



Maroon 5 anunció conciertos en Uruguay, Argentina y Colombia para 2020

B6



SUPERMERCADOS MORELOS celebra sus primeros 15 años

Supermercados Morelos celebrated 15 years in Oklahoma last weekend with special events and raffles at its locations in Tulsa and Oklahoma City.

Acusado por mala conducta sexual en vuelo de American Airlines

Man charged with sexual misconduct during an American Airlines flight

TULSA, OK - Un hombre que causó el desvío de un vuelo de American Airlines a Tulsa la semana pasada...

ENGLISH

TULSA, OK -- A man who caused an American Airlines' flight to be diverted to Tulsa last week ...



A4



Evo Morales llega a México Evo Morales arrives in Mexico

CIUDAD DE MÉXICO - El ex presidente de Bolivia, Evo Morales, aterrizó en México luego de recibir asilo después de su repentina renuncia durante el fin de semana.

ENGLISH

MEXICO CITY -- Bolivia's former President Evo Morales has landed in Mexico after being granted asylum following his sudden resignation over the weekend.

Jefe de policía de Mannford asesinado por su compañero
Mannford police chief killed by fellow officer

POR WILLIAM R. WYNN | TULSA, OK

A4

El jefe de policía de Mannford, Lucky Miller, fue asesinado en Florida el domingo por la noche, y su amigo cercano y compañero de policía está bajo custodia por el crimen.

ENGLISH

Mannford Police Chief Lucky Miller was killed in Florida Sunday night, and his close friend and fellow police officer is in custody for the crime.



LUCKY MILLER, JEFE DE POLICIA DE MANNFORD.

A7



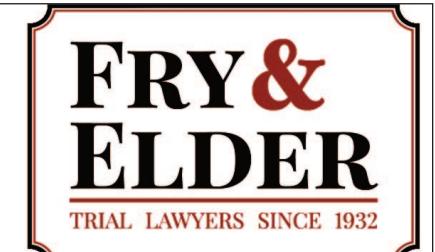
ABOGADA LORENA RIVAS

- Inmigración
- Divorcio y custodia
- Visa para víctimas de crimen y violencia doméstica
- Facilidad de plan de pago
- Derecho Penal, Demanda Civil, Daños Corporales

FRY & ELDER

1630 South Main
Tulsa, Oklahoma 74119

918-585-1107 www.fryelder.com



Las Oficinas Legales de
FRY & ELDER



SUPERMERCADOS MORELOS celebra sus primeros 15 años

VIENE DE LA PÁGINA A-1

Los principales premios otorgados a clientes satisfechos fueron autos nuevos, y en Tulsa Adán Ramírez fue el afortunado ganador de un Toyota Corolla 2020 hecho posible por Fowler Toyota.

Otros premios incluyen par-

rillas, licuadoras, tostadoras, máquinas para hacer gofres y una variedad de deliciosas comidas y artículos de supermercado.

Francisco Ibarra, presidente de supermercados Morelos, explicó en una entrevista anterior que existe una creciente necesidad de los productos y servicios ofrecidos por las tiendas de su propiedad y operadas con la compañía de su familia.

"Desde la apertura de los primeros supermercados Morelos en Oklahoma, la respuesta de nuestros clientes en todo el estado ha sido abrumadora y con el rápido crecimiento de nuestra comunidad, la demanda de nuestros productos ha aumentado en todo Tulsa", dijo Ibarra a La Semana. "Los supermercados Morelos están profundamente arraigados en la comunidad y hemos establecido una historia de compromiso y servicio de calidad que se remonta a 15 años en Oklahoma".

Supermercados Morelos es una verdadera empresa familiar, con cuatro ubicaciones en Tulsa, tres tiendas en Oklahoma City y una en Moore.

Morelos no solo trae empleos a la comunidad, sino que sus tiendas ofrecen carnes y productos de calidad, golosinas de panadería y alimentos preparados, todo a precios razonables.

La Semana felicita a Morelos por sus primeros 15 años y espera con ansias el futuro con este destacado negocio hispano de Oklahoma. (La Semana)



Corolla made possible by Fowler Toyota.

Other prizes included grills, blenders, toasters, waffle makers, and a variety of delicious foods and grocery items.

Francisco Ibarra, President of Supermercados Morelos, explained in an earlier interview that there is a growing need for the products and service offered by the stores owned and operated by his family's company.

"Since opening the first Supermercados Morelos in Oklahoma, the response from our customers across the state has been overwhelming and with the rapid growth of our community the demand for our products has increased throughout

Tulsa," Ibarra told La Semana. "Supermercados Morelos is deeply rooted in the community and we have established a history of commitment and quality service that goes back 15 years in Oklahoma."

Supermercados Morelos is a true family business, with four locations in Tulsa, three stores Oklahoma City, and one in Moore.

Not only does Morelos bring jobs to the community, its stores offer quality meats and produce, bakery treats, and prepared food items, all at reasonable prices.

La Semana congratulates Morelos on its first 15 years and looks forward to the future with this outstanding Hispanic owned Oklahoma business. (La Semana)

ENGLISH

The top prizes given away to happy customers were new cars, and in Tulsa Adán Ramírez was the lucky winner of a 2020 Toyota

LA PRIMERA CONSULTA ES GRATIS

- ACCIDENTES AUTOMOVILÍSTICOS
- MUERTE INJUSTIFICADA
- LESIONES CORPORALES
- MOTORISTAS SIN COBERTURA DE SEGURO
- NEGLIGENCIA EN ASILO DE ANCIANOS
- ACCIDENTES DE CAMIONES DE CARGA
- PRODUCTOS DEFECTUOSOS
- ACCIDENTES EN BICICLETA/MOTOCICLETAS
- LESIONES CEREBRALES
- RECLAMOS DE PRODUCTOS MÉDICOS
- DISPUTAS CON COMPAÑÍAS DE SEGUROS
- NEGLIGENCIA MÉDICA
- INCAPACIDAD LABORAL

OKLAHOMA CITY
1350 S.W. 89th
Oklahoma City, OK
73159-6352
(405) 691-1600
(1800) 296-6074
Fax (405) 691-2128
www.carrcarr.com

TULSA - 4416 South
Harvard Avenue Tulsa,
OK 74135-2605
(918) 747-1215
(1800) 747-2113
Fax (918) 747-2844

NORTHWEST ARKANSAS
2002 South 48th Street,
Suite D Springdale, AR
72762
(479) 770-0613
(1800) 777-4878
Fax (479) 770-0754



DIRECTORIO

Guillermo Rojas Presidente/CEO	Asistente Diseño Gráfico Administrador Web Yumelis Coro
William R. Wynn General Manager	Traductora Victoria Lis Marino
Marina Salgado Office Manager	Distribución Antonio Rosas
Williams Rojas Director Gráfico/Web wrojas3@yahoo.com	Reportera Local Victoria Lis Marino Karime Estrada
Gabriel Rojas Asistente Diseño Gráfico	Reportero gráfico Walfrí Rodas Asesor Legal Steven Harris

Correspondentes
Lisa Vives / NUEVA YORK
Israel Yabek RAMOS / MÉXICO
Erica R. Rosso Bilbao
SUDAMÉRICA
Christian Arias Flórez
COLOMBIA
Natalia De La Palma y
Héctor Pérez / EUROPA
Agencias de Noticias
IPS, SIL, CL

Todas las historias originales y las fotografías contenidas aquí, excepto aquellas atribuidas por otras partes, son © 2005 de La Semana del Sur, LLC, y no pueden ser usadas o reimprimidas sin el expreso permiso escrito del editor.

All original stories and photographs contained herein, except where otherwise attributed, are © 2005, La Semana del Sur, LLC, and may not be used or reprinted without the express written permission of the publisher.

La Semana del Sur es una publicación semanal de La Semana del Sur LLC
2324 east Admiral Blvd. Tulsa, OK 74110
Office: 918-744.9502 | Fax: 918.992.5556
e-mail: jenniferandres7719@gmail.com
www.lasemanadelsur.com

Las opiniones expresadas conciernen exclusivamente a los autores y otros colaboradores y no representan necesariamente la filosofía de La Semana del Sur

El 911 de Tulsa en revisión Tulsa's 911 under review

TUSLA, OK - El sistema de emergencia 911 de Tulsa se someterá a una revisión por parte de expertos nacionales para garantizar que se cumplan todos los estándares de CALEA.

Un equipo de asesores de la comisión de acreditación de agencias de aplicación de la ley, Inc. (CALEA®) llegará el 18 de noviembre de 2019 para examinar todos los aspectos de las políticas y procedimientos, administración, operaciones de la división de comunicaciones de seguridad pública (PSC) 911 del departamento de policía de Tulsa y servicios de apoyo, anunció el martes el jefe de policía Chuck Jordan. La verificación por parte del equipo de que Tulsa 911 cumple con los estándares de vanguardia de la comisión es parte de un proceso voluntario para obtener una nueva acreditación, un reconocimiento muy preciado de excelencia en las comunicaciones de emergencia, dijo Jordan.

Como parte de la evaluación, el personal de la agencia y el público están invitados a ofrecer comentarios al equipo de evaluación llamando al 918-594-5772 el 19 de noviembre de 2019 a

partir de 1:00 p.m. a las 3:00 p.m. Los comentarios telefónicos están limitados a 10 minutos y deben abordar la capacidad de la agencia para cumplir con los estándares de CALEA.

En los últimos años, el sistema 911 de Tulsa ha sido criticado por la falta de operadores de habla hispana, lo que ha resultado en tiempos de espera más largos para quienes llaman en español.

Se puede revisar una copia de los estándares en el departamento de policía de Tulsa, edificio de tribunales de policía, 600 Civic Center. Comuníquese con el gerente de acreditación de Tulsa 911, Ken White, al 918-594-1320, para concertar una fecha y hora para revisar estas normas.

Las personas que deseen ofrecer comentarios por escrito sobre la capacidad del Tulsa 911 para cumplir con los estándares para la reacreditación deben escribir a la comisión de acreditación para la aplicación de la ley, Inc., 13575 Heathcoate Boulevard, Suite 320, Gainesville, Virginia 20155.

Tulsa 911 tiene que cumplir con estos estándares para mantener el estado acreditado.



Communications Division (PSC) policies and procedures, management, operations, and support services,

A copy of the standards may be reviewed at the Tulsa Police Department, Police Courts Building, 600 Civic Center. Please contact Tulsa 911 Accreditation Manager, Ken White, at 918-596-1320, to arrange a date and time to review these standards.

Persons wishing to offer written comments about the Tulsa 911's ability to meet the standards for reaccreditation are requested to write to the Commission on Accreditation for Law Enforcement, Inc., 13575 Heathcoate Boulevard, Suite 320, Gainesville, Virginia 20155.

Tulsa 911 has to comply with these standards in order to maintain accredited status.

"By meeting or exceeding these national benchmarks of efficiency and effectiveness, citizens can be assured that Tulsa 911 will continue to provide quality public safety services," Jordan said. "We are committed to remaining an innovative and professional police department."

Accreditation is for four years, during which the agency must submit annual reports, and participate in annual remote web-based assessments attesting continued compliance with those standards under which it was initially accredited.

As part of the assessment, agency personnel and the public are invited to offer comments to the assessment team by calling 918-594-5772 on November 19th, 2019 from 1:00 p.m. to 3:00 p.m. Telephone comments are limited to 10 minutes and must address the agency's ability to comply with CALEA's standards.

In recent years Tulsa's 911 system has been criticized for a lack of Spanish speaking operators, resulting in longer wait times for Spanish language callers.

Combatiendo la obesidad en Oklahoma / Fighting Oklahoma's obesity

OKLAHOMA CITY - Oklahoma ha sido uno de los muchos estados que ha visto un aumento constante en las tasas de obesidad en las últimas dos décadas, y un estudio reciente clasificó a Oklahoma como el sexto estado más obeso de la nación. Para combatir esta tendencia, el departamento de salud del estado de Oklahoma (OSDH) ha comenzado un proceso de un año para convocar a socios de todo el estado para desarrollar un plan estatal contra la obesidad. Con la contribución de más de 30 socios de una variedad de agencias, se está creando un plan para abordar el aumento de la obesidad a lo largo de la vida.

El aumento de la tasa de obesidad es alarmante para los habitantes de Oklahoma como individuos y como estado por varias razones. La obesidad puede aumentar la probabilidad de otras afecciones crónicas como enfermedades cardíacas, presión arterial alta, diabetes, colesterol alto, accidente cerebrovascular y algunos tipos de cáncer. A nivel estatal, una mayor prevalencia de obesidad y otras afecciones relacionadas conducen a un aumento en el gasto médico que supera los \$ 1 mil millones al año. El aumento de la obesidad adolescente es un factor preocupante para las tasas futuras de obesidad.

Durante el proceso de creación de un plan estatal, se recibió información de los habitantes de Oklahoma de todo el estado, El OSDH lanzará la versión final del plan en las próximas semanas.

nor Kevin Stitt's goal of being a top 10 state.

While personal responsibility will always be a component of weight management, the plan aims to identify environmental changes which will make it easier for all Oklahomans to choose to be healthier, and to encourage healthy

habits and behaviors. This plan also wants to put resources and education in the hands of Oklahomans so the decisions they make can be well informed, but also supported by the environment in which they live.

The plans goals are to increase access to health

care for all Oklahomans, promote greater physical activity and better nutrition both at home and in schools, and provide safer biking and walking access throughout the state.

The OSDH will release the final version of the plan in the coming weeks.



IGLESIA HISPANA
VICTORY

SERVICIOS:

Jueves 7:00 PM	Servicio
Sábado 7:00 PM	Servicio Contemporáneo
Domingo 9:00 y 11:30 AM	Servicio
Domingo 6:30 PM	Servicio Grupo Brasileño

ACTIVIDADES:

Lunes 6:30 PM	Instituto Bíblico
Miércoles 10:30 AM	Reunión de oración p/mujeres
Miércoles 6:30 PM	Reunión de oración p/hombres
Jueves 10:30 AM	Entrega de comida

10811 East 41 Street, Tulsa-OK - 74146 | **918-491-7880**



During the process of creating a state plan, input was gathered from Oklahomans across the state, representing all segments of the population. The plan focuses on strategies for each age group which can make a direct impact on the environment, contributing to chronic health conditions, with a particular focus on obesity. The plan was coordinated by OSDH, but it will take all partners working together to accomplish the goals and objectives set forth to achieve Governor

Acusado por mala conducta sexual en vuelo de American Airlines

Man charged with sexual misconduct during an American Airlines flight

VIENE DE LA PÁGINA A-1

...fue acusado el 8 de noviembre en un tribunal federal por tener contacto sexual no deseado con una pasajera, anunció el fiscal de los Estados Unidos Trent Shores.

"El vuelo estadounidense 807, que viajaba de Carolina del Norte a Utah, fue desviado a Tulsa debido a la presunta conducta del pasajero James Clayton Cholewinski-Boy", dijo el fiscal federal Trent Shores del distrito norte de Oklahoma. "Hoy, la Oficina del Fiscal de los Estados Unidos presentó cargos criminales como resultado de las presuntas acciones del Sr. Cholewinski-Boy en el avión".

Un compañero de viaje dijo que Cholewinski-Boy primero comenzó a tocar el brazo de la mujer, luego la agarró "por la entrepierna".

La tripulación de la aerolínea trasladó a la mujer a otra parte del avión, que realizó un aterrizaje no programado en Tulsa para que Cholewinski-Boy pudiera ser retirado. El sospechoso fue acusado inicialmente de intoxicación pública, seguido de los cargos federales tres días después.

Las agresiones sexuales en vuelo no siempre se informan, lo que dificulta el seguimiento del problema.

