

Futbolistas sólo podrán salir de casa para entrenar o jugar, recalca la SSA a la Liga MX



B1



Fallece Pau Donés, líder de Jarabe de Palo
Leader of Jarabe de Palo band Pau Donés dies at 53

B6

LA

SEMANA

SIRVIENDO A LA COMUNIDAD DESDE 2001

OKLAHOMA'S SPANISH-ENGLISH NEWSPAPER

TULSA, OK10 al 16 de junio del 2020 Año 20 / No. 1011

GRATIS | FREE

www.lasemanadelsur.com

@LaSemanaUSA

LaSemanaUSA



MANGO, EL GUACAMAYO DE ALAS VERDES

El retorno al Zoológico de Tusa

The return to the tulsa zoo

La semana pasada, Mango, el guacamayo de alas verdes, una vez más estaba expandiendo sus plumas para los invitados dentro de la exposición de la selva tropical.

ENGLISH
Last week, Mango the green-winged macaw was once again fluffing his feathers for guests inside the rainforest exhibit.

A3

Alcalde firma orden actualizada sobre plan de reapertura

Mayor signs updated order on reopening plan



ALCALDE G.T. BYNUM

TULSA, OK --El Alcalde G.T. Bynum ha firmado una orden ejecutiva de emergencia civil actualizada que refleja el avance del OURS (Open Up y Recover Safe) en el Estado y muestra el modelo actual de COVID-19 en el área de Tulsa.

A5

ENGLISH
TULSA, OK -- Mayor G.T. Bynum has signed an updated Civil Emergency Executive Order that mirrors the State's OURS (Open Up and Recover Safely) and reflects current COVID-19 modeling in the Tulsa area.

Debate sobre racismo en México

Debate over racism in Mexico



La chispa que lo encendió fue el homicidio del afroesta-
dounidense George Floyd bajo
custodia de la policía de Min-
neapolis el pasado 25 de mayo.

The spark that ignited it was the murder of African-American George Floyd in Minneapolis police custody on May 25.

A7



A4

Estados Unidos ya no puede respirar

The United States can't breathe

POR MARIBEL HASTINGS
Y DAVID TORRES | WASHINGTON, DC

ENGLISH

A6

La nación estadounidense es acechada por diversos flagelos: la pandemia del coronavirus y su resultante crisis económica; la violencia policial en contra de afroamericanos y otras minorías; y un presidente pre-juicioso, incapaz de tener empatía con nada y con nadie, que se crece fomentando la violencia y la división.

The United States is being stalked by different scourges: the coronavirus pandemic and its resulting economic crisis; the political violence against African Americans and minorities; and a prejudiced president, incapable of having empathy for anyone and anything, who continues fomenting violence and division.

Culpable por robo de banco con pistola de bengalas modificada

Man Pleads Guilty after Robbing a Bank with a Modified Flare Gun



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



Las Oficinas Legales de
FRY & ELDER

918-585-1107 www.fryelder.com

Inquilinos y propietarios de Tulsa reciben ayuda de alquiler

Tulsa tenants and landlords receive rent relief

Con muchas familias locales aún sufriendo financieramente debido a la pandemia del coronavirus, el fantasma del desalojo es una posibilidad muy real y aterradora. Afortunadamente, un grupo de organizaciones caritativas se han unido para ayudar a las familias necesitadas, así como a los propietarios que dependen del alquiler para su propio sustento.

Restore Hope Ministries se ha asociado con Charles and Lynn Schusterman Family Foundation y el Fondo de Respuesta COVID-19 del área de Tulsa, administrado por The Tulsa Community Foundation y Tulsa Area United Way, para ayudar a los inquilinos y propietarios del área de Tulsa en este momento extraordinario.

Gracias a la increíble generosidad de estos financiadores locales, Restore Hope podrá pagar el alquiler vencido de más de 500 familias con casos pendientes archivados en la lista de entrada y detención forzada (FED) del condado de Tulsa, comúnmente conocido como la lista de desalojo, antes del 31 de mayo de 2020. Para aquellos propietarios e inquilinos que aprueben los términos de este acuerdo, Restore Hope Ministries hará que los inquilinos estén al día con sus pagos de alquiler residencial hasta el 30 de junio de 2020.

"La actual crisis económica y de salud

pública ha sido devastadora para muchas familias, pero estamos ansiosos por ayudar a quienes se han quedado atrás", dijo Stacy Schusterman, presidenta de la fundación de familia Charles y Lynn Schusterman. "Si bien este esfuerzo es una solución temporal a la crisis inmediata, esperamos que sirva como un catalizador para abordar el hecho sorprendente de que el condado de Tulsa tiene la undécima tasa de desalojo más alta del país. Esperamos ver cambios significativos en el expediente de desalojo del condado a medida que comenzamos un proceso de construcción de mejores relaciones entre propietarios e inquilinos a través de la mediación y otros esfuerzos de cooperación".

"Los inquilinos en el condado de Tulsa han estado experimentando una crisis de desalojo durante años", señala el Rev. Jeff Jaynes, director ejecutivo de Restore Hope Ministries, "y el COVID-19 se ha añadido a esa crisis. Los inquilinos se enfrentan a un desempleo sin precedentes, retrasos en las prestaciones y temores de quedarse sin hogar en medio de una pandemia mundial. Y los propietarios que de-



penden de esos fondos de alquiler para pagar sus propias facturas también están sufriendo. Esta increíble donación nos permitirá ayudar a ambas partes, así como proporcionar algunos cambios necesarios para trabajar hacia una solución de la crisis de desalojo más grande.

Restore Hope's Homeless Prevention Initiative trabajará con propietarios, inquilinos y el programa de mediación de solución temprana del condado de Tulsa para facilitar este programa. Los inquilinos estarán de acuerdo en no presentar casos de desalojo durante los próximos tres meses. Se espera que ambas partes participen de buena fe en la mediación en caso de que surjan dudas.

