



ERA REVISAR
AVANCES EN
VIVIENDA

ESTADO. PÁG. 03



SHEINBAUM
DESTACA
HISTÓRICO
CRECIMIENTO
DEL EMPLEO

B.01

HOY
Día Internacional
de la UNESCO

DIARIO DE PALENQUE

CHIAPAS - TABASCO

CLIMA HOY



PALENQUE
MÁX. MIN.
28° 21°

MARTES 4 de Noviembre de 2025

Núm. 5652

LA VOZ DEL SURESTE

Diario de Palenque

DiariodePalenqueOficial

Año 17 \$10.00



LA OBRA EN EL EJIDO CUAUHTÉMOC Chancalá mejora el acceso a parcelas y fortalece la economía local.

REHABILITACIÓN DE CAMINO

JORGE CABRERA REAFIRMA SU COMPROMISO CON LAS COMUNIDADES

Con una inversión de más de 865 mil pesos, el Ayuntamiento modernizó el camino con huellas de concreto y zampeado de piedra

CIUDAD. PÁG. 02



Lotería Nacional
reconoce al SACM
por sus 80 años

ESTADO. PÁG. 03

VAMOS A MÉRIDA TEYA!

¡Nueva Ruta! 7:35 AM

Escanea, Consulta, Reserva y Paga en línea...

¡vive! #Viajesquetransforman

TREN MAYA
TS'IMIN K'ÁAK

trenmaya.gob.mx



LLAVEN ABARCA
REPORTA SALDO
BLANCO EN DÍA
DE MUERTOS

B.01



YAJALÓN

YAJALÓN RECIBE
PATRULLA Y EQUIPO PARA
SU POLICÍA MUNICIPAL

B.04



CHILÓN

SALDO BLANCO EN DÍA
DE MUERTOS EN CHILÓN

B.04



LA LIBERTAD

PORFIRIO CORREA GESTIONA
PROYECTOS ANTE EL FOFOE

PORFIRIO CORREA LÓPEZ, SOSTUVO UN ENCUENTRO CON CARLOS ALBERTO PINTO, JEFE DEL ÁREA DE PROMOCIÓN Y PROYECTOS DEL FONDO DE FOMENTO ECONÓMICO (FOFOE), CON EL OBJETIVO DE FORTALECER A LAS EMPRESAS ESTABLECIDAS DEL MUNICIPIO MEDIANTE LA GESTIÓN DE APOYOS Y CRÉDITOS QUE IMPULSEN SU DESARROLLO ECONÓMICO.

Columnas

¡QUÉ
MÁS
PUE...!

Por Carlos Rafael
Coutiño Camacho



ESTADO

ISSTECH
celebra con
éxito Concurso
de Altares y
Calaveritas

ESTADO. PÁG. 03



ZONA NORTE

DIF
Altamirano
se suma a
colecta de
víveres

ESTADO. PÁG. 03



CON UNA inversión de más de 865 mil pesos, el Ayuntamiento modernizó el camino con huellas de concreto y zampeado de piedra.

Jorge Cabrera entrega rehabilitación de camino rural

•La obra en el ejido Cuauhtémoc Chancalá mejora el acceso a parcelas y fortalece la economía local

•COMUNICADO:
PALENQUE

Con un monto de ejecución de 865 mil 642 pesos con 31 centavos, el H. Ayuntamiento Municipal de Palenque, encabezado por Jorge Cabrera Aguilar, entregó la rehabilitación del camino rural en el ejido Cuauhtémoc Chancalá (El Guanál), beneficiando a productores y habitantes de la comunidad.

La obra consistió en la construcción de 150 metros lineales de concreto mixto, con un ancho de cinco metros de huellas a ambos lados y un metro de huella con zampeado de piedra en tres secciones, además de 150 metros lineales de cunetas de concreto con base hidráulica,

trabajos ejecutados por la Dirección de Obras Públicas.

El alcalde Jorge Cabrera Aguilar, acompañado del Regidor Cesar Eduardo Durán Rívar, recorrió la obra, constató los trabajos realizados y destacó que los ejidatarios ahora cuentan con un acceso más seguro y funcional a sus parcelas, facilitando el traslado de cosechas y productos agrícolas.

Durante su visita, el presidente municipal resaltó que este tipo de proyectos son resultado de la planeación y ejecución responsable del Ayuntamiento, y que buscan fortalecer la infraestructura rural para impulsar la economía de las familias.

Las autoridades ejidales expresaron su agradecimiento a

nombre de los productores y habitantes de la comunidad, destacando que la obra representa una mejora significativa en la calidad de vida y en las oportunidades de desarrollo local.

El proyecto también incluye trabajos complementarios de drenaje y mantenimiento de cunetas, asegurando que el camino se conserve en óptimas condiciones durante todo el año y reduzca los riesgos de daños por lluvias o el tránsito pesado de vehículos agrícolas.

Con esta acción, el Ayuntamiento de Palenque reafirma su compromiso con el desarrollo rural y la atención a las comunidades, promoviendo obras que mejoran la infraestructura, la productividad y el bienestar de los ciudadanos en el municipio.

Palenque rinde homenaje al lábaro patrio

•REDACCIÓN:
PALENQUE

Como cada primer lunes del mes, el H. Ayuntamiento Municipal de Palenque, en coordinación con la 4/A Compañía de Infantería No Encuadrada, llevó a cabo la ceremonia de homenaje al lábaro patrio, reafirmando el respeto y amor a los símbolos nacionales.