El New York Times informó que "una quinta parte de las azafatas dijeron que habían recibido un informe de agresión sexual de

pasajero a pasajero mientras trabajaban en un vuelo", pero que "los funcionarios encargados de hacer cumplir la ley fueron contactados o se encontraron con el avión a menos de la mitad del tiempo."

La administración federal de aviación (Federal Aviation Administration) es un grupo de trabajo sobre conducta sexual inapropiada para investigar el problema actual, que ha afectado tanto a los pasajeros como a los asistentes de vuelo.

"El público debe saber que estas acusaciones se refieren a la mala conducta sexual criminal del Sr. Cholewinski-Boy contra una pasajera, no una amenaza para el avión o los viajes aéreos", explicó Shores. "La oficina federal de investigación, junto con los agentes del orden del aeropuerto internacional de Tulsa, respondieron de manera rápida y profesional a esta situación tan pronto como el avión aterrizó en Tulsa".

El vuelo se dirigía a Salt Lake City, Utah, desde Charlotte, Carolina del Norte, cuando ocurrió el incidente.

"El FBI investigará este asunto en el futuro", agregó Shores.

ENGLISH

...was charged Nov. 8 in federal court for engaging in unwanted sexual contact with a female passenger, announced U.S. Attorney Trent Shores.



"American flight 807, traveling from North Carolina to Utah, was diverted to Tulsa due to the alleged conduct of passenger James Clayton Cholewinski-Boy," said U.S. Attorney Trent Shores of the Northern District of Oklahoma.

"Today, the United States Attorney's Office filed criminal charges as a result of Mr. Cholewinski-Boy's alleged actions on the plane."

A fellow passenger said Cholewinski-Boy first began touching the woman's arm, then grabbed her "by the crotch."

Airline crew moved the woman to another part of the plane, which made an unscheduled landing in Tulsa so that Cholewinski-Boy could be removed. The suspect was initially charged with public intoxication, followed by the federal charges three days later.



JAMES CLAYTON CHOLEWINSKI-BOY

The Federal Aviation Administration a sexual misconduct task force to look into the ongoing problem, which has affected both passengers and flight attendants.

"The public should know these allegations pertain to criminal sexual misconduct by Mr. Cholewinski-Boy against a female passenger, not a threat to the plane or air travel," Shores explained. "The Federal Bureau of Investigation along with Tulsa International Airport law enforcement officers responded swiftly and professionally to this situation as soon as the plane touched down in Tulsa."

The flight was en route to Salt Lake City, Utah, from Charlotte, North Carolina, when the incident occurred.

"The FBI will investigate this matter moving forward," Shores added.

OKLAHOMA CITY - La representante Marilyn Stark (R-Bethany) organizó un estudio provisional este martes para analizar el problema de proporcionar identificaciones estatales para los reclusos después de su liberación. El estudio se realizó en el Capitolio del estado ante el comité de seguridad pública de la Cámara.

Stark, que asistió a la liberación de la semana pasada en Taft de más de 50 mujeres cuyas sentencias fueron comunicaadas bajo el proyecto de ley 1269 de la Cámara de representantes, dijo que la legislatura ha dado los primeros pasos importantes para la reforma de la justicia penal, pero hay más por hacer.

"La Legislatura está haciendo progresos para abordar seriamente las tasas de encarcelamiento y reincidencia de Oklahoma, pero es importante que construyamos a partir de los pasos que

hemos tomado hasta ahora y que sigamos para impulsar a Oklahoma a un estado Top Ten", dijo Stark. "Cuanto más fácil sea hacer la transición de regreso a la vida civil para las personas que dejan el encarcelamiento, es menos probable que reincidan. Sabemos que el sistema de justicia ya ha verificado la identidad de cada persona en el sistema, por lo que parece un grave defecto que no les proporcionemos una identificación estatal cuando vuelvan a entrar en la sociedad".

Stark dijo que este tema le llamó la atención antes de su elección a la Cámara mientras trabajaba con una organización que ofrecía un banco de alimentos. Ella dijo que los bancos de alimentos requieren una identificación, de la cual muchos ex reclusos perdieron el rastro mientras estaban encarcelados, y la falta de identificación estatal contribuye significativamente a las luchas que enfrentan los ex reclusos al ser liberados.

Stark espera presentar la legislación este año para abordar este problema. La fecha límite para presentar nuevos proyectos de ley es el jueves 16 de enero de 2020. La segunda sesión de la 57 legislatura comenzará el lunes 3 de febrero

de 2020.

ENGLISH

OKLAHOMA CITY -- Rep. Marilyn Stark (R-Bethany) hosted an interim study this Tuesday to look into the issue of providing state IDs for inmates upon their release. The study was held at the State Capitol before the House Public Safety Committee.

Stark, who attended last week's release in Taft of over 50 women whose sentences were commuted under House Bill 1269, said that the Legislature has taken important first steps for criminal justice reform, but there is more to be done.

The Legislature is making progress to seriously address Oklahoma's incarceration and recidivism rates, but it's important that we build off of the steps we've taken so far and continue the momentum to propel Oklahoma into a Top Ten state, Stark said. "The easier we can make the transition back into civilian life for people leaving incarceration, the less likely they are to reoffend. We know that the justice system has already verified the identity of each person in the system, so it seems like a serious flaw that we aren't providing a state ID for them when they reenter society."

Stark said this issue came to her attention prior to her election to the House while she was working with an organization that offered a food bank. She said food banks require an ID, which many former inmates lost track of while imprisoned, and a lack of state ID contributes significantly to the struggles former inmates face upon release.

Stark expects to file legislation this year to address this issue. The deadline to introduce new bills is Thursday, Jan. 16, 2020. The second session of the 57th Legislature will commence Monday, Feb. 3, 2020.

Legisladores analizan la identidad de presos salientes

Legislators look into state IDs for outgoing inmates



NOVEDADES LA REYNA

¡Variedad de precios,
ven y visitanos te atenderemos
con mucha amabilidad!



BUEN SURTIDO EN BOTAS
PARA MUJERES, CABALLEROS Y NIÑOS



PERFUMERÍA
Y ROPA INTERIOR
PARA DAMAS Y CABALLEROS



Blusas mexicanas
bordadas a mano
y todo lo que la mujer
necesita



Atendido por sus dueños
SILVIA Y EDILBERTO

1060 s. Mingo RD - Local M Tulsa, OK.

¡Tenemos tu próxima troca!

Nuevo | Seminuevo | Certificado

-7 años / 100,000 millas. La mejor garantía en todos los vehículos nuevos

-Gran selección de nuevos Toyotas

-Inventario enorme de vehículos usados

-Opciones de financiación disponibles

-En Bartlesville desde 1943

¡Buscamos
clientes felices!



Toyota Tacoma 2020



Vayamos
juntos

Doenges
FAMILY OF AUTOS

www.DoengesToyota.com | (918) 333-0900

Autopista 75 en Bartlesville

Jefe de policía de Mannford asesinado por su compañero

Mannford police chief killed by fellow officer

VIENE DE LA PÁGINA A-1

Miller, de 44 años, y el oficial de policía de Mannford, Michael Nealey, de 49, estaban en Pensacola Beach, Florida, para una conferencia policial, pero en algún momento después de las 9:00 pm del domingo por la noche, una pelea alimentada por el alcohol en una habitación en el Pensacola Beach Hilton

se hizo ruidosa, y luego se volvió fatal.

Los testigos informaron haber escuchado sonidos estrepitosos y un hombre gritó repetidamente: "Basta, Mike".

Un trabajador de mantenimiento respondió a una queja de ruido y, según los informes, encontró a Nealey sentado encima de Miller, a quien la policía dijo que "no respondía y no tenía pulso".

La cara de Miller parecía haber sido golpeada, con un ojo muy hinchado. Los informes iniciales indican que no se encontró ningún arma en la habitación.

Un informe presentado por los agentes de la oficina del Sheriff del condado de Escambia declaró que cuando Nealey fue retirado de Miller, su rostro golpeó el piso, hiriendo la nariz y el labio de Nealey. Dijeron que Nealey murmuraba incoherencias.

No se sabe qué llevó a la discusión entre los dos hombres que fueron descriptos como amigos cercanos en la comunidad de 3180 personas justo al oeste de Tulsa en Keystone Lake.

La ciudad de Mannford dio la noticia trágica a sus residentes poco de-

spués de las 11:00 am del lunes, y el alcalde Tyler Butram declaró: "Estamos desconsolados por la noticia".

Con tristeza informamos la muerte del jefe de policía de Mannford, Lucky Miller, quien murió el 10 de noviembre de 2019 en Pensacola, Florida", publicó la ciudad en su página de Facebook.

"Los detalles del incidente no se conocen completamente en este momento.

Miller, de 44 años, ha sido jefe de policía de Mannford desde 2007. Le sobreviven su esposa, Amber, y tres hijos".

Nealey está acusado de asesinato en segundo grado y está detenido en la cárcel del condado de Escambia con una fianza de \$ 500,000. Nealey no levantó la vista durante su audiencia de fianza del martes por la mañana.

El administrador de la ciudad de Mannford, Gerald Haury, nombró al oficial Jerry Ridley como jefe de policía interino. (La semana)

Nealey es acusado de asesinato en segundo grado y está detenido en la cárcel del condado de Escambia con una fianza de \$ 500,000. Nealey no levantó la vista durante su audiencia de fianza del martes por la mañana.

Nealey es acusado de asesinato en segundo grado y es siendo llevado a la cárcel del condado de Escambia. Haury declaró que Nealey fue golpeado por Miller, su cara golpeó el piso, lastimando su nariz y su labio. Nealey fue acusado de morderse la lengua y la boca.

Mannford Town Administrator Gerald Haury nombró al oficial Jerry Ridley como jefe de policía interino. (La semana)

TO WALMART FOR ITS CONTINUED SUPPORT OF LATINO COMMUNITY

A WALMART POR SU CONTINUO APOYO A LA COMUNIDAD LATINA



Su ejemplar de La Semana está disponible en las siguientes localidades de Walmart:

3116 S Garnett Rd / 3139 S Harvard Ave
2019 E 81st St / 4404 S Peoria Ave
4720 E 21st St



TO WALMART FOR ITS CONTINUED SUPPORT OF LATINO COMMUNITY

A WALMART POR SU CONTINUO APOYO A LA COMUNIDAD LATINA



Su ejemplar de La Semana está disponible en las siguientes localidades de Walmart:

3116 S Garnett Rd / 3139 S Harvard Ave
2019 E 81st St / 4404 S Peoria Ave
4720 E 21st St

HABLA, Lee, Y CANTA CON TU BEBÉ TODOS LOS DÍAS.

CADA MOMENTO ES UNA OPORTUNIDAD
DE APRENDIZAJE



APRENDE MÁS DE ESTO EN:
TALKINGISTEACHINGTULSA.COM



Mantenga una Sonrisa Hermosa

Deje que La Conexión Médica le ayude a mantener una sonrisa perfecta. Nosotros ofrecemos los mejores servicios dentales preventivos y restaurativos para usted y su familia en un ambiente relajado. Tomamos gran satisfacción en ayudarle a mantener una salud oral óptima. Nuestro equipo dental está dedicado a darle atención completa y preventiva para pacientes de todas las edades. Si usted tiene una emergencia dental o necesita atención dental general, nos encantaría darle la bienvenida a nuestra clínica.

Dejemos ayudarle a tener la sonrisa de sus sueños! Con mucho gusto aceptamos pacientes con Medicaid (SoonerCare), el seguro de Aetna y Delta Dental y la mayoría de seguro privado. Para los pacientes que no tienen seguro médico/dental, ofrecemos una escala de tarifas basado en sus ingresos.

Llame hoy: 918.710.4480 para hacer su cita.
Nuestra clínica cuenta con personal bilingüe.

Nuestros Servicios Incluyen:
Exámenes Dentales Completos
Rellenos y Extracciones
Coronas
Endodoncias
Radiografías Digitales
Limpieza/Tratamiento de Fluoruro
Exámenes de Emergencia

Certificación para Escala de Tarifas:
Prueba de Ingresos
Comprobante de Domicilio
Identificación con Fotografía
Seguro Social (si está disponible)
Tarjeta del Seguro Médico/Dental (si está disponible)

2321 East 3rd Street • Tulsa, OK 74104 • 918.710.4480 • communityhealthconnection.org
Horario: Lunes - Viernes 7:00 am - 5:00 pm
Sábado 8:30 am - 12:30 pm

Evo Morales llega a México

VIENE DE LA PÁGINA A-1

La partida de Morales se produjo cuando las fuerzas de seguridad de vuelta a casa sofocaron la violencia por la renuncia del líder izquierdista y los opositores buscaron un reemplazo provisional para llenar el vacío de poder dejado atrás.

Morales, quien renunció después de semanas de protestas por una disputada elección de octubre, voló en un avión de la fuerza aérea mexicana desde la ciudad de Chimore, un bastión donde el primer presidente indígena de Bolivia se retiró cuando su gobierno de 14 años implosionó.

Al llegar el martes, prometió permanecer en la política y dijo que "la lucha continúa".

Los residentes de la capital de las tierras altas, La Paz, sacudidos por las protestas y los saqueos desde la votación del 20

de octubre, dijeron que esperaban que los políticos lograran finalmente restaurar el orden.

"La democracia ha estado en riesgo y esperamos que se resuelva hoy", dijo la residente Isabel Nadia a la Agencia de Noticias Reuters.

La huida de Morales estaba lejos de ser simple.

El despegue se retrasó, con partidarios que rodeaban el aeropuerto, luego se le negó el avión para alimentar combustible en Perú, dijo en una conferencia de prensa el canciller mexicano, Marcelo Ebrard.

Entonces se detuvo en Paraguay antes de llegar a la ciudad de México justo después de las 11 a.m.

"Su vida e integridad están a salvo", dijo Ebrard, tuiteando una foto de Morales solo en el avión,

con una expresión abatida, mostrando la bandera roja, blanca y verde de México en su regazo.

En una región dividida

de líneas ideológicas sobre la caída de Morales, el gobierno de izquierda de México ha respaldado sus acusaciones de un golpe de estado en su contra por parte de sus rivales políticos.

En La Paz, hubo bloqueos de carreteras después de que soldados y policías patrullaran la noche para detener la lucha entre grupos políticos rivales y el saqueo que estalló después de la renuncia de Morales.

¿Golpe o revuelta popular?

El carismático ex agricultor de hoja de coca de 60 años era querido por los pobres cuando ganó el poder en 2006.

Pero alejó algunos al insistir en buscar un cuarto mandato, definiendo los límites del mandato y un referéndum de 2016 en el que los bolivianos votaron en contra de que se le permitiera

hacerlo.

El gobierno colapsó el domingo después de que la Organización de Estados Americanos (OEA) emitió un informe condenatorio sobre irregularidades durante la votación de octubre, lo que provocó que los aliados del partido gobernante renunciaran y el ejército instara a la partida de Morales.

Con los diputados de Morales y muchos aliados en el gobierno y el parlamento también desaparecidos, la política de la oposición y la segunda vicepresidenta del Senado, Jeanine Añez, estaba teóricamente en la fila para asumir temporalmente el cargo superior y dijo que aceptaría.

Pero sus críticos dijeron que la renuncia fue causada por una revuelta popular, no por un golpe. El presidente paraguayo, Mario Abdo, dijo el martes que su país también había estado dispuesto otorgar asilo político a Morales, aunque no estaba de acuerdo con las acusaciones de un golpe de estado.