Con este compromiso de financiación, las familias mantendrán sus hogares, los propietarios recibirán sus pagos y organizaciones como Restore Hope y las agencias asociadas del fondo COVID-19 RELIEF pueden co-ordinar planes para la recuperación a largo plazo y los cambios sistémicos necesarios.

ENGLISH

With many local families still suffering financially due to the coronavirus pandemic, the specter of eviction is a very real and frightening prospect. Fortunately, a group of charitable organizations have joined together to help families in need, as well as those landlords who depend on rent for their own livelihoods.

Restore Hope Ministries has partnered with the Charles and Lynn Schusterman Family Foundation and the Tulsa Area COVID-19 Response Fund, administered by The Tulsa Community Foundation and Tulsa Area United Way, to help Tulsa area tenants and landlords in this extraordinary time.

Thanks to the incredible generosity of these local funders, Restore Hope will be able to pay the past due rent for more than 500 families with pending cases filed on the Tulsa County Forecible Entry and Detainer (FED) Docket, commonly referred to as the eviction docket, before May 31, 2020.

For those landlords and tenants who agree to the terms of this arrangement, Restore Hope Ministries will be able to bring tenants current on their residential rent payments through June 30, 2020.

"The current public health and economic crisis has been devastating for so many families, but we are eager to play a role in assisting those who have fallen behind," said Stacy Schusterman, Chair of the Charles and Lynn Schusterman Family Foundation. "While this effort is a temporary solution to the immediate crisis, we hope that it serves as a catalyst to address the shocking fact that Tulsa County has the 11th highest eviction rate in the country. We look forward to seeing meaningful changes to the county's eviction docket as we begin a process of building better landlord-tenant relations through mediation and other cooperative efforts."

"Tenants in Tulsa County have been experiencing an eviction crisis for years," notes Rev. Jeff Jaynes, Restore Hope Ministries' Executive Director, "and COVID-19 has added to that crisis. Tenants are facing record unemployment, delays in benefits, and fears of becoming homeless in the midst of a global pandemic. And landlords that rely on those rent funds to pay their own bills are also hurting. This amazing grant will allow us to help both parties as well as provide some needed change to work toward a solution of the larger eviction crisis."

Restore Hope's Homeless Prevention Initiative will work with landlords, tenants, and Tulsa County's Early Settlement Mediation Program to facilitate this program. Tenants will agree to continue to abide by their lease agreements while landlords will agree to not file eviction cases for the next three months. Both parties are expected to be good faith participants in mediation should any concerns arise.

With this funding commitment, families will keep their homes, landlords will receive their payments, and organizations like Restore Hope and partners agencies of the COVID-19 RELIEF Fund can coordinate plans for long-term recovery and long-needed systemic changes.

VIENE DE LA PÁGINA A-1

Pero con un distanciamiento adecuado entre los asistentes.

Y una estación desinfectante para manos en la entrada y la salida.

Con una mayor limpieza, más de los ya estrictos protocolos de desinfección utilizados por el zoológico.

Estas medidas son para ayudar a mantener a todos dentro de las puertas del zoológico de Tulsa sanos y seguros, mientras que proporciona un ambiente divertido y educativo.

El zoológico de Tulsa ha reabierto con cambios claves para protegerse contra la propagación del COVID-19. Estos cambios incluyen limitar el número de visitantes en los jardines del zoológico, minimizar los puntos de contacto con medidas adecuadas de distanciamiento físico y aumentar el protocolo de limpieza.

Uno de los cambios más notables es que todos los visitantes, incluidos los miembros, deben hacer reservas por adelantado en línea para una visita de tres horas. Los visitantes pueden hacer reservas en línea en tulsazoo.org/tickets.

Con más de 49 millas de caminos públicos a través de un campus de 84 acres, el Zoológico de Tulsa está en una posición única para ofrecer entretenimiento familiar con puntos de contacto mínimos y oportunidades de máximo distanciamiento físico, dice la Presidenta y CEO Terrie Correll.

"Nuestra prioridad es mantener a todos los que están dentro de nuestras puertas sanos y seguros mientras brindamos espacios divertidos para aprender sobre la vida silvestre y lugares salvajes", dice Correll. "Los cambios que hacemos, incluyendo una reintroducción gradual de algunos espacios interiores donde los invitados se reúnen, nos permitirá proporcionar las garantías adecuadas".

ANTES DE LLEGAR

La experiencia del zoológico de Tulsa ahora comienza en línea, al reservar una visita de tres horas por adelantado.

Se requieren reservas en línea para todos los visitantes, incluidos los miembros de Tulsa Zoo Friends, y están disponibles en tulsazoo.org/tickets.

Tenga en cuenta que el zoológico no ofrecerá venta de entradas en la puerta; solo los visitantes con reservaciones podrán ingresar.

Las mesas y bancos de picnic se han movido para garantizar un distanciamiento

adecuado.

Todo el personal del zoológico usará equipo de protección personal; y alentamos a nuestros visitantes a usar mascarillas o tapabocas mientras estén en las instalaciones, aunque no es obligatorio.

Se colocarán señales de distanciamiento físico en todo el zoológico como un recordatorio para mantener al menos seis pies entre las personas y animales.

El West Gate, situado junto a la estación de tren, está ahora disponible como una salida después de su visita de tres horas.

Para una revisión completa de los planes del zoológico visite la página tulsazoo.org/health.

ENGLISH

But with proper distancing between groups.

And a hand sanitizer station by the entry/exit.

And increased cleaning – more than the already stringent sanitization protocols used by the zoo.

All this to help keep everyone within the Tulsa Zoo's gates healthy and safe while providing a fun and educational environment.