En la actividad participaron el cuerpo edilicio, directores y coordinadores de área, personal administrativo del Ayuntamiento y del DIF municipal, así como alumnos del Centro de Bachillerato Tecnológico Agropecuario (CBTA) No. 45, además de cuerpos policiacos de los tres niveles de gobierno y público en general.

El evento busca promover los valores patrios que identifican a los mexicanos, fomentan-



do la participación ciudadana y el sentido de pertenencia a la nación desde temprana edad.

Con estas ceremonias, el Ayuntamiento de Palenque refuerza su compromiso de cultivar la identidad nacional y la educación cívica, recordando la importancia de mantener vivos los símbolos y tradiciones que representan a México.



AUTORIDADES MUNICIPALES, estudiantes y ciudadanía participaron en la ceremonia cívica del primer lunes de mes.

Limpian andador hacia la Zona Arqueológica

•REDACCIÓN:
PALENQUE

El H. Ayuntamiento de Palenque lleva a cabo trabajos de limpieza y mantenimiento en el andador que conduce a la Zona Arqueológica, con el propósito de garantizar un entorno limpio y seguro para las familias y los turistas.

Las cuadrillas de servicios públicos municipales trabajan con dedicación para dejar el espacio reluciente, promoviendo la conservación de las áreas públicas y fomentando la cultura del cuidado del entorno.

Estas acciones buscan que los habitantes de Palenque puedan disfrutar de un lugar agradable para caminar, correr y convivir, al mismo tiempo que los visitantes nacionales e internacionales encuentren un espacio seguro y bien cuidado.

Con estas labores, el Ayuntamiento reafirma su compromiso



EL AYUNTAMIENTO realiza labores de limpieza y mantenimiento para ofrecer espacios seguros y agradables a la ciudadanía y visitantes.

miso con el bienestar de la comunidad y la preservación de los sitios turísticos, asegurando

do que la ciudad se mantenga atractiva y en condiciones óptimas para el disfrute de todos.



Abuelitas de la Casa de Día fortalecen cuerpo y mente

REDACCIÓN:
•PALENQUE

Las abuelitas de la Casa de Día del DIF Palenque continúan participando en diversas actividades diseñadas para fortalecer su cuerpo, mente y autoestima, fomentando al mismo tiempo la convivencia entre los participantes.

Estas acciones buscan crear un entorno agradable y seguro, donde las personas mayores puedan disfrutar de espacios que promuevan su salud física y emocional, al tiempo que se fomenta la integración social y la recreación.

El DIF Palenque destacó



que estas actividades forman parte de un programa integral de bienestar para adultos mayores, que busca mejorar su calidad de vida y responder a sus necesidades, garantizando que sus expectativas y derechos sean atendidos con respeto y dedicación.

Con iniciativas como esta, la institución reafirma su compromiso de cuidar y valorar a los adultos mayores, ofreciendo espacios donde puedan mantenerse activos, saludables y socialmente integrados.

QUÉ MÁS PUE...

► OPINIÓN

Por Carlos Rafael Coutiño Camacho

Quiénes estudiamos además de Ciencias de la Comunicación y Periodismo, en la UNICACH la carrera de marketing, este 4 de noviembre, lo celebramos, pero también hay que decir que de acuerdo a datos que vienen arrojando las grandes empresas, la tecnología, se está convirtiendo en un enemigo para las personas. Pongamos ejemplos, en

medios de comunicación, desaparecieron los camarágrafos, también ocurre en quienes trabajan en Google y YouTube, quienes ahora, será parte manejado, por la IA, hay que decir que basta acudir a comprar a tiendas, y ya hay cajas de autoservicio, poco a poco, la mano de obra, irá desapareciendo.

No es que el empleo se muera, simplemente habrá menos personas y más

tecnología, pongo otros ejemplos, los taxis sin choferes, la radio sin locutores, robots sustituyendo a las afanadoras, y por ahí otras tantas más, habrá que incluir a las secretarías, quizás ellas en un par de años ya no existan.

Pero veamos el lado bueno, el marketing, no es publicidad, sino que da un análisis de estrategia que permita dar un enfoque real, de cómo vender más, como hacer dinero, como visibilizarse, como ser un negocio en síntesis.

Veamos otros puntos, el marketing permite interactuar con los clientes, entender sus necesidades

y preferencias, y ofrecer soluciones personalizadas que satisfagan sus expectativas, por eso insisto, en que es mucho más que cualquier simple anuncio.

Aumento de las ventas y la generación de leads: El marketing puede ayudar a aumentar las ventas y a generar leads calificados, lo que puede llevar a un aumento en la conversión y la fidelidad de los clientes.

En resumen, el marketing es una herramienta poderosa que puede ayudar a las empresas a alcanzar sus objetivos y a crecer en un mercado cada vez más competitivo,

ojalá se entienda y se entienda bien, que un carro con bocina, no es mkt, los volantes tampoco, menos anuncios luminosos.

Por cierto, para los políticos también existe el marketing político, no ayuda para dar a conocer sus actividades, sino que se necesita para poder realizar la obra pública, dicho de otra manera, hace un trabajo analítico de que importa, como lo tomará la sociedad y de qué manera repercutirá en su persona, quizás para su propio futuro, si así lo visiona para un nuevo cargo gubernamental o electoral.

Eduardo Ramírez revisa avances en vivienda

El gobernador se reunió con el Director General de la CONAVI para evaluar proyectos y construcción de viviendas en el estado

•AGENCIA:
TUXTLA GUTIÉRREZ

El gobernador de Chiapas, Eduardo Ramírez Aguilar, sostuvo una reunión de trabajo con Rodrigo Chávez Contreras, Director General de la Comisión Nacional de Vivienda (CONAVI), con el objetivo de revisar los avances en los programas de vivienda que se ejecutan en la entidad.