"Si renunció, no es un golpe. Renunció", dijo. Más temprano el martes, el ministro de defensa de Morales, Javier Zavaleta, también renunció, instando al opositor y segundo en la votación electoral Carlos Mesa y al líder de la protesta, Luis Fernando Camacho, a evitar la violencia. Morales logró un crecimiento económico constante en una de las naciones más pobres de la región y durante muchos años fue muy popular, pero su exitoso desafío legal a un referéndum de 2016 que lo devolvió para otro mandato trajo acusaciones de un golpe de estado. Su partida se ha sumado a una ola de disturbios en América Latina, incluso en las cercanías de Ecuador y Chile, donde los manifestantes han estado reprendiendo a los líderes por las desigualdades sociales y económicas. (Al Jazayera / Reuters)

Evo Morales arrives in Mexico

Morales's departure came as security forces back home quelled violence over the long-serving left-wing leader's resignation and opponents sought an interim replacement to fill the power vacuum left behind.

Morales, who quit after weeks of protests over a disputed October election, flew in a Mexican Air Force plane from the town of Chimore, a stronghold where Bolivia's first indigenous president retreated as his 14-year rule imploded.

Upon arrival on Tuesday he promised to stay in politics, saying "the struggle continues".

Residents of the highland capital La Paz, rocked by protests and looting since the October 20 vote, said they hoped politicians would succeed in finally restoring order.

"Democracy has been at risk and hopefully it will be resolved today," resident Isabel Nadia told Reuters News Agency.

Morales's flight out was far from simple.

Takeoff was delayed, with supporters surrounding the airport, then the plane was denied permission to fuel in Peru, Mexico's Foreign Minister Marcelo Ebrard told a news conference. So it stopped instead in Paraguay before arriving in Mexico City just after 11am local time.

"His life and integrity are safe," Ebrard said, tweeting a photo of Morales alone in the jet with a down-

cast expression, displaying Mexico's red, white and green flag across his lap.

In a region divided

along ideological lines over Morales's fall, Mexico's left-wing government has supported his accusations of a coup against him by political rivals.

In La Paz, roadblocks were in place after soldiers and police patrolled into the night to stop fighting between rival political groups and looting that erupted after Morales's resignation.

But his critics said

the resignation was

caused by a popular revolt, not a coup.

Paraguayan President Mario Abdo said

on Tuesday his country

had also been willing to

grant political asylum

to Morales, though he

disagreed with accusations of a coup.

"If he resigned, it is

not a coup. He resigned," he said.

Earlier on Tuesday,

Morales's Defense Minister Javier

Zavaleta also quit, urging

election runner-up

Carlos Mesa and

opposition leader Luis Fernando Camacho to

avoid violence.

Morales achieved steady economic growth in one of the region's poorest nations and was for many years hugely popular, but his successful legal challenge to a 2016 referendum stopping him running for another term brought accusations of autocracy.

His departure has added to a wave of unrest around Latin America, including in nearby Ecuador and Chile, where protesters have been berating leaders over social and economic inequalities. (Al Jazayera / Reuters)

WASHED ASHORE ORG
ART TO SAVE THE SEA

El Tulsa Zoo presenta Washed Ashore (Arrastrado hasta la Playa): arte para rescatar al mar. Hechas completamente de restos plásticos recogidos de las playas, las esculturas de Washed Ashore revelan el impacto de la contaminación del plástico en los océanos, las vías de agua y la naturaleza. Esta exposición está incluida en el costo de admisión regular al zoológico.

tulsazoo.org

TULSAZOO

PARTICIPARON
Y GANARON

2 AUTOS!
ULTIMO MODELO
2020



Fowler
AUTOMOTIVE

TOYOTA

MORELOS
SUPERMERCADOS

EN TULSA ADÁN RAMÍREZ FUE EL AFORTUNADO GANADOR
DE UN TOYOTA COROLLA 2020
HECHO POSIBLE POR FOWLER TOYOTA



LA SEMANA
LaSemanaUSA www.lasemanadelsur.com @LaSemanaUSA
SECCIÓN B DEL 13 AL 19 DE NOVIEMBRE DEL 2019

ASÍ VA LA LIGUILLA TRAS LA JORNADA 18 DE LA LIGA MX

¡Solo Queda Un Boleto!



Así quedaron las primeras ocho posiciones,
tras el fin de semana de acciones:

- 1; Santos Laguna: 36 puntos
- 2; Necaxa: 31 puntos
- 3; América: 31 puntos
- 4; León: 30 puntos
- 5; Tigres: 29 puntos
- 6; Querétaro: 28 puntos
- 7; Morelia: 27 puntos
- 8; Monterrey: 24 puntos

Luego de los 9 partidos de la jornada 18 del Torneo Apertura 2019 de la Liga MX, 7 equipos aseguraron su lugar en la fiesta grande del fútbol mexicano, y solo resta un invitado más, el cual se definirá entre 5 equipos: Monterrey, Tijuana, Guadalajara, Pumas y Pachuca.

De esta forma y sin entrar en más especulaciones, la liguilla al mo-

mento quedaría de la siguiente manera:

JORNADA 18 APERTURA 2019

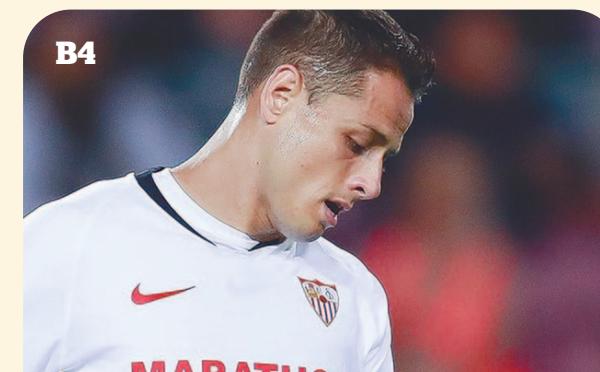
Partidos del 9 de noviembre

Atlético de San Luis 0-2 Necaxa
Tigres 0-0 Pachuca
Chivas 3-2 Querétaro
León 4-0 Toluca

Partidos 10 de noviembre

Pumas 1-1 FC Juárez
Santos 3-1 Cruz Azul

Continúa en B3



Indisciplina de Chicharito
costó despido en FMF



Bárbara Bermudo regresa a
la televisión



Cada vez hay más pelos en
mi almohada

**WASHED
ASHORE** ORG
ART TO SAVE THE SEA

TULSAZOO

El Tulsa Zoo presenta Washed Ashore (Arrastrado hasta la Playa): arte para rescatar al mar. Hechas completamente de restos plásticos recogidos de las playas, las esculturas de Washed Ashore revelan el impacto de la contaminación del plástico en los océanos, las vías de agua y la naturaleza. Esta exposición está incluida en el costo de admisión regular al zoológico.

tulsazoo.org



Seattle se impone en casa y levanta la MLS Cup

Seattle Sounders vence al Toronto FC 3 goles a 1 para levantar la copa de la MLS y coronarse monarcas en Estados Unidos.

TEXTO: MARTÍN OCHOA
FOTOS: WALFRI RODAS

El fútbol es un deporte que ha ido evolucionando en Estados Unidos, la gran fiesta llega a Seattle, era de esperarse, se jugaba la gran, la MLS Cup.

Centurylink Field fue testigo de cómo los 'Sounders' alcanzaban su segundo campeonato en el máximo circuito futbolístico de los Estados Unidos.

Querían repetir la gloria alcanzada en el cercano 2016, cuando consiguieron su primer MLS Cup.

Rueda el balón, Toronto inicia los primeros 10 minutos del partido con aproximaciones al arco defendido por Stefan Frei sin conseguir el gol.

Hasta que al 18' Ruidíaz amenazara con un remate a gol que pasa por encima del travesaño de Toronto.

El mejor parado en el campo se hizo notar por parte de Seattle, el sector defensivo mostró madurez.

Ruidíaz, el peruviano, antes de finalizar la primera mitad tuvo una oportunidad clara que terminó por rebotarla al arquero y mandar al tiro de esquina.

Los locales abren el marcador, Kelvin Leerdam recibe el balón tras un cambio de banda, engancha al área y dispara, el esférico fue devuelto por un defensor y fue así como Seattle se ponía arriba en el marcador al minuto 57'.

Parecía que Toronto no encontraba la salida de este declive futbolístico que tenían, no encontraban la fórmula para llegar al empate en el marcador.

Continúa en B3

Así quedaron las semifinales de la Supercopa de España

Valencia-Real Madrid y Barcelona-Atlético de Madrid serán las semifinales de la Supercopa de España, que se disputará en Yeda (Arabia Saudí), según el sorteo celebrado esta tarde en la Ciudad del Fútbol de Las Rozas - Madrid.

El torneo, de novedoso formato de final entre cuatro, se jugará en el estadio Rey Abdullah de Yeda.

La primera semifinal se disputará el miércoles 8 de enero entre valencianistas y madrileños, la segunda el jueves 9 entre azulgranas y atléticos, y la final el domingo 12 de enero.

Atlético Madrid are Barça's opponents in the semi-finals of the Spanish Super Cup

C Barcelona now know their opponents in the semifinals of the Spanish Super Cup. The draw, which was held this Monday in the Las Rozas in Madrid, has decided that Atlético Madrid will be their opponents on Thursday, 9 January in Jeddah, Saudi Arabia, the country which will host the competition for the next three years.

Thus, their oppo-

nents in the final on January 12 should they make it through will be the winner of the tie between Valencia and Real Madrid, the other semifinal to be played on Wednesday, 8 January.

The Spanish Super Cup has changed format and this year there are four teams involved: Barça, as La Liga champions, Valencia, as Copa del Rey

champions, as well as Atlético Madrid and Real Madrid, the second and third placed teams in the league, respectively.

A Final Four format and the change of dates will mean no summer two-legged finals between the champions of the league and Copa del Rey - or the runner-up in the cup final in the case of one team claiming a domestic

double.
In search of the 14th Super Cup

Barça, who have 13 Spanish Super Cups to their name, reached the final in 2018, when Ernesto Valverde's side won 2-1 against Sevilla in Tangier thanks to goals came from Gerard Piqué and Ousmane Dembélé.

If Barça win their semi-final, which will be played on 9 January, they will play the final on January 12 against the winner of Valencia v Real Madrid



FUNDAY SUNDAY

November 17 | Free Admission

Enjoy performances, artist demonstrations, art projects, storytelling, music and more as we celebrate Native American Heritage Month.

 **GILCREASE MUSEUM**
Thomas Gilcrease Institute of American History and Art

gilcrease.org/events



Solo queda un boleto

El 'Piojo' llega con equipo completo

Las Águilas sufrieron un sinfín de bajas a lo largo del Apertura 2019. Primero vendió a Mateus Uribe y Agustín Marchesín al Porto. Despues, Nicolás Castillo, Henry Martín, Giovani dos Santos, Nicolás Benedetti, Bruno Valdez, Jorge Sánchez y Andrés Ibargüen, se perdieron más de un duelo por lesión, la más grave la del chileno que salió fracturado en la jornada 3 contra Tijuana. Para la liguilla tendrán plantel completo, incluso tendrá que relegar a un extranjero a las tribunas.

El 'Bombero' Mohamed

El 'Turco' llegó en lugar de Diego Alonso en el banco Rayado. Siete puntos de los últimos nueve se han quedado con La Pandilla, suficientes para meterse como octavos en la general. En duelo clave frente a Xolos se lo llevó Monterrey por goleada y llegarán motivados a la última fecha para enfrentar al Atlas. Nadie querrá toparse con los regios en la liguilla.

Fuerza Rayos

Los de Aguascalientes fueron la sorpresa del presente certamen. Encontraron en Mauro Quiroga y Maximiliano Salas, dos bombas en el área rival. El primero es el actual líder de goleado con doce pirullos, seguido de Alan Pulido con diez. Los Rayos se toparán con el segundo peor del torneo la siguiente semana, Puebla, y con un resultado positivo, asegurarán el segundo puesto general.

Ferretti es 'Don Liguilla'

Los Pumas dejaron de caminar dormidos en el Estadio Caliente. En el segundo tiempo, Gallardo y Rodolfo Pizarro se entendieron rápidamente.

El talentoso volante limpió gente del área y fusiló con potencia para el segundo. Xolos se desdibujó en su casa, el hombre menos también le restó ideas

NOTAS: FUTBOL MEXICANO

Nicolás Castillo es baja de la selección de Chile para la Fecha FIFA

No terminan las problemas para el goleador del América, Nicolás Castillo, pues ahora tiene un daño muscular que lo marginará de las canchas varias semanas.

Por lo pronto, la selección de Chile anunció su baja para la próxima Fecha FIFA por un desgarro miotendíneo recto anterior de cuadriiceps derecho.

El atacante chileno sufrió esta lesión el viernes pasado en Veracruz, donde el América se impuso por goleada a los Tiburones.

Nico no tenía ni un mes de haber regresado tras una fuerte lesión peroné en el inicio del Apertura 2019.

Si tiempo de recuperación dependerá de su evolución, pero a su favor está el tiempo, pues a las Águilas se les junta el receso internacional y su descanso en la Liga.

Cruz Azul, tras la sequía del Liverpool

Cruz Azul cumplirá 22 años sin un título de Liga MX. La Máquina quedó fuera de la Liguilla del torneo Apertura 2019, con lo que aseguró un año más de sequía; el caso de los celestes no es el único parecido a nivel mundial: el Liverpool también la pasó mal en la Premier League.

El último título celeste en la Liga MX data del Invierno 1997, siete años después del último conseguido por los Reds en el fútbol inglés (1989-90).

Por si fuera poco los dos conjuntos se han quedado a la orilla de la gloria en más de una ocasión: desde su última conquista el Liverpool ha registrado cinco subcampeonatos, mientras que la Máquina tiene seis subtítulos desde su última gloria.

A diferencia de lo ocurrido con el Cruz Azul, la suerte pronto podría cambiar para el Liverpool, equipo que en la actual temporada de Inglaterra marcha como líder invicto con 34 puntos (11 triunfos y un empate).

Rayados golea a Xolos y sueña con Liguilla

Con este resultado, el Monterrey reacciona al cuadro fronterizo y descansa en el octavo lugar de la clasificación. Aún debe ganar su último partido y varias combinaciones en otros frentes a su favor.

La enjundia de Xolos fue tan alta que muy temprano, que cometió errores en sector defensivo.

Uno de ellos la expulsión de Jordan Silva y el penal a favor de Rayados; ejecutado y acertado por Nicolás Sánchez.

Con el marcador a favor y superioridad numérica, Rayados dio una cátedra para jugar con oficio y llevarse la ventaja al descanso, ante unos canes aztecas

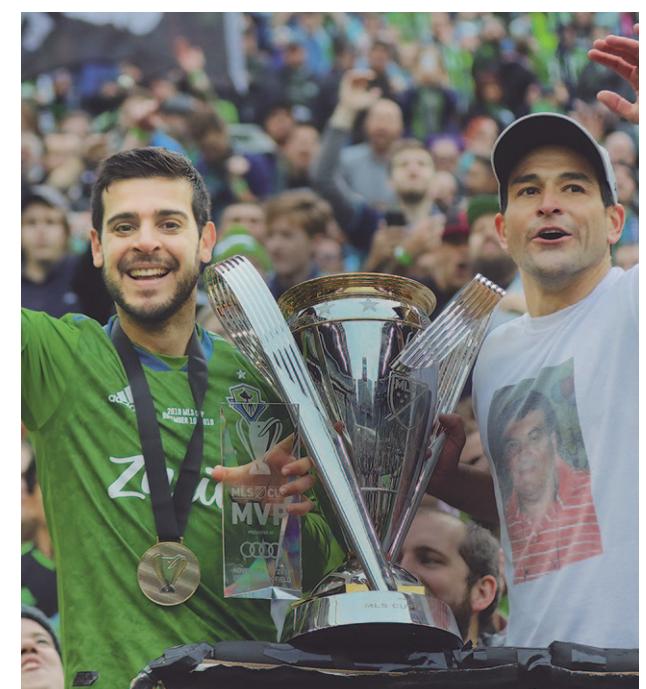
MLS
Seattle se impone en casa y levanta la MLS Cup

Victor Rodriguez recibe por la banda izquierda, en carrera llega al área quien dispara rasero, poniendo el balón en la esquina inferior derecha y aumentar la ventaja a los locales 2 goles a 0 al minuto 76'.

