

Día histórico en México



La presidenta electa de México, Claudia Sheinbaum, junto a su esposo Jesús María Tarriba, muestra la constancia de su victoria en las elecciones presidenciales del 2 de junio, en Ciudad de México, el 15 de agosto de 2024.

FOTO: AFP

Sheinbaum recibe constancia como presidenta electa de México.

WASHINGTONHISPANIC / AGENCIAS

La dirigente izquierdista Claudia Sheinbaum recibió este jueves la constancia que la acredita como presidenta electa de México, un hecho que calificó de "histórico".

"Es la primera vez en 200 años de la República que recibe el reconocimiento de presidenta electa una mujer", dijo la exalcaldesa de Ciudad de México luego de recibir el documento de manos de la titular del Tribunal Electoral, Mónica Soto. Un día antes, esa institución validó los resultados de las elecciones del pasado 2 de junio, en las que Sheinbaum obtuvo 59,7% de los votos, 32 puntos por encima de la senadora Xóchitl Gálvez, su rival de centroderecha.

"Estoy muy emocionada, es un día histórico", declaró luego a periodistas la mandataria electa, quien asumirá el cargo el 1 de octubre en reemplazo de Andrés Manuel López Obrador, quien en 2018 se convirtió en el primer presidente de izquierda de México.

Sheinbaum, una física e ingeniera ambiental de 62 años, gobernará hasta 2030 este país de 127,5 millones de habitantes y segunda economía latinoamericana después de Brasil.

La dirigente ha prometido en varias ocasiones dar continuidad a los programas sociales en que López Obrador basa su popularidad, de más de 60%, según varias encuestas.

También se ha comprometido a sacar adelante una polémica reforma al poder judicial, que plantea la elección popular de ministros y jueces, lo que según la oposición amenaza la independencia de esa rama del Estado y la impartición de justicia. "Como titular del ejecutivo federal, como primera mujer presidenta de México sepan que actuaré con honestidad y responsabilidad."

Los nuevos teléfonos de Google apuestan a la IA.

|| Pág. 2A

Ladrones colombianos a la cárcel en los Juegos de París.

|| Pág. 4A

Policía busca a una mujer de 28 años en Manassas.

|| Pág. 8A

Dieta Paleo: ¿Por qué es tan popular la dieta inspirada en la alimentación de los humanos en el Paleolítico?

|| Pág. 15A

Se hará cargo de la selección

Argentino Pochettino acepta ser entrenador de USA

WASHINGTON HISPANIC / AGENCIAS

El argentino Mauricio Pochettino ha llegado a un acuerdo para convertirse en el nuevo entrenador de la selección de Estados Unidos, según varias informaciones publicadas este jueves.

The Athletic y ESPN informaron que fuentes anónimas confirmaron que Pochettino, que se desvinculó del Chelsea de la Premier League inglesa en mayo, sustituirá a Gregg Berhalter como seleccionador.

Berhalter fue destituido tras el fracaso de Estados Unidos en la Copa América 2024 que se jugó en ese país.

Pochettino, de 52 años, llegaría en un momento en el



Pochettino ha acordado los términos para convertirse en el nuevo entrenador de la selección nacional de Estados Unidos.

FOTO: AFP

que Estados Unidos se prepara para coorganizar el Mundial de 2026 junto a México y Canadá.

El argentino dejó el Chelsea tras terminar sexto en la Premier League en su única temporada al frente del equipo, después de pasar por el París Saint-Germain y el Tottenham.

El acuerdo se alcanzó después de múltiples conversaciones con el director de la Federación de Fútbol de Estados Unidos, Matt Crocker y que no se ha firmado ningún contrato ni la junta directiva de la federación ha hecho un acuerdo con Pochettino.

ESPN dijo que el argentino no puede firmar un contrato con US Soccer hasta que se resuelva una situación salarial con el Chelsea.

Google impulsa la IA generativa en sus nuevos Pixel

Los nuevos teléfonos de Google apuestan a la Inteligencia Artificial

MOUNTAIN VIEW / AFP

Google presentó el martes sus nuevos teléfonos inteligentes Pixel, dotados de mayor capacidad a partir de herramientas de inteligencia artificial (IA) generativa. En la sede del grupo de Mountain View, California, los Pixel 9 fueron presentados en sociedad junto con relojes con conectividad y otros accesorios. La estrella del show: la IA generativa, integrada en estos aparatos para permitir a los usuarios comunicarse con la máquina. El grupo californiano tiene una ventaja com-

parativa importante en la competencia por la IA: los datos de los usuarios, que puede recoger gracias a sus servicios ultra utilizados en el mundo como su sistema móvil Android o aplicaciones como YouTube, Google Maps y Gmail. Con estos datos, un asistente que funciona en base a IA podría ser accesible en todo momento y capaz de ejecutar muchas tareas en nombre del usuario. Gemini, el principal modelo de IA de Google puede proponer "ayuda personalizada" para "acceder a información en el correo, Gmail, el calendario y mucho más", dijo Shenaz Zack, una directora de los modelos Pixel, durante una conferencia de prensa. A pesar de su imperio



El nuevo teléfono Pixel, presentado por la compañía Google el 13 de agosto de 2024 en Mountain View, California (EEUU)

FOTO: AFP

del chino Xiaomi. Apple se lanzó a la IA generativa recientemente, con "Apple Intelligence", presentado en junio, un año y medio más tarde que el inicio de la carrera desenfadada por dominar esta tecnología lanzada por OpenAI con su ChatGPT. Los modelos Pixel 9 comportan un microchip concebido a medida para Gemini, capaz de comprender y producir datos en forma de textos, sonidos o imágenes. Podría permitir que el sistema tome una cita en la peluquería o el taller mecánico, redacte mensajes, encuentre capturas de pantalla y extraiga informaciones, entre otras cosas. También proponen "Gemini live", una aplicación que permite hablar con el asistente, disponible en inglés en todos los smartphones que traen Android. Esta aplicación permite, por ejemplo, entrenarse antes de una entrevista de trabajo.

online, Google no ha logrado dar el batacazo en el mundo de los smartphones, un mercado dominado por Apple y por el surcoreano Samsung, además

MONICA TRAVEL

LLAMENOS PARA RECIBIR TEXTOS CON TARIFAS ESPECIALES A SU PAIS!

El Salvador...\$298	San Jose\$298	Chile.....\$499	Mexico\$199
Guatemala...\$298	Bogota.....\$350	Ecuador.....\$390	Santo Domingo.\$199
Managua.....\$298	Buenos Aires..\$590	Peru\$425	Madrid\$499
Honduras.....\$298	Bolivia\$499	Uruguay.....\$599	Houston/Miami.\$199

*Precios sujetos a cambio sin previo aviso. Impuestos y cargos no estan incluidos. **GARANTIZAMOS LAS MEJORES TARIFAS DENTRO DEL AREA**

AGENCIA AUTORIZADA POR EUROPAMUNDO VACACIONES Y ROYAL CARIBBEAN CRUISES

SIGUENOS EN EL FACEBOOK PARA RECIBIR NUESTROS DESCUENTOS

Rockville 1331-K Rockville Pike Rockville, MD 20852	Hyattsville 7411 Riggs Road #214 Hyattsville, MD 20783	Falls Church 7202 Arlington Blvd. #302 Falls Church, VA 22042
--	---	--

301-294-1166 • 703-573-0001

Conrad Gaarder Escudero

ABOGADO, 30 años de experiencia

ACCIDENTES CON LESIONES PERSONALES, CASOS CRIMINALES, CASOS DE TRANSITO (RECKLESS, LICENCIA SUSPENDIDA, DWI), DIVORCIO DE MUTUO ACUERDO

10617 Johns St. Suite 301B (703) 522-4122 (703) 587-6188
Fairfax VA 22030 **PRIMERA CONSULTA GRATIS**

ATENDEMOS EN ESPAÑOL

VALDEMAR SOUTH TRAVEL

valdemartravel.com

Recuerde que viajes se escribe con "V" de Valdemar

BUENOS AIRES \$879	Honduras 390	Guadalajara 395
MONTEVIDEO \$843	Managua 395	Veracruz 329
SANTIAGO \$619	San Jose 420	Leon 395
ASUNCION \$795	Caracas 879	Los Angeles 197
	Panama 380	Miami 138
	Madrid 520	Monterrey 395

*Tarifas sujetas a cambio sin previo aviso. No incluyen impuestos.

ENVIAMOS DINERO A BOLIVIA, PERÚ MEXICO, ECUADOR, COLOMBIA, REPUBLICA DOMINICANA, ETC.

1010 Vermont Ave. NW Suite 100/ Wash., DC. 202-638-7385
1782 Columbia Rd., NW., Wash. DC. 202-387-9003
7676 New Hampshire Ave. Langley Park MD. 301-439-6460
474 N. Frederick Ave. , Gait. MD 301-977-2123
239 S. Broadway, Baltimore, MD 410-327-1305
6001 Leesburg Pike. Falls Church, VA 703-931-1295
2122 Forest Dr. Annapolis, MD / Tel. 301-261-8150
10 Hillcrest Dr. Frederick MD 21703 301-663-1011
1083 Ave. Larco- 202, Miraflores, Lima Perú 447.2559
3013-c Mountain Rd, Pasadena, MD 410-360-1295

LIMA \$460	SAN SALVADOR \$368
LA PAZ \$598	GUATEMALA \$372
BOGOTA \$372	MEXICO \$278

SI PIENSA VIAJAR LLAME A VALDEMAR (202) 638-7385

Escuche por

Radio La Grande

Los clásicos de los años 60 y 70 Más de 3,400 canciones.

radiolagrande.net

EN CAROLINA DEL NORTE
WRTG 1000 AM – Raleigh
WSRP 910 AM – Jacksonville
WLNR 1230 SM – Kinston
WGSB 1060 AM – Durham
WREV 1220 AM – Greensboro
WLLY 1350 AM – Wilson
WLLN 1370 AM – Lillington
WLLQ 1530 AM – Chapel Hill

Camilo Sesto, Raphael, Sandro, Rabito, Sabu, Nelson Ned, Marisol, Shophy, Lizzett, Yolandita Monge, Claudia, Alberto Vasquez, Enrique Guzman...

Nuevas regulaciones sobre el uso de teléfonos en escuelas

Implementación de normas estrictas para celulares estudiantiles

REDACCIÓN / WASHINGTON HISPANIC

El martes, un subcomité de la junta escolar se reunió para discutir en profundidad el plan de implementación de una nueva política que regula el uso de teléfonos celulares por parte de los estudiantes en el distrito. Bethany Zecher Sutton, Vicepresidenta de la Junta Escolar, ofreció declaraciones detalladas sobre los objetivos y razones detrás de esta política. “Los dispositivos móviles han demostrado ser una fuente significativa de distracción que interfiere con el aprendizaje en el aula. Nuestro propósito es asegurar que los estudiantes permanezcan enfocados en sus estudios y que los maestros puedan llevar a cabo su labor educativa sin las constantes interrupciones provocadas por



Los dispositivos móviles son una distracción que interfiere con el aprendizaje en el aula. Queremos que los estudiantes estén enfocados y que los maestros puedan enseñar sin interrupciones causadas por redes sociales o mensajes de texto.”

BETHANY ZECHER SUTTON

Vicepresidenta de la Junta Escolar

redes sociales, mensajes de texto y otras aplicaciones”, comentó Zecher Sutton. El plan de implementación presenta directrices específicas adaptadas a los diferentes niveles educativos del distrito. Para las escuelas primarias y secundarias, se ha establecido que los estudiantes deberán mantener sus teléfonos celulares en modo silencioso y guardados en sus mochilas o casilleros durante todo

el día escolar. Esta medida busca minimizar las distracciones y asegurar un ambiente de aprendizaje más efectivo. En las escuelas preparatorias, se permitirá que los estudiantes mantengan sus teléfonos en modo silencioso y fuera de uso solamente durante las clases. No obstante, tendrán la posibilidad de usar sus teléfonos entre clases y durante el almuerzo, lo cual se considera un equi-



Escuela en Arlington Virginia Washington-Liberty High School.

FOTO: AFP

librio entre la necesidad de desconexión en el aula y el uso responsable durante los periodos de descanso.

Zecher Sutton explicó que, hasta ahora, el distrito carecía de una política uniforme en cuanto al uso de dispositivos personales por parte de los estudiantes. Aunque muchas escuelas habían implementado políticas internas para restringir el uso de teléfonos, la falta de una normativa unificada a nivel distrital complicaba la aplicación coherente de estas reglas, particularmente en las escuelas secundarias y preparatorias. “La ausencia de una política centralizada llevó a que directores, administradores y maestros solicitaran una normativa coherente que se aplicara

en todo el distrito”, detalló Sutton.

El plan también aborda las excepciones para ciertos estudiantes, incluyendo aquellos con necesidades médicas o discapacidades. Zecher Sutton enfatizó que “Queremos asegurarnos de que cualquier estudiante que necesite su teléfono por razones médicas, como el monitoreo de su nivel de insulina, pueda tener acceso a él sin restricciones. Asimismo, consideraremos caso por caso situaciones especiales, como estudiantes que padecen ansiedad severa y podrían necesitar comunicarse con un padre, tutor o terapeuta durante el horario escolar”. Estas excepciones se han diseñado para ofrecer flexibilidad y apoyo adicio-

nal a los estudiantes que requieran un acceso especial a sus teléfonos por motivos justificados.

El nuevo enfoque sobre el uso de teléfonos celulares se alinea con las políticas recientemente adoptadas por las escuelas en los condados vecinos de Fairfax, Loudoun y Prince William, que han ajustado sus normativas para reflejar una postura más estricta en relación con el uso de dispositivos móviles por parte de los estudiantes. Con estas medidas, el distrito espera crear un entorno de aprendizaje más enfocado y libre de distracciones, mientras se asegura de que las necesidades individuales de los estudiantes sean debidamente consideradas y atendidas.