Durante el encuentro, se abordaron temas relacionados con la planificación, proyecciones y estrategias para garantizar la construcción de viviendas de calidad que beneficien a las familias chiapanecas que más lo necesitan.

Ramírez Aguilar destacó la importancia de mantener una coordinación estrecha con el gobierno federal, encabezado por la presidenta Claudia Sheinbaum Pardo, para asegurar que los recursos y proyectos lleguen de manera eficiente y transparente a la población.



EL MANDATARIO destacó la coordinación con el gobierno de Claudia Sheinbaum, que fortalece la atención a familias chiapanecas que requieren vivienda digna.

Por su parte, Rodrigo Chávez Contreras reconoció el compromiso del gobierno estatal en la atención de la demanda habitacional, así como los esfuerzos realizados para optimizar los procesos de construcción y entrega de viviendas.

El gobernador señaló que estos proyectos representan una oportunidad para mejorar la calidad de vida de miles de familias, garantizando espacios dig-

nos y seguros, alineados con los estándares nacionales de construcción y desarrollo urbano.

Finalmente, ambos funcionarios coincidieron en reforzar la colaboración interinstitucional, con el objetivo de consolidar programas de vivienda que contribuyan al desarrollo social y económico de Chiapas, reafirmando el compromiso de atender a quienes más lo requieren.



ALEJANDRO SVARCH Pérez y autoridades estatales constataron la modernización del hospital con equipo médico de última generación.

Supervisa IMSS-Bienestar avances en Hospital de Especialidades Pediátricas

•AGENCIA:
TUXTLA GUTIÉRREZ

Durante su gira de trabajo por Chiapas, el director general de los Servicios de Salud IMSS-Bienestar, Alejandro Svarch Pérez, acompañado del secretario de Salud del estado, Dr. Omar Gómez Cruz, realizó una visita al Hospital de Especialidades Pediátricas, donde supervisaron las diferentes áreas y constataron las mejoras en infraestructura y equipamiento médico.

Las autoridades destacaron que en este hospital se ha realizado una importante inversión en tecnología médica de última generación, especialmente en

los servicios de imagenología, quirófanos y rehabilitación, con el propósito de garantizar atención de tercer nivel con mayor calidad para niñas, niños y adolescentes que requieren servicios especializados.

Durante el recorrido también participaron el jefe de Oficina de la Dirección del IMSS-Bienestar, Gerardo Orantes Jordán, y la coordinadora estatal de los Servicios Públicos de Salud IMSS-Bienestar, Sofía Carlota Aguilar Herrera, quienes reconocieron el compromiso del personal médico y administrativo del hospital por brindar una atención humana, profesional y de excelencia a la población infantil de Chiapas.



SEMUIGEN trabaja por la igualdad de Género

•AGENCIA:
ZINACANTÁN

La Secretaría de la Mujer e Igualdad de Género (SEMUIGEN), en el marco del proyecto integral de la Alerta de Violencia de Género contra las Mujeres (AVGM), realizó una visita al municipio de Zinacantán con el objetivo de constatar los avances y acciones que los ayuntamientos están implementando para fortalecer la atención y protección de las mujeres y niñas.

Durante la jornada, personal de la SEMUIGEN reconoció los esfuerzos locales en la promoción de políticas públicas orientadas a prevenir, atender, sancionar y erradicar la violencia de género, reafirmando el compromiso del gobierno estatal de acompañar y fortalecer estas estrategias en todo el territorio chiapaneco.

La dependencia señaló que continúa trabajando de manera coordinada con las autoridades municipales en el cumplimiento de las medidas establecidas en la Declaratoria de la AVGM, con el propósito de garantizar entornos más seguros, igualitarios y libres de violencia para todas las mujeres y niñas de Chiapas.



OLIVIA SALOMÓN subrayó que para unirse con profundo respeto a los 80 años de la SACM, se emitió un billete conmemorativo.

Lotería Nacional distingue a la Sociedad de Autores y Compositores por sus 80 años

•AGENCIA:
MÉXICO

El 80° Aniversario de la Sociedad de Autores y Compositores de México (SACM) recorrerá el país en el billete del Sorteo Zodiaco No. 1726 de Lotería Nacional, que reconoce su labor en la protección de las obras intelectuales, su vínculo con la música, la identidad nacional, la cultura de la legalidad y la justa retribución para quienes ejercen esta profesión.

Durante la develación del billete conmemorativo encabezado por la directora general de la Lotería Nacional, Olivia Salomón; el presidente del Consejo Directivo de la SACM, Martín Urieta Solano; y el director general de la SACM, Roberto Cantoral Zucchi, se resaltó la importancia de dignificar las obras de los compositores y el fomento de la creación musical como parte de la identidad y cultura que enorgullece al país.

«Este billete es un homenaje a quienes dan identidad sonora a México: un símbolo que celebra que nuestra música, la suya, la nuestra, es patrimonio, memoria y futuro», afirmó la directora general de Lotería Nacional, Olivia Salomón.

La titular de Lotería Nacio-



nal subrayó que para unirse con profundo respeto a los 80 años de la SACM, la entidad emitió un billete conmemorativo que rinde homenaje a la constante lucha en favor de la defensa del derecho de autor, una causa justa que ha permitido que la creatividad tenga respaldo y que el esfuerzo intelectual tenga dignidad, representando a México en el ámbito internacional y defendiendo en todos los escenarios, que el arte no puede separarse del derecho.



EL EVENTO, encabezado por Luis Ignacio Avendaño Bermúdez, reunió creatividad, tradición y alegría entre la comunidad del instituto.