The zoo welcomed guests back on grounds with a members-only thank you week on May 25, then opened to the general public on June 1. The zoo closed on March 16 as a precautionary measure following the City of Tulsa's Safer at Home executive order.

The Tulsa Zoo has reopened with key changes in place to safeguard against the spread of COVID-19. These changes include limiting the number of guests on zoo grounds, minimizing touch points, enabling proper social-distancing opportunities and increasing cleaning protocol.

One of the more noticeable changes is all guests, including members, are required to make reservations in advance online for a three-hour visit. Guests can make online reservations at tulsazoo.org/tickets.

With more than 4.9 miles of public pathways across an 84-acre campus, the Tulsa Zoo is uniquely positioned to provide family entertainment with minimal touch-points and maximum social distancing opportunities, says President and CEO Terrie Correll.

"Our priority is to keep everyone within our gates healthy and safe while pro-



viding fun spaces to learn about wildlife and wild places," Correll says. "The changes we make, including a phased reintroduction of some indoor spaces and experiences where guests gather, will allow us to provide the proper safeguards."

"We've seen from our peer zoos and aquariums that no reopening plan can account for every circumstance, so we all will continue to be flexible and learn

together as we move toward a new normal."

Before You Arrive

The Tulsa Zoo experience now begins online, by booking a three-hour visit in advance.

Online reservations are required for all guests, including Tulsa Zoo Friends members and are available at tulsazoo.org/tickets.

Please note, the zoo will not offer ticket sales at the

gate; only guests with reservations will be allowed to enter.

Public restrooms, as well as handwashing and sanitizing stations, are available zoo-wide.

The Tulsa Zoo is exchanging air dryers for paper towels and scheduling additional cleanings as added safeguards.

All zoo staff will wear personal protective equipment; and we encourage our guests to wear masks while on grounds, though it is not required.

Social distancing cues are placed throughout the zoo as a reminder to maintain at least six feet between parties.

The West Gate, located by the front train station, is now available as a one-way exit after your three-hour visit.

A full review of the zoo's plans is available at tulsazoo.org/health.

Carr&Carr
Attorneys at Law

Oficina sucursal
adentro de la
**PLAZA SANTA
CECILIA**

LA PRIMERA CONSULTA ES GRATIS
DESDE 1973

- Accidentes automovilísticos con daños de carro
 - Aparatos medico defectuosos
 - Abuso sexual y justicia civil
 - Lesiones cerebrales
 - Lesiones corporales
- Negligencia profesional medica
 - Homicidio culposo
 - Responsabilidad del local
- Negligencia en asilo de ancianos y abuso
- Accidentes de camiones de carga y ferrocarril
 - Accidentes en bicicleta/motocicletas
 - Disputas con compañías de seguros
 - Discapacidad de seguro social
 - Daño a la propiedad

Contestamos tu llamada las 24 horas del dia

Plaza Santa Cecilia
2160 S Garnett Rd Suite B7 | 918.605.0453
www.carrcarr.com

DIRECTORIO			
Guillermo Rojas Presidente/CEO	Asistente Diseño Gráfico Administrador Web Yumelis Coro	Corresponsales Lisa Vives / NUEVA YORK	<div>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.</div> <div>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.</div>
William R. Wynn General Manager	Traductora Victoria Lis Marino	Israel Yabek RAMOS / MÉXICO	
Marina Salgado Office Manager	Distribución Antonio Rosas	Erica R. Rosso Bilbao SUDAMERICA	
Williams Rojas Director Gráfico/Web wrojas3@yahoo.com	Reporteras Locales Victoria Lis Marino Karine Estrada	Christian Arias Flórez COLOMBIA	
Gabriel Rojas Asistente Diseño Gráfico	Reportero gráfico Walfri Rodas	Natalia De La Palma y Héctor Pérez / EUROPA	
	Asesor Legal Steven Harris	Agencias de Noticias IPS, SIL, CL	<div>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 editor@lasemanadelsur.com www.lasemanadelsur.com</div> <div>Las opiniones expresadas conciernen exclusivamente a los autores y otros colaboradores y no representan necesariamente la filosofía de La Semana del Sur</div>



IGLESIA HISPANA VICTORY
YA ABRIMOS NUESTROS
SERVICIOS 9AM Y 11:30AM

Debido a los lineamientos de CDC estaremos:

- Tomando la temperatura a la entrada del edificio
- Usando Mascarilla. adentro del edificio (Por favor traiga la Suya)
- Se les indicara a donde se pueden sentar junto con su familia incluyendo jóvenes y niños
- NO TENDREMOS IGLESIA PARA NIÑOS (NO HAY CUIDADO DE NIÑOS)
- NO TENDREMOS IGLESIA PARA JOVENES
- Terminando cada servicio se procederá a desinfectar las áreas usadas en la iglesia
- Si usted asiste al servicio de las 9am favor de llegar a las 8:15am y al de las 11:30am llegar 11:15am

Muchas Gracias por su Apoyo y Comprensión. trabajamos para la seguridad de su Familia

SEGUIMOS TRASMITIENDO EN VIVO
Jueves y Sábados 7pm - Domingos 9am -11:30am

LIVE

Culpable por robo de banco con pistola de bengalas modificada

Man Pleads Guilty after Robbing a Bank with a Modified Flare Gun

TULSA, OK - Un hombre de Tulsa se declaró culpable el lunes en la corte de distrito de EE.UU. por robar un Arvest Bank usando una pistola de bengalas modificada, anunció el fiscal Trent Shores.

Derek Dean Darity, de 50 años, se declaró culpable de robo a un banco con un arma peligrosa y de usar, transportar y descargar un arma de fuego durante y en relación con un delito de violencia.

Derek Dean Darity, de 50 años, se declaró culpable de robo a un banco con un arma peligrosa, portar y disparar un arma de fuego durante y en relación con un delito de violencia.