El Condado de Anne Arundel desea que usted:

Se proteja y también su Medicare

- Proteja su Medicare y números de Seguro social; nunca se los de a un extraño.
- Sea cauteloso de llamadas de “Medicare” o “Seguro Social” porque muy a menudo son llamadas de estafadores.
- Revise su estado de cuenta de Medicare de cobros sospechosos.
- Llame a su Senior Medicare Patrol (SMP) si usted tiene preguntas sobre su Medicare. Todas las llamadas son confidenciales. 410-222-4257



Este proyecto cuenta con el apoyo de la Administration for Community Living (ACL) del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de EE. UU. como parte de una ayuda financiera que asciende a \$32,162, con financiación del 100 por ciento por parte de ACL/HHS. Los contenidos son responsabilidad de los autores y no representan necesariamente los puntos de vistas oficiales, ni una aprobación por parte de ACL/HHS, ni tampoco del Gobierno de EE. UU.



PARIS
2024

Los Ángeles se prepara para los Juegos 2028

Los Ángeles recibe la bandera olímpica y se alista para 2028

ROMAINFONSEGRIVES
LOS ANGELES/AFP

El relevo es oficial: la bandera olímpica llegó este lunes a Los Ángeles, donde tienen cuatro años para organizar Juegos capaces de rivalizar con el espectáculo ofrecido por París.

La alcaldesa de la ciudad, Karen Bass, llegó en un avión decorado con dibujos

de palmeras y con el logo de "LA 2028", y recorrió la pista llevando el estandarte con los cinco aros olímpicos en compañía de varios atletas estadounidenses.

La regidora aseguró que Los Ángeles tiene "mucho que aprender" de París y destacó la capacidad que tuvieron para organizar "Juegos Olímpicos para todos" con actividades paralelas previstas para aquellos que no tenían entradas.

"Tenemos la presión de asegurarnos de que nues-

tra ciudad y nuestra región están preparadas", aseguró Karen Bass, que también afirmó que "hay que pisar el acelerador".

Justo antes de su llegada, un terremoto de magnitud 4,6 a las afueras de la ciudad, recordó los desafíos singulares a los que se enfrenta Los Ángeles.

"Evidentemente tenemos que asegurar que estamos listos y preparados para hacer frente a situaciones como los posi-



Californianas reciben a la bandera olímpica en el aeropuerto de Los Ángeles, el 12 de agosto de 2024. FOTO: AFP

bles temblores de tierra, e igualmente debemos estar listos para situaciones climáticas difíciles", subrayó la alcaldesa de una ciudad bastante afectada por el calentamiento del planeta.

El transporte, gran desafío

Sin embargo el gran desafío será sin duda el transporte.

Bass quiere unos "Juegos sin coches", una promesa más que ambiciosa para los californianos que están acostumbrados a usar su vehículo particular en una ciudad grandísima atravesada por autopistas gigantes donde los atascos son algo habitual.

"Soy escéptico acerca

de que podamos conseguirlo pero lo vamos a intentar", comentó a AFP James Moore, especialista en transportes de la Universidad de California del sur (USC).

El metro y los trenes de cercanías tienen una capacidad minúscula para los diez millones de habitantes de Los Ángeles. Las autoridades podrían traer 3.000 autobuses de otras partes del país y crear carriles reservados.

El comité organizador, prudente, habla solamente de que será una "prioridad el transporte público": a nadie se le impedirá conducir, pero no todos los sitios olímpicos tendrán aparcamiento.

Hollywood y los sin techo

Como se mostró en un vídeo difundido en la ceremonia de clausura, donde Tom Cruise se descolgaba del techo del estadio para llevar la bandera olímpica y los aros hasta las letras de Hollywood que hay en Los Ángeles, la ciudad es la capital mundial del cine y el entretenimiento.

"Somos creativos, contamos historias y tenemos deporte y diversidad" dijo a AFP Reynold Hoover, director general del comité organizador.

La ciudad de Los Ángeles ya cuenta con instalaciones que pueden albergar a los deportistas de todo el mundo.

■ A 2 AÑOS DE CÁRCEL

Condena a 4 colombianos por robos en París

MARYAM
EL HAMOUCHI / AFP

Cuatro colombianos, tres hombres y una mujer, fueron condenados el lunes a dos años de cárcel por el tribunal correccional de Bobigny por robos en sitios olímpicos en París. A los condenados, con edades entre 24 y 43 años, se les prohibió ingresar a Francia durante diez años después de cumplir su pena y deberán pagar una multa de 5.000 euros.

La investigación comenzó el 28 de julio tras el robo de una cámara valorada en 15.000 euros de la empresa Beijing Momenta Media y la denuncia del atleta estadounidense Ben



El regatista peruano Stefano Peschiera posa con su medalla de bronce el 7 de agosto de 2024. FOTO: AFP

Hallock por la sustracción de su acreditación. Las cámaras de videovigilancia ayudaron a identificar a los delincuentes, mostrando a una mujer vigilando mientras uno de los hombres robaba.

Los ladrones, que se hacían pasar por turistas o miembros de la

organización, también robaron en restaurantes y hoteles. Durante el registro se encontraron divisas y comprobantes de transferencias, pero muchos objetos robados no fueron recuperados. El caso destaca entre los pocos incidentes relacionados con los Juegos en la región parisina.



Obtenga su cobertura.
Mantenga su cobertura.



LA VIDA PUEDE SER IMPREDECIBLE

Los períodos de inscripción especial (SEP) son para esos momentos impredecibles y cambios en la vida.

Para saber si califica para inscribirse en un seguro de salud de calidad, visite DCHealthLink.com/SEP.

- Primas más bajas disponibles
- 27 planes diferentes para satisfacer sus necesidades y presupuesto
- Los planes cubren visitas al consultorio, medicamentos recetados y más

NO SE DEMORE, INSCRÍBASE HOY
DCHealthLink.com • (855) 532-5465 / TTY: 711

CIRQUE DU SOLEIL®

OVO™



SEPT 11 – 15
CAPITAL ONE ARENA



OFFICIAL PARTNER



Cualquier persona puede ser víctima de una estafa o fraude.

8 consejos para mantenerse a salvo de las estafas

Los estafadores siempre están buscando maneras de engañar a los consumidores para quitarles el dinero fruto de su esfuerzo. Sin embargo, hay medidas que puedes tomar para protegerte a ti mismo y a tus seres queridos. Estar alerta e informado son las mejores defensas para detener a los estafadores.

Es importante conocer las señales de una estafa y proteger siempre tu información personal y tus números de cuenta, pues estas son las cosas que más persiguen los estafadores. En general, recuerda que cualquier cosa que suene extremadamente urgente, demasiado buena para ser verdad o sospechosa, es muy probable que sea una estafa.

Puedes ignorar, bloquear y eliminar llamadas y mensajes que no reconocas. Si un mensaje sospechoso dice que algo está mal con una transacción o un cargo en tus cuentas, no confíes en el identificador de llamadas y llama al número que aparece en el reverso de tu tarjeta. Algunas estafas comunes incluyen:

Ten cuidado con ese correo electrónico, mensaje de texto o llamada de "tu banco"

Los estafadores pueden hacerse pasar por bancos, empresas de servicios públicos y agencias gubernamentales para engañar a los consumidores y quitarles su dinero. Los estafadores se pondrán en contacto con las víctimas por teléfono o mensaje de texto, exigiendo dinero para garantizar que no ocurra algo en sus cuentas. A veces, dicen que necesitan la información de tu cuenta para investigar actividades sospechosas. Te "embaucan" o te engañan suplantando la información del identificador de llamadas de tu banco o con enlaces de sitios web que parecen legítimos. Si alguien te llama y te dice que hay algo mal en tu cuenta, cuelga y llama a tu banco directamente al número que aparece en el reverso de tu tarjeta de débito o crédito.



Es importante conocer las señales de una estafa y proteger siempre tu información personal.

FOTO: CORTESÍA

No dejes que tus tiendas favoritas te engañen

Los estafadores afirmarán ser una compañía con la que podrías estar familiarizado y manifestarán que hay un problema con tu cuenta o con un pedido reciente, o te enviarán un recibo de productos falso para incitar a disputarlo. Realiza compras solo en sitios web y proveedores de confianza. Evita los vendedores privados o sitios web con ventas a precios que parezcan demasiado buenos para ser verdad. Nunca salgas de una plataforma en línea para cerrar un trato o comunicarte con un comprador o vendedor.

Ten cuidado con las estafas por alquiler

Los estafadores pueden hacerse pasar por arrendadores que buscan alquilar una propiedad y convencer a la víctima de que envíe un depósito para reservarla. Asegúrate de que el anuncio aparezca en varias plataformas de internet y de que tenga

una descripción detallada, información de contacto y buenas reseñas de los clientes. Si es posible, reúnete con el arrendador en persona y visita la propiedad para asegurarte de que la oferta de alquiler sea legítima antes de cumplir con cualquier solicitud de transferencia de dinero.

Ten cuidado con las ofertas de soporte técnico

Algunos estafadores afirmarán que hay problemas con tu computadora haciéndose pasar por soporte técnico y te animarán a hacer clic en enlaces sospechosos a través de mensajes de texto o ventanas emergentes en tu computadora para ayudar a resolver tu "problema". Si una persona que llama dice que tu computadora tiene un problema, cuelga. Nunca le des a nadie acceso remoto a tu computadora, a menos que puedas verificar al 100% quiénes son. Si estás preocupado por un virus u otra amenaza, llama directamente a tu compañía de software de seguridad, utilizando el

número de teléfono de su sitio web.

Mantente alejado de la publicidad maliciosa ("malvertising")

Los estafadores ponen números de teléfono falsos en buscadores y anuncios por internet con el nombre de empresas legítimas, como bancos o aerolíneas. Las personas llaman a esos números y las engañan para que compartan la cuenta u otra información personal. Evita esta publicidad engañosa o "malvertising" al escribir la URL completa de la compañía en la barra de dirección, en lugar de ingresar el nombre de la compañía en la barra de búsqueda, y no hagas clic en anuncios de búsqueda.

Ten cuidado con las estafas de "ultra-falsos" ("deep fake") o de inteligencia artificial (IA)

La tecnología inteligente permite a los estafadores duplicar voces familiares y engañar a los consumidores para quitarles su dinero e infor-

mación personal. Los estafadores pueden ganarse la confianza de las víctimas al fingir ser un familiar cercano o amigo que necesita dinero. Sé extremadamente cauteloso con amigos o familiares que llaman de repente y necesitan ayuda. Cuelga y vuelve a llamarlos a un número que sepas que es suyo o llama a otra persona que los conozca.

La forma en la que pagas sí importa

Los métodos de pago digitales pueden ayudar a limitar el acceso a los estafadores a encontrar tu cuenta bancaria. Sin embargo, cuando envíes dinero digitalmente, asegúrate siempre de que conoces y confías en la persona a la que le estás enviando dinero. Si envías dinero, es posible que no lo recuperes si se trata de una estafa.

Ten calma y seguridad

Incluso si no eres consciente de todas las amenazas emergentes, puedes protegerte para no convertirte en una víctima al negarte a proporcionar tu

información personal o bancaria, en caso de que alguien se ponga en contacto contigo por correo electrónico, mensaje de texto o teléfono. Crear contraseñas seguras para tus cuentas por internet y cambiarlas a menudo también puede ayudar a proteger tu huella digital.

La mejor defensa es mantener la calma y la seguridad, y utilizar la tecnología a tu favor: ignorar, eliminar y bloquear llamadas, mensajes o correos electrónicos de fuentes que no reconocas y recordar que los bancos nunca solicitarán información personal cuando te llamen ni te instarán a enviar dinero.

Si te conviertes en víctima, no te avergüences e infórmalo a tu banco. Además, cuéntales a tu familia y amigos acerca de tu experiencia para que también ellos puedan mantenerse muy alerta.

Para obtener más consejos sobre prevención de fraudes y estafas, visita chase.com/es/digital/resources/privacy-security, y www.ftc.gov.

Contenido patrocinado por JPMorgan Chase

Tensión política en redes sociales

Ciberataque retrasa polémica charla entre Musk y Trump

LOS ANGELES,
ESTADOS UNIDOS /
AFP

El magnate Elon Musk y el candidato republicano a la Casa Blanca, Donald Trump, hablaron en la red X de la inmigración ilegal, comparada con un “apocalipsis zombi”, y del desempeño del presidente demócrata Joe Biden, en un diálogo cuyo inicio se retrasó por un ciberataque “masivo” a la plataforma.

La que se había anunciado como una conversación “sin límites” comenzó con más de media hora de retraso y múltiples usuarios no pudieron escucharla en directo, en un embarazoso revés.

Musk hizo responsable de la demora a “un ataque masivo de DDOS”, un tipo de asalto cibernético conocido como de denegación de servicio que excede la capacidad de respuesta

del sitio.

El intercambio pudo comenzar finalmente poco después de las 20H30 locales. En torno a las 20H50, el chat contaba con más de un millón de participantes en la cuenta de Trump en X.

“Este ataque masivo ilustra la oposición de muchas personas a simplemente escuchar lo que el presidente Trump tiene que decir”, dijo el magnate.

En su diálogo con Musk, Trump arremetió contra la inmigración ilegal al volver a prometer “la deportación más grande de la historia” de Estados Unidos, en medio de falsas afirmaciones de que el flujo masivo de migrantes durante la administración Biden ha hecho aumentar la criminalidad.