ISSTECH celebra con éxito Concurso de Altares y Calaveritas

•AGENCIA:
TUXTLA GUTIÉRREZ

Con el propósito de preservar las tradiciones mexicanas, el Instituto de Seguridad Social de los Trabajadores del Estado de Chiapas (ISSTECH), bajo la dirección general de Luis Ignacio Avendaño Bermúdez, llevó a cabo con gran éxito el Concurso de Altares, Calaveritas Literarias y Disfraces, donde las y los participantes demostraron su talento, ingenio y amor por la cultura popular.

Durante el evento, Avendaño Bermúdez felicitó a las y los concursantes por el entusiasmo y compromiso con el que participaron, destacando que estas actividades son fundamentales para mantener vivas las tradiciones que dan identidad al pueblo mexicano. Asimismo, agradeció el esfuerzo y la colaboración de toda la Familia ISSTECH, que hizo po-

sible esta jornada llena de color y creatividad.

En un ambiente de alegría y convivencia, los asistentes disfrutaron de las diversas presentaciones, en las que se reflejó el trabajo en equipo y la dedicación de cada participante. El jurado reconoció la calidad artística de los altares y las originales calaveritas literarias que rindieron homenaje a la cultura del Día de Muertos.

El evento contó con la presencia del Secretario General de la Sección 40 del SNTE, Oved Balderas Tovilla, la Diputada Local Selene Josefina Sánchez Cruz y la Subdirectora de Prestaciones Socioeconómicas, Adriana Guillén Hernández, quienes destacaron la importancia de fomentar la unidad y el sentido de pertenencia a través de actividades culturales que celebran nuestras raíces.



**DIARIO DE
PALENQUE**



Caravana 14 NAVIDEÑA



INSCRIBETE:
34.553.12
PREGUNTA POR LOS PAQUETES

Ellos ya están listos!
**DE DICIEMBRE
6:00 PM**

Región

MARTES 4 DE NOVIEMBRE DE 2025 // CONTÁCTANOS: 916.163.9563

Sheinbaum destaca histórico crecimiento del empleo

El IMSS reporta más de 22.6 millones de puestos de trabajo registrados al cierre de octubre, la segunda cifra más alta desde 1997

•AGENCIA: MÉXICO

Durante la Mañanera del Pueblo, encabezada por la presidenta Claudia Sheinbaum Pardo, el director general del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Zoé Robledo Aburto, informó que al 31 de octubre de 2025 se registraron 22 millones 639 mil 50 puestos de trabajo, la segunda cifra más alta en la historia desde 1997, año en el que comenzó esta medición. La primera se alcanzó en noviembre de 2024, lo que evidencia una continuidad positiva en la generación de empleos formales.

Zoé Robledo detalló que durante octubre de 2025 se crearon 198 mil 454 nuevos empleos, sin incluir a trabajadores de plataformas digitales, lo que representa la tercera cifra más alta registrada en un solo mes. En lo que va del año se han generado 400 mil 671 empleos, equivalente a una tasa anual de crecimiento del 1.8 por ciento.

Asimismo, destacó que en los últimos doce meses se han sumado 20 mil 108 puestos, lo que corresponde a una tasa anual del 0.1 por ciento. Aunque el incremento interanual es moderado, el comportamiento del empleo mantiene una tendencia sólida



LA MANDATARIA destacó que los resultados reflejan el fortalecimiento del mercado laboral y la confianza en la economía nacional.

y sostenida.

En cuanto a la calidad del empleo, el titular del IMSS señaló que el salario base de cotización promedio es de 623.5 pesos diarios, lo que representa un incremento de 43 pesos en los últimos doce meses, equivalente a una tasa anual del 7.4 por ciento. Este aumento refleja la mejora en los ingresos de las y los trabajadores afiliados al instituto.

Robledo Aburto puntualizó que 19 millones 777 mil 386 empleos son permanentes, lo que representa el 87.4 por ciento del total, la proporción más alta registrada en cualquier mes desde 1997. Este dato confirma que la mayoría de los puestos creados son estables y con presta-

ciones formales.

Además, informó que 9 millones 195 mil 810 de los empleos registrados corresponden a mujeres, es decir, el 40.6 por ciento del total. En lo que va del año, 100 mil de los nuevos puestos han sido ocupados por trabajadoras, reflejando avances en la inclusión laboral femenina.

Finalmente, la presidenta Claudia Sheinbaum Pardo subrayó que estos resultados son muestra del esfuerzo conjunto entre el gobierno federal, el sector empresarial y la clase trabajadora, destacando que México avanza hacia una economía más fuerte, con empleos dignos, mejor remunerados y con mayor participación de las mujeres en el mercado laboral.



AUTORIDADES ESTATALES reconocen la responsabilidad ciudadana y el trabajo conjunto entre los tres órdenes de gobierno.

Llaven Abarca reporta saldo blanco durante Día de Muertos

•AGENCIA: TUXTLA GUTIÉRREZ

El fiscal general del estado, Jorge Luis Llaven Abarca, asistió a la Mesa de Paz encabezada por el gobernador Eduardo Ramírez Aguilar, donde se dio a conocer que Chiapas registró saldo blanco durante las celebraciones del Día de Muertos, gracias al trabajo coordinado de las instituciones de seguridad y protección civil.

Durante la reunión, las autoridades destacaron la importancia de mantener la coordinación interinstitucional para preservar la tranquilidad

en todos los municipios, reconociendo también el comportamiento ejemplar del pueblo chiapaneco, que disfrutó de las festividades con respeto y responsabilidad.