Despeja al área de Seattle, Raúl Ruidíaz en carrera gana el balón al único defensor de Toronto, controla y manda a la red el último clava del atuendo de Toronto, sellando la goleada de los locales al minuto 90' de juego.

Tres minutos después, el hombre que ingresó de cambio, Jozy Altidore recibe un centro al manchón de penal y rematando de cabeza manda a la red el único gol de Toronto en esta MLS Cup.

Pitazo final, los pupilos de Brian Schmetzer, el Seattle Sounders se corona con la casa llena campeón de la MLS Cup 2019, su segunda copa en su corta historia dentro de la MLS.



ANUNCIASTE

**El mejor
ESPACIO...**

**Al mejor
PRECIO...**

**TU MEJOR
OPCIÓN...**

LA SEMA

918-744-9502

hacia el frente, así que los descuidos illegaron.

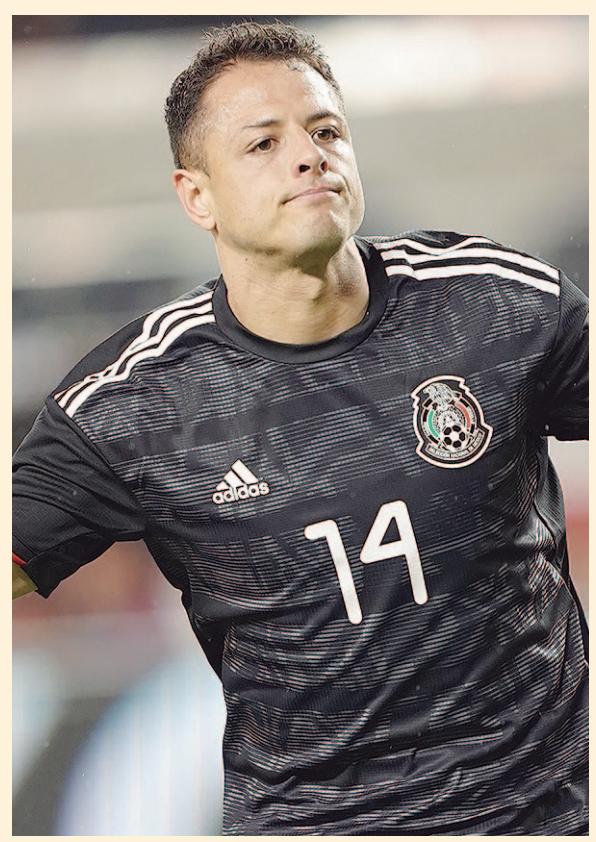
Gibrán Lajud concedió un rebote que empujó Rogelio Funes Mori en el 0-3, y minutos más tarde, cerró la cuenta con potente derechazo que firmó el 0-4 definitivo.

Terapeuta de matrimonio y familia en Tulsa, OK.

Responsable de proporcionar servicios de asesoramiento para niños de alto riesgo y sus familias. Proporcione sesiones de terapia individual, familiar y grupal, además de intervención en crisis en entornos domiciliarios y escolares. Asistir a estudiantes en prácticas en asignaciones de universidades que tienen un acuerdo de afiliación con CREAKS. Debe tener una Maestría en Artes en Consejería y tener una Licencia de Oklahoma válida como Consejero Profesional. Envíe el currículum a: CREAKS Mental Health Services, Inc., dba CREAKS Behavioral Health, Phil Black, 4103 S. Yale Avenue, Suite B, Tulsa, OK 74135.

Marriage and Family Therapist in Tulsa, OK.

Responsible for providing counseling services for high-risk children and their families. Provide individual, family and group therapy sessions in addition to crisis intervention in home-based and school-based settings. Assist student interns on assignment from Universities that have an affiliation agreement with CREAKS. Must have Master of Arts in Counseling and hold a valid Oklahoma License as a Professional Counselor. Mail resume to: CREAKS Mental Health Services, Inc., dba CREAKS Behavioral Health, Phil Black, 4103 S. Yale Avenue, Suite B, Tulsa, OK 74135.



James Harden se llevó el jugador de la semana

El escolta estrella de los Rockets de Houston, James Harden, fue elegido por la NBA como el Jugador de la Semana tras partidos del 4 al 10 de noviembre.

La elección de «La barba», es la vigésimo tercera que consigue

desde que está en la NBA y todas ellas como jugador de los Rockets.

Tras inspiración encestadora de Harden, los rojos del oeste completaron la semana con marca perfecta de 3-0 y superaron a los rivales con una ventaja de puntos de 15,7.

El número 13, completó los tres partidos con un doble-doble, que le permitieron lograr promedios de 40,7 puntos; 9,3 asistencias; 8,0 rebotes; 2,33 recuperaciones de balón y 1,33 tapones.



Indisciplina de Chicharito costó despido en FMF

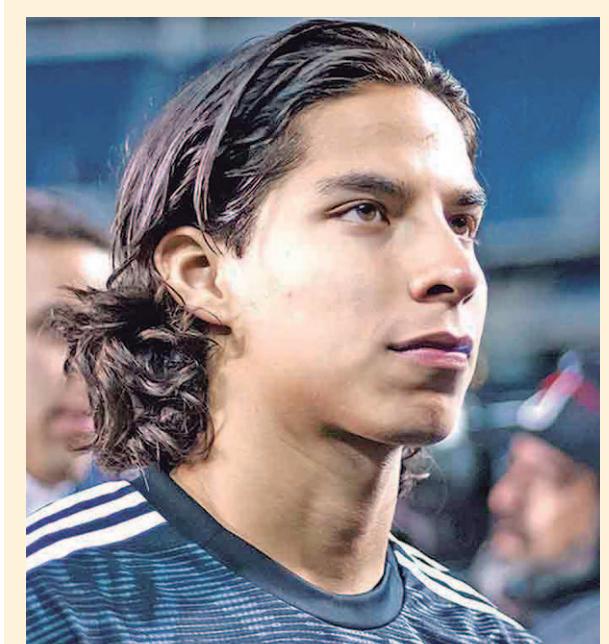
Javier Hernández es baja del Tri por indisciplina y un encargado de logística perdió su trabajo.

Javier Hernández recibió suspensión indefinida de la Selección Mexicana, luego del bronchial que asistieron diversos jugadores durante septiembre pasado, en Nueva York. Este caso cobró factura no solo en el tema deportivo, sino también operativo, pues una persona de la Federación Mexicana de Fútbol fue despedida de su cargo.

De acuerdo a información de Gibrán Araiza en 'El Madriguete', al ahora exintegrante de la FMF se le vio con las mujeres que aparecen en el video, realizando un encargo que fue a solicitud de Javier Hernández. Esto fue investigado por directivos del combinado nacional, quienes tomaron la decisión de removerlo de su cargo y de suspender al futbolista.

La molestia llegó al cuerpo técnico debido a que no dio la cara por la persona que ya no labora más en la Federación.

Hasta el momento no se sabe hasta cuándo será baja Hernández Balcázar, máximo goleador del combinado nacional.



Diego Lainez ya llegó a México y no dio declaraciones

El delantero de Betis arribó a la Ciudad de México para incorporarse al Tri Sub-22.

Diego Lainez arribó a la Ciudad de México durante la noche de este lunes para incorporarse con la Selección Mexicana Sub-22. El delantero llegó proveniente de Madrid, España, con la finalidad de comenzar concentración con el combinado azteca.

El atacante llegó sin dar declaraciones ni mencionar algo acerca de la posibilidad de volver al América. De acuerdo a información de Juan Carlos Murrieta, esta no es la única opción que tiene Lainez. También existen ofertas de equipos en Francia, MLS y otros más.

La concentración del cuadro azteca se lleva a cabo desde el 10 de noviembre y culminará el 19 con la finalidad de que Jaime Lozano defina a su equipo con miras a la clasificación de los Juegos Olímpicos de Tokio 2020.

James Harden named Western Conference Player of the Week

James Harden was named the West Conference Player of the Week after he led the Houston Rockets to a perfect 3-0 record in the third week of the NBA season.

Harden averaged 40.7 points, 9.3 assists, 8 rebounds, 2.3 steals, and 1.33 blocks in the week, improving his team to a 6-3 record with wins against the Memphis Grizzlies, Golden State Warriors, and Chicago Bulls. Despite his less-than-stellar start shooting from behind the arc, Harden nailed 22 of his 51 three-point attempts for

a staggering 43.1% from downtown.

This is Harden's 23rd time winning the award — all of them in a Houston Rockets uniform. This is also the sixth time Harden has won the award in the first three weeks of the season, including his MVP season when he won in twice in the first three weeks. Last year, Harden didn't get his first Player of the Week nod until mid December, the ninth week of the season.

Harden followed up his PotW honors with a 39-point, 9-assist, 2-

steal performance in the Rockets 122-116 win against the New Orleans Pelicans on Monday. Now, through 10 games, Harden is already putting on a scoring champ encore season, leading the league with an incredible 37.3 points per game to go along with 54 rebounds, and 8.3 assists — good for sixth best in the league.

The Rockets may have gotten to a shaky start this season, but another MVP-type season from Harden has them sitting at 7-3, tied for third-best in the West.

Harden followed up his PotW honors with a 39-point, 9-assist, 2-

Chávez Jr. vs. Daniel Jacobs el 20 de diciembre en Arizona

El 'hijo de la leyenda' vuelve al ring para medirse al 'hombre milagro' buscando redimirse.

Julio César Chávez Jr. volverá al ring el próximo 20 de diciembre para enfrentarse a Daniel Jacobs en el Talking Stick Resort Arena de Phoenix, Arizona en pelea correspondiente a peso supermediano.

La pelea pactada a 168 libras se concretó en Arizona luego de que Chávez Jr. fuera suspendido por la Comisión Atlética de Nevada tras no acceder a pruebas antidopaje. El pugilista alegaba que los representantes del organismo no se identificaron de forma adecuada por lo cual no accedió a realizar los exámenes.

Tanto Julio César Chávez Jr., como Daniel Jacobs ya fueron rivales de Saúl 'Canelo' Álvarez y los dos fueron derrotados por el de Juanacatlán.

Canelo derrotó a ambos pugilistas lejos de las 168 libras en las que se medirán; el pleito con Chávez Jr. estuvo pactado en 164 libras, mientras que el duelo con Jacobs se pactó en 160 libras.



Esta podría ser la última oportunidad para Julio César Chávez Jr. de volver a las grandes carteleras de boxeo y recuperar a los fans que en algún momento lo tuvieron como una de las estrellas más importantes del boxeo.

Julio César Chávez Jr. fue el primer campeón mexicano de peso mediano en la historia cuando derrotó al alemán Sebastian Zbik en junio de 2011.



CLASIFICADOS

AUTOS CASAS APARTAMENTOS EMPLEOS IGLESIAS NEGOCIOS COMpra VENDE

TULSA, OK 13 AL 19 DE NOVIEMBRE DEL 2019 www.lasemanadelsur.com

Llámenos al 918.744.9502



La Fórmula 1 planea reducir a cero emisiones de CO2 para 2030

Este martes se anuncia de parte de Fórmula 1 que hay un plan "inmediato" para reducir a cero las emisiones de CO2 contemplado para que se cumpla en 2030 mediante la organización de carreras más respetuosas con el medio ambiente.

"Creemos que la F1 puede continuar siendo una lanzadera de la industria del automóvil y trabajar con los sectores de la energía y de la automoción para producir el primer motor híbrido de combustión interna con cero emisiones", señaló el director general Chase Carey.

Entre las 256.551 to-

rnadas de CO2 emitidas por la F1 en 2019, según las cifras publicadas este martes, solo el 0,7% está ligada a los motores, mientras que el 73% viene de otras actividades en los circuitos (patrocinios, consumo de energía, difusión televisiva...).

La mayor parte de las emisiones viene del transporte de material (45%), seguida del desplazamiento de personal (27,7%) y el funcionamiento de oficinas y fábricas (19,3%).

"Serán medidas que busquen adoptar una logística y medios de trans-

porte ultra-eficaces, así como oficinas, instalaciones y fábricas que funcionen al 100% con energías renovables", precisó la F1.

También están previstos programas de compensación de carbono y captura de CO2 en el aire.

Con respecto a la recepción de espectadores, se prevé la eliminación de plásticos no reutilizables y el reciclaje, compostaje y la reutilización de todos los desechos antes de 2025, así como el desarrollo de medios de desplazamiento menos contaminantes.

Formula 1 announces plan to be Net Zero Carbon by 2030

Formula 1 has today announced an ambitious sustainability plan to have a net-zero carbon footprint by 2030.

This initiative will cover the Formula 1 cars and on-track activities and the rest of the operations as a sport.

The plan comes after twelve months of intense work with the FIA, sustainability experts, Formula 1 teams, promoters, and partners, resulting in an ambitious, yet achievable delivery plan.

Carbon reduction projects will begin immediately to start the journey of becoming a more sustainable sport.

Formula 1 has been at the forefront of technological innovation throughout its history with advancements that have directly benefitted the wider automotive industry. Aerodynamic innovations, safety developments, energy recovery systems, navigation tools and

composite materials from F1 have been adopted by the road car and other industries.

Being at the forefront of automotive innovation gives Formula 1 a global platform to accelerate progress and develop technologies that reduce and eliminate carbon emissions from the current internal combustion engine (ICE). The hybrid power unit will play a key role in the future of the automotive industry.

By 2025 F1 will also ensure all events are sustainable. This will mean the use of sustainable materials at all events with single-use plastics being eliminated and all waste reused, recycled or composted. Additionally, F1 will provide incentives and tools to offer every fan a greener way to reach the race and ensure circuits and facilities enhance fan wellbeing and nature as well as providing opportunities for local people, businesses and causes to get more involved in the action during a Formula 1 race weekend.

The current F1 hybrid power unit, delivering more power using less fuel than any other car, combined with advanced sustainable fuels and energy recovery systems presents a tremendous opportunity to deliver a net-zero carbon hybrid power unit. With over 1 billion of the 1.1 billion vehicles in the world powered by ICEs, it has the potential to reduce carbon emissions globally.

In addition to the

motors, sponsors and the teams and building on the work that many of them are already delivering on the sustainability issue.

The plan will be set out in detail on the Formula 1 corporate website.

WAREHOUSE SPACE AVAILABLE ALMACÉN DISPONIBLE

For rent right off Highway 244. Has Ample parking in a fenced and gated yard. 4 High Docks. 3 Office Spaces and 2 bathrooms in the warehouse. 24 Hour Surveillance.

Office Space available for rent in a quiet serene neighborhood. 3 office spaces, a kitchennette, a large reception area and 2 bathrooms. Newly installed heat and air for maximum comfort. There is ample parking and an alarm system.

Para alquiler, justo al lado de la autopista 244. Tiene amplio estacionamiento en un patio cercado y cerrado. 4 muelles altos. 3 oficinas y 2 baños en el almacén. Vigilancia las 24 horas.

Espacio de oficina disponible para alquilar en un vecindario tranquilo y sereno. 3 espacios de oficina, una pequeña cocina, una gran área de recepción y 2 baños. Aire y calefacción recién instalados para el máximo confort. Hay un amplio estacionamiento y un sistema de alarma.

CONTACT US AT / CONTÁCTENOS EN:
Simba Trucking LLC. 45 S Fulton Ave. Tulsa OK 74112.
918-398-0080
or you can text / o contacte a Juddy at 918-350-8342

EMPLEOS / EMPLOYMENT

Anago
CLEANING SYSTEMS

SÉ TU PROPIO JEFE!
Tu Futuro Comienza Hoy!