El republicano también aprovechó la entrevista para especular sobre un sistema de defensa de misiles basado en uno como el que actualmente usa Israel.

El cambio climático también fue parte del intercambio entre los dos millonarios.

“La mayor amenaza no es el calentamiento global, cuando el océano subirá un octavo de pulgada en los próximos 400 años”, aseguró el candidato republicano.

“Es el calentamiento nuclear, porque ahora tenemos cinco países que tienen un significativo poder nuclear”, explicó Trump.

Regreso a X

El expresidente fue expulsado de Twitter después de que miles de sus partidarios asaltaran el Capitolio estadounidense el 6 enero de 2021, pero Musk lo reincorporó cuando compró y rebautizó la plataforma al año siguiente.

Hasta ahora, Trump no había tomado el control de su antiguo canal de comunicación favorito y seguía utilizando su propia plata-



Combo de imágenes creado el 12 de agosto de 2024 del expresidente de EEUU Donald Trump (i) y el magnate de la tecnología Elon Musk

FOTO: AFP

forma, Truth Social, para sus publicaciones diarias.

Pero una andanada de mensajes emitidos el lunes, entre videos de campaña y la promoción de la entrevista, señaló el regreso a X del aspirante presidencial, que trata de relanzar su campaña luego de que la demócrata Kamala Harris entrara en la carrera tras la retirada del presidente Biden.

Elon Musk, que afirmó que antes votaba a los demócratas, decidió apoyar a Trump desde el intento de asesinato que el expresidente sufrió durante un mitin el mes pasado.

Musk, considerado por

la revista Forbes como la persona más rica del mundo, ha emergido como una voz importante en la política estadounidense, pero se le acusa de convertir X tras comprarla en un megáfono para las teorías conspirativas de la derecha.

Musk es uno de los críticos más acérrimos de los demócratas, y aprovecha sus más de 194 millones de seguidores en X para atacar los esfuerzos liberales por la diversidad y la inclusión, además de apuntar constantemente contra la gestión de la Casa Blanca en la frontera con México.

Unas horas antes de la

entrevista de este lunes, el comisario europeo de Asuntos Digitales, Thierry Breton, advirtió a Musk enviándole una carta para recordarle sus obligaciones de moderación.

En un provocador mensaje, el dueño de X le respondió con un meme insultante, al asegurar que nunca se atrevería a publicar algo “tan grosero e irresponsable”.

La Unión Europea “debería ocuparse de sus propios asuntos y no intentar interferir en las elecciones presidenciales estadounidenses”, añadió Steven Cheung, portavoz de Trump.

¡NUEVA vacuna actualizada contra el COVID-19!

Protejamos a nuestros seres queridos. Juntos, podemos combatir el virus.



(844) 796-2797

Escanee el código QR para más información



Si usted no tiene seguro médico, pregunte por el Bridge Access Program. Este programa ofrece vacunas COVID-19 gratuitas.



Suspendido después de ser arrestado

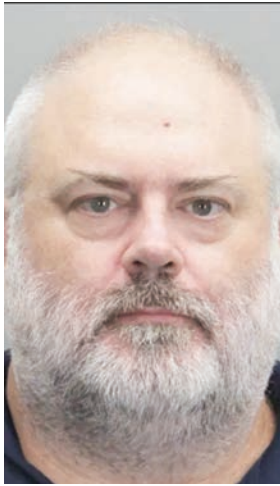
Profesor de Fairfax acusado de solicitar sexo a un menor

GAITHERSBURG, MD / WASHINGTON HISPANIC

Un maestro de las Escuelas Públicas del Condado de Fairfax (FCPS) fue suspendido después de ser arrestado y acusado de cinco cargos de solicitud de un menor en el Condado de Frederick, Maryland, según informaron funcionarios de FCPS.

El 1 de agosto, un detective de la Oficina del Sheriff del Condado de Frederick estaba realizando una investigación en línea, haciéndose pasar por una niña de 15 años.

Las autoridades dijeron que David Clay Murray



David Clay Murray muestra al sospechoso. FOTO: FAIRFAX COUNTY POLICE DEPARTMENT

rray, de 48 años, inició la comunicación con el detective encubierto a través de una aplicación de mensajería. Murray fue identificado como maestro y entrenador de

fútbol en la escuela secundaria Langley High School.

El detective le informó a Murray varias veces durante su conversación que estaba hablando con una niña de 15 años, según las autoridades.

Murray continuó manteniendo una conversación sexual con el detective encubierto y solicitó varios actos sexuales, según las autoridades.

La investigación llevó a los detectives a obtener una orden de arresto por la solicitud sexual de un menor. Murray fue arrestado en el Condado de Fairfax el 9 de agosto y actualmente está a la espera de ser extraditado de vuelta a Maryland, según informaron las autoridades.

Vista por última vez en Manassas Park.

Desaparecida: La policía busca a una mujer de 28 años

MANASSAS PARK VIRGINIA / WASHINGTON HISPANIC

El Departamento de Policía de la Ciudad de Manassas Park está solicitando la ayuda del público para localizar el paradero de una mujer que no ha sido vista desde el 31 de julio.

La policía informó que Mamta Kafle, de 28 años, fue vista por última vez en Manassas Park y no ha tenido contacto con su familia y amigos desde su desaparición. Los oficiales respondieron a su hogar el 2 de agosto después de recibir una solicitud de verificación de bienestar de su empleador, y su esposo reportó su desaparición el 5 de agosto, según la policía. Llamar con cualquier información al 703-361-1136



Mamta Kafle, de 28 años, fue vista por última vez en Manassas Park y no ha tenido contacto con su familia y amigos desde su desaparición.

FOTO: FAIRFAX COUNTY POLICE DEPARTMENT

LEGAL NOTICE

El servicio Lifeline en el Distrito de Columbia es provisto por Verizon Washington, DC Inc. y Verizon Online LLC

Lifeline es un programa de asistencia del gobierno respaldado por la Comisión de Servicios Públicos del Distrito de Columbia y la Comisión Federal de Comunicaciones. Verizon ofrece los siguientes servicios Lifeline como proveedor de servicios de telecomunicaciones elegible:

- Línea de voz de marcación por tono y uso local ilimitado — \$1 - \$3 al mes (después de descuentos federales y estatales)
- Banda ancha (internet) — descuento mensual de \$9.25 en cualquier plan de Fios

Solo los consumidores elegibles se pueden inscribir en los programas.

Puedes calificar para recibir el servicio Lifeline si puedes demostrar que participas en ciertos programas de asistencia del gobierno o que tu ingreso anual está en o por debajo del 135% de la Guía de Pobreza Federal. Si calificas según tus ingresos, se te pedirá que proporciones una declaración de ingresos. Para ver la lista de programas de asistencia del gobierno que participan o la guía de ingresos, por favor consulta el formulario de solicitud de tu estado en este sitio web: <https://dcpsc.org/>.

Además, el programa Lifeline está limitado a un descuento por hogar, ya sea una línea fija, móvil o banda ancha (internet). Es necesario que certifiques y aceptes que ningún otro miembro de tu hogar recibe un servicio Lifeline de Verizon o de algún otro proveedor.

El servicio Lifeline no es un beneficio transferible.

Los consumidores que intencionalmente den falso testimonio para obtener el beneficio pueden ser castigados con una multa o encarcelamiento, o pueden ser vetados del programa.

Debes cumplir con ciertos requisitos de elegibilidad para calificar para el servicio Lifeline. Puedes obtener una solicitud para el servicio Lifeline de Verizon en este sitio web: www.verizon.com/lifeline o puedes recibir una solicitud por correo postal llamando al 1.800.VERIZON (1.800.837.4966).

Para recibir más información, también puedes comunicarte con la Compañía Administradora del Servicio Universal (USAC, por sus siglas en inglés), la cual administra Lifeline para la FCC, llamando al (1.800.234.9473) o entrando a su sitio web en www.LifelineSupport.org.

Todas las tarifas, términos y condiciones incluidos en este aviso están sujetos a cambio. Para información y tarifas actuales del servicio Lifeline de Verizon, visita www.verizon.com/tariffs. Consulta el enlace "Información de Lifeline de Verizon" para precios específicos por estado.

La policía investiga el incidente, pidiendo colaboración de testigos.

Tres personas hospitalizadas tras un tiroteo nocturno en el noreste de DC

WASHINGTON DC / WASHINGTON HISPANIC

Tres personas se encuentran hospitalizadas tras un violento tiroteo nocturno que tuvo lugar en el noreste de Washington, D.C., en la noche del martes. Según las primeras informacio-

nes proporcionadas por la policía, dos hombres y una mujer resultaron heridos en el incidente, el cual ocurrió en la cuadra 3700 de Minnesota Avenue, cerca de las 11:40 p.m.

Cuando los oficiales de D.C. respondieron a la llamada de emergencia, encontraron a un hombre y a una mujer con heridas de bala en el lugar. Poco después, un tercer hom-

bre, también herido, fue hallado en una estación de bomberos cercana, lo que sugiere que su lesión está relacionada con el mismo tiroteo. Aunque las autoridades no han dado a conocer detalles sobre el motivo del tiroteo, la rápida respuesta de los servicios de emergencia permitió trasladar a las tres víctimas a hospitales locales, donde recibieron tratamiento por heridas que, afortunadamente, no ponen en peligro sus vidas.

La investigación para determinar las circunstancias exactas del tiroteo está en curso. Los detectives trabajan arduamente para identificar a los responsables y esclarecer el motivo detrás de este ataque. En un esfuerzo por avanzar en la investigación, la policía de D.C. ha solicitado la colaboración de la comunidad. Cualquier persona que tenga información sobre el incidente está siendo instada a comunicarse con la Policía de D.C. llamando al 202-727-9099 o enviando un mensaje de texto al 50411. La participación ciudadana es crucial para ayudar a las autoridades a resolver este caso y garantizar la seguridad en la comunidad.

Oficinas Legales

KIRK RANKIN & ASOCIADOS

Accidentes

Inmigración

Bancarrota

Preocupados por su estatus inmigratorio?

Tiene orden de deportación o caso criminal?

Todavía existen oportunidades para obtener la residencia

LLAMENOS HOY

WWW.KIRKRANKIN.COM PARQUEO GRATIS HABLAMOS ESPAÑOL

OFICINA VIRGINIA

6231 Leesburg Pike, Suite 106
Falls Church, VA 22044

703-532-2700

OFICINA MARYLAND

11002 Veirs Mill Rd, Ste. 600,
Wheaton, MD 20902

301-933-4648

Crisis electoral en Venezuela

Maduro defiende su reelección tras informe de ONU

JAVIER TOVAR
CARACAS,
VENEZUELA / AFP

Las autoridades venezolanas rechazaron un informe de expertos de la ONU que denuncia la falta de "transparencia" en las elecciones presidenciales

del 28 de julio, que otorgaron la victoria a Nicolás Maduro. El Consejo Nacional Electoral (CNE) calificó el informe como "plagado de mentiras" y acusó a la ONU de una "intencionalidad política perversa". El informe, inicialmente privado para el secretario general de la ONU, António Guterres, fue publicado con una ver-

sión preliminar que critica la falta de "transparencia e integridad" en el proceso electoral.

Maduro fue proclamado ganador con el 52% de los votos, pero la oposición, encabezada por María Corina Machado, sostiene que hubo fraude y reclama la victoria de su candidato, Edmundo González Urrutia. Las



El mandatario venezolano, Nicolás Maduro, estrecha la mano del jefe del Consejo Nacional Electoral (CNE), Elvis Amoroso, durante su proclamación en la sede del CNE en Caracas el 29 de julio de 2024, un día después de las elecciones presidenciales

FOTO: AFP

protestas por los resultados electorales han dejado 25 muertos, 192 heridos y más de 2.400 detenidos, lo que Maduro ha calificado como un intento de "golpe de Estado".

El CNE no ha publicado el desglose de los resultados, alegando que su sistema fue víctima de un "ciberataque terrorista" que ha mantenido su sitio web inactivo más de 15 días después de las elecciones. La ONU advirtió que la falta de detalles y la no divulgación de los resultados tabulados a los candidatos es un hecho sin precedentes en elecciones democráticas. El CNE, sin embargo, sostiene que se aplicaron "protocolos de

contingencia" y que el resultado a favor de Maduro es "irreversible".

Maduro ha acusado a las redes sociales de ser utilizadas para atacar su reelección, suspendiendo X por 10 días y promoviendo un boicot contra WhatsApp. El mandatario ha prometido "mano de hierro" contra la violencia que atribuye a Machado y González Urrutia, y ya ha pedido cárcel para ambos.

Desde la Casa Blanca, la portavoz Karine Jean-Pierre aseguró que "el CNE no ha proporcionado un escrutinio detallado porque demostraría que Edmundo González ganó la elección". La oposición, por su parte, publicó co-

pias del 80% de las actas, afirmando que demuestran su victoria, mientras que el chavismo sostiene que son documentos falsificados.

Maduro ha solicitado al Tribunal Supremo de Justicia (TSJ), acusado de estar alineado con el gobierno, que "certifique" el resultado, un proceso que la oposición considera improcedente. Enrique Márquez, excandidato opositor y exrector del CNE, ha denunciado la "opacidad completa" en el manejo del expediente electoral y ha solicitado una investigación penal contra las autoridades comiciales, exigiendo el conteo del 100% de las urnas electorales.

■ Y 3 PERSONAS HERIDAS

Ecuador: 5 muertos en enfrentamiento minero

QUITO,
ECUADOR / AFP

Al menos cinco personas murieron y tres resultaron heridas en un violento enfrentamiento entre grupos criminales armados en una zona minera del sur de Ecuador, conocida por su riqueza mineral y codiciada por organizaciones del narcotráfico, informó la Policía.