Finalmente, el fiscal general y el gobernador reiteraron su compromiso de seguir trabajando unidos para garantizar la seguridad, la paz y el bienestar de las familias chiapanecas, fortaleciendo las estrategias que promueven un ambiente de armonía en todo el estado.



Catazajá impulsa campaña de prevención del cáncer de mama

Campaña de prevención

MASTOGRAFÍAS GRATUITAS

UNIDAD MOVIL DE ATENCION COMUNITARIA PARA LA DETECCION Y DIAGNOSTICO DEL **cáncer de mama**

DEL 3 AL 7 DE NOVIEMBRE
HORARIOS DE ATENCION:
08:00 A.M. - 04:00 P.M.

DOMO DE LA UNIDAD DEPORTIVA, CABECERA MUNICIPAL, CATAZAJÁ.

si **tú** estás bien, todo está mejor

REQUISITOS

- MUJERES DE 40 A 69 AÑOS DE EDAD
- COPIA DE INE Y CURP

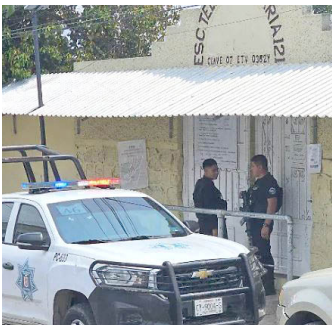
RECUERDA:
BAÑARSE COMO DE COSTUMBRE
ACUDIR SIN DESODORANTE, TALCO O PERFUME, CREMAS

•CATAZAJÁ DP

El Honorable Ayuntamiento de Catazajá invita a la población, especialmente a las mujeres, a participar en la Campaña de Prevención del Cáncer de Mama, que se llevará a cabo del 3 al 7 de noviembre, en un horario de 8:00 de la mañana a 4:00 de la tarde, en el Domo de la Unidad Deportiva.

Durante esta jornada se realizarán actividades de detección temprana, orientación médica y concientización, con el objetivo de fomentar el cuidado de la salud y la importancia de la autoexploración para prevenir esta enfermedad.

Con esta iniciativa, el Ayuntamiento de Catazajá reafirma su compromiso con la salud de las mujeres del municipio, promoviendo la prevención y el diagnóstico oportuno como herramientas clave para salvar vidas.



BULLYING Y ACOSO ESCOLAR AFECTA A MILES DE ESTUDIANTES

Durante los últimos meses, la capital chiapaneca ha registrado casos de bullying y acoso escolar. De acuerdo con datos de la Fiscalía General del Estado (FGE), en los primeros cinco meses del 2025 se han interpuesto al menos 25 denuncias formales relacionadas con estos hechos, siendo abril el mes con mayor incidencia al acumular ocho casos.



DIF SALTO DE AGUA IMPULSA ACCIONES CONTRA LA VIOLENCIA

•SALTO DE AGUA: DP

En el marco de la conmemoración de “Un día para actuar, generar conciencia y prevenir la violencia contra mujeres y niñas”, el DIF Municipal de Salto de Agua llevó a cabo una jornada de actividades enfocadas en la concientización y reflexión sobre la importancia de erradicar cualquier forma de violencia hacia las mujeres.

El personal del organismo participó activamente en dinámicas y pláticas orientadas a fortalecer la igualdad, el respeto y la em-



EL PERSONAL del organismo realizó actividades de reflexión y sensibilización para promover una vida libre de violencia.

patía, promoviendo valores que contribuyan a la construcción de una sociedad más justa y libre de violencia.

Con esta iniciativa, el DIF Salto de Agua refrenda su compromiso de seguir impulsando acciones que promuevan el respeto a los derechos humanos y la seguridad de las mujeres y niñas, fomentando la cultura de la no violencia y la solidaridad comunitaria.



PORFIRIO CORREA, sostuvo reuniones con funcionarios estatales para fortalecer a las empresas locales y promover apoyos financieros.

La Libertad gestiona proyectos productivos ante el FOFOE

•LA LIBERTAD: DP

El presidente municipal de La Libertad, Porfirio Correa López, sostuvo un encuentro con Carlos Alberto Pinto, jefe del área de Promoción y Proyectos del Fondo de Fomento Económico (FOFOE), con el objetivo de fortalecer a las empresas establecidas del municipio mediante la gestión de apoyos y créditos que impulsen su desarrollo económico.

Durante la reunión, el alcalde destacó la importancia de seguir creando alianzas institucionales que permitan am-

pliar las oportunidades para los emprendedores y empresarios locales, contribuyendo al crecimiento sostenible y a la generación de empleos.

Asimismo, Porfirio Correa López se reunió con Humberto Carlos Campos López, jefe del área de Gestión Contable y Finanzas del FOFOE Chiapas, con quien sostuvo una reunión productiva para analizar y gestionar nuevos proyectos en beneficio de las familias de La Libertad, reafirmando su compromiso con el desarrollo económico y social del municipio.





¿Insomnio y cómo afecta a la salud?

El insomnio paradójico puede alterar la forma en que percibes tu descanso y empeorar algún trastorno

•AGENCIA: MÉXICO

Has sentido que no duermes por las noches, pero al ir con un doctor te dice no tienes ningún problema del sueño? Esta contradicción se llama insomnio paradójico, un trastorno del que confunde la mente, pero deja el cuerpo descansado. Es una condición real caracterizada por una severa queja de falta de sueño, la cual genera gran ansiedad y frustración. La preocupación por dormir bien no es menor. El síndrome del sueño insuficiente está generando problemas sociales graves. Se estima que en México, más del 45% de la población adulta padece insomnio, según la Universidad Autónoma de México (UNAM). Entender los subtipos de insomnio, como el paradójico, es importante para encontrar tratamientos efectivos. El insomnio paradójico, conocido anteriormente como la “percepción errónea del estado del sueño”, es un subtipo de trastorno del insomnio donde hay una gran diferencia entre lo que sientes que duermes y lo que realmente duermes.