SE SOLICITA
COMFORT SUITES
Ama de casa
Experiencia preferida,
debe estar disponible
el fin de semana

HOUSEKEEPER
Experience preferred,
must be available weekend



ANÚNCIATE
Pauta tu anuncio en nuestra
próxima edición

LA SEMIA

918-744-9502



Maroon 5 anunció conciertos en Uruguay, Argentina y Colombia para 2020

El grupo estadounidense de pop-rock Maroon 5 anunció este lunes las nuevas fechas de conciertos: el 10 de marzo en Montevideo (Uruguay), el 12 de ese mismo mes en Buenos Aires (Argentina) y el 14 en Bogotá (Colombia).

«Empezaremos el 2020 en Latinoamérica», celebró la popular

En Twitter, el grupo anunció que el 10 de marzo en Montevideo, el estadio Centenario.

La banda, además, colgó en Twitter el cartel promocional de cada uno de sus conciertos: que en el caso de Bogotá se celebrará en el parque Salitre Mágico, mientras que en Buenos Aires el escenario será el Campo Argentino del Polo



JAVIER BARDEM interpretará al conquistador Hernán Cortés

El actor español Javier Bardem visita locaciones en México y ultima detalles para la grabación de la serie sobre Hernán Cortés y Moctezuma producida por Amazon Studios, de la que será protagonista, además de productor ejecutivo.

Las grabaciones comenzarán el próximo año, por lo que Bardem acudió al país para revisar los detalles del proyecto, siendo las oficinas de los Estudios Churubusco de la Ciudad de México el centro de operaciones.

La serie contará con los actores mexicanos Diego Luna y Gael García Bernal como directores ejecutivos y, aunque no cuenta con un título definitivo se sabe que estará dirigida por los colombianos Ciro Guerra y Cristina Gallego, ambos cineastas colombianos.

Se tratará de una miniserie que, con formato de drama épico y de cuatro horas de duración, trazará un mapa de la inexorable marcha y eventual confrontación entre el conquistador español Hernán Cortés y el emperador azteca Moctezuma II, resumió el estudio.

Justamente, el anuncio de esa ficción se hizo coincidiendo con las celebraciones por el quinto centenario de la llegada de Hernán Cortés al continente americano.

De esta forma, Bardem, Bernal y Luna serán productores ejecutivos

junto con Zailian, Kirk Douglas («Spartacus»), Grant Hill («The Tree of Life») y los copresidentes de Amblin Television, Darryl Frank («The Americans») y Justin Falvey («The Americans»).

La idea volvió a emerger con fuerza en 2014 gracias al estudio DreamWorks, que encargó la historia a Zailian con la idea de que Bardem la protagonizase y Spielberg la dirigiese, pero quedó en suspenso.

También en 2014, Martin Scorsese y Benicio del Toro anunciaron que llevarían a la cadena HBO la producción es de la compañía mexicana Dompina en colaboración con la española Onza y, según informaron, no tiene que ver con la miniserie de cuatro horas, en fase de preproducción, de Amazon Studios, protagonizada por Bardem.

Falleció la actriz Laurel Griggs por un ataque de asma

La joven actriz de Broadway, Laurel Griggs, que debutó a los seis años en las tablas y recordada por su actuación como Ivanka en la premiada obra «Once», murió el pasado 5 de noviembre debido a un ataque de asma, informan este lunes medios de prensa.

Griggs, que continúa activa en teatro al momento de su muerte, comenzó en Broadway en «Cat on a Hot Tin Roof», junto a Scarlett Johansson, y de ahí pasó a «Once» donde fue la actriz que más tiempo dio vida al personaje de Ivanka, que interpretó durante 17 meses.

También actuó en muchas otras obras en Broadway así como el filme «Cafe Society» en 2016 junto a Kristen Stewart, Steve Carell, Blake Lively, Parker Posey y Jesse Eisenberg y también apareció varias veces en el programa de televisión «Saturday Night Live».

De acuerdo con su familia, la actriz de 13 años, que combinaba la actuación con sus estudios, padecía de asma desde pequeña pero la controlaba con medicamentos.

13-Year-Old Broadway Star Laurel Griggs' Cause of Death Revealed

The cause of 13-year-old Broadway actress Laurel Griggs' death has been revealed.

Griggs' family told The Post that she died on Nov. 5 in New York City, according to Page Six.

Griggs' family members did not immediately respond to PEOPLE's requests for comment.

Griggs made her Broadway debut at age 6 as Polly in Rob Ashford's production of Cat on a Hot Tin Roof in 2013, opposite Scarlett Johansson, according to her IMDb page.

She is best known for her role as Ivanka in the Tony Award-winning musical ONCE. She performed the role for 17 months between 2013 and 2015. Then in 2016, she appeared in the romantic comedy Café Society alongside Steve Carell, Blake Lively and Kristen Stewart. She was also featured in several episodes of Saturday Night Live.



Gael García Bernal and Diego Luna join Javier Bardem in the Hernán Cortés series

The new series that Amazon prepares about Hernán Cortés and Moctezuma will feature Mexican actors Diego Luna and Gael García Bernal as executive directors, apart from Spanish Javier Bardem, which, in addition, will star in it.

The production does not yet have a definitive title but will be directed by Ciro Guerra and Cristina Gallego, both filmmakers from Colombia, Amazon Studios reported Thursday in a statement.

It will be a miniseries that, in epic drama format and lasting four hours, will map the inexorable march and eventual confrontation between the Spanish conqueror Hernán Cortés

and the Aztec emperor Moctezuma II, summarized the study. Precisely, the announcement of that fiction has been made coinciding with the celebrations for the fifth centenary of the arrival of Hernán Cortés to the American continent.

Steven Zailian (Schindler's List) wrote the plot, based on a script by Dalton Trumbo (Holidays in Rome). In this way, Bardem, Bernal and Luna will be executive producers together

with Zailian, Kirk Douglas (Spartacus), Grant Hill (The Tree of Life) and the co-chairs of Amblin Television, Darryl Frank and Justin Falvey (The Americans).

Trumbo's text was written in the 1960s and the project was expected to have Kirk Douglas as the protagonist, thus repeating an actor-screenwriter collaboration that had already taken place in Spartacus. The idea re-emerged strongly in 2014

thanks to the DreamWorks studio, which commissioned the story from Zailian with the idea that Bardem starred in it and Spielberg directed it, but was suspended.

Also in 2014, Martin Scorsese and Benicio del Toro announced that they would take a series on the life of Cortés to the HBO network, but the project did not go ahead.

Falleció la actriz Laurel Griggs por un ataque de asma

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

murió el pasado 5 de noviembre debido a

un ataque de asma, informan este lunes

medios de prensa.

La joven actriz de Broadway, Laurel

Griggs, que debutó a los seis años en las

tablas y recordada por su actuación como

Ivanka en la premiada obra «Once»,

YOU HAVE RIGHTS

All people in the U.S., whether citizen or non-citizen, have certain rights under the U.S. Constitution and other laws.

KNOW YOUR RIGHTS: WHAT TO DO IF IMMIGRATION OR THE POLICE COME TO YOUR DOOR

STOP AND THINK TWICE WHEN SOMEONE COMES TO YOUR DOOR You're not normally required to open the door to anyone. Immigration and the police can't come into your home without a warrant signed by a judge.

REMAIN SILENT You have the right to remain silent. Immigration can use anything you say against you.

STAY CALM AND DO NOT RUN Use your phone to take photos and notes about the raid, but stay calm and do not run.

ASK TO SPEAK TO YOUR ATTORNEY AND THINK TWICE BEFORE SIGNING ANYTHING Do not sign forms you don't understand or don't want to sign. A lawyer who knows deportation defense may be able to help you fight your case.

KNOW YOUR RIGHTS: WHAT TO DO IF IMMIGRATION COMES TO YOUR WORKPLACE

DON'T RUN Stay calm and don't run. Running may be seen as an admission of guilt.

DON'T CARRY FALSE DOCUMENTS Providing false documents to ICE may result in deportation and criminal charges.

DON'T INTERFERE WITH ICE AGENTS Interfering with ICE agents during a workplace raid may expose you to criminal charges.

DON'T SIGN ANYTHING YOU DON'T WANT TO SIGN OR DON'T UNDERSTAND Think twice before signing anything without talking to a lawyer. Signing a paper may end up being an agreement to voluntarily leave the United States. Consulting with a lawyer before signing anything is the best way to protect your rights.

THE RIGHT TO REMAIN SILENT You have the constitutional right to remain silent and to refuse to answer questions. If you want to exercise your right to remain silent, show ICE your Know Your Rights card.

KEEP IMPORTANT PHONE NUMBERS WITH YOU Keep the phone number of your union and legal services provider with you.

KNOW YOUR RIGHTS: WHAT TO DO IF YOU ARE ARRESTED

REMAIN SILENT You have the right to remain silent. Immigration can use anything you say against you.

STAY CALM AND DO NOT RUN Use your phone to take photos and notes about the stop, but stay calm and do not run.

ASK TO SPEAK TO YOUR ATTORNEY AND THINK TWICE BEFORE SIGNING ANYTHING Don't sign forms you don't understand or don't want to sign. You have the right to speak with an attorney.

This information is provided by iAmerica Action. For more information visit iAmerica.org.

USTED TIENE DERECHOS

Todas las personas que se encuentran en los EE.UU., sean ciudadanos o no, cuentan con ciertos derechos bajo la Constitución de los EE.UU. y otras leyes.

CONOZCA SUS DERECHOS: QUÉ HACER SI INMIGRACIÓN O LA POLICÍA TOCAN A SU PUERTA

DETÉNGASE UN MOMENTO Y PIENSE DOS VECES CUANDO ALGUIEN LLEGUE A SU PUERTA Normalmente usted no tiene la obligación de abrirle la puerta a nadie. Ni inmigración ni la policía pueden entrar a su hogar sin una orden judicial firmada por un juez.

PERMANEZA CALLADO(A) Inmigración puede utilizar cualquier cosa que usted diga en contra suya.

PERMANEZA TRANQUILO(A) Y NO CORRA Utilice su teléfono para tomar fotos y notas sobre la redada, pero permanezca tranquilo(a) y no corra.

PIDA HABLAR CON SU ABOGADO Y PIENSE DOS VECES ANTES DE FIRMAR CUALQUIER COSA No firme documentos que no entienda o no quiera firmar. Un abogado especializado en defensa de deportaciones tal vez pueda ayudarle a pelear su caso.

CONOZCA SUS DERECHOS: QUÉ HACER SI INMIGRACIÓN LLEGA A SU LUGAR DE TRABAJO

NO CORRA Manténgase en calma y no corra. Correr puede ser visto como una admisión de culpa.

NO LLEVE CON USTED DOCUMENTOS FALSOS Proporcionar documentos falsos a ICE puede resultar en deportación o en cargos criminales.

NO INTERFERA CON LOS AGENTES DE ICE Interferir con los agentes de ICE durante una redada en el lugar de trabajo le puede exponer a cargos criminales.

NO FIRME NADA QUE NO QUIERA FIRMAR O QUE NO ENTIENDA Piense dos veces antes de firmar cualquier documento sin antes hablar con un abogado. Firmar un documento puede llevarle a estar de acuerdo a abandonar voluntariamente los Estados Unidos. Consultar con un abogado antes de firmar algo es la mejor manera de proteger sus derechos.

EL DERECHO DE PERMANECER EN SILENCIO Usted tiene el derecho constitucional de permanecer en silencio y de rehusarse a contestar preguntas. Si desea ejercer su derecho de permanecer en silencio, muéstrele a ICE su tarjeta de Conozca Sus Derechos.

MANTENGA NÚMEROS DE TELÉFONO IMPORTANTES CON USTED

Mantenga el número de teléfono de su sindicato y proveedor de servicios legales con usted.

CONOZCA SUS DERECHOS: QUÉ HACER SI ES ARRESTADO

PERMANEZA EN SILENCIO Tiene el derecho de permanecer en silencio. Inmigración puede utilizar cualquier cosa que diga en su contra.

PERMANEZA EN CALMA Y NO CORRA Utilice su teléfono para tomar fotos y notas acerca de la parada, pero permanezca en calma y no corra.

PIDA HABLAR CON SU ABOGADO Y PIENSE DOS VECES ANTES DE FIRMAR ALGO No firme ningún documento que no entienda o no quiera firmar. Tiene el derecho de hablar con un abogado.

Esta información es proporcionada por iAmerica Acción. Para más información visite iAmerica.org.

7 de las especies invasoras que más daño están causando en América Latina

Pueden devastar ecosistemas, aniquilar especies nativas y causar pérdidas cuantiosas a la economía.



El género *inga* incluye cientos de especies de árboles que fijan nitrógeno y mejoran la productividad del suelo.

tales, forestales o para controlar la erosión".

"Algunas de ellas crecen de manera descontrolada compitiendo con las especies nativas, causando daños económicos y aumentando la frecuencia de incendios", señaló el experto.

La mimosa, por ejemplo, una planta originaria de Australia, fue introducida como planta ornamental para jardines por sus flores amarillas.

"Sin duda, el cambio climático va a debilitar aún más la capacidad de las especies nativas para poder soportar la entrada y el impacto de estas especies invasoras", agregó.

¿Cuándo una especie es considerada invasora?

"Las especies invasoras son especies exóticas, es decir de otras regiones o continentes, que el ser humano ha introducido en el ambiente, y que se reproducen en grandes números generando impacto para la biodiversidad, los ecosistemas y el bienestar humano", explicó el experto chileno.

Pauchard seleccionó para BBC Mundo siete ejemplos de especies exóticas invasoras y dañinas que son emblemáticas en América Latina.

1. Castor (Castor canadensis)

Fue introducido en el sur de Argentina y Chile y ocupa Tierra del Fuego, generando diques que destruyen los bosques nativos.

Los primeros 20 castores fueron introducidos en Tierra del Fuego por la armada de Argentina con la idea de que los habitantes locales iniciaran un comercio de pieles.

Pero ante la falta de depredadores naturales -como osos y coyotes- estos roedores semiacuáticos se han reproducido rápidamente y se estima que su población supera los 100,000 individuos.

El castor roe los árboles hasta derribarlos y los troza para construir su madriguera.

Si bien los árboles en América del Norte pueden crecer otra vez después de haber sido afectados por estos roedores, los de Sudamérica mueren luego de ser roídos por estos animales.

2. Árboles y arbustos leguminosos invasores

Pauchard cita como ejemplo la mimosa (*Acacia dealbata*), el retamo espinoso (*Ulex europaeus*) y el marabú (*Dichrostachys cinerea*).

"En Sudamérica hay muchas especies de plantas que fueron introducidas como ornamen-

cursos de aguadulce de Sudamérica.

El caso emblemático es el pez león (*Pterois volitans*), que fue introducido como pez de acuario y liberado en el Caribe y que actualmente está dispersándose hacia Sudamérica.

Es un voraz predador y debido a sus espinas exteriores, muy difícil de controlar.

Tiene un grave impacto en los ecosistemas, ya que reduce las poblaciones de especies nativas y transmite patógenos como el *Batrachochytrium dendrobatidis*, el hongo que ha causado el declive de anfibios a escala global.

El consumo de ejemplares nacidos en aguas contaminadas puede afectar a la salud humana.

pecies para cultivos, cría de animales, acuicultura, mascotas, y también las introducciones accidentales de insectos, hongos patógenos y microorganismos, según explicó Pauchard.

El transporte aéreo, terrestre y marítimo es el vector que permite la llegada de nuevas especies tanto intencionales como accidentales".

Cada país debe adoptar una estrategia de bioseguridad que incluya controles prefronteriza y respuestas rápidas apenas se detecta una especie potencialmente invasora, afirmó el experto de Chile.