"Esta mañana, se habría registrado un ataque entre integrantes de grupos armados organizados que causó el deceso de 5 personas y 3 heridos, en una mina del cantón Camilo Ponce Enríquez", señaló la Policía en su cuenta en la red social X.

Medios locales reportaron que el tiroteo, ocurrido alrededor de las 07:00 locales (12:00 GMT), se prolongó durante 30 minutos, enfrentando a bandas criminales que se disputan el control de esta zona minera, ubicada en la provincia de Azuay. Los reportes mencionan que en el lugar del incidente se encontraron dos cuerpos decapitados y uno incinerado.

Ponce Enríquez, donde el entonces alcalde José Sánchez fue asesinado a tiros en abril, es una de las 20 localidades bajo un toque de queda nocturno de siete horas, decretado por el presidente Daniel Noboa para combatir la violencia en Ecuador.



Ataque entre integrantes de grupos armados organizados que causó el deceso de 5 personas y 3 heridos, en una mina del cantón.

FOTO: AFP

Además, ese poblado y cinco de las 24 provincias de la nación están bajo estado de excepción por 60 días desde el 2 de julio.

Laminera ilegal es una actividad altamente ambicionada por las bandas criminales, con el potencial de generar entre 800 millones y 1.000 millones de dólares anuales, según un artículo de los investigadores Renato Rivera y Carlos Bravo.

La banda Los Lobos, que controla y opera unas veinte minas en Ponce Enríquez, obtiene ganancias estimadas en 3,6 millones de dólares mensuales, de acuerdo con el portal Código Vidrio. Este grupo es una de las principales organizaciones criminales que operan en Ecuador, formando parte de una veintena de bandas que se disputan las rutas del narcotráfico y han desatado un récord de violencia en el país, con 17 millones de habitantes. El gobierno ha respondido con un aumento de la pre-

sencia policial y militar en las calles y cárceles.

En esta zona minera, 49 personas, incluidas una menor de edad, fueron liberadas en julio durante un operativo contra Los Lobos, quienes las mantenían secuestradas en una galería subterránea.

En otro incidente reciente, tres policías fueron asesinados en un enfrentamiento con una agrupación armada en Joya de los Sachas, una localidad amazónica también bajo medidas restrictivas de movilidad. Ante el aumento de la violencia, Noboa declaró a Ecuador un conflicto armado interno y desplegó a las Fuerzas Armadas para combatir a las bandas criminales.

Con estas medidas, la tasa de muertes violentas se redujo en un 21% entre enero y julio de este año, según el Ejecutivo.

Este resumen mantiene los puntos clave y detalles más relevantes del texto original.



Si necesita seguro de automóvil en Maryland y Washington DC, nosotros le ofrecemos:

- Cobertura Inmediata
- Mínimo Pago Inicial
- Facilidades de Pago Mensuales
- Asistencia en la Obtención de su título y placas
- Seguros Comerciales, Casas,
- Diplomáticos, Motociclistas.



Seguros

Member
Travelers
Group



**Silvia
Caceres
Díaz**
Agente Broker
de Seguros

Telf.
(301) 593-8683

10016-B
Colesville Rd.
Silver Spring,
MD 20901
Four Corners

Alberto Fernández bajo investigación judicial

Expresidente argentino acusado por fiscalía por violencia de género

MARTÍN RASCHINSKY
BUENOS AIRES,
ARGENTINA / AFP

La fiscalía pidió este miércoles la imputación del expresidente argentino Alberto Fernández (2019-2023) por “lesiones leves y graves” y “amenazas coactivas” contra su expareja Fabiola Yáñez, que lo denunció por violencia de género.

“Conforme los hechos relatados en el punto anterior, considero que los mismos podrían encuadrar en los delitos de lesiones leves y graves, doblemente agravadas y amenazas coactivas”, dijo en un escrito el fiscal Ramiro González, quien aguarda la firma del juez a cargo de la causa, Julián Ercolini, para que se haga efectiva la imputación.

“Esto es requerimiento fiscal de imputación, ahora el juez resuelve”, explicó a la AFP una fuente cercana a la causa, que pidió no revelar su identidad y aseguró que es muy poco probable que el juez desestime el pedido de imputación.

El fiscal señaló que Yáñez “sufrió una relación atravesada por hostigamiento, acoso psicológico

y agresiones físicas en un contexto de violencia de género e intrafamiliar”, por parte de Fernández.

El 6 de agosto, la ex primera dama denunció por violencia física y psicológica al expresidente. Dos días más tarde, se publicaron en la prensa local presuntos chats y fotos en las que se le ve con moretones en el rostro y el brazo, lo que generó un revuelo en la dirigencia política argentina que salió unánimemente a repudiar a Fernández.

El lunes, la denunciante presentó un escrito de 20 páginas en donde detalla las circunstancias de los golpes y el martes declaró por primera vez ante el fiscal González desde Madrid, donde reside actualmente.

Fernández negó haber violentado físicamente a Yáñez en una entrevista que dio al medio español El País y otra al sitio web local El Cohete a la Luna.

Los hechos

En su escrito, el fiscal describió nueve hechos de violencia que Yáñez relata haber sufrido, entre los que se destaca un aborto obligado por Fernández a través de “un plan que constituyó destrato, negación de la palabra, hostigamiento y

frases como ‘hay que resolverlo, tenés que abortar’”.

González también evocó dos escenas de 2021, en las que Fernández habría sujetado del brazo y golpeado en el ojo a la denunciante, provocándole lesiones visibles.

Al menos una de estas lesiones habría sido fotografiada por Yáñez y enviada a la secretaria privada de Fernández, María Cantero.

Fue del celular de Cantero de donde surgió la investigación por la presunta violencia de Fernández, ya que el juez Ercolini halló esa foto y otros mensajes que relataban agresiones de parte del expresidente, y contactó a Yáñez para anoticiarla.

En principio, Yáñez no quiso presentar la denuncia, pero luego se retractó.

Otra de las impactantes escenas presentadas por el fiscal González ocurrió, según la denunciante, el 12 de agosto de 2021, cuando el exmandatario le habría propinado una patada en el vientre, “conociendo que la nombrada podría estar embarazada en ese momento”.

Tuvo lugar el mismo día que se filtró a la prensa la denominada “foto de Olivos”, donde Fernández y Yáñez son vistos con varias personas en un festejo de cumpleaños en la resi-



El expresidente de Argentina Alberto Fernández en al Casa Rosada el 25 de abril de 2023

FOTO: AFP

dencia presidencial cuando estaban prohibidas las reuniones por la pandemia de covid-19.

Los testigos

El fiscal González citó a declarar a la madre de Yáñez, Miriam Yáñez Ver-

dugo, quien reside con ella actualmente en Madrid.

También deberá acudir a los tribunales el doctor Federico Saavedra, médico de la Unidad Médica Presidencial y quien, según Yáñez, la atendió luego de una de las presuntas gol-

pizas propinadas por Fernández.

Serán citados además Cantero y Daniel Rodríguez, intendente de la Quinta de Olivos, ubicada en las afueras de Buenos Aires y donde vivieron Fernández y Yáñez entre 2019 y 2023.

■ LÓPEZ OBRADOR Y MILEI: POSTURAS OPUESTAS

Presidente de México declina recibir a Milei



Los presidentes de Argentina, Javier Milei (izq.), el 21 de junio en Madrid, y de México, Andrés Manuel López Obrador, el 11 de junio en Ciudad de México. FOTO: AFP

MÉXICO,
MÉXICO / WH

El presidente de México, Andrés Manuel López Obrador, descartó este martes reunirse con su homólogo argentino, Javier Milei, durante una visita que tiene prevista a Ciudad de México a finales de agosto para encontrarse con empresarios y participar en una cumbre conservadora.

“No coincido con su manera de pensar y su forma de ser”, dijo el mandatario izquierdista mexicano en su habitual rueda de prensa matutina, sobre los motivos para no recibir al ultraliberal Milei.

El presidente argentino participará en un

foro organizado por el capítulo mexicano de la Conferencia de Acción Política Conservadora (CPAC), informó en Instagram el actor Eduardo Verástegui, quien buscaba ser candidato presidencial en las elecciones del 2 de junio pasado en México, aunque no logró las firmas necesarias para aparecer en la boleta.

López Obrador señaló que, en todo caso, el gobierno de Milei no ha solicitado una reunión.

El voceropresidencial de Argentina, Manuel Adorni, confirmó este martes que Milei viajará a México el 23 de agosto para un encuentro con empresarios. “Entiendo que al día siguiente aprovecharé de participar en la CPAC México”, detalló en una rueda de prensa.

El encuentro se celebrará en un hotel de la exclusiva zona de Polanco en la capital mexicana. Además de Milei, se espera la presencia de la senadora colombiana María Fernanda Cabal y del diputado brasileño Eduardo Bolsonaro, hijo del exmandatario Jair Bolsonaro.

López Obrador y Milei han hecho públicas sus diferencias desde que el argentino lo llamó “ignorante” y el mandatario mexicano respondió diciendo que no comprendía “cómo los argentinos, siendo tan inteligentes, votaron por alguien que no está exacto, que desprecia al pueblo”.

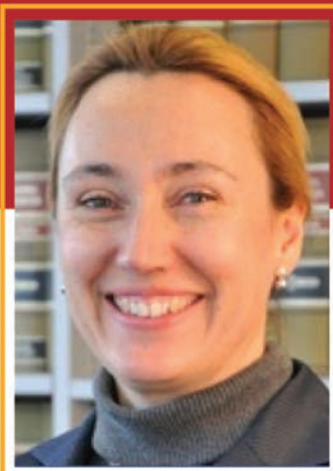
Antes, López Obrador se había referido a Milei como “facho conservador”.

Elliot & Chatain PLLC

Buscas ayuda en Español
¡Llama ahora!

Abogados serios que te ofrecen
guía y orientación legal
en tus problemas de Inmigración

La primera consulta es gratis
Se habla español.



Email: FChatain@elliotchatain.com

202 431 0092

Acusan a cinco personas por la muerte por sobredosis del actor Perry



El actor Matthew Perry, visto aquí en 2003, murió el año pasado por una sobredosis de ketamina, según las autoridades judiciales.

FOTO: AFP

**WASHINGTON
HISPANIC/AFP**

Cinco personas fueron acusadas por la muerte el año pasado por una sobredosis de ketamina del actor Matthew Perry, estrella de la popular serie "Friends", informó el jueves un fiscal federal de Estados Unidos.

"Los acusados se aprovecharon de los problemas de adicción de Perry para enriquecerse. Sabían que lo que hacían estaba mal. Sabían que era un riesgo muy grande para Perry, pero lo hicieron igualmente", dijo Martin Estrada, fiscal del

estado de California (oeste).

"Al final, estos acusados estaban más interesados en sacar provecho del señor Perry que en preocuparse por su bienestar", subrayó Estrada.

Red clandestina

Los cinco incluyen a dos médicos y el asistente del actor.

Uno de los médicos, Salvador Plasencia, enfrenta hasta 120 años de reclusión en una prisión federal, dijo Estrada, quien consideró que ese galeno detenido era particularmente cínico.

"Me pregunto cuánto va a pagar este imbécil" dijo Plasencia en referencia

a la transacción que debía hacer con Perry, según un mensaje de texto que escribió en septiembre de 2023 y que los investigadores descubrieron.

El fiscal explicó que la investigación de este sonado caso "reveló la existencia de una vasta red criminal clandestina responsable de distribuir grandes cantidades de ketamina al señor Perry y a otros".

Además de los dos médicos y del asistente, está acusada también una traficante conocida como la "Reina de la ketamina".

Estrada señaló que en el transcurso de sólo dos meses le vendieron ilegalmente aproximadamente

20 frasquillos de ketamina a Perry a cambio de 55.000 dólares en efectivo. "Se aprovecharon de sus debilidades", dijo.

Recaída mortal

Una autopsia había determinado que la causa de la muerte de Perry fueron "los efectos agudos de la ketamina", una droga controlada que se cree que el adicto en recuperación estaba tomando como parte de una terapia supervisada.

Según el fiscal Estrada, el actor había intentado los programas de desintoxicación pero "volvió a caer en la adicción en el otoño (boreal) de 2023".

La forma en que Perry

obtuvo la droga -al parecer no había recibido su sesión de infusión de ketamina durante varios días- se convirtió en tema de una investigación legal, y la policía de Los Ángeles confirmó en mayo que estaban investigando la muerte.

Aunque sólo se encontraron pequeñas cantidades en su estómago, se detectó un alto nivel en su torrente sanguíneo.

Los médicos y veterinarios suelen emplear la ketamina como anestésico, y científicos han probado su uso como tratamiento para la depresión. Los consumidores la usan por sus efectos alucinógenos.

Perry, que interpretó al

personaje Chandler Bing en la exitosa serie transmitida en la televisión estadounidense de 1994 hasta 2004, fue encontrado inconsciente en su piscina en octubre de 2023 y dado por muerto a los 54 años, lo que generó una ola de dolor mundial entre sus seguidores y colegas.

"Friends", que seguía las vidas de seis neoyorquinos que se abrían paso entre la edad adulta, las citas y las carreras profesionales, atrajo a un gran número de seguidores en todo el mundo y convirtió en megaestrellas a actores hasta entonces desconocidos que se ganaron un lugar en la vida de millones de espectadores.

TRAS EL ROBO DE LA TROMPETA DEL GRUPO NICHE

Cristina Varela: “Estamos profundamente dolidos”

WASHINGTON HISPANIC / AGENCIAS

Cristina Varela, hija del legendario Jairo Varela, fundador del Grupo Niche, ha hecho un emotivo llamado para que los responsables del robo de la trompeta de la agrupación se sensibilicen y devuelvan este preciado instrumento al Museo Jairo Varela.