"Derek Darity descargó una pistola de bengalas mientras robaba un banco aquí en Tulsa. Los ladrones de bancos como Darity deberían esperar encontrarse con un fiscal federal en la sala de un tribunal. Cuando pones en peligro la vida de los habitantes de Oklahoma, es bueno que sepas que nos damos cuenta", dijo el fiscal general Trent Shores. "Estoy agradecido con nuestros socios policiales que investigaron este caso y con la patrulla de carreteras de Florida por localizar y arrestar a Darity para que pueda enfrentar la justicia en el norte de Oklahoma".

En su acuerdo de declaración por escrito, Darity admitió que el 21 de octubre de 2019, robó el Arvest Bank ubicado en 4103 S. Garnett Road en Tulsa. Durante el crimen, Darity le entregó a un cajero una nota que le advirtió que tenía un arma y exigió que los cajeros pusieran todo su dinero en una bolsa.

También admitió haber sacado el arma naranja y hacer un disparo al techo. La pistola de bengalas modificada se cargó con un arma de escopeta calibre 20. Darity huyó de la escena con el dinero robado. Finalmente fue arrestado el 24 de octubre de 2019 en White Springs, Florida.

El juez federal de distrito Gregory K. Frizzell estableció una sentencia para el 11 de septiembre de 2020.

El departamento de policía de Tulsa, el FBI; Oficina de alcohol, tabaco, armas de fuego y explosivos y la patrulla de carreteras de Florida llevaron a cabo la investigación. El asistente del fiscal de

EE.UU. Ryan M. Roberts está procesando el caso.

ENGLISH
TULSA, OK -- A Tulsa man pleaded guilty Monday in U.S. District Court for robbing an Arvest Bank using a modified flare gun, announced U.S. Attorney Trent Shores.

Derek Dean Darity, 50, pleaded guilty to bank robbery with a dangerous weapon and to using, carrying, and discharging a firearm during and in relation to a crime of violence.

"Derek Darity discharged a flare gun while robbing a bank here in Tulsa. Bank robbers like Darity should expect to meet a federal prosecutor in the courtroom. When you put in danger the lives of Oklahomans, you better believe we take notice," said U.S. Attorney Trent Shores. "I am grateful to our law enforcement partners who investigated this case and to the Florida Highway Patrol for locating and arresting Darity so he could face justice in northern Oklahoma."

In his written plea agreement, Darity admitted that on Oct. 21, 2019, he robbed the Arvest Bank located at 4103 S. Garnett Road in Tulsa. During the crime, Darity handed a teller a note that warned them he had a gun and demanded the tellers put all their money into a bag.

He also admitted to pulling out the orange gun and firing a shot into the ceiling. The modified flare gun was loaded with a 20-gauge shotgun shell. Darity then fled from the scene with the stolen money. He was eventually arrested on Oct. 24, 2019, in White Springs, Florida.

U.S. District Judge Gregory K. Frizzell set sentencing for Sept. 11, 2020.

The Tulsa Police Department; FBI; Bureau of Alcohol, Tobacco, Firearms and Explosives; and Florida Highway Patrol conducted the investigation. Assistant U.S. Attorney Ryan M. Roberts is prosecuting the case.



Nunca deje niños o mascotas dentro de un auto

Never leave children or pets in a hot car

OKLAHOMA CITY - Dado que se espera que las temperaturas alcancen los tres dígitos en algunas áreas del estado este fin de semana, el fiscal general Mike Hunter quiere recordarle a los residentes de Oklahoma que nunca dejen a niños o mascotas en vehículos desatendidos.

En 2019, se estima que 52 niños estadounidenses murieron de insolación después de ser dejados en autos calientes, y entre 1990 y 2019, se estima que murieron 25 niños de Oklahoma. Según kidsandcars.org, una organización sin fines de lucro de defensa y educación, es probable que las cifras sean poco claras porque no hay sistemas oficiales de recopilación de datos.

Hunter dijo que la temperatura corporal de un niño sube de tres a cinco veces más rápido que la de un adulto, y que podrían morir más rápido antes que alguien pueda darse cuenta cuando se les deja en un vehículo caliente.

La temperatura dentro de un carro sube casi 20 grados en 10 minutos, según la NHTSA. Cuando las temperaturas en el exterior están en los 80 grados, el interior de un carro puede llegar a cerca de 125 grados en 60 minutos según la administración nacional de asuntos oceánicos y atmosféricos. La insolación comienza cuando la temperatura corporal alcanza los 104 grados.

En los últimos años, numerosas empresas han desarrollado alarmas para asientos de automóviles que recuerdan a los padres que los niños están en el asiento trasero. También hay varias aplicaciones de teléfonos inteligentes que los padres o tutores pueden descargar para recordarles acerca de niños y mascotas dentro del carro.

Consejos de seguridad para recordarle si su hijo o mascota está en el asiento trasero:

Acostúmbrese a abrir la puerta trasera de su automóvil cada vez que se estacione, incluso si sabe que no tiene un niño o una mascota dentro del vehículo;

Mantenga una pertenencia como un teléfono celular, billetera o cartera en el asiento trasero para que pueda abrir la puerta y obtener esos artículos;

Mantenga un animal de peluche en el asiento del automóvil cuando no esté ocupado. Cuando el niño esté en el asiento, coloque el animal de peluche en el asiento del pasajero delantero como recordatorio visual;

Siempre mantenga su vehículo bloqueado para que los niños no puedan quedar atrapados accidentalmente dentro cuando el vehículo no está en uso.

ENGLISH
OKLAHOMA CITY – With temperatures expected to reach triple digits in some areas of the state this weekend, Attorney General Mike Hunter is reminding Oklahomans to never leave children or pets in unattended vehicles.