- Sensación vívida** de no dormir: Lo experimentas como si estuvieras consciente del entorno o solo durmieras unas pocas horas.
- Evidencia objetiva** de descanso: La polisomnografía (un estudio del sueño) muestra que, en realidad, obtienes una cantidad de sueño adecuada o casi normal.
- Afecta la salud** mental y emocional: La frustración que produce puede generar ansiedad intensa, a pesar de que la condición no es físicamente peligrosa.

El síntoma principal del insomnio paradójico es la convicción de que no has dormido lo suficiente. Esta queja es desproporcionada con respecto a lo que en



realidad descansas. Dado que el insomnio paradójico se basa en una falta de concordancia entre la percepción y la realidad, el tratamiento se centra en abordar la ansiedad subyacente y educarte sobre tu descanso. El insomnio paradójico es un recordatorio de que tu mente y la percepción del sueño pueden ser poderosas. Si te sientes frustrado porque crees no dormir, recuerda que es una condición real y tratable.



SUDOKU

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

Cada fila (Linea horizontal)

Deve contener los numeros del 1 al 9

Cada fila (Linea vertical)

Deve contener los numeros del 1 al 9

Cada subcuadrícula (de 3x3)

Deve contener los numeros del 1 al 9

Para resolver el sudoku

empiece por la columna o fila que tenga mas numeros previamente fijados

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

SOPAS DE LETRAS

L	E	V	D	T	X	A	N	E	J	O	E	R	A	R	A	T	M	W	G
W	D	T	N	H	M	A	A	M	K	A	T	E	V	Y	O	A	Ñ	W	L
O	B	X	C	U	X	O	B	G	O	I	D	T	A	L	U	D	C	Q	N
W	F	Z	L	M	A	O	N	Y	I	Q	X	E	K	O	B	F	L	O	K
L	X	E	C	N	A	D	S	I	Y	V	O	C	A	L	E	E	I	O	Ñ
K	T	I	I	X	S	E	S	P	R	W	K	U	Q	R	T	C	K	X	F
O	A	A	H	O	R	R	A	D	O	E	A	H	E	A	N	D	O	H	
Z	U	A	U	G	G	O	B	D	P	S	D	O	R	C	G	K	F	O	Q
X	I	Ñ	Q	U	N	A	P	W	E	Y	R	N	I	L	E	P	C	P	A
O	C	N	E	D	O	P	Z	U	Z	T	A	F	A	T	D	U	I	D	H
R	J	Z	S	S	T	L	B	R	E	E	I	M	N	T	R	Ñ	A	S	X
S	B	A	H	Z	Z	A	M	N	X	T	E	A	O	R	N	N	C	K	X
G	I	S	M	K	S	P	S	U	S	A	F	E	I	R	R	A	A	P	W
I	J	Ñ	X	Ñ	L	I	O	A	Q	E	X	D	I	O	N	L	S	I	G
A	I	I	U	A	A	A	L	Y	L	W	O	E	H	E	P	B	D	Y	C
Ñ	S	F	N	C	S	P	V	E	O	Z	W	C	Ñ	F	L	Y	P	I	C
E	U	E	O	O	T	P	Z	I	C	E	O	C	W	E	B	N	Y	G	R
Q	T	B	N	Ñ	H	I	H	O	O	B	K	C	A	S	T	O	S	R	G
A	O	E	A	T	Y	A	Z	T	A	O	I	J	P	N	Y	M	Y	B	Y
A	P	X	A	T	S	I	C	I	A	L	I	F	E	T	R	O	P	E	D

Abochornada
Ahorrado
Amuleto
Casto
Deporte
Elefante
Eterna
Hortensia
Jadear
Laicista
Ocurrido
Penosa
Planeta
Plastificación
Podenco
Sabuesa
Santanderino
Talud
Tarareo
Vocal

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											

» HORIZONTALES

1: Cualidad de ácido. Certificación oficial de un hecho. 2: Sexto planeta del sistema solar. Bebida alcohólica obtenida por fermentación de la caña de azúcar. 3: Atasca, obstruye. Prenda de vestir cómoda o informal. 4: Dios egipcio del sol. Paseará. Este. 5: Asideros, mangos. Cuevas de los osos. 6: Seremos, existiremos. 7: Limpiéis, lavéis. Incaico. 8: Uranio. Triunfante, en femenino. Dominio de Internet para España. 9: Natural de Persia. Nombre de mujer. 10: Cabeza o señora de la casa o familia. Determinando la fecha. 11: Niño

pequeño. Consigáis la victoria.

» VERTICALES

1: Horneará. Levantan, alzan. 2: Probases, degustases. Nombre de consonante. 3: Sufijo diminutivo. Limpiarán, lavarán. 4: Perdurasteis. Vocal. 5: Existían. Irritado, enfureced. 6: Cinc. Revés. Plata. 7: Fuese osado. Situada, localizada. 8: Primera letra del abecedario español. Otorgarán un premio. 9: Emitieron su voz las ranas. Nombre de consonante. 10: Dios del trueno en la mitología nórdica y germánica. Subí. 11: Antiguamente. Cuartos de baño.