Y la ciencia ciudadana también puede jugar un papel importante.

¿QUÉ PODEMOS HACER EN NUESTROS PROPIOS PAÍSES PARA AYUDAR A COMBATIR LAS ESPECIES EXÓTICAS DAÑINAS?

"Lo más importante es que cada ciudadano debe exigir a las autoridades ambientales de sus países que consideren a las especies invasoras como un problema importante para la biodiversidad y el bienestar humano y que implementen estrategias nacionales para controlarlas", señaló Pauchard.

Y también debemos evitar la introducción y propagación de nuevas especies.

En ese sentido, "las recomendaciones más simples incluyen preferir especies nativas para plantar en nuestros jardines, no comprar semillas en internet, y evitar la liberación de mascotas y especies de acuario en ambientes naturales".

"Hay muchas historias trágicas de cómo liberaciones de especies, para evitar su sufrimiento, terminan causando un impacto desastroso en la biodiversidad de un lugar. En estos casos, es importante que pidan consejo a su veterinario".

7. Hongo quítrido

Es una enfermedad que afecta a los anfibios (ranas y sapos) nativos de Sudamérica, originaria de Sudáfrica. Causa la muerte de los anfibios y ha generado el declive mundial de este grupo.

Se estima que de las cerca de 500 especies que están en caída por esta plaga, más de 400 viven en América Latina.

La quítridomicosis ataca la piel de los anfibios e impide el correcto balance de agua, sales y minerales, generando un fallo cardíaco en los animales.

También puede interrumpir la respiración de la piel y producir toxinas que alteran la respuesta inmunológica.

"NO LIBERES MASCOTAS EN AMBIENTES NATURALES"

El aumento de la amenaza de las especies invasoras se deben a que el comercio internacional ha crecido exponencialmente en las últimas décadas en Sudamérica y en el mundo, aumentando así la entrada de es-

pecies para cultivos, cría de animales, acuicultura, mascotas, y también las introducciones accidentales de insectos, hongos patógenos y microorganismos, según explicó Pauchard.

El caracol gigante africano (*Bombylius terrestris*) se ha expandido rápidamente en Chile provocando la reducción de la presencia del abejorro patagónico (*Bombylius dahlbomii*).

6. Anfibios: Rana toro

Varios anfibios también se han vuelto invasores, compitiendo con las especies nativas y depredando la fauna nativa.

La rana toro (*Lithobates catesbeianus*) puede llegar a medir 20 cm.

Es una de las especies más nocivas por varios motivos: tiene un alto potencial reproductivo, las larvas producen secreciones

caños y tomas de agua para consumo humano, así como canales de riego y tomas en generadores de centrales eléctricas.

4. Peces: Pez león

Los peces invasores son un problema en zonas costeras y

los ecosistemas, aniquilar especies nativas y causar pérdidas cuantiosas a la economía.

Los peces invasores son un problema en zonas costeras y

3. Moluscos invasores

Entre los ejemplos citados por Pauchard están la avispa chaqueta amarilla (*Vespa germanica*) y el abejorro europeo (*Bombus terrestris*).

"Los insectos pueden ser de origen accidental o intencional.

Avispas como la *V. germanica* se han introducido accidentalmente y son depredadoras de especies nativas y afectan a las comunidades que dependen de ellas, ha sido devastador".

5. Insectos invasores

Entre los ejemplos citados por Pauchard están la avispa chaqueta amarilla (*Vespa germanica*) y el abejorro europeo (*Bombus terrestris*).

"Los insectos pueden ser de

origen accidental o intencional.

Avispas como la *V. germanica* se han introducido accidentalmente y son depredadoras de especies nativas y afectan a las comunidades que dependen de ellas, ha sido devastador".

6. Moluscos invasores

En este grupo se encuentran el mejillón dorado (*Limnoperna fortunei*), el caracol africano (*Achatina fulica*) y el caracol venenoso de mar (*Rapana venosa*).

"Se han introducido moluscos terrestres y marinos con múltiples impactos, desde la transmisión de enfermedades como el caracol africano, hasta la destrucción de infraestructura como el mejillón dorado. Esto ocurre en toda Sudamérica", afirmó Pauchard.

En el caso del mejillón dorado, se cree que esta especie originaria de China llegó a América del Sur a través del agua de lastre de embarcaciones transoceánicas.

El agua de lastre es el agua

cargada en el puerto de origen

que transporta un barco cuando

viaja con las bodegas vacías

para no darse vuelta en el mar.

Cuando llegan a su puerto de destino los barcos descargan el agua liberando los mejillones.

El caracol gigante africano

carga con diversos parásitos

en sus tejidos y secreciones de baba. En contacto con las personas, los parásitos pueden

causar diversas afecciones como la meningoencefalitis eosinofílica.

Estos moluscos ocultan

QUÉ ES LA PSORIASIS y por qué puede causar problemas en el corazón

Probablemente has oido hablar de la psoriasis, una enfermedad inflamatoria crónica, no contagiosa, que afecta a cerca del 2% de la población mundial.

Ricardo Romiti, coordinador del Ambulatorio de Psoriasis del Hospital de las Clínicas de la Universidad de São Paulo (USP) explica que la afección aparece generalmente entre los 20 y los 30 años, en ambos sexos, y suele persistir toda la vida, con períodos de mejoría y empeoramiento.

Su causa es multifactorial, y tiene que ver con la predisposición genética.

"Cerca de un tercio de los pacientes tiene algún familiar que padece el problema, y no necesariamente se transfiere de padre a hijo. Lo más común es que se manifieste en otras generaciones", explica el médico.

Varios factores ambientales también pueden ser el desencadenante para el padecimiento o el agravamiento de la patología.

Son por ejemplo el estrés, el frío, el consumo de algunos medicamentos (antidepresivos y antiinflamatorios, por ejemplo), infecciones, en especial de la garganta, tabaquismo y el consumo excesivo de alcohol.

Y también está la interferencia del sistema inmunológico en el desarrollo de la patología.

La explicación es que los linfocitos (las células responsables de la defensa del organismo) liberan sustancias inflamatorias que atacan a las células cutáneas saludables, lo que hace que se produzcan en grandes cantidades y tengan su ciclo evolutivo temprano.

"En una persona sana, la capa más superficial de la piel madura en aproximadamente un mes. En las personas con psoriasis, este ritmo se acelera y el resultado es la descamación", indica Romiti.

The Heart-Psoriasis Connection: What You Need to Know

Psoriasis is a chronic autoimmune disease that inflames areas of skin. This condition causes discomfort and itching. It also causes raised skin lesions because of an abnormally fast turnover of skin cells.

Although this chronic condition can't be cured, it can be managed. However, psoriasis can be connected to certain heart problems even if your psoriasis symptoms are under control.

Heart problems and psoriasis

Psoriasis, like other autoimmune diseases, causes the immune system to overreact to a perceived threat. This immune system reaction triggers inflammation in your body.

Inflammation and heart disease

Inflammation can take many forms. These may include reddened patches of skin on your body and psoriatic arthritis. Symptoms can also include conjunctivitis, inflammation of the lining of your eyelids.

Psoriasis may also take different forms. Generally, people with any type of psoriasis have a risk of heart attack that is almost three times greater than in people without psoriasis.

Blood vessels can also become inflamed. This can cause the development of atherosclerosis. Atherosclerosis is the buildup of a fatty substance called plaque inside your artery walls. Pla-

que slows or interrupts the flow of blood to your heart. This heightens your risk of heart disease and heart attack.

Some psoriasis treatments can result in irregular cholesterol levels. This can harden the arteries and make a heart attack even more likely. People with psoriasis have also been found to have an increased risk of coronary heart disease, according to the British Journal of Dermatology Trusted Source.

Psoriatic arthritis and heart arrhythmia

Up to 30 percent of people with psoriasis will eventually develop psoriatic arthritis. One study Trusted Source linked psoriasis to increased risks of heart arrhythmia. This is an indication of heart problems.

The study concluded that psoriatic arthritis carries a higher risk of arrhythmia.

People who have severe forms of the skin disease and are under age 60 are more likely to develop heart disease, according to findings published in the American Journal of Cardiology.

Psoriasis can mean an increased risk of heart problems. But you can strengthen your heart

through diet, exercise, and stress reduction.

ADDRESSING YOUR RISK FACTORS

Exercise

Making lifestyle adjustments such as quitting smoking and incorporating daily exercise can improve your heart health.

The American Heart Association recommends exercising 75 to 150 minutes per week, depending on the intensity level of your workout. As far as the type of exercise, anything goes. **Some suggestions include:** - dancing- walking

- swimming- jumping rope

Do whatever makes you happy — as long as you get

your heart pounding. Vigorous, high-intensity workouts elevate your heart rate for longer periods. Aim for 30 minutes of aerobic exercise, but don't worry if you can't reach that goal. Shorter walks and jogs benefit your heart if done regularly.

Stress Stress reduction and exercise can go hand in hand and benefit your cardiovascular system. Stress causes you to tense up and can intensify symptoms of heart disease and psoriasis.

In addition to eating healthy, one study Trusted Source showed losing weight reduces the severity of psoriasis symptoms. A heart-

healthy diet includes healthy fats and whole grains. It also involves reducing your intake of saturated fats, trans fats, and sodium.

Consider making these changes to your diet to improve your heart health:

- Choose whole-grain pasta and bread, and brown rice. - Limit fried food and baked goods. - Concentrate on lean proteins such as fish, chicken, and beans. - Cook with healthy fat, which can be found in olive and flaxseed oils.

What you eat plays a role in improving heart health. Diet may also have a positive effect on psoriasis. A heart-



DEBIDO A SU CARÁCTER SISTÉMICO, LA PSORIASIS AHORA TAMBIÉN ESTÁ ASOCIADA CON PADECIMIENTOS DEL SISTEMA CARDIOVASCULAR.

grosso trío de hipertensión, diabetes y obesidad.

Según la investigación de la USP, aunque aún no se conocen totalmente las razones de esa relación, se sabe que las personas con psoriasis tienen un riesgo cinco veces mayor de padecer ese problema.

"Debido a que causa inflamación crónica que afecta a muchas partes del cuerpo, la psoriasis también es un factor de riesgo de accidente cerebrovascular", agrega María Victoria Suárez Restrepo, dermatóloga del Hospital Alemán Oswaldo Cruz, en São Paulo.

Lo que también explica esta situación es el aislamiento social resultante de la enfermedad.

Debido a que los pacientes evitan salir de casa e interactuar con otros, muchos terminan adoptando un estilo de vida poco saludable, con daños directos y significativos al cuerpo.

Otra característica sorprendente de la psoriasis es el impacto

que tiene en la salud mental. "Es una enfermedad que causa un sufrimiento enorme debido a los prejuicios, lo que lleva a muchas personas a desarrollar depresión y ansiedad y necesitan monitoreo psiquiátrico", dice la especialista.

Según la doctora, esto se debe al aspecto de las lesiones. "Como están en la piel y son evidentes, visibles, la gente cree que es contagiosa, discrimina y se aleja del paciente, lo que refuerza su aislamiento".

Tratamiento El tratamiento de la psoriasis se realiza según el tipo y la gravedad.

En casos más leves, con pocas lesiones y localizados, se usan medicamentos externos, como corticosteroides, calcipotriol y ácido salicílico.

En casos moderados y graves, se pasa a la fototerapia ultravioleta B (UVB) de banda estrecha o psoraleno (fotosensibilizante y es-

timulante de la producción de melanina) asociada con la fototerapia ultravioleta A (PUVA).

Si no hay respuesta después de 20 sesiones, el siguiente paso es introducir medicamentos orales sistémicos (metotrexato, acitretina y ciclosporina).

La última alternativa, cuando ninguno de los tratamientos anteriores funciona, es inmunobiológica.

"Se trata de una nueva generación de medicamentos altamente efectivos y seguros diseñados específicamente para el control de enfermedades que actúan como anticuerpos, bloqueando la proteína que causa inflamación", dice Romiti de la USP.

Junto con todo esto, los médicos se aseguran de que es esencial adoptar hábitos de vida más saludables, con una dieta equilibrada y actividad física regular,

Evitar fumar, y el estrés, usar crema hidratante a diario, tomar el sol con moderación, en horarios apropiados y con protección.

Por qué correr una vez por semana puede alargarte la vida (sin importar el tiempo o la distancia)

No importa cuán deprisa o cuán a menudo lo hagas: correr está vinculado a un riesgo significativamente bajo de muerte prematura, según una nueva investigación.

Un estudio recientemente publicado en la revista médica British Journal of Sports Medicine dice que salir a trotar es "considerablemente" beneficioso para la salud incluso aunque sean menos de 50 minutos o menos por semana.

"Cualquier dosis de jogging, aunque sea solo una vez por semana, es mejor que no correr", dijo Zeljko Pedisic, uno de los responsables del estudio.

Investigadores de Australia, Tailandia y Finlandia llegaron a la conclusión de que el jogging reduce en un 27% la mortalidad prematura tras analizar datos de 14 estudios previos de cerca de 233.149 personas.

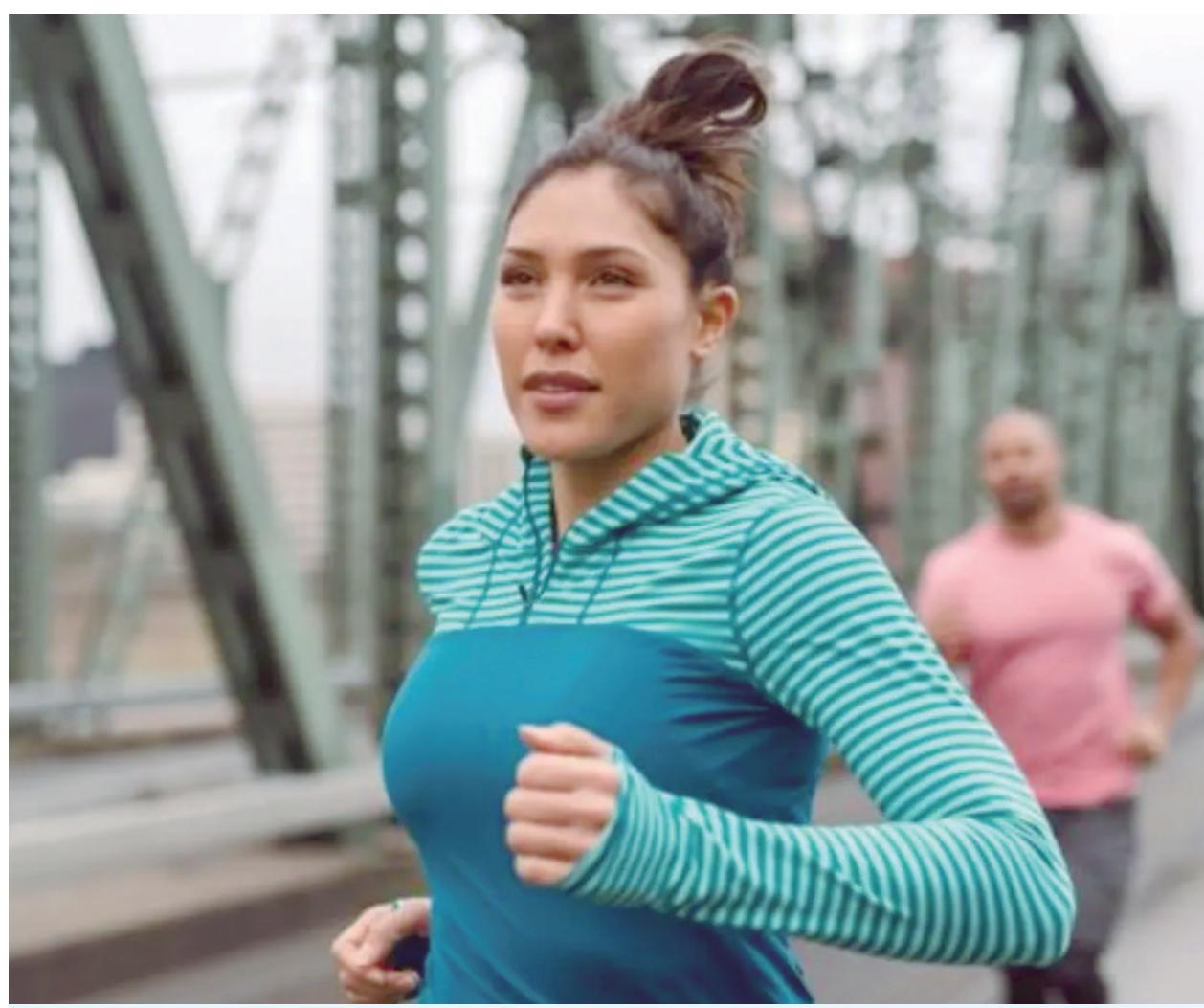
Hasta ahora, salir a correr se había vinculado con una reducción de muerte cardíaca súbita, pero los investigadores dicen que los beneficios van más allá de eso.