In 2019, it is estimated that 52 U.S. children died of heatstroke after being left in hot cars, and between 1990 and 2019, it is estimated that 25 Oklahoma children died. According to kidsandcars.org, an advocacy and education non-profit organization, the figures are likely an undercount because there are no official data collection systems.

Hunter said a child's body temperature rises three to five times faster than an adult's, and they could die faster than adults may realize when left in a hot vehicle.

The temperature inside a car rises almost 20 degrees in 10 minutes, according to the NHTSA. When temperatures outside are in the 80s, the inside of a car can reach close to 125 degrees within 60 minutes according to the National Oceanic and Atmospheric Administration. Heatstroke begins when the core body temperature reaches 104 degrees.

In recent years, numerous companies have developed car seat alarms that remind parents about children being in the back seat. There are also several smartphone apps parents or guardians can download to help remind them about children and pets in the backseat.

Safety tips to remember if your child or pet is in the backseat:

Make it a habit to open the backdoor of your car every time you park, even if you know you do not have a child or pet in the backseat;

Keep a belonging like a cell-phone, wallet or purse in the backseat so you will open the back door to get those items;

Keep a stuffed animal in the car seat when it's not occupied. When the child is in the seat, place the stuffed animal in the front passenger seat as a visual reminder;

Always keep your vehicle locked so children cannot accidentally get trapped inside when the vehicle is not in use.

Alcalde firma orden actualizada sobre plan de reapertura

Mayor signs updated order on reopening plan

VIENE DE LA PÁGINA A-1

El plan OURS actualizado alienta a los bares a practicar medidas mejoradas de saneamiento y distanciamiento físico. El Dr. Bruce Dart, THD, está liderando un esfuerzo con los dueños de negocios locales y encontrar el mejor funcionamiento para los bares en la ciudad de Tulsa. Las partes interesadas deben visitar el sitio web del departamento de salud

de Tulsa para recibir orientación específica a medida que esté disponible.

La mayoría de las empresas ahora están abiertas bajo el enfoque gradual del estado de Oklahoma con las precauciones de seguridad establecidas. Para obtener orientación e información adicional, visite: www.okcommerce.gov/ours-plan/.

Hasta el 9 de junio, el departamento de salud de Tulsa (THD) había confirmado 1,261

casos positivos de COVID-19 en el condado de Tulsa. 957 residentes se habían recuperado y 61 habían muerto. Los resultados de las pruebas se actualizan diariamente en www.tulsa-health.org/COVID19.

Actualizaciones de facturas de servicios públicos

La Ciudad ha reanudado el cobro de facturas de servicios públicos a partir del 1 de junio de 2020. Para los clientes que aún no lo han hecho, se les ha pedido que establezcan un plan de pago con la Ciudad para garantizar que no haya interrupciones de servicio en el futuro.

Actualizaciones de Tulsa Parks

La semana pasada, Tulsa Parks comenzó a reabrir instalaciones, centros comunitarios, centros naturales, zonas de juegos, parques infantiles y canchas de baloncesto. Para garantizar la seguridad, se requieren más carillas o tapabocas y controles de temperatura en todos los centros comunitarios. Además, se han construido más de 50 estaciones de desinfección de manos, así como guardias de estornudos en cada centro comunitario para garantizar la protección del personal y los visitantes.

ENGLISH

The updated OURS Plan encourages bars to practice enhanced sanitation and social distancing measures. Dr. Bruce



Dart, THD, is leading an effort with local business owners to come up with best practices for bars in the City of Tulsa. Interested parties should visit the Tulsa Health Department website for specific guidance as it becomes available.

Most businesses are now open under the phased approach by the State of Oklahoma with safety precautions in place. For additional guidance and information, visit: www.okcommerce.gov/ours-plan/.

As of June 9th, the Tulsa Health Department (THD) has confirmed 1,261 positive COVID-19 cases in Tulsa County. 957 residents have recovered and 61 have died. Test results are updated daily at www.tulsa-health.org/COVID19.

Utility Bill Updates

The City has resumed utility bill collections as of June 1, 2020. For customers who haven't, yet, it's asked they setup a payment plan with the City to ensure there are no service interruptions moving forward.

Tulsa Parks Updates

Last week, Tulsa Parks started reopening facilities, community centers, nature centers, splash pads, playgrounds and basketball courts. To ensure safety, masks and temperature checks are required at all community centers. Additionally, more than 50 hand sanitizer stations have been built, as well as sneeze guards at each community center to ensure the protection of staff and patrons.

iApertura Primavera 2020!

Nuestra nueva ubicación abrirá esta primavera en las instalaciones de Union Public School's Ellen Ochoa localizado en 12020 East 31st Street. Estaremos ofreciendo servicios médicos, dentales, de salud conductual y farmacia en esta localidad, así como clínica de jóvenes. Continuaremos proporcionado servicios de atención primaria de salud de la más alta calidad, razonable y accesible a todos nuestros pacientes.

Aceptamos seguros privados, Medicaid (SoonerCare) y Medicare. También ofrecemos servicios a individuos que no tienen seguro médico o que no están suficientemente asegurados ofreciendo una escala basada en sus ingresos a aquellas personas que califiquen bajo ciertos criterios.

¡Venga a ver nuestra nueva localidad!