HORÓSCOPOS

ARIES
(marzo 21 - abril 20)
Hoy te esperan dificultades relacionadas con el trabajo o las finanzas, incluso alguna posible adversidad inesperada; pero no debes preocuparte porque también vas a recibir alguna ayuda que no esperas, o incluso algún pequeño golpe de fortuna que te sacará de la difícil situación. Será un día difícil, aunque con final feliz.

TAURO
(abril 21 - mayo 20)
Haz siempre lo que sientas y creas que debes hacer, pero no te preocupes porque te lo agradezcan, ya que en muchos casos no solo no será así, sino que en alguna ocasión pueden llegar a devolvarte mal por bien. Hoy tendrás que enfrentarte a un día de este tipo, pero será el destino quien te agradezca lo que otro no hizo.

GÉMINIS
(mayo 21 - junio 21)
Vas a tener un día muy afortunado, gracias a tu enorme habilidad para sacar partido de los acontecimientos y conseguir que las personas que te rodean hagan aquello que tú deseas, especialmente en el ámbito laboral, asuntos financieros y de carácter mundano, para lo que siempre eres muy hábil, pero hoy lo serás más.

CÁNCER
(junio 22 - julio 22)
Si te mueves con habilidad e inteligencia, hoy puedes tener un día muy afortunado en lo que se refiere al trabajo y asuntos de tipo financiero o material. Es hora ya de que por fin recojas el fruto de los esfuerzos y sacrificios de muchos meses pasados, que te llegará de forma inesperada, aunque lo va a hacer con firmeza.

LEO
(julio 23 - agosto 23)
Hoy te espera un día de bastante estrés y rico en acontecimientos inesperados que pueden hacer que estés un poco atacado de los nervios. Sin embargo, en realidad no será un día malo, el problema estará en el modo en que te tomes las cosas, y también la importancia que des a los problemas. Al final todo se va a resolver.

VIRGO
(agosto 24 - septiembre 22)
Este puede ser un día muy alegre, o incluso feliz, para ti, en el que tendrás la posibilidad de hacer realidad alguna ilusión, ya sea en el trabajo o el terreno personal; incluso ese sueño se te podría realizar de modo inesperado, o gracias a la intervención de otras personas. Llega el momento de recoger lo que has sembrado.

LIBRA
(septiembre 23 - octubre 22)
El camino que estabas siguiendo, para un importante asunto de trabajo, está equivocado y muy pronto vas a tener un fracaso o un desengaño. Pero esa es precisamente tu suerte, ya que gracias a ello emprenderás un nuevo camino y este sí será el más correcto y te conducirá a un éxito mucho mayor y con más repercusión.

ESCORPIO
(octubre 24 - noviembre 22)
Hoy te espera un día un poco crispado y con numerosos problemas en el trabajo, aunque ninguno grave. Dificultades que van a surgir de forma inesperada, sobre todo debes tener precaución con alguna traición o ataque por la espalda. Pero al final todo se acabará solucionando, ya sea hoy mismo o a lo largo de esta semana.

SAGITARIO
(noviembre 23 - diciembre 21)
Hoy te espera un día excelente para las relaciones y contactos, especialmente positivo si tienes un trabajo de cara al público, o directamente vinculado a las comunicaciones. También la suerte estará contigo en caso de que tengas que viajar, o algún tipo de contacto con el extranjero, o con personas llegadas desde otros países.

CAPRICORNIO
(diciembre 23 - enero 21)
Por muy diversas razones, hoy tendrás momentos de inquietud o preocupación en relación con el dinero y asuntos materiales, o incluso podrías recibir alguna noticia mala o inquietante; o en relación con algún importante negocio que hayas emprendido recientemente. Sin embargo, al final todo se solucionará, o se encauzará.

ACUARIO
(enero 21 - febrero 19)
Hoy vas a tener un día rico en cambios o novedades, pero que son para bien, o acabarán siéndolo, aunque ahora no lo tengas tan claro. Buenas noticias o acontecimientos favorables en el terreno sentimental o familiar; y si estas cosas se produjeran en el trabajo acabarán repercutiendo favorablemente en tus asuntos íntimos.

PISCIS
(febrero 20 - marzo 20)
Grandes sacrificios y esfuerzos que dan fruto, e incluso te podrían traer una recompensa mayor de la que esperabas. Toda esta semana va a estar marcada por este tipo de vivencias o de acontecimientos, que al fin te harán ver que tus luchas y desvelos no han sido en vano. Será el final de la etapa difícil de los tres años anteriores.



Guía de servicios

CONTRATA AL: 916 112 98 62



Hoteles



Restaurantes



Escuelas



Taxis



Médicos



Cafeterías

Restaurante Catracho
Sabor...
100% Catracho en Pakal-Ná
916.348.7308

DISTRIBUIDORA DE POLLOS LEO'S
SERVICIO Y CALIDAD
2da. Poniente entre
Av. 5 de febrero
y Periférico Norte
916.348.2000

TECAFE
Manejamos pedidos a mayor y menor
916.112.67.00
Dirección: calle San Juan del barrio San Francisco en la colonia Pakal-Ná

TACOS Y QUESADILLAS "DON ALFREDO"
Res, cerdo, chistorra, chorizo argentino o mixto.
916.113.30.63

Maga Krunch Pollos
¡Un krunch de puro sabor!
916.138.14.07

Servicio Técnico Luján
Luján ATM
916.348.73.02
Col. Ampliación La Mielera

EL ARBOLITO
Barrio San José, Calle Emilio Rabaza, esq. Ydálío Huerta

SUPER Six
HIELO * MICHELADAS * LICORES
CONTAMOS CON SERVICIO A DOMICILIO
916 124 06 63
Av. Independencia esq. Periférico Sur, Palenque, Chiapas.

