy importante para ambos equipos, ya que, actualmente ocupan el sexto y décimo puesto respectivamente en la tabla de clasificación.

El Rebaño Sagrado ha logrado sumar 23 puntos en las 18 jornadas de la Liga, con 6 partidos ganados, 5 empatados y 7 perdidos, gracias a una mala racha que vienen arrastrando desde inicios de septiembre, y aun no terminan de sacudirse.

Por otro lado, Sololá FC suma 18 puntos, con 8 encuentros perdidos, 6 empatados y solamente 4 encuentros ganados.

Irving Urbosa, técnico actual del Xelajú MC ha mencionado que el equipo estuvo trabajando toda la semana con todo de cara al encuentro que se dará este domingo, en el estadio Xamba 94, en Sololá a las 11 horas.

Ambos equipos se vieron las caras por última vez, el pasado 4 de septiembre, en la primera vuelta del torneo Apertura, en aquella ocasión el Aguerrido logró imponerse ante los Murciélagos 2 a 0 en el Mario Camposeco. Luego de ese juego inició la racha de derrotas de los Superchivos, que lograron erradicar el 30 de octubre ante el Deportivo Iztapa.

 Fuente: subiblia.com



Acompaña esta receta con salsas de sabores. 📷 RINA LANG

Pancakes

INGREDIENTES

- 1 1/4 taza de harina de todo uso
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 cucharadita de bicarbonato
- Una pizca de sal
- 1 huevo batido
- 1 1/4 taza de buttermilk (suero de leche) o sustituto
- 2 cucharadas de mantequilla derretida
- 1/4 taza de azúcar



POR RINA LANG



/delacocinaderina.lang

PREPARACIÓN

- Cernir la harina, el bicarbonato y el polvo para hornear.
- Agregar sal.
- Mezclar huevo con buttermilk.
- Agregar el huevo a la mezcla de harina.
- Revolver.
- Agregar la mantequilla derretida y el azúcar.
- Formar los pancakes.
- Cocinar.





REFORESTANDO GUATEMALA
contribuimos a mitigar
el cambio climático
DÍA MUNDIAL DEL CLIMA