Cuarto de examen

Sala de espera

Community Health & Connection
La Conexión Médica

Kendall-Whittier 2321 East 3rd Street Rosa Parks 13702 East 46th Place South Ellen Ochoa 12020 East 31st Street • 918.622.0641 • communityhealthconnection.org

LA SEMANA

www.lasemanadelsur.com

(918) 744-9502

LaSemanaUSA @LaSemanaUSA

ANUNCIATE CON NOSOTROS

ADVERTISE WITH US

Descuentos promocionales

PROMOTIONAL DISCOUNTS

OKLAHOMA'S SPANISH-ENGLISH WEEKLY NEWSPAPER

Estados Unidos ya no puede respirar

The United States can't breathe

VIENE DE LA PÁGINA A-1

Es, en muchos sentidos, el peor presidente en medio de uno de los peores momentos en la historia moderna de este país, un momento en el que se necesitaría un verdadero mensaje de unidad no "patriotero", sino de definitiva refundación de una sociedad a la que la nueva segregación racial está carcomiendo salvajemente por dentro, dejándole heridas tan profundas que la han debilitado ante los ojos de todo el mundo.

En efecto, las protestas de costa a costa por el asesinato del afroamericano George Floyd a manos de un policía anglosajón en Minneapolis vuelven a poner sobre el tapete el eterno problema de racismo, desigualdad e injusticias que a lo largo de la historia de esta nación han sufrido las minorías a manos de las clases dominantes y de las autoridades anglosajonas.

Pero el caso también pone de manifiesto lo que ocurre cuando quien ocupa la Casa Blanca, Donald Trump, no solo incita sino que le ofrece cobijo al prejuicio y al racismo. Digamos que las manzanas podridas que operan en departamentos de policía a través del país, así como los grupos e individuos que promueven la supremacía blanca, han encontrado en este presidente un defensor. Por eso andan tan envalentonados desde que él arribó al poder. Por eso están dispuestos a hacer lo que sea para mantenerlo en la Casa Blanca.

Previo a ser presidente y desde que lo es, Trump siempre ha estado de parte de supremacistas y racistas. En Charlottesville, Virginia, cuando se manifestaron en contra de judíos y minorías y cuando uno de ellos embistió a contra manifestantes matando a una joven activista, Trump se refirió a ellos como "gente buena".

No cabe duda de que él es un síntoma de una enfermedad que ha aquejado al país a través de su historia. Esta nación se forjó a punta de violencia, saqueos y sangre. Contra nativos esta-



dounidenses, contra mexicanos e hispanos, contra los afroamericanos descendientes de esclavos que a pesar de los avances en materia de derechos civiles siguen siendo discriminados. Las injusticias no han cesado. El racismo institucional sigue vivo y coleando.

Así, la rodilla de la supremacía blanca, ahora desde el poder con Trump, no ha querido quitarse del cuello de una nación de minorías dolidas, vilipendiadas, sobajadas, ninguneadas y apartadas del verdadero bienestar que ha pretendido ofrecer un sistema socioeconómico sin precedentes como el estadounidense, pero que lamentablemente solo funciona bien para unos cuantos.

Desde que las manifestaciones estallaron en días pasados Trump solo ha incitado a la violencia. "Cuando el vandalismo comienza, los disparos comienzan", tuiteó cuando empezaron los disturbios en Minneapolis. Luego trata de dar marcha atrás, pero a la menor provocación vuelve a la carga porque está en su naturaleza; no puede evitarlo. Ahora ha utilizado la crisis para culpar a demócratas y liberales. La nación necesita calma y dirección, dos cosas que este presidente es incapaz de ofrecer.

No hay que dar muchas

vuelitas para contextualizar este momento histórico: con un virus implacable que ha matado a más de 100 mil estadounidenses; con esta nueva revuelta racial que promete cimbrar de nuevo las ya de por sí tensas relaciones sociales; y con un mandatario que fomenta los odios para aprovecharlos políticamente ante la cercanía de las elecciones, esta nación se asfixia: como George Floyd, Estados Unidos ya no puede respirar. (America's Voice)

ENGLISH

He is, in many ways, the worst president in the middle of one of the worst moments in this country's modern history, a moment in which a true message of unity is needed, not "patriotic," but of definitive repudiation of a society in which the new racial segregation is savagely tearing away at its insides, leading to such deep wounds that we have become debilitated in the eyes of the whole world.

Essentially, the coast-to-coast protests over the assassination of George Floyd, an African American, at the hands of an Anglo Saxon police officer in Minneapolis put the eternal problem of racism, inequality, and injus-

tice on the table once again. Throughout the entire history of this nation, minorities have suffered at the hands of the dominant classes and Anglo Saxon authorities.

But this case also highlights what happens when the person who occupies the White House, Donald Trump, not only incites but offers protection to prejudice and racism. It's such that the "bad apples" that operate in police departments throughout the country, along with the groups and individuals who promote white supremacy, have found a defender in this president. That is why they go around emboldened, ever since he came to power. For that reason they are inclined to do whatever is needed to keep him in the White House.

Both before and after he was president, Trump has always been on the side of the supremacists and racists. In Charlottesville, Virginia, when they demonstrated against Jews and minorities and one of them rammed counter-protestors, killing a young activist, Trump referred to them as "good people."

There's no doubt that Trump is a symptom of a

sickness that has afflicted this country through its history. This nation was forged by the sword of violence, looting, and blood. Against U.S. natives, against Mexicans and Hispanics, against African American descendants of slaves who, despite the advances on the topic of civil rights, continue to be discriminated against. The injustices have not ceased. Institutional racism continues, alive and kicking.

In that way, the knee of white supremacy, now from the position of power with Trump, has not been removed from the neck of a nation of minorities who have been hurt, vilified, abused, ignored, and distanced from the true safety that a socio-economic system without precedent, like the United States', has pretended to offer. Unfortunately, the system only works for some people.

Since the protests began in recent days Trump has only incited them. "When the looting starts, the shooting starts," he tweeted when the disturbances in Minneapolis began. Then he tries to back-track, but at the last provocation comes back because that is his nature; he can't avoid it. Now he has used the crisis to blame Democrats and liberals. The nation needs calm and direction, two things that Trump is incapable of offering.