Los científicos analizaron las estadísticas de personas de ambos性es cuya salud se monitoreó entre 5.5 y 35 años. En ese tiempo, murieron 25.951 de los participantes por distintas causas.

De acuerdo con los resultados del estudio, correr está vinculado con una reducción del 30% de morir por enfermedades cardíacas y del 23% de que la muerte se deba al cáncer.

"El aumento de la participación en carreras, sin importar en qué medida sea, estaría vinculado a mejoras sustanciales en la

salud y en la longevidad de la población", aseguran los expertos.



Los beneficios van más allá de la reducción de enfermedades cardiovasculares, dicen los expertos.

6 CONSEJOS PARA MEJORAR TU RENDIMIENTO AL CORRER

- **Frío, para mejorar la resistencia**
- **No estires si no tienes lesiones**
- **Salta para ganar velocidad**
- **La recuperación es crítica**
- **Entrena menos**
- **Concéntrate en una meta**

res y qué beneficios tienen.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda en su sitio web que todos los adultos practiquen 150 minutos de ejercicio "moderado" a la semana, como caminar enérgicamente o ir en bicicleta, o 75 minutos de ejercicio "vigoroso", como correr.

Any amount of running reduces risk of early death

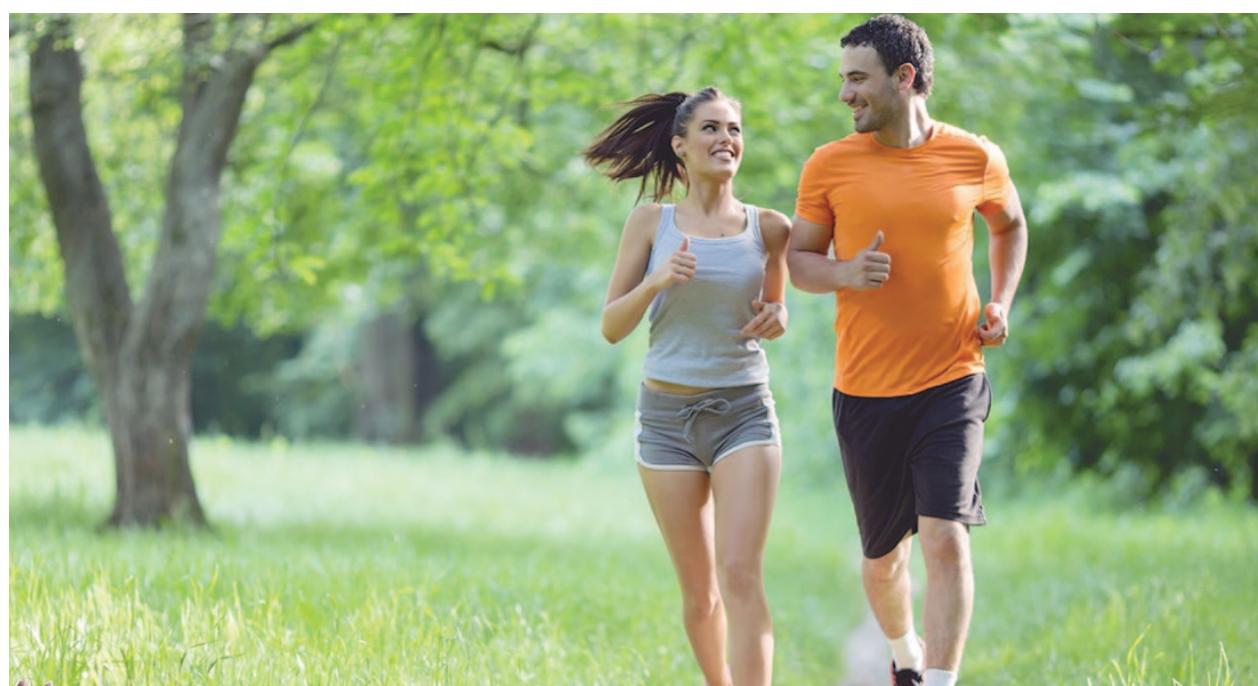
Running any distance at any speed reduces risk of death from cardiovascular disease and cancer.

Running — no matter how fast, far or often — is linked to a significantly lower risk of earlier death, according to new research.

Researchers from Australia, Thailand and

Finland believe "substantial" health benefits could be seen at population level if more people laced up their trainers, even just for a short jog.

They analysed results from 14 studies of



The benefits go beyond reducing cardiovascular diseases, experts say.

233.149 people, whose health was tracked for between 5.5 and 35 years. During this time, 25.951 participants died.

When the study data was pooled, any amount of running was associated with a 27 per cent lower risk of death from all causes over the period of study for both sexes, compared to non-runners.

It was also linked to a 30 per cent lower risk of death from cardiovascular disease.

Upping the running "dose" was not associated with a further lowering of the risk of death from any cause, the analysis showed.

The experts said that, while vigorous exertion has been linked to sudden cardiac death, the mortality benefit of running outweighs the risk.

Doctors should decide on a case-by-case basis whether to prescribe the activity, as it may not be suitable for all populations and is linked to a higher injury risk, they added.

The authors cautioned that the study cannot establish cause and that the number of studies was small, with methods varying considerably.

Future research should utilise the data held by activity trackers to assess running habits and the benefits, they said.



LA SEMANA
ANUNCIATE
918-744-9502



ALBÓNDIGAS CON SABOR a Acción de Gracias

Preparación 20 min | Tiempo Total 55 min | Rinde 6 porciones

Lo que las hace festivas es la carne molida de pavo. Estas albóndigas llevan salsa de arándanos rojos y mezcla para relleno para darle el toque de Acción de Gracias.

Necesitas

1 libra de carne molida de pavo, 1 huevo, 1/4 taza de salsa de arándanos rojos en jalea (jellied cranberry sauce), 1 cucharadita de pimienta negra 1-1/2 taza de mezcla para relleno estilo casero con hierbas culinarias en bote STOVE TOP Home-style Herb Stuffing Mix in the Canister 2 latas (12 oz) de salsa de pavo asado casera HEINZ HomeStyle Roasted Turkey Gravy 1 paquete (16 oz) de fideos al huevo

Hazlo

Precalienta el horno a 350 grados. Combina, en un tazón para mezclar grande, el pavo, el huevo, la salsa de arándanos rojos, la pimienta y la mezcla para relleno. Forma bolitas de 1 pulgada. Colócalas en una charola (bandeja) para galletas, forrada con papel aluminio. Horneálas de 20 a 25 minutos. En lo que se hornean, pon la salsa en una sartén grande y caliéntala. Cuando estén listas las albóndigas, agrégalas a la salsa. Pon la tapa; mantén un hervor suave en lo que preparas los fideos. Cocinalos según las instrucciones del paquete. Sirve las albóndigas sobre los fideos ya cocidos.



'Tastes like Thanksgiving' Meatballs

Prep Time 20 min. | Total Time 55 min
Servings 6 servings

Ground turkey keeps it festive. These holiday-style meatballs have jellied cranberry sauce and stuffing mix to give them Thanksgiving appeal.

What You Need

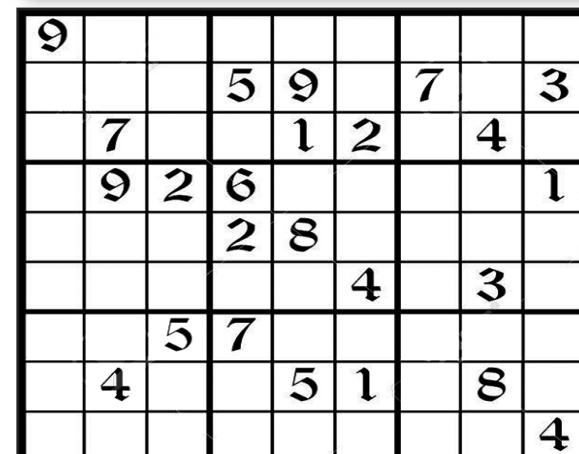
1 lb. ground turkey, 1 egg, 1/4 cup jellied cranberry sauce, 1 tsp. black pepper 1-1/2 cups STOVE TOP Homestyle Herb Stuffing Mix in the Canister 2 jars (12 oz.) HEINZ HomeStyle Roasted Turkey Gravy, 1 pkg. (16 oz.) egg noodles

Let's Make It

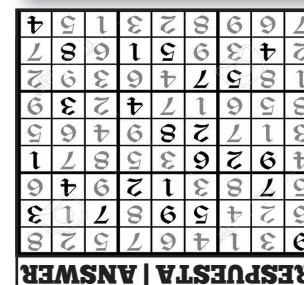
Preheat oven to 350 degrees. In large mixing bowl, combine turkey, egg, cranberry sauce, pepper and stuffing mix. Form into 1-inch balls. Place on foil-lined cookie sheet. Bake 20-25 minutes. While meatballs are baking, put gravy in a large skillet and heat. When meatballs are done, add to gravy. Cover; simmer on low heat while you prepare noodles. Cook noodles according to package directions. Serve meatballs over cooked noodles.



SUDOKU



SUDOKU



HOROSCOPO

ARIAS Marzo 21 / Abril 20

A nivel profesional, Aries estará en una época muy creativa, por lo que se abrirá una nueva etapa donde podrá desarrollar mucho mejor su trabajo, ya que alguien confiará en las posibilidades de Aries, incluso podrá financiar alguna idea o proyecto que le presente. A pesar de la estabilidad económica, Aries deberá tener un orden con su dinero para evitar algunos contratiempos. En el amor, no será muy conveniente que sean muy idealistas con una persona que acaba de conocer y esconde algo que desconoce.

LEO Julio 22 / Agosto 22

Habrá asuntos que cambiarán y es posible que Leo asuma nuevas responsabilidades en el trabajo que deberá acoger con ambición para sacar el mayor provecho y así, Leo podrá conseguir sus objetivos profesionales. Los planes para este fin de semana no se concretarán hasta que Leo tome la iniciativa, de lo contrario, podría ser una época monótona. Los nacidos bajo este signo del Zodiaco seguirán pendientes de los vaivenes del corazón, pero será idóneo que empiece a mirar hacia otro lado.

SAGITARIO Nov. 22 / Diciembre 21

Es posible que sea una jornada intensa en el trabajo, pero las inquietudes profesionales de Sagitario le encaminarán hacia nuevos terrenos en los cuales, conocerá gente importante de su rama laboral que permitirá a Sagitario ascender con éxito en su carrera. Si sale de su zona de confort, conseguirán todo lo que se propongan. Habrá un cierto renacer en Sagitario que le impulsará a reconciliarse con esa parte emocional que en ocasiones guarda.

CAPRICORNIO Dic. 22 / Enero 20

Planificar la agenda será ideal para que Capricornio optimice su tiempo y no olvide pequeños detalles importantes para el trabajo, este proceso permitirá a Capricornio enfocarse en nuevas propuestas que le lleven al éxito profesional. Si los nacidos bajo este signo del Zodiaco no están más atentos a sus gastos, habrá ciertos problemas de dinero que no podrá solucionar. Buscar la felicidad será un proceso necesario que será idóneo iniciar para que la energía de los astros influya y atraiga el amor, a fin de que no faltaran miradas de interés o seducción.

TAURO Abril 21 / Mayo 20

Será un día muy positivo para Tauro, podrá llegar a un acuerdo económico por un trabajo, pero deberá negociar bien, pero antes tendrá que valorar la situación para llegar con confianza y seguro de lo que desea, así alcanzará sus objetivos si afronta este reto con ambición. El mal humor de Tauro seguirá presente si no deja el pasado a un lado, y llena asperezas con alguien de quien se ha distanciado. Tauro intentará cambiar en el amor a la forma en la que llevan su etapa de conquista.

GÉMINIS Mayo 21 / Jun. 21

Aunque a veces le molestan ciertas cosas en el trabajo, será conveniente que Géminis deje entrar distintas opiniones para que sea más enriquecedor su progreso profesional, de esta manera, seguirán grandes retos, los cuales Géminis podrá desarrollar con éxito. El dinero no será un problema si Géminis controla esos gastos que solo le llevan a más deudas. Es posible que reciban una invitación a salir, de alguien que le atrae, deberá controlar los nervios para que no se note nada.

LIBRA Sept. 23 / Oct. 22

Si Libra no asume ciertas responsabilidades, podrían complicarse algunas cosas en el trabajo, aunque Libra se mantendrá firme ante sus decisiones, se planteará un cambio laboral para mejorar su carrera. Libra podrá iniciar una nueva etapa personal, y retomar algunos asuntos pendientes. En el amor no será ideal dejar que la fantasía entre en juego, por ello la energía de los astros guiará para encontrar sus verdaderos sentimientos, pero deberá seguir sus instintos.

CÁNCER Junio 22 / Jul. 21

Cáncer tendrá la posibilidad de renovar sus conocimientos, lo cual será de gran ayuda para los planes que tiene en el trabajo, será un día ardiente, pero motivador para que amplíe sus horizontes profesionales. Será conveniente que le dediquen algún tiempo a la familia, esta actividad cercana significará mucho para alguien de quien se ha distanciado. En el amor, la energía de los astros augura que será muy estable tanto si tienen o no pareja, ya que vivirán momentos de tranquilidad que le permitirán encaminarse hacia donde más deseas.

ESCORPIO Octubre 23 / Nov. 21

No será momento más adecuado para que Escorpio evada responsabilidades en el trabajo, podrá encontrarse con negativas, sobre todo si Escorpio está en un proceso importante de su carrera. Será importante que Escorpio termine cuanto antes algunos asuntos con algún familiar, esto le permitirá acercarse de nuevo a los suyos. Bajo la conjunción de los astros será un día muy confortable en el que podrán tener una enseñanza valiosa que le abrirá la mente.

ACUARIO Enero 21 / Febrero 19

Es posible que Acuario afronte algunos problemas en el trabajo, pero será ideal que no trate de mirar hacia otro lado porque repercutirá en su prestigio laboral, que Acuario está en la mira para ascender en su carrera. Podrá asumir ciertas responsabilidades, relacionadas con dinero. En el amor habrá alguien que les interesa mucho a los nacidos bajo este signo del Zodiaco, pero que en este momento está lejos, lo ideal para olvidar será quedar con un amigo.

PISCIS Febrero 20 / Marzo 19

Habrá un cambio de rumbo en las metas profesionales de Piscis, ya que verá algunas casi imposibles para este periodo, lo que significa que Piscis deberá plantearse nuevos objetivos que desarrollen una evolución permanente en el trabajo para averiguar hacia dónde se quiere dirigir. Algunos planes personales de Piscis podrían cambiar si toma decisiones algo precipitadas. Tendrán visitas inesperadas que le harán cambiar los planes con la pareja, si está soltero, no será el día para asumir retos en el amor.