Durante la celebración del 488 aniversario de Cali, realizada en el Boulevard del Río el pasado 25 de julio, la trompeta, que formaba parte de una exposición dedicada a la vida y obra del maestro Jairo Varela, fue sustraída al finalizar el evento. Este instrumento, trasladado especialmente del museo al evento para acercarlo al público, desapareció en circunstancias que aún se investigan.

En una reciente entrevista, Cristina Varela manifestó su profundo pesar por este hecho, lamentando que acciones como esta afectan la imagen de Cali. “Estamos profundamente dolidos”, expresó. “Es triste que, como embajadores de la salsa colombiana, en la



Grupo Niche

FOTOS: PÁGINA OFICIAL DE FB GRUPO NICHE

celebración del cumpleaños de Cali ocurran estos actos que perjudican nuestra identidad como la capital mundial de la salsa”, añadió.

Cristina, quien acompaña al Grupo Niche en su gira “Cali Pachanguero World Tour”, hizo un llamado urgente para la recuperación del instrumento, destacando su valor no solo como un objeto físico, sino como un símbolo del legado de su padre y del Grupo Niche.

Varela aclaró que el robo no ocurrió en el Museo Jairo Varela, ubicado en la plazoleta que lleva el nombre del maestro, donde se cuenta con estrictas medidas de seguridad. No obstante, señaló que durante el evento no se brindaron las garantías adecuadas, lo que facilitó el hurto de la trompeta.

“Lo que más anhelamos es que la trompeta sea devuelta al lugar al que pertenece, que es el Museo Jairo Varela”, concluyó Varela, esperando que los responsables reconozcan la importancia cultural y simbólica de este instrumento y decidan devolverlo para que continúe siendo un testimonio del legado del Grupo Niche.

Ed Sheeran se convierte en accionista minoritario del Ipswich Town

LONDRES, REINO UNIDO / AFP

La estrella del pop Ed Sheeran se ha convertido en accionista minoritario del Ipswich, según anunció este jueves el club recién ascendido en Premier League.

El cantautor inglés de 33 años, acérrimo aficionado del Ipswich, se ha hecho con una participación del 1,4% en el club, luego de haber sido el patrocinador en las camisetas de los equipos masculino y femenino desde 2021.

“Estoy muy feliz por haber adquirido un pe-



Ed Sheeran, accionista minoritario de Ipswich Town.

FOTOS: AFP

queño porcentaje del club de fútbol de mi ciudad natal”, declaró Sheeran. “Es el sueño de cualquier aficionado del fútbol, ser propietario del club que apoya”.

Sin embargo, Ed Sheeran no podrá entrar en el consejo de administración del club, pues su participación es una inversión pasiva y minoritaria, según precisa un comunicado del Ipswich.

El club, que regresa a Premier League luego de 22 años de ausencia, arranca su temporada el sábado (11h30 GMT) recibiendo en Portman Road al Liverpool, tercer clasificado la pasada temporada.

TRAS AMENAZA DE ATENTADO EN VIENA

Taylor Swift vuelve al escenario en la ciudad de Londres

LONDRES, REINOUNIDO/
AFP

Taylor Swift regresa el jueves a los escenarios en Londres para cerrar la fase europea de su gira "Eras", una semana después de cancelar sus conciertos en Viena debido a un plan de atentado suicida.

Desde el principio de la tarde, cientos de "swifties" (aficionadas), con faldas brillantes o sombreros de vaquero, se agolparon en los alrededores del estadio de Wembley.

Frente a casi 90.000 espectadores cada noche, la cantante estadounidense ofrecerá los cinco últimos conciertos europeos de su gira, que comenzó hace casi un año y medio en Estados Unidos.

Las tres presentaciones previstas de Swift en la capital austriaca fueron canceladas tras descubrirse un plan inspirado en el grupo Estado Islámico (EI) de lanzar un ataque con explosivos y cuchillos.

Tres supuestos seguidores de EI fueron detectados con ayuda de la inteligencia



La cantante Taylor Swift se presenta el 2 de junio de 2024 en Decines-Charpieu, en el este de Francia.

FOTO: AFP

estadounidense, y acusados de planear el ataque.

La Policía Metropolitana de Londres aseguró que "nada indica que lo investigados por las autoridades austriacas vaya a impactar en los eventos aquí en Londres".

La fuerza trabaja "de cerca con la seguridad del sitio y otros asociados para garantizar una seguridad apropiada", afirmó la policía en un comunicado.

"Después de lo que pasó en Viena, es tranquilizador saber que se reforzó la segu-

ridad", subraya Brodie MacArthur, de 23 años, entrevistada por AFP a su llegada a Wembley.

"Siempre hay preocupaciones en el fondo de la mente, pero existen personas encargadas de garantizar nuestra seguridad", añade

la estudiante, vestida con un largo vestido blanco inspirado en el álbum "The Tortured Poets Department" ("El departamento de poetas torturados").

Varias horas antes del concierto, agentes de seguridad estaban apostados

en las escaleras del estadio, mientras que policías, a pie o en bicicleta, patrullaban la zona.

- Controles de seguridad adicionales -

En el sitio internet de Wembley se advirtió a los poseedores de entradas que habría "controles adicionales" en el estadio "antes de entrar".

Algunos fanáticos llegaron al amanecer o incluso la víspera.

Swift regresa a Londres dos semanas después de que tres niñas fueron apuñaladas en una clase de danza con música de la estrella del pop en el noroeste de Inglaterra.

La artista declaró que el ataque la dejó "completamente en shock".

El alcalde de Londres, Sadiq Khan, declaró a Sky News que la ciudad "continuará trabajando de cerca con la policía para asegurar que los conciertos de Taylor Swift se efectúen con seguridad".

Afirmó que "nunca somos complacientes, aprendimos muchas lecciones después del horroroso ataque del Manchester Arena", un atentado con bomba en 2017 en un concierto de Ariana Grande, el cual dejó 22 muertos.

Y Tom Cruise saltó del techo: París le pasa el testigo olímpico a Los Ángeles

PARÍS, FRANCIA/ROSA
SULLEIRO

Tom Cruise descolgándose del techo del Estadio de Francia, un viajero dorado que viene del futuro y la cancha convertida en una gigante sala de fiestas. París se regaló una emotiva celebración para despedir unos Juegos Olímpicos en los que celebró su belleza antes de pasarle el testigo a Los Ángeles.

- Los Juegos del 'rey León' -

Sonaba la famosa canción "Sous le ciel de Paris", en la íntima voz de la joven francesa Zaho de Sagazan, cuando apareció en el Jardín de las Tullerías el héroe francés de París-2024, Léon Marchand.

Ganador de cuatro oros individuales en París, el nadador de 22 años fue el en-

cargado de apagar el pebetero y de iniciar el fin de estos Juegos que han sido también los suyos.

Hasta aquí había llegado la llama bajo la lluvia el 26 de julio portada por la exatleta Marie-José Pérec y el judoca Teddy Riner, y de aquí se marchaba hacia el Estadio de Francia, donde le esperaban más de 71.000 espectadores.

- Fiesta en la pista -

Mientras, la pista se llenaba de atletas que venían a celebrar que ya pasó todo, que las interminables horas de entrenamiento, incertidumbres y caídas, al menos, les habían traído hasta aquí. Algunos lucían sus medallas, otros sencillamente sus ganas de festejar que había valido la pena.

Sonaron clásicos franceses, también "Freedom from desire" o "We're the champions" y el estadio

se convirtió en una alegre discoteca antes de que las medallistas de la maratón femenina, que por primera vez cerraron unos Juegos, recibieran las últimas preces de París-2024.

Empeñado en recuperarlos, como ya hiciera Pierre de Coubertin a finales del siglo XIX, este misterioso ser del futuro acabó consiguiendo su misión cuando junto a los 270 bailarines que participaron de la ceremonia consiguieron de nuevo levantar, como un gran trabajo colectivo, los aros olímpicos sobre el gigante escenario de 2.400 metros cuadrados.

- De "quejicas" a "fans" -

Tras proyectar las imágenes de los héroes de estos Juegos, el estadio se convirtió entonces en un glamoroso club parisino mientras la banda francesa Phoenix ofrecía un concierto junto a varios artistas locales.



FOTO: CORTESÍA

CULTURA

Convirtiendo a los asistentes al teatro de DC en 'Dancing Queens' de ABBA

“Mamma Mia!” celebra 25 años en el Kennedy Center



La compañía de la gira del 25 aniversario de MAMMA MIA! (De izquierda a derecha): Jalynn Steele (Tanya), Christine Sherrill (Donna Sheridan) y Carly Sakolove (Rosie).

FOTO POR JOAN MARCUS. (KENNEDY CENTER WEBSITE).

AGENCIA/WH

MAMMA MIA! es el espectáculo definitivo para sentirse bien, desde la historia hasta los personajes y, por supuesto, la icónica música de ABBA. Durante múltiples décadas, audiencias de todo el mundo se han enamorado de este éxito en el escenario. Mientras nos preparamos para dar la bienvenida al elenco de MAMMA MIA! (y todo ese glorioso spandex) en la Opera House, celebramos la gira nacional norteamericana en su 25 aniversario con una colección de datos curiosos de MAMMA MIA! Así que ponte esas botas de plataforma y pon a prueba tus conocimientos a continuación. ¡Esperamos verte

en la Opera House!

■ El musical ha sido visto por más de 70 millones de personas en todo el mundo en 50 producciones en 16 idiomas diferentes.

■ También se ha estrenado en más de 450 ciudades importantes de todo el mundo, más rápido que cualquier otro musical en la historia.

■ ¿Recuerdas en qué año fue el estreno mundial del musical? Fue el 6 de abril de 1999 en el Prince Edward Theatre en el West End de Londres.

■ No fue hasta el 18 de octubre de 2001 cuando se estrenó en Broadway en el Winter Garden Theatre.

■ ¿Sabías que en su última función en 2015, MAMMA MIA! fue el octavo espectáculo de mayor duración en la historia de Broadway, donde se presentó desde 2001 hasta 2015? El musical tuvo una histórica y récord carrera de 14 años, con 5,773 funciones.

■ ¿No te encantan los disfraces de Super Trouper? ¡Colectivamente tienen unos 33,000 cristales de diamante, todos cosidos a mano!

■ El disfraz de Super Trouper de Donna está compuesto por 24 elementos diferentes, incluyendo una hebilla de Perspex cortada especialmente para MAMMA MIA!

■ ¿La primera producción del espectáculo en un idioma

extranjero fue en alemán! Se estrenó el 3 de noviembre de 2002 en el Operettenhaus de Hamburgo.

■ La actual gira norteamericana del 25 aniversario se lanzó en el otoño de 2023 y se presentará en más de 50 ciudades de América del Norte.

■ Se utilizan 400 metros de lycra para hacer los disfraces de Super Trouper para una producción de MAMMA MIA!

■ En agosto de 2001, el espectáculo se presentó al aire libre por primera vez en los terrenos de Harewood House, Reino Unido, hasta finales de ese mes.

■ ¿Qué vino primero, la película o el musical en el

escenario? ¡Si respondiste en el escenario, estás en lo correcto!

■ MAMMA MIA! (la película) se convirtió en el musical de acción en vivo más taquillero de todos los tiempos tras su estreno en 2008.

■ La secuela se estrenó en julio de 2018 y se convirtió en la secuela de película musical en vivo más exitosa de todos los tiempos.

■ Y, ¿sabías que se han utilizado suficientes cristales de diamante en los Super Trouper en 25 años de MAMMA MIA! en todo el mundo como para cubrir completamente un avión Airbus A380 o 48 autobuses de dos pisos de Londres?



Inspirado en las dietas de los seres humanos de la prehistoria

FOTO: CORTESÍA

Dieta paleo: ¿qué es y por qué es tan popular?

MAYOCLINIC / SALUD

Una dieta paleolítica es un plan de alimentación basado en alimentos que los humanos podrían haber consumido durante la era paleolítica. La era paleolítica data de hace unos 2,5 millones a 10 000 años.

Una dieta paleolítica moderna incluye frutas, verduras, carnes sin grasas, pescado, huevos, frutos secos y semillas. Estos son alimentos que en el pasado las personas podían encontrar mediante la caza y la recolección. No incluye alimentos que se hicieron más comunes cuando comenzó la agricultura a pequeña escala hace 10 000 años. Estos alimentos incluyen granos, legumbres

y productos lácteos.

Otros nombres para la dieta paleolítica son: alimentación paleolítica, dieta de la Edad de Piedra, dieta de los cazadores y recolectores y dieta de los cavernícolas.

Objetivo

El objetivo de una dieta paleolítica es comer comidas que probablemente comían los primeros seres humanos. La dieta se basa en la idea de que nuestros genes no están bien adaptados para las dietas modernas que surgieron de la agricultura.

La agricultura hizo que los alimentos como los granos y las legumbres fueran más fáciles de obtener, e introdujo los lácteos. Además, la agricultura cambió las dietas de los animales que las personas comían. La idea de la dieta paleolítica es que estos

cambios en la dieta superaron la capacidad del cuerpo humano de cambiar o de adaptarse. Se cree que esta disparidad contribuyó a la obesidad, la diabetes y las enfermedades cardíacas de la actualidad.

Motivos por los que podrías seguir una dieta paleolítica

Podrías elegir seguir una dieta paleolítica porque deseas lo siguiente:

- Perder peso o mantener un peso saludable
- Reducir los factores de riesgo de enfermedades cardíacas o cardiovasculares

Detalles de una dieta paleo

Las recomendaciones varían entre las dietas paleolíticas que se promocionan en libros o en Internet. Por lo general, las dietas paleo-

líticas siguen estas reglas.