It doesn't take much to put this historic moment in context: with a relentless virus that has killed more than 100,000 U.S. citizens; with a new racial revolt that promises to shake up, yet again, already tense social relations; and with a leader who fomenta hate to take political advantage as the elections draw nearer, this nation suffocates: like George Floyd, the United States can't breathe. (America's Voice)

La chispa que lo encendió fue el homicidio del afroestadounidense George Floyd bajo custodia de la policía de Minneapolis el pasado 25 de mayo.

La muerte de George Floyd desató en México un debate sobre el racismo "del que nadie quiere hablar". La chispa que lo encendió fue el homicidio del afroestadounidense George Floyd bajo custodia de la policía de Minneapolis el pasado 25 de mayo.

Los mexicanos usaron las redes para condenar lo ocurrido, pero muchos reprocharon que no hace falta precisamente mirar hacia el vecino del norte para ver muestras de racismo alrededor.

Y más teniendo en cuenta que en, el propio México, más de la mitad de la población reconoce que se le insulta por el color de su piel, según el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación.

"Siempre que hablabas de racismo, en México te decían: 'No, aquí no hay negros, racismo hay en EE.UU.'. Es interesante ver cómo lo ocurrido con Floyd está evocando lo que aquí sucede", dice César Carrillo Trueba, antropólogo autor del libro "El racismo en México: una visión sintética".

"Acusar al país del norte como racista es parte de nuestro DNA nacionalista que viene desde que perdimos la mitad del territorio mexicano. Es como decir: 'Sí, lo perdimos, pero mira que racistas son ellos", coincide Emiko Saldivar Tanaka, cofundadora del Colectivo para Eliminar el Racismo en México (COPERA).

Una de las conversaciones más acaloradas en redes sobre este tema fue la iniciada por el actor mexicano Tenoch Huerta, quien preguntó en Twitter cuándo dejaría de ser tabú hablar del racismo en su país.

Pero fue la respuesta del también actor Mauricio Martínez quien desató la polémica al negar que el racismo de México y EE.UU. fueran comparables y hacer un símil entre Benito Juárez y Barack Obama.

Cientos de tuiters reprocharon a Martínez que su visión estuviera condicionada precisamente por su color blanco de piel.

Durante los días siguientes, el hashtag #MéxicoRacista fue uno de los más utilizados por quienes quisieron evidenciar que el problema existe también en su país.

Muchos usuarios incluso

IMAGEN DE REFERENCIA



Debate sobre racismo en México

Debate over racism in Mexico

El racismo en México

• **64.6% de personas en México se considera de piel morena.**

• **54.8% afirma que se les insulta por el color de piel.**

• **15% cree que sus derechos son violentados por el color de piel.**

Racism in Mexico

• **64.6% of people in Mexico consider themselves to be brown skinned.**

• **54.8% affirm that they are insulted due to skin color.**

• **15% believe that their rights are violated by skin color.**

Mexicans used the networks to condemn what happened, but many reproached that it is not necessary to precisely look towards the northern neighbor to see signs of racism around.

Mexicans used the networks to condemn what happened, but many reproached that it is not necessary to precisely look towards the northern neighbor to see signs of racism.

This is all the more relevant considering that in Mexico itself, more than half of the population recognizes that they are insulted because of the color of their skin, according to the National Council to Prevent Discrimination.

"Whenever you talked about racism, in Mexico they would tell you: 'No, there are no blacks here, there is racism in the US'. It is interesting to see how what happened with Floyd is evoking what is happening here," says anthropologist César Carrillo Trueba, author of the book "Racism in Mexico: a synthetic vision."

"Accusing the country to the north of racism is part of our nationalist DNA that comes from the fact that we lost half of Mexican territory. It is like saying: 'Yes, we lost it, but look how racist they are,'" agrees Emiko Saldivar Tanaka, co-founder of the Collective to Eliminate Racism in Mexico (COPERA).

One of the most heated conversations on this topic was the one initiated by the Mexican actor Tenoch Huerta, who asked on Twitter when it would be no longer taboo to talk about racism in his country.

But it was the response of the also actor Mauricio Martínez that sparked controversy by denying that racism in Mexico and the United States were comparable, and compared Benito Juárez with Barack Obama.

Hundreds of tweeters reproached Martínez that his vision was conditioned pre-

are not racist. On the other hand, someone who accepts that he is the object of racism, is accepting that he has an Indian face. And he does not want that either. So there is racism on both sides," summarizes Carrillo Trueba sharply.

Despite the generality of these phrases, the professor of sociology at the University of Cambridge in the United Kingdom warns of the danger of these everyday "micro-racisms" in terms of discrimination.

Moreno Figueroa also remembers the usual discrimination when it comes to posting job offers asking for "good looks" in which, under that euphemism, they refer to "whiter and finer features as that idea of good, elegant ... best."

Another criticism that was repeated these days in networks was the scarce representation that the mestizo population has in advertising and the media, areas dominated by white-skinned Mexicans. (BBC)



LA SEMANA
www.lasemanadelsur.com
(918) 744-9502
f LaSemanaUSA @LaSemanaUSA
OKLAHOMA'S SPANISH-ENGLISH WEEKLY NEWSPAPER

ANUNCIATE CON NOSOTROS
ADVERTISE WITH US

Oferta especial
por el mes de Junio
PROMOTIONAL DISCOUNTS



Walmart
Thanks gracias
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

¡ENVÍA UN MENSAJE CON
LA PALABRA “LLEVAR” AL
474747 Y ÓRDENA!



¡COMIDA LÍSTA
PARA LLEVAR!