Licencias en Nueva Jersey: a favor de presentar ley que beneficie a indocumentados

Los defensores de un plan que permitiría a los inmigrantes indocumentados obtener licencias de conducir dicen que ahora es el momento de hacerlo en ese estado.

Luego de que las elecciones en ese estado se llevaran a cabo el pasado martes, los legisladores volverán a Trenton, la capital, para las sesiones legislativas en las próximas semanas y

hay un nuevo impulso para enviar un proyecto de ley al despacho del gobernador Phil Murphy, quien durante mucho tiempo ha apoyado la medida, según NJ.com.

"Es de vital importancia", dijo la senadora estatal Teresa Ruiz, una de las principales promotoras del proyecto de ley S3229.

Ruiz argumentó que Nueva Jersey está en deuda al no dar

estas licencias "porque sabemos que estas familias contribuyen al desarrollo económico y la vitalidad de quienes somos en este estado. Son nuestros vecinos, son nuestros socios y son parte de Nueva Jersey".

Quienes están a favor de la ley alegan que otorgar licencias facilitará que los inmigrantes indocumentados puedan ir a trabajar, llevar a sus hijos al médico y hacer la compra.

ganización NJ Policy Perspective, de tendencia liberal.

"Los conductores más seguros son los que están entrenados, pasaron la prueba y tienen licencia", dijo la demócrata Ruiz.

Quienes están a favor de la ley alegan que otorgar licencias facilitará que los inmigrantes indocumentados puedan ir a trabajar, llevar a sus hijos al médico y hacer la compra.

Migración advirtió que personas que emitan o usen documentos falsos serán condenadas hasta con 10 años de prisión

En los últimos meses, tan sólo en Mississippi, se han detenido a más de 100 personas

El departamento de Justicia de Estados Unidos anuncio ayer que desde los últimos cuatro meses la Fiscalía ha procesado a 109 inmigrantes indocumentados acusados de robo de identidad de ciudadanos estadounidenses y otros delitos migratorios, tras su detención en el estado de Mississippi.

El departamento de Justicia explicó en un comunicado que los procesados fueron capturados durante la mayor redada organizada en el país en un solo estado, en la que 680 personas fueron puestas bajo custodia policial.

Las órdenes de arresto federales se relacionan con crímenes que incluyen, entre otros, la falsificación del número de la Seguridad Social (SS), migratorios y el reingreso al país tras haber sido expulsados o deportados, así como la credencial de estancia legal, coloquialmente cono-

cida como "green card".

El departamento de Justicia expuso que 47 de los 109 procesados se han declarado culpables, y "algunos otros (han) indicado su intención" de hacerlo. De estos, 26 han admitido el uso fraudulento del número de la Seguridad Social, mientras que otros 21 se han dicho responsables de haber vuelto al país de manera ilegal.

El Servicio de Inmigración y Control de Aduanas de los Estados Unidos (Immigration and Customs Enforcement -ICE) mantiene en alerta que usar documentos falsos es considerado fraude y una grave amenaza para la seguridad nacional, así como la seguridad pública porque "crean una vulnerabilidad que puede permitir que terroristas, otros delincuentes y extranjeros ilegales puedan ingresar y permanecer en los Estados Unidos".

Según la información presentada en la corte, desde al menos 2002, el mexicano había estado viviendo sin un estatus migratorio legal, posteriormente obtuvo el

Inmigración y Control de Aduanas (ICE) de EE.UU.

El hombre de 52 años, residente del condado de Rusk, Texas, se declaró culpable el 2 de abril de hacer una declaración falsa en una solicitud de pasaporte ante el juez magistrado de los Estados Unidos, K. Nicole Mitchell.

Según la información presentada en la corte, desde al menos 2002, el mexicano había estado viviendo sin un estatus migratorio legal, posteriormente obtuvo el



than one crime was committed, based on the guidelines for an advisory sentence and other legal factors.

A Mexican was sentenced to ten years for using false documents

In April of this year a Mexican pleaded guilty to making false statements in the US passport application, he was living without a legal immigration status, subsequently obtained the name, the date of birth and the social security number of a US citizen.

This guilty plea was announced by Federal Prosecutor Joseph D. Brow, Eastern District of Texas. This case was investigated by the Office of Diplomatic Security and the National Security Investigations (HSI) of the US Immigration and Customs Enforcement Service (ICE).

The 52-year-old man from Rusk County, Texas, pleaded

Fraudulently He used those identifiers to obtain several documents on behalf of the US citizen. In 2007, he used that identity to obtain a passport in the resident's name until the National Passport Center and Diplomatic Security Services of the State Department discovered the fraudulent use of this man.

Fraudulently He used those identifiers to obtain several documents on behalf of the US citizen. In 2007, he used that identity to obtain a passport in the resident's name until the National Passport Center and Diplomatic Security Services of the State Department discovered the fraudulent use of this man.

Trump de cancelar el programa para migrantes DACA



uno de los demandantes principales en uno de los casos para preservar el programa de Acción Diferida para los Llegados en la Infancia de la era Obama, conocido como DACA, y ha visto su nombre en documentos legales desde 2016, cuando demandó por primera vez en Nueva York, reseñó The Associated Press.

El asistente de enfermería certificado de 29 años en una clínica de rehabilitación para lesiones cerebrales traumáticas en Queens, Nueva York, describió el viaje legal desde entonces como estresante y resaltó que ha recibido mensajes de odio.

Un inmigrante mexicano que lucha contra el intento del presidente Donald Trump de poner fin a un programa que protege a los jóvenes inmigrantes de la deportación dice que está nervioso porque el Tribunal Supremo de los Estados Unidos finalmente escuchará el caso el martes.

Incluso con sus preocupaciones, Batalla Vidal es

quienes se les expiró la visa.

Por otro lado, Karina Ruiz tiene una vida profundamente arraigada en Phoenix: tres hijos y dos nietos, un empleo adicional vendiendo vivencias, días ajetreados de llevar a los chicos a la escuela y otras actividades, un horario de trabajo lleno de reuniones.

Ruiz, de 35 años, sabe que poco de esto será posible si no se hubiera inscrito en un programa del gobierno del presidente Barack Obama que permite trabajar a los inmigrantes y los ampara de la deportación.

Conforme esas personas se vuelven mayores, aumenta su arraigo en Estados Unidos. La Corte Suprema escuchará este martes los argumentos sobre el intento del presidente Donald

EL "PROMETEDOR" TEST CASERO ALTERNATIVO a la prueba de Papanicola que puede ayudar a más mujeres a saber si tienen cáncer

Una prueba casera de orina promete ayudar a muchas más mujeres a descubrir si están en riesgo de padecer cáncer de cuello uterino, como alternativa a la prueba de Papanicola y sin requerir una visita al ginecólogo.

El sarapiquí también Científicos de la Universidad Queen Mary de Londres (Reino Unido) pidieron a 600 mujeres que proporcionaron muestras recabadas por ellas mismas para su análisis con un test que fue definido por organizaciones benéficas comunitarias como "punto de inflexión".

Los resultados se presentaron en la Conferencia del Cáncer del Instituto Nacional de Investigación del Cáncer (NCRI), que tuvo lugar en Glasgow y sugieren que el método es factible y que puede llegar a ser muy popular.

Sin embargo, los hospitales de Reino Unido prefieren hacer más pruebas antes de ofrecerlo a sus pacientes.

Aunque eso pase, dicen los expertos, las ci-

tologías (o pruebas de Papanicola) seguirán practicándose en los centros de salud, pero esta podría ser una opción nueva y más sencilla para muchas mujeres.

Los investigadores prevén que las mujeres puedan hacer la prueba en casa e incluso pedir el kit por internet y después enviar las muestras por correo para que sean analizadas en el laboratorio.

Cambios químicos

La doctora Belinda Nedjai, una de las responsables del desarrollo de la prueba, a la que llamaron test S5, dice que mide los cambios químicos que se detectan en las muestras de orina o fluidos vaginales para medir el riesgo de que la mujer padezca cáncer.

Un alto puntaje sugiere

que hay un riesgo creciente de que exista una lesión precancerosa.

En el estudio, el S5 pudo distinguir exitosamente qué mujeres tenían lesiones precancerosas diagnosticadas con la forma de detección convencional.

Se estima que una de cada cuatro mujeres británicas no se hacen el test cuando se les cita, pero el problema se extiende a otras partes del mundo.

"Potencial" para "revolucionar"

Nedjai le dijo que la recogida de muestras para el test S5 por parte de las propias mujeres fue "bastante precisa", si bien la prueba no es tan efectiva como la de Papanicola.

"Pero lo será pronto", añadió. "Con mejoras, llegaremos a ese punto".

Para ello, dice la especialista, el test deberá pro-



Una prueba hecha en casa podría ayudar a muchas mujeres a saber si tienen cáncer.

base en más de 10.000 mujeres.

También cree que este tipo de sistemas caseros podrían estar disponibles en cinco años, al menos en Reino Unido, para mejorar la detección y evitar que algunas mujeres se sometan a pruebas innecesarias.

El doctor español Manuel Rodríguez-Justo, del University College de Londres afirmó que esta es una "emocionante investigación que demuestra que es posible detectar el pre-cáncer cervical, el cual tiene un alto riesgo de convertirse en un cáncer invasivo".

"Para aquellas mujeres que encuentran difíciles los métodos actuales, incluidas las que tienen discapacidades física o traumas, puede significar un acceso a una pruebas de detección que funcionan de manera más aceptable y accesible", afirmó.

"Puede hacer que quienes requieran tratamiento sean identificadas más rápidamente y se reduzca el número de mujeres que se harían investigaciones innecesarias".



Cervical screening: DIY alternative to smear test 'promising'

A DIY home urine or swab test could potentially help more women discover whether they are at risk of cervical cancer, researchers say.

The new method could be used as an alternative to the smear test and would not require a visit to the doctor.

Scientists at Queen Mary University of London asked 600 women to provide self-collected samples for screening.

Although larger trials are needed, the work has been called "promising" and a potential "game-changer" by charities.

The findings, being presented at the NCRI cancer conference in Glasgow, suggest the method is feasible and popular.

However, larger trials may still be needed before the NHS could decide whether to offer it to patients, say experts.

Even then, it would only be one option for women - as the researchers believe smear tests would continue in their current form.

But the researchers say that in the future, some women could order the test kits online, use them at home and then send their sample by post to be analysed.



A home-made test could help many women know if they have cancer.

being present.

In the study, the S5 test was good at distinguishing which women had pre-cancers growths diagnosed following conventional screening.

Experts have put the low uptake rates down to embarrassment, a lack of awareness or just putting it off.

Dr Belinda Nedjai and colleagues have developed an alternative screening method that does not rely on smear tests.

The S5 test measures chemical changes that are detectable in urine or self-collected vaginal fluid samples to gauge a woman's cancer risk.

A high score suggests there is an increased risk of a pre-cancer lesion

on more than 10,000 women before it could be offered on the NHS.

She predicted the at-home tests could be available via the health service in five years.

Researchers say the test could also be used alongside conventional cervical screening to help improve detection and spare some women from unnecessary investigations.

The NHS is currently moving to primary human papillomavirus (HPV) screening of smears - testing for the presence of this virus in samples before looking

for abnormal cell changes. Almost all cases of cervical cancer are linked to HPV.

Dr Manuel Rodríguez-Justo, from University College London, said: "This is exciting research that shows it's possible to detect cervical pre-cancer that is at high risk of developing into invasive cancer in urine and vaginal samples collected by women in the comfort and privacy of their own homes."

"This has the potential to revolutionise the way a positive HPV test is followed up, as well as making it easier for

FAMILIA

Cada vez hay más pelos en mi almohada

Aunque suene raro, el insomnio puede provocar alopecia. El pelo crece durante la noche y si no dormimos bien podría alterar la renovación capilar.



La solución. Ni se te ocurra llevarte a la cama el móvil o la tablet. No necesitas sobre-estímulos, sino algo que te induzca al descanso.

Média hora antes de ir a dormir toma una infusión relajante (verbena, pasiflora, azahar) y rocía tu almohada con un spray específico, que te ayudará

para activar el folículo piloso. Al principio, úsalos dos veces por semana y cuando la caída disminuya, bastará con una aplicación semanal.

MI MADRE YA TENÍA ALOPECIA

Si tienes antecedentes familiares, es muy posible

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La solución. Usa lociones o concentrados capilares con biotina y/o extractos de calabaza, ginseng, regaliz... Es importante que los uses al notar los primeros síntomas

que heredes el problema.

La comunidad de Shadow Valley quiere que tengas tu propia casa de 2 o 3 habitaciones! Se dueño de tu propia casa en una comunidad tranquila, cerca de lugares recreativos, tiendas y restaurantes. Estamos ubicados en el distrito escolar de Bixby. Nosotros te ayudamos a financiar con tu número de ITIN.. Tu trabajo es tu crédito!

Trae este anuncio en tu primera visita para obtener el primer mes de lote gratis!
Llama 918-347-1469 o visita hoy!

THE NEW SHADOW VALLEY COMMUNITY

Lun-vie: 9 am-6pm
Sábado: 10 am-2pm
Domingo: con cita previa

7500 E. 151st St. South
Bixby, OK 74008

*Pueden aplicarse restricciones

DUNHAM'S ASPHALT SERVICES, INC.

OPORTUNIDAD LABORAL
Trabajadores de asfalto con experiencia
\$18.50 - \$25⁰⁰ POR HORA DEPENDIENDO DE LA EXPERIENCIA

SER BILINGÜE TIENE MÁS OPORTUNIDADES DE PROGRESO
LICENCIA DE CONDUCIR REQUERIDA
SE REQUIERE TELÉFONO INTELIGENTE

PAGO POR VACACIONES
SEGURO DE SALUD | SEGURO DENTAL | SEGURO DE VIDA
DOS SEMANAS DE VACACIONES DESPUES DEL AÑO
BONO NAVIDEÑO
BENEFICIOS COMPARTIDOS | BONO POR PRODUCCIÓN
BONO POR ASISTENCIA

EMPLEOS VACANTES
OPERADORES DE PLANTA DE ASFALTO
OPERADORES DE RODILLOS ASFÁLTICOS
CARGADORAS COMPACTAS
CONDUCTORES DE CAMIÓN MÍNIMO LICENCIA CLASE B
RASTREADOR DE NIVEL DE ENTRADA

6213 S. 103rd W. Ave. - Sapulpa, OK - 74066 - **918-447-2240**
Llama a Saúl García **918-807-0659** o Roberto Márquez **918-949-0899**
Info@dunhamsasphalt.com | www.dunhamsasphalt.com



Atención infantil de primer nivel. Aquí mismo en Tulsa.

Trabajando codo a codo con el equipo en St. Jude Children's Research Hospital en Memphis, nuestros médicos y nuestro personal hacen posible que los niños diagnosticados con trastornos hematológicos y cáncer reciban atención de primer nivel más cerca de su hogar.

La St. Jude Affiliate Clinic en The Children's Hospital at Saint Francis en Tulsa ofrece los últimos tratamientos y acceso a más ensayos de investigación clínica que ningún otra instalación pediátrica en Oklahoma. Los ensayos pioneros de St. Jude están dando paso a tratamientos nuevos y avanzados que mejoran la hematología pediátrica y el cuidado oncológico.

Nuestros niños se merecen la concentración total de las mejores mentes y tecnologías disponibles que solo se encuentran en la única St. Jude Affiliate Clinic de Oklahoma.

saintfrancis.com/childrenshospital

The Children's Hospital at Saint Francis
6161 South Yale Avenue | Tulsa, OK 74136
918-502-6000