Qué comer

- Frutas
- Verduras
- Frutos secos y semillas
- Huevos
- Carnes magras, especialmente de animales alimentados con pasto o carne de caza
- Pescados, especialmente aquellos ricos en ácidos grasos omega-3, como el salmón, la caballa y el atún blanco
- Aceites de frutas y de frutos secos, como el aceite de oliva o el de nuez

Qué evitar

- Granos, como el trigo, la avena y la cebada
- Legumbres, como los frijoles (alubias, porotos), las lentejas y los cacahuates (maníes)
- Productos lácteos, como

la leche y el queso

- Azúcar agregada y refinada
- Sal agregada
- Verduras con almidón, como el maíz (elote, callo), la jícama, las arvejas (guisantes, chícharos) y las papas blancas
- Alimentos muy procesados, como papas fritas o galletas dulces

Menú de un día típico

Esto es una idea general de lo que podrías comer en un día típico de la dieta paleolítica:

- Desayuno. Salmón a la parrilla y cantalupo.
- Almuerzo. Ensalada de lechuga romana, zanahoria, pepino, tomate, aguacate (palta), nueces y aderezo de jugo de limón amarillo.

|| Pág. 2 SALUD

2 SALUD

Cont. Pág. 1 SALUD

■ **Cena.** Bola de lomo asada de carne de res magra, brócoli cocido al vapor, ensalada de mezcla de hortalizas de hoja verde, tomate, aguacate (palta), cebollas, almendras y aderezo de jugo de limón amarillo, y frutillas de postre.

■ **Refrigerios.** Una naranja, palitos de zanahoria o palitos de apio.

Resultados

Por lo general, una dieta paleolítica tiene muchas características de las dietas saludables que se recomiendan. Entre las características comunes que tiene la dieta paleolítica se incluye el énfasis en las frutas, las verduras, las carnes magras y evitar los alimentos procesados. Sin embargo, la investigación de las dietas paleolíticas es limitada en comparación con estudios de alimentación equilibrada con grupos de alimentos más variados.

En la mayoría, los estudios de dietas paleolíticas se basaron en grupos con pocas personas. Además, solo duraron unas

pocas semanas o meses. Las definiciones de la dieta también son diferentes en los distintos estudios. Por lo tanto, es difícil establecer con seguridad lo que se puede esperar, especialmente con el transcurso del tiempo.

En general, en los estudios pequeños y de corta duración se sugiere que una dieta paleolítica podría ayudar a tomar control de lo siguiente:

- Pérdida de peso
- Presión arterial
- Colesterol
- Triglicéridos

En un estudio más grande, en el que los participantes proporcionaron información sobre patrones alimentarios a largo plazo, se evaluaron los beneficios de estos en adultos jóvenes de España. Los investigadores determinaron que la dieta paleolítica se relacionaba con una disminución de los factores de riesgo de enfermedades cardíacas o cardiovasculares. Esta disminución se debía principalmente al hecho de evitar los alimentos ultra procesados, como las papas fritas y los dulces, y comer muchas frutas y

verduras.

Se necesitan ensayos de mayor duración con grupos grandes de personas asignadas aleatoriamente a diferentes dietas para comprender los beneficios generales a largo plazo para la salud y los posibles riesgos de una dieta paleolítica.

Preguntas acerca de las dietas paleo

Algunas personas dudan de la idea de que el cuerpo humano no haya cambiado por los alimentos que surgieron a partir de la agricultura o no se haya adaptado a estos. Hay quienes también están preocupados por los alimentos que la dieta paleo excluye.

Inquietudes con respecto a la nutrición

La principal inquietud con respecto a las dietas paleo es la falta de granos integrales y legumbres. Estos alimentos se consideran buenas fuentes de fibra, vitaminas, proteínas y otros nutrientes. Asimismo, los productos lácteos bajos en grasas son buenas fuentes de proteínas, calcio, vita-



IMAGEN: CORTESÍA

minas y otros nutrientes. El posible riesgo de seguir una dieta paleo es que no se obtengan todos los nutrientes recomendados.

Los cereales integrales, las legumbres y los productos lácteos también suelen costar menos y ser de más fácil acceso que los alimentos como la carne de animales de caza y animales de pastoreo o los frutos secos. Para algunas personas, la dieta paleo puede ser demasiado costosa o el costo de algunos alimentos paleo puede hacer que obtengan involuntariamente menos nutrientes esenciales.

No se conocen los riesgos a largo plazo de la dieta paleo. Según los datos de muchos estudios sobre dietas populares, la dieta mediterránea es la única que aporta diversos beneficios sin riesgo de posibles efectos perjudiciales. La dieta mediterránea incluye frutas, verduras, carnes magras, pescado, granos integrales, legumbres y productos lácteos bajos en grasas.

Además, quizás los posibles beneficios de la dieta paleo no sean superiores a los de otras dietas saludables. Un estudio a largo plazo sobre patrones de dieta autodeclarados demostró que seguir estrictamente una dieta paleo o una dieta mediterránea reducía los factores de riesgo cardiovascular en una medida similar.

Cuestionamientos sobre la teoría de la dieta paleo

Algunos expertos han señalado que la idea en la que se basa la dieta paleo es limitada. Algunos de los argumentos para comprender mejor los cambios en nuestras necesidades alimentarias o nutricionales son:

■ Muchos factores, no solo la agricultura, determinaron la evolución de las necesidades nutricionales de los seres humanos. La alimentación de los humanos primitivos era variada debido a las diferencias geográficas, climáticas y de disponibilidad de alimentos.

■ Los arqueólogos han encontrado herramientas para moler granos en yacimientos de 30 000 años de antigüedad, mucho antes de la introducción de la agricultura-

ra. Los investigadores también han estudiado microfósiles de plantas encontrados en los restos dentales de homínidos del Paleolítico y neandertales. Estos estudios han demostrado que su alimentación incluía granos silvestres.

■ Las investigaciones genéticas revelan que hubo cambios evolutivos importantes después de la era paleolítica. Entre ellos, se pueden mencionar los cambios en la expresión de los genes respecto de la descomposición o digestión de los almidones de los granos y la lactosa de la leche.

En resumen

Una dieta paleolítica puede ayudarte a perder peso o mantener un peso saludable. Es posible que también tenga otros efectos beneficiosos en la salud. Sin embargo, no hay estudios clínicos a largo plazo sobre los beneficios y los posibles riesgos de este tipo de dieta.

Es posible que logres los mismos beneficios para la salud si haces suficiente ejercicio y sigues una dieta equilibrada y saludable. Asegúrate de seguir una dieta saludable que incluya muchas frutas y verduras.

Vinh Tran, DDS

NUESTROS SERVICIOS:

- Exámenes completos y Emergencias
 - Limpieza Regular y Profunda
 - Rellenos y Blanqueamiento
 - Tratamientos de Conductos
 - Coronas y Puentes
- Implantes y Dentaduras Parciales

Trabajamos con una gran variedad de seguros!

6408 SEVEN CORNERS PLACE, STE. D
FALLS CHURCH, VA 22044
(703) 237 6703 • www.vinhtrandds.com

Jueves, Viernes, Sabados 9 am to 4 pm

Si las citas no son realmente su estilo, de igual forma los pacientes siempre son bienvenidos!

Your Oral Health Begins With a Beautiful Smile

Por más de 20 años, nuestro dedicado equipo de profesionales dentales ha brindado servicios de alta calidad, desde limpiezas y blanqueamientos hasta tratamientos avanzados, a los residentes de Rockville, Gaithersburg, Bethesda, Silver Spring y áreas circundantes. Descubre la belleza de tu sonrisa saludable, ¡porque mereces lo mejor!

¡Confíe en nosotros para el cuidado dental de toda su familia!

- Pediatría y Geriatría
- Cuidado Oral Integral y Preventivo
- Obturaciones y Tratamientos de Conducto
- Dentaduras y Puentes
- Carillas y Coronas
- Implantes
- Invisalign

* Aceptamos la mayoría de los planes de seguro.

New Patients
\$50 OFF
First Visit

New Patients
FREE
Consultation

New Patients
FREE
2nd Opinion

New Patients
FREE
Dental Care Pk

Please call: (301) 984-1095
TO SCHEDULE YOUR DENTAL CARE APPOINTMENT

TOTAL DENTAL CARE

Dentista Familiar y Cosmética
 Dr. Linh Anthony Nguyen, D.D.S., P.C.

CORONAS, PUENTES, DENTADURAS, EXTRACCIONES, ROOT CANAL. IMPLANTES, COSMETICA DENTAL, TRATAMIENTO DE ENCIAS.

Abrimos hasta tarde los sábados y domingos.

ORTODONCIA:
 FRENILLOS PARA NIÑOS Y ADULTOS

SERVICIO DE EMERGENCIAS
 Aceptamos la mayoría de seguros y Medicaid. Financiamiento a 12 meses sin intereses con crédito aprobado.

PACIENTES NUEVOS

Limpieza

\$60

Incluye: Exámen y consulta. Chequeo del cancer bucal 4 Rayos X (bitewing) Precio Regular \$200. Sólo pago en efectivo. No válido con seguro para terceros.

703-256-1183

5017-B Backlick Rd.
 Annandale, VA 22003

TOYOTA OF WOODBIDGE



TOYOTA



Somos el dealer Toyota con el inventario más grande del área!

**¡MÁS DE 200 AUTOS
USADOS PARA ELEGIR!**

- ✓ MAL CRÉDITO
- ✓ BANCARROTA

**NO HAY PROBLEMA,
TODOS SON BIENVENIDOS!**

**¡NO PAGOS POR
90 DIAS!**

**SOMOS EL
DEALER**



ESPECIALIZADOS EN

TAX ID!



HONDA FIT EX
2016

Stk. T034284 **\$9,950**

FORD ECOSPORT TITANIUM
2019

Stk. T253349 **\$13,500**

TOYOTA YARIS
SEDAN 4DR.SEDAN LE 6AT
2019

Stk. A509419 **\$16,200**

HONDA HR-V LX
2019

Stk.T714304 **\$17,900**

TOYOTA COROLLA LE
2021

Stk.A162823 **\$18,300**

TOYOTA COROLLA LE
2022

Stk. A201124 **\$20,220**

MAZDA CX-5 TOURING
2021

Stk.A456664 **\$24,850**

TOYOTA RAV4 LE AWD SUV
2019

Stk. A006513 **\$25,000**

TOYOTA HIGHLANDER HYBRD XLE-L4 AWD
2021

Stk. A516738 **\$26,000**

FORD MAVERICK XLT
2022

Stk. AA15062 **\$26,900**

TOYOTA TACOMA TRD SPORT 4X4 DOUBLE CAB
2019

Stk. A193454 **\$31,880**

TOYOTA TUNDRA 4X4 PLATINUM CREWMAX
2021

Stk.T999934 **\$31,900**

TOYOTA SIENNA LE 8 PASSENGER
2021

Stk.P031516 **\$34,600**

TOYOTA 4RUNNER 4X4 LIMITED V6
2018

Stk.A553336 **\$35,990**

TOYOTA CAMRY XSE SEDAN
2022

Stk.A023693 **\$37,670**

... Y MUCHOS MAS PARA ELEGIR!

Excluye impuestos, placas, cargos de procesamiento y opciones de instalación del concesionario de \$999. Sujeto a aprobación de crédito. Algunos vehículos mostrados son sólo un ejemplo. Ofertas no pueden combinarse. Consultar concesionario para obtener más detalles.

GERENTE DE FINANZAS
 Christian

GERENTE DE FINANZAS
 Gabriel

VENTAS
VENDEDOR #1
 José
(347) 563 6396

VENTAS
 Eddy
(240) 370 6366

VENTAS
 Harrison
(703) 362 6949

VENTAS
 Daniel
(240) 762 9265

VENTAS
 Richard
(703) 568-4025

VENTAS
 Fernando

GERENTE GENERAL DE VENTAS
 Enrique

ATENCION AL CLIENTE
 Cinthya

(703) 596-8555

ToyotaWoodbridge.com
14227 Richmond Highway , Woodbridge, VA 22191



¿Listo para manejar?

Ford y N+ Lanzan E-Bikes Inspiradas en el Bronco y el Mustang

El Ford Bronco y el Ford Mustang son dos de los vehículos más emocionantes disponibles con cuatro ruedas. Ahora, Ford y N+ – un líder en tecnología ciclista – traen el espíritu y el rendimiento del Bronco y Mustang a dos ruedas con una nueva línea de modelos de eBikes oficialmente licenciados. “Conocemos la pasión y la emoción que se desatan cuando las personas se ponen al volante de un Bronco o un Mustang”, dijo Tyler Hill, gerente global de licencias de marca de Ford. “Estas nuevas eBikes permitirán que más personas experimenten el espíritu aventurero de un Bronco y la euforia de un Mustang desde el momento en que toman el manillar”.

FOTO: FORD Y N+

>4

EL TOYOTA COROLLA HATCHBACK 2025 OFRECE ESTILO Y TECNOLOGÍA

Kia América anuncia los precios del Sorento 2025

REDACCIÓN/
AUTOGUIA

Kia América anunció los precios del Sorento 2025 (ICE). El popular y duradero SUV mediano de Kia llega con logotipos negros de Kia y emblemas de Sorento para los llamativos modelos X-Line y X-Pro. La versión de gasolina del Sorento complementa los modelos híbridos turbo y híbridos enchufables renovados para 2025, completando el trío de trenes motrices. Los precios para la gama ICE son los siguientes:

Niveles de Equipamiento/
Precios – MSRP1 (excluye \$1,375 de destino) Sorento LX FWD \$31,990

Sorento S FWD \$34,590
Sorento EX FWD \$38,090



La versión de gasolina del Sorento complementa los modelos híbridos turbo y híbridos enchufables renovados para 2025, completando el trío de trenes motrices.