Grúas volti
Servicio de Grúas las 24 Hrs.
Local y Foráneos
Maniobras - Arrastres - Salvamentos
Tel. 345 1194
Independencia s/n
Col. Pakal-Ná

DICARE
CENTRO ODONTOLÓGICO
Vicente Guerrero esq. 9a. Sur a una cuadra del parque de feria Palenque, Chiapas
916.141.4197
916.345.2364

Contáctanos por WhatsApp
DENUNCIAS FOTOS
INFORMACIÓN INVITACIONES
916 163.9563

Quiropráctico Arbey Pérez
Atención previa cita.: Cel. 961 236 88 15
Calle 5 de Febrero a unos pasos de antes Sedesol.

Dr. Kent Martínez Rangel
Especialista en Cirugía General y Cirugía Laparoscópica avanzada
916.102.52.38
Av. Dr. Velasco Suárez #33
EN LA CLÍNICA PALENQUE
Certificado por Consejo Mexicano de Cirugía General.
Miembro de Sociedad Mexicana de Hernias
Sociedad Mexicana de Cirugía General

Sexshop y Lencería
PALEQUE, CHIAPAS
José Aguilar
Evo Siners
Calle . Independencia entre 6 y 7 Sur.
916 132 63 91

MUEBLERIA HOGAR DE PALENQUE
Todo para tu hogar...
Mueblería Hogar de Palenque
CARRETERA PALENQUE A PAKAL-NÁ No. 303, COL. MONTERREY CASI FRENTE A TELCEL Y CHEDRAUI
9163452070 9161277945

NA CHAN KAN
CAFETERÍA & TOURS
En el corazón de Palenque
916.348.9208
Visítanos en el andador turístico

NISSAN
Chesa Palenque
CARR. AEROPUERTO KM. 1, GUAYACÁN LA LOMITA, PALENQUE, CHIAPAS
916.112.3513

TAPICERÍA AUTOMOTRIZ
José M. López Ríos
propietario
Tel. 916 109 00 15
993 150 2193
Calzada Lázaro Cardenas S/N
Palenque, Pakal-Ná.

coffee home
916 345 4558
916 142 3109

CENTRO MÉDICO ANGEL
Dr. Esteban Alberto Ángel González
MÉDICO CIRUJANO
Manejo Integral de Pie Diabético
Heridas
LLagas
Úlceras Varicosas
Neuropatía Diabética
Problemas de Circulación
Informes
916 127 7997
Palenque, Chiapas. fra poniente norte, entre Av. Velasco Suárez y Reforma, Barrio Chino (calle del mercado).

Pollos La Brasa
SERVICIO A DOMICILIO
(916) 114-41-63
AV. 12 DE OCTUBRE ESQUINA ABASOLO

EL REY DEL TONER
Reparación de impresoras, computadoras y Venta de cartuchos, tintas y tóner.
(916) 345-32-12
127-11-08
Calle Independencia entre avenida Nicolás Bravo y Av. Reforma
SERVICIO A DOMICILIO

SUPER CARNICERÍA "LA ESPERANZA"
100 % CARNE DE NOVILLO
CORTES AMERICANO
916 345 4251 961 233
Servicio a domi-

CAFÉ AJAU
Lo mejor de la selva Lacandona
@cafeajau
961 136 7054

ANUNCIATE AHORA
COMIENZA A VENDER
¿QUE ESPERAS?
916.163.9563

LA ENIGMÁTICA ESTATUA DEL REY ARTURO

LA ESCULTURA "GALLOS", UBICADA EN EL CASTILLO DE TINTAGEL, COMBINA HISTORIA, ARTE Y LEYENDA EN UN PAISAJE CARGADO DE SIMBOLISMO

AGENCIA: MÉXICO

En lo alto de los acantilados de Cornualles, Reino Unido, se erige la llamada "estatua del Rey Arturo", oficialmente conocida como Gallos. Esta impresionante figura de bronce de 2.4 metros de altura se encuentra en el Castillo de Tintagel, un lugar profundamente ligado al mito artúrico y a las antiguas leyendas británicas. La escultura representa una silueta mas-

culina fantasmal, cubierta por una capa, con una espada en la mano y una corona que apenas se adivina entre los rasgos. Su diseño, abierto y etéreo, permite al viento atravesarla, creando la sensación de que la figura emerge de la historia misma o desaparece en la bruma atlántica que envuelve el sitio.

Aunque el público suele asociarla con el legendario Rey Arturo, English Heritage —la organización que administra el castillo— ha aclarado que Gallos no representa a un personaje específico. En su lugar,



simboliza el espíritu colectivo de Tintagel, un sitio donde se entrelazan historia, mito y cultura.

El Castillo de Tintagel, donde se ubica

la estatua, fue construido en la década de 1230 por Ricardo, conde de Cornualles. Inspirado por los relatos medievales de Geoffrey de Monmouth, quien vinculó el lugar con Igraine, la madre de Arturo, Ricardo ordenó edificar una fortaleza que evocara un pasado legendario y heroico. La estatua Gallos fue inaugurada el 29 de abril de 2016 y rápidamente se convirtió en un símbolo del patrimonio cultural de Cornualles. Miles de visitantes acuden cada año a contemplarla y a disfrutar de la vista panorámica del mar que se extiende a sus pies. Más que una representación física de un rey, Gallos invita a reflexionar sobre el poder de la imaginación, la permanencia del mito y la manera en que las leyendas siguen dando vida a los paisajes históricos del Reino Unido. Tintagel continúa siendo, así, un lugar donde la frontera entre lo real y lo legendario parece desvanecerse.