FOTO: KIA

Sorento SX FWD \$41,690
Sorento S AWD \$36,590
Sorento X-Line EX AWD \$41,790
Sorento X-Line SX AWD \$43,490
Sorento X-Line SX-P AWD \$46,390
Sorento X-Pro SX-P AWD \$47,390
Actualizaciones de Equipamiento:

■ El color exterior Panthera Metal reemplazará al Gravity Gray (se espera que comience con la producción en septiembre)

Además de estas mejoras menores, el interior rico en características del Sorento y sus quince sistemas estándar de asistencia al conductor y prevención de colisiones2 continuarán atrayendo a nuevos compradores exigentes a la marca Kia.

INNOVACIÓN TECNOLÓGICA EN VEHÍCULOS VOLKSWAGEN

El precio del nuevo Nissan Kicks 2025 están muy cómodos

AUTOGUIA/ ESPECIAL

El crossover con gran valor ofrece tracción inteligente en las cuatro ruedas por primera vez.

Totalmente nuevo y cargado con más características que nunca, el Nissan Kicks 2025 ofrece un valor impresionante con una utilidad de crossover notable. El nuevo Kicks está a la venta ahora con precios de venta sugeridos por el fabricante (MSRP) que comienzan en \$21,830, un aumento de menos de \$500 en comparación con el modelo de la generación anterior.

Por primera vez, cada versión del Kicks está



Sistema de infoentretenimiento con pantalla táctil de 7 pulgadas y Bluetooth. FOTO: NISSAN

disponible con la mayor confianza que brinda la tracción inteligente en las cuatro ruedas, mientras que la tecnología avanzada nueva en Kicks incluye el ProPILOT Assist disponible para una conducción más fácil en la autopista. El

Kicks cuenta con el mejor espacio de carga trasera disponible en su clase y la mejor distancia al suelo estándar en su clase.

El Kicks 2025 también está cubierto por la conveniencia del programa Nissan Maintenance Care,



Entre las características adicionales disponibles se incluyen un techo panorámico, asientos delanteros calefaccionados, encendido remoto del motor, un sistema de audio Bose® con 10 altavoces y un volante calefaccionado. FOTO: NISSAN

que incluye tres cambios de aceite prepagados y revisiones multipunto gratuitas para los conductores. Cubre a los propietarios durante dos años o hasta 24,000 millas, lo que ocurra primero.

Con un diseño inconfundiblemente audaz, el Kicks está bien equipado a cualquier precio, con la versión S de entrada ofreciendo de serie el Nissan Safety Shield® 360, Control de Crucero Inteligente, iluminación exterior LED

completa y un sistema de infoentretenimiento con pantalla táctil de 7 pulgadas y Bluetooth. Pasar al Kicks SV amplía esa sólida base con una pantalla táctil de 12.3 pulgadas con Android Auto™ y Apple CarPlay® inalámbricos, un cargador inalámbrico para teléfonos y ruedas de 17 pulgadas.

El Kicks más llamativo visualmente es la versión SR, que cuenta con ruedas de aleación de 19 pulgadas, faros con una lámpara LED de firma única, costuras

interiores en dos tonos y espejos exteriores negros brillantes. También añade un clúster digital de instrumentos de 12.3 pulgadas, ProPILOT Assist y el Monitor de Visión Periférica Inteligente® que ofrece una vista aérea de 360 grados alrededor del vehículo.

Entre las características adicionales disponibles se incluyen un techo panorámico, asientos delanteros calefaccionados, encendido remoto del motor, un sistema de audio Bose® con



Ourisman Honda of Tysons Corner

OurismanHondaOfTysonsCorner.com
1580 Spring Hill Rd. - Vienna, VA 22180



VARIAS OPCIONES DE FINANCIAMIENTO

NO CREDITO

NO SOCIAL

CON TAX ID!

EXPERTOS EN FINANCIAMIENTO

TU TRABAJO ES TU CRÉDITO!

TRABAJAMOS CON TODO TIPO DE CRÉDITO!

<p>2022 NISSAN VERSA 1.6 S</p>  <p>\$15,000 STK.T861676</p>	<p>2020 TOYOTA COROLLA</p>  <p>\$15,500 STK.T002640</p>	<p>2022 HONDA CR-V EX</p>  <p>\$24,500 STK.T001415</p>	<p>2022 HONDA CIVIC EX</p>  <p>\$25,000 STK.ZH326971</p>	<p>2022 HONDA ACCORD HYBRID SPORT</p>  <p>\$25,900 STK.P010556</p>
<p>2021 TOYOTA RAV4 XLE</p>  <p>\$26,000 STK.A233481</p>	<p>2021 TOYOTA CAMRY HYBRID SE</p>  <p>\$27,500 STK.ZU562512</p>	<p>2020 HONDA ODYSSEY EX</p>  <p>\$28,000 STK.T025543</p>	<p>2021 HONDA PASSPORT ELITE AWD</p>  <p>\$32,500 STK.L026587</p>	<p>2018 TOYOTA TACOMA</p>  <p>\$32,500 STK.ZM182474</p>

... y muchos más para elegir!

Excluye impuestos, placas, cargos de procesamiento y opciones de instalación del concesionario de \$999. Sujeto a aprobación de crédito. Ciertos vehículos mostrados son sólo un ejemplo. Ofertas no pueden combinarse. Consultar concesionario para obtener mas detalles.

JOHN	LUIS	JOSUE	JORGE	JUAN PABLO	MIGUEL	MARCO	SEBASTIAN	ANDY	IVAN
									
FINANCIAMIENTO		VENTAS	VENTAS	VENTAS	VENTAS	VENTAS	SERVICIO: (703) 749-6636		

COMUNÍCANTE CON NUESTRO EQUIPO HISPANO **(703) 749-6638**

INSPIRADA EN EL RENDIMIENTO ROBUSTO Y EL DISEÑO DEL SUV BRONCO

Bronco eBike: con Capacidad y Rendimiento

AUTOGUÍA/
WASHINGTON HISPANIC

La Bronco eBike, inspirada en el rendimiento robusto y el diseño del SUV Bronco, cuenta con un potente motor montado en el cubo de 750W que genera 85 Nm de torque. Diseñada con un sistema de suspensión dual inspirado en G.O.A.T.™ (Goes Over Any Type of Terrain – Se Mueve Sobre Cualquier Tipo de Terreno) y un cómodo asiento de estilo motocicleta, esta eBike ofrece una experiencia de conducción que refleja el espíritu aventurero del Bronco.

Características principales:

- Motor de 750W montado en el cubo: Proporciona 85 Nm de torque para un rendimiento inigualable. Velocidad máxima asistida de 28MPH** con aproximadamente 60 millas de auto-



El Ford Bronco y el Ford Mustang son dos de los vehículos más emocionantes disponibles con cuatro ruedas.

FOTO: FORD

- Autonomía*** con solo 3,5 horas de tiempo de carga (sujeto a elementos externos, comportamientos de conducción, mantenimiento y edad de la batería).
- Frenos hidráulicos de cuatro pistones: Ofrecen un rendimiento de frenado superior para un mayor control.
- Neumáticos Pirelli y luces de circulación: Neumáticos Pirelli Scorpion Enduro M hardwall de 27.5" x 2.6" y luces brillantes para

una mejor visibilidad.

- Asiento inspirado en motocicletas: Ofrece mayor comodidad y estilo al conductor.
- Panel LCD a todo color: Integrado perfectamente en el manillar, proporcionando información en tiempo real como velocidad, vida de la batería y autonomía.

La Bronco eBike tiene un precio inicial de \$4,500 MSRP. Por \$390 adicionales, los clientes pueden elegir entre 10 opciones de color



La Bronco eBike tiene un precio inicial de \$4,500 MSRP. Por \$390 adicionales, los clientes pueden elegir entre 10 opciones de color adicionales además del color estándar Area 51.

FOTO: FORD

adicionales además del color estándar Area 51.

E-Bikes Mustang: Cazadores de Adrenalina: Esta Es Tu Llamada de Atención

Para conmemorar el 60° aniversario del Mustang, Ford presenta dos bicicletas Mustang, incluida una edición limitada del modelo Mustang 60th Anniversary Edition que estará disponible exclusivamente a través de concesionarios Ford. Este par de ponis traen el diseño y la tecnología impulsados por el rendimiento del icónico automóvil deportivo Mustang a las eBikes, con un manejo que imita al legendario automóvil deportivo.

Características principales:

- Motores de 750W montados en el cubo: Am-

bos modelos proporcionan 85 Nm de torque para un rendimiento excepcional. Velocidad máxima asistida de 28MPH** con aproximadamente 60 millas de autonomía*** con solo 3,5 horas de tiempo de carga (sujeto a elementos externos, comportamientos de conducción, mantenimiento y edad de la batería).

- Frenos hidráulicos de cuatro pistones: Garantiza la máxima seguridad con capacidades de frenado robustas.
- Neumáticos Pirelli y luces de circulación: Los neumáticos semi-slick Pirelli Angel GT optimizan el Mustang para la velocidad y el manejo, mejorando la seguridad y la confianza del conductor.
- Panel LCD a todo co-

lor: Proporciona información en tiempo real como velocidad, vida de la batería y autonomía, inspirado en la pantalla del conductor del Mustang.

- Disponibilidad de Edición Limitada: El Mustang 60th Anniversary Edition estará disponible exclusivamente a través de concesionarios Ford en cantidades limitadas.

La eBike Mustang tiene un precio inicial de \$4,000 MSRP. Por \$390 adicionales, los clientes pueden elegir entre 10 opciones de color adicionales además del color estándar Carbonized Gray Metallic.

Los pedidos para ambas eBikes comienzan hoy en www.ford-bikes.com, con entregas esperadas para finales de este año.

■ PARA NUEVOS PADRES EN LOS PREMIOS AUTOS 2024 DE NEWSWEEK

El Nissan Rogue 2024 es una "Elección Principal"

AUTOGUÍA / WH

El Nissan Rogue 2024 fue nombrado una "Elección Principal" en los Premios Autos 2024 de Newsweek, destacándose como una opción ideal para familias en crecimiento. Este crossover familiar cuenta con la mayor cantidad de características de seguridad estándar en su clase, incluyendo el Nissan Safety Shield 360 y la Alerta de Puerta Trasera, que proporcionan mayor tranquilidad. El Rogue también ofrece convenientes características para familias, como puertas traseras que se abren casi 90 grados y asientos traseros que permiten la insta-



Nombrado "Elección principal"

FOTO: NISSAN

lación flexible de asientos para niños. Con hasta 36,5 pies cúbicos de espacio de carga detrás de la segunda fila, expandible a 74.1 pies cúbicos, el Rogue es versátil y práctico para diversas necesidades. Además, para 2025, se sumará el modelo Rock Creek más robusto y el ProPILOT Assist 2.1, que permite la conducción sin manos en la autopista. El innovador

motor VC-Turbo de 1.5 litros también proporciona una excelente economía de combustible, ideal para viajes familiares. El vicepresidente senior de Nissan Americas, Ponz Pandikuthira, destacó que este premio reafirma el compromiso de Nissan con la satisfacción de las necesidades de movilidad de sus clientes y sus familias.

LA COMPRA DE TU AUTO ¡ES UN ASUNTO SERIO!

TU SATISFACCIÓN ES EL MEJOR PREMIO A MI TRABAJO

¡APROBAMOS TU CRÉDITO EL MISMO DÍA!

Comunícate, tengo muchos años de experiencia ayudando a la comunidad hispana del área.

Comunícate, puedo ayudarte a renovar tu auto y bajar tus mensualidades

Marco tu vendedor amigo

(571) 286-0258

CLASIFICADOS

www.washingtonhispanic.com

VENTA

SERVICIO

CLASIBIENES

EMPLEOS

VARIOS

OTROS SERVICIOS

PARA COLOCAR ANUNCIOS



FAX 202-667-8902



TELEPHONE 240-450-1779



8630 Fenton St. Suite 518 Silver Spring MD 20910

HORA DE CIERRE miércoles 5:00

ANUNCIOS PREFERENTES

La veracidad del contenido en los anuncios publicados son responsabilidad del anunciante. Errores en los anuncios deben ser notificados en 48 horas.

Your Oral Health Begins With a Beautiful Smile



Por más de 20 años, nuestro dedicado equipo de profesionales dentales ha brindado servicios de alta calidad, desde limpiezas y blanqueamientos hasta tratamientos avanzados, a los residentes de Rockville, Gaithersburg, Bethesda, Silver Spring y áreas circundantes. Descubre la belleza de tu sonrisa saludable, ¡porque mereces lo mejor!

¡Confíe en nosotros para el cuidado dental de toda su familia!

- Pediatría y Geriátrica
- Cuidado Oral Integral y Preventivo
- Obturaciones y Tratamientos de Conducto
- Dentaduras y Puentes
- Carillas y Coronas
- Implantes
- Invisalign

* Aceptamos la mayoría de los planes de seguro.

New Patients
\$50 OFF
First Visit

New Patients
FREE
Exam & X-Rays

New Patients
FREE
2nd Opinion

New Patients
FREE
Dental Care Pk



Please call: (301) 984-1095
TO SCHEDULE YOUR DENTAL CARE APPOINTMENT



PROFESORAS Y ASISTENTES

Se Necesitan **Profesoras graduadas en Educación Inicial** (Infantes hasta 5 años)

Se requiere inglés básico también se acepta título en psicología en su país o en Estados Unidos y CDA

BUEN SALARIO con vacaciones pagadas Para escuela infantil Por favor llamar al: **(703) 405 4598** Dejar mensaje

PLANOS

Arquitectónicos, Estructurales, Eléctricos, Sanitarios, HVAC



Para construcción en general (Casas nuevas, Adiciones, Decks, Porch, Garages, Relevamientos) Planos listos para ser sometidos en el condado para sacar permisos de construcción.

House Design & Plans | HDPlans7@gmail.com | 240-481-1887

★ **Ms. Carola** ★

Consejera Y Curandera




Lecturas De Tarot

Amarres Y Endulzamientos

SE HACEN LIMPIAS Y TRABAJOS PARA:

CONSULTAS EN PERSONA O POR TELÉFONO

100% Satisfacción GARANTIZADA

- Amor y Matrimonio
- Depresión y Ansiedad
- Dinero y Negocio
- Envidias y Mal De Ojo
- Impotencia Sexual
- Destruir Hechicería
- Infertilidad
- Salud y Enfermedades

BUSCABAS UNA SEÑAL? ESTA ES! LLAME HOY!

★ **(301) 806-3018** ★

Se necesita **SECRETARIA** para trabajar en agencia de viajes, en Takoma Park, MD. Para mas información llamar al **202 607 1699**

DREAM EXTERIOR GAITHERSBURG MARYLAND Necesita un **AYUDANTE de instalador de ventanas** Se requiere que tenga experiencia en construcción Por favor llamar al **301-615-1000**

SE NECESITA **AYUDANTE DE DELI** In Capitol Heights, MD Para preparar sandwiches, limpiar y otras tareas Por favor llamar y dejar mensaje o texto al **(847) 530 5482**

CITY OF BALTIMORE WC 1279

Distribution Watermain Replacement and Rehabilitation Sefton Area and Vicinity Bids Due: 09/17/2023

Anchor Construction is an equal opportunity employer. We are looking for subcontractors for the project referenced above; MBE/WBE firms are highly encouraged to submit pricing.

For further information, please contact Joseph McElwee at (202) 269-6694 or estimating@anchorconst.com

LIMPIEZA Necesito señorita para limpieza en Woodbridge

Llamar al **(703) 853 6289** Dejar mensaje

ESTAMOS CONTRATANDO **PERSONAS PARA TRABAJAR EN SUPERMARKET** Requisitos: inglés básico Horario flexible Buen ambiente laboral **APLICAR EN PERSONA** 736 Rockville Pike Rockville, MD 20852 o llamar al (301) 838 3031

CLASIBIENES

Posiciones de
**COSTURERA
SASTRE**
PARA ALTERACIONES DE
TERNOS DE HOMBRE.
Experiencia con el Inglés
y cosido.
Localizado en Rockville
Por favor llamar al:
240-688-1979

Washington D.C.
RENTO
un cuarto amplio
con baño privado a
persona sola sin vicios
y responsable en
la calle 15 St. NW
Washington, DC
Llamar al
(202) 436 1085

**SAN JUDAS
TADEO**
Patrón de los casos difíciles y
desesperados ruega por mí
en esta hora de angustia y
acude a socorrerme pronto
Prometo siempre recordarte
y te doy gracias por los
favores recibidos
J.D.

Posiciones de
**COSTURERA,
SASTRE**
para alteraciones de
ternos de hombre.
Experiencia con el
Inglés y cosido.
Localizado en Rockville
Por favor llamar al:
240-688-1979

DRY CLEANERS EN
LORTON VA
**PLANCHADOR
DE JACKET**
TAMBIÉN UNA PERSONA PARA EL
**MOSTRADOR,
EMPAQUETADO
Y TAGGING.**
Por favor llamar al:
(703) 599 5331

DRY CLEANERS
Necesita
**PLANCHADOR
DE BLUSAS Y
PERSONA
PARA MOSTRADOR**
full time/ M-F
3410 Wilson Blvd.
Arlington, VA 22201
(703) 994 8604
Enviar texto


MOLLY MAID
BUSCA
MAIDS/HOUSEKEEPERS
TIEMPO COMPLETO * LUNES A VIERNES
NO NOCHES, NO FINES DE SEMANA Y NO FERIADOS
• Excelente Pago y Propinas
• Entrenamiento pagado • Ambiente familiar
CARRO DE LA EMPRESA PROPORCIONADO
PAGO PROMEDIO DE \$15 A \$20 POR HORA
Ofrecemos todos los productos de limpieza, equipos y transporte
desde y hacia las casas de clientes. ¡No necesita su coche!
¡Ven a visitarnos, te esperamos!
LLAMA PRIMERO PARA PROGRAMAR UNA CITA
(301) 841-9292
envíe JOBS al siguiente código QR
o al **301-450-5854**

12321 MIDDLEBROOK RD
STE# 290 * GERMANTOWN, MD 20874

EMPLEOS

BUSCAMOS
**COCINERO
DE POLLO
FRITO**
CON EXPERIENCIA
Tiempo completo
Columbia, MD, cerca
de Howard High
School
(410) 340 2549

Deli busca
**CHEF
AYUDANTE
DE COCINA**
Beltsville MD
con experiencia
inglés básico
Lunes-Viernes
6:00 a.m. - 3:00 p.m.
(301) 655 5680

Buscamos
Secretaria
para trabajar en oficina de Virginia!
Requisitos:
• Proactivo • Conocimiento de Microsoft Office
Puede llamarnos al
301-294-1166

DRY CLEANERS
Necesita
**PLANCHADOR
DE PANTALONES**
en Vienna, VA
necesita tener experiencia.
También tiene que
planchar chompas, blusas
y acabados de a mano
para las camisas.
Interesados llamar al
703 870 9922

SE NECESITA UNA PERSONA
CON EXPERIENCIA EN
• **GRILL** • **CAJERA**
PARA DELI
lunes-viernes de 7:00 a.m. - 4:00 p.m.
Interesados llamar al
(571) 589 5115
Lorton, VA

Compañía de Construcción en Washington DC
está contratando:
**SECRETARIA
BILINGÜE**
con mínimo 2 años de experiencia.
Requisitos:
• Poseer Vehículo propio
(Preferible no indispensable)
• Conocimiento Microsoft Office
• Responsable
• Flexibilidad de horario
Horario de Lunes a Viernes: 7:30am - 5:00pm
Compensación: \$22/Hr.
Para mayor
información llamar al **(202) 696 2974**

**SERVICIOS DE
FOTOGRAFÍA**

Para todo evento social. **Bodas,**
cuapleños, graduaciones, y todo
evento social. Proyección de sus
videos con sus forografías, editado.
Por favor llamar al:
301-433-1144

**MASAJES
BETSY**
masajes relajantes
para caballeros
Falls Church, VA
703-587-2654


**¡LO QUE LOS CLIENTES
OPINAN DE NOSOTROS!**

OURISMAN
Clientes satisfechos
Juan Pablo siempre nos hace sentir como familia y dedica su tiempo y
esfuerzo para ayudarnos a renovar nuestro auto sin afectar nuestro bolsillo.
OURISMAN tiene mucha suerte de tenerlo... ¡Gracias Juan Pablo!
Certified ★★★★★
Llamar o texto: **(540) 388-3775 Juan Pablo**

Washington D.C.
RENTO
 un cuarto amplio
 con baño privado a
 persona sola sin vicios
 y responsable en
 la calle 15 St. NW
 Washington, DC
 Llamar al
(202) 436 1085
 DISPONIBLE INMEDIATAMENTE

SE BUSCA
DAMA RESPONSABLE
 Para cuidar a una persona mayor
 Preferible con experiencia
 Opción de vivir adentro.
 Pago semanal, promedio
\$300-\$500
 Localización: Randolph Rd.,
 entre New Hampshire Ave. y
 Georgia Ave., Silver Spring, MD
 Llamar para información
(301) 388 0179

Washington, DC
RENTO
 una habitación
 en casa de familia a
 persona sola
 Entrada independientes,
 utilidades incluidas
 Cerca de la parada de buses,
 Metro y Walmart de la
 Georgia Ave.
 Llamar a Sra. Cruz:
(202) 213 5966

CONSEJERA LORENA
 Se leen las cartas y la mano
 Se hacen amarres para el amor
 Limpias para la buena suerte

Trabajos 100% garantizados
 Llama al **(301) 923 5983**

SUBWAY
 CRYSTAL CITY
 NECESITA
PREPARADOR DE SANDWICHES
 Con Experiencia
Tiempo Completo/ Medio Tiempo
 noches y fines de semana
 Debe hablar inglés básico
(703) 209 4183

DRY CLEANER
 está contratando
 personal para
•PLANCHADORES PARA CAMISAS Y
•DRY CLEAN
•EMBOLSADOR Y
•CHOFER
 Tiempo completo
 Tener experiencia
 5 días a la semana
 5091 Nicholson Lane
 Rockville, MD
(301) 468 7303

Restaurante Asiatico
 en Bethesda, Maryland
Necesita un FREIDOR Y COCINERO CHINO
 tiempo completo (FT)
 Debe de hablar un poquito de Inglés
240-881-3972

COCINERO de comida china
 City Lights of China
 4953 Bethesda Ave.
 Bethesda, MD 20814
Tiempo completo para restaurante chino
 Contactar Michael:
(240) 277 6494
 para más información y para concretar una entrevista

Washington DC
RENTO
APARTAMENTO NUEVO DE 1 CUARTO
 Excelente ubicación
 Cerca del metro y terminal de buses en
 Takoma Park, DC.
Utilidades Incluidas
 Llamar al
(202) 291 4258

RECEPCIONISTA Y ASISTENTE BILINGÜE
 Para oficina dental
 Se prefiere con experiencia,
 pero no es necesario
ANNANDALE, VA
 Esquina de Backlick
 y Braddock Rd.
(703) 347 2006
 Contactar a Vivian

Se Necesita
PREPARADORA DE SANDWICH GRILL
 Con experiencia
 Debe hablar inglés básico
 MEDIO TIEMPO/ TIEMPO COMPLETO
 Cerca a la estación de Metro Ballston en Arlington, VA
(571) 212-7415

CARRYOUT & DELI
 Necesita
AYUDANTE KITCHEN & SANDWICH MAKER
 Lunes a Viernes
 Bowie, Maryland
240-893-7947

Healing Therapy VA Inc
MASAJES
 Muy buenos masajes, limpio y comfortable
TODAS SON COREANAS
 Llamar en inglés
571-296-4359
 12510 Lake Ridge Dr. Ste B
 Woodbridge VA 22192

ROOM FOR RENT
Master bedroom
 Located in Falls Church VA
 Near Seven Corners
 Near bus Stop
 No Smoke, No Alcohol
 Send text or call
571-481-6453

RENTA
 Se renta un cuarto a una persona por \$500, a dos personas por \$600.
 Las utilidades y el cable de televisión están incluidas.
240-260-7419

Quick Printing Services

- One Hour Service on Full-Color Digital Print Business Cards
- High Quality Full-Color Business Cards
- Raised Print Business Cards
- Best Prices on Color Copies
- One Day Service on Invoice Forms, Proposal Forms, Flyers, Brochures, Postcards, Door Hangers
- Full-Color Restaurant Menus
- Truck Signs, Street Signs, Banners, Magnetic Signs and Feather Flags
- Presentation Folders
- Business Checks
- Stamps

703-931-1317
DUPONT PRINTING
 3425 Payne Street • Falls Church, VA 22041
 E-mail: dupontprintingsv@aol.com

Restaurante Asiatico
 en Bethesda, Maryland
Necesita un FREIDOR Y COCINERO CHINO
 tiempo completo (FT)
 Debe de hablar un poquito de Inglés
240-281-3972

SE NECESITA
AYUDANTE DE COCINA
 Preferible con experiencia, o entrenamos y con inglés básico
 11890 Old Baltimore Pike Suite A
 Beltsville, MD 20705
(703) 220 3450
(301) 937 4993

MAESTRO JOSÉ DE LEÓN

- *Amarre de amor eterno
- *Uniones, dominios
- *Fertilidad
- *Impotencia sexual
- *Sanación de enfermedades
- *Problemas legales
- *Aumentar ganancias
- *Eliminación de brujería y males
- *Encontrar trabajo
- *Limpias y purificaciones

11230 Grandview Ave., Suite 8 Wheaton, MD 20902
301-509-2907

MASAJES DIANA
 Atendemos todos los días
 Chica Salvadoreña
 Oxon Hill Rd.
 Oxon Hill, MD
 Contáctame para tu cita
Llárame al (202) 995 6860



HAY MÁS PARA EXPLORAR EN OLD TOWN



Resulta que una de las mejores ciudades pequeñas de Condé Nast Traveler estaba justo al lado todo el tiempo. Compre y camine por la milla de King Street, donde encontrará más de 200 tiendas y restaurantes independientes. Pasee por la costa para ver el nuevo arte público, haga una excursión en barco y luego cene a orillas del río Potomac.



alexandria

Descubra las mejores cosas para hacer en Old Town y en otros vecindarios de Alexandria en VisiteAlexandria.com

Una de las 3 Mejores Ciudades Pequeñas en EE. UU. —Condé Nast Traveler Readers' Choice Awards



¡Se aproximan cambios a la recolección de residuos en la acera del condado de Prince George's!

Nuevos servicios comienzan la semana del 1 de julio de 2024.



Se ofrecerá servicio de recolección de metales para desecho y electrodomésticos en la acera, por cita, cada tercer lunes de cada mes.

Incremento de artículos de basura voluminosa en la acera de dos (2) a cuatro (4) el día de recolección semanal.

Cambio al día de recolección para algunos residentes. Visite bit.ly/PGCcollectiondaylookup para verificar el día servicio.

Visite mypgc.us/clearthecurb para más información.