*Viva la
tradición!*



MORELOS
SUPERMERCADOS

www.supermercadosmorelos.com

Futbolistas sólo podrán salir de casa para entrenar o jugar, recalca la SSa a la Liga MX

Mantener la sana distancia y las medidas de higiene, son las recomendaciones



En busca de sentar las bases para el inicio del Apertura 2020, representantes de todos los clubes y directivos de la Liga MX sostuvieron una reunión con Ricardo Cortés Alcalá, director general de Promoción de la Salud de la Secretaría de Salud (SSa), para evaluar e intercambiar ideas sobre el Protocolo Sanitario Único que busca ponerse en marcha para que vuelva a rodar el balón en México, bajo el contexto de la pandemia de coronavirus.

En la reunión, el funcionario público señaló que será indispensable seguir conservando el distanciamiento físico fuera de la cancha, en los propios centros deportivos y en los estadios, además de reforzar las medidas de higiene como una forma de prevención contra el nuevo coronavirus.

Además, se recalcó que se debe poner particular énfasis en la disciplina y cumplimiento de los protocolos, recordando que, en el caso de los profesionales del deporte; es decir, los futbolistas, sólo se podrá salir de casa para el cumplimiento de la actividad laboral.

Asimismo, durante el encuentro, en el que estuvieron presentes las directivas y cuerpos médicos de los

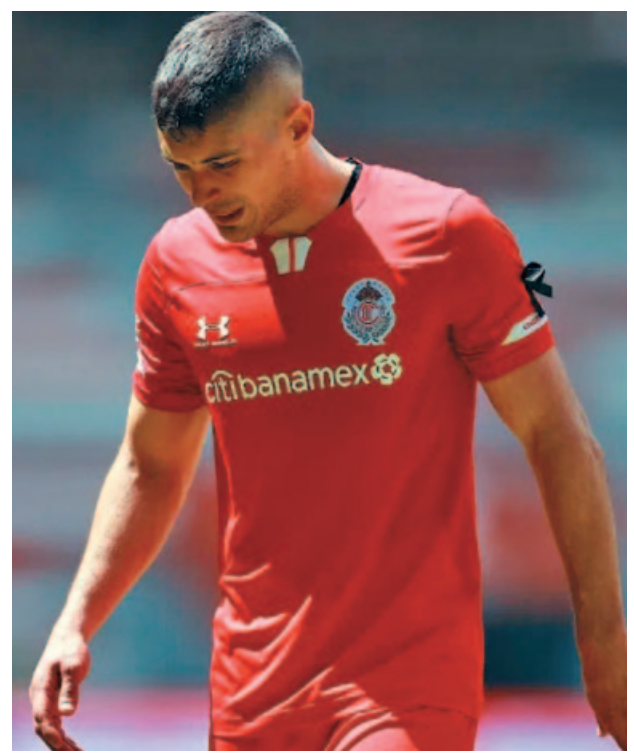
18 clubes de Primera División, Cortés Alcalá brindó algunas recomendaciones sobre la manera de llevar a cabo las pruebas de detección de Covid-19 y cuáles son las mejores prácticas y momentos para desarrollarlas, así como sobre la efectividad de las pruebas PCR y la constancia con que deben ser efectuadas.

La Liga MX contará con aficionados hasta que el semáforo de riesgo esté en amarillo

El fútbol mexicano ve un poco de luz al final del túnel. Luego de anunciar la suspensión del Clausura 2020, la Liga MX podría iniciar el Apertura 2020 pese a estar en rojo el semáforo epidemiológico.

De acuerdo con la información en la conferencia de prensa sobre el Covid-19 en México, el Dr. José Luis Alomía, director de epidemiología de la Secretaría de Salud de México, señaló que los deportes profesionales (donde el fútbol mexicano es considerado) que se realizan en estadios, podrían llevarse a cabo sin público y dependiendo de las autoridades de los organismos de los diferentes deportes.

"Los deportes profesionales que pudieran llevarse a cabo en estadios, pueden hacerlo siempre y cuando sean a puerta cerrada y sin público, y lógicamente esto dependerá de la actividad de cada una de las ligas en los diferentes deportes acuerden para poder llevar a cabo esta actividad", comentó el doctor.



TOLUCA CONFIRMA SIETE CASOS POSITIVOS DE CORONAVIRUS COVID-19 EN EL EQUIPO

Se realizaron 70 pruebas la semana pasada

Los Diablos Rojos de Toluca informaron este lunes a través de un comunicado de prensa que siete personas dieron positivo a Covid-19 tras someterse a exámenes médicos la semana pasada.

Se trata del segundo club de fútbol en México con más infectados después de Santos, que llegó a tener a 15 de sus miembros contagiados, entre ellos el portero Jonathan Orozco.

Dicha prueba se le realizó a 70 integrantes del primer equipo y staff del club. Los siete casos positivos son asintomáticos y se encuentran aislados bajo observación, y serán sometidos a una segunda prueba en próximos días.

Liga MX confirma casos positivos de coronavirus en TolucaDe igual forma la Liga MX emitió un comunicado informando los casos positivos en los Diablos Rojos: "La Liga MX y el Deportivo Toluca estarán al pendiente de la evolución de la salud de dichos miembros del club", destaca.

Todos los equipos de la primera división mexicana están realizando pruebas en estos días a su personal de cara a la reanudación de los entrenamientos, que sería el primera paso para el arranque del torneo Apertura 2020.

Los dirigentes del fútbol local apuntan al 17 de julio como fecha probable para el inicio del nuevo torneo, que sería sin público hasta que mejoren las condiciones sanitarias en el país por la pandemia.

Las autoridades sanitarias ya autorizaron que se realice deporte profesional, pero sin espectadores.

El impacto del Covid-19 en la Liga MX

Continúa en B3

El Covid-19 continúa con su expansión en el fútbol mexicano. Ahora el León es mermado con dos integrantes de su equipo de Primera División: un futbolista y un miembro del staff. Los esmeraldas se unen a la lista que también conforma Pumas, Chivas, Santos y San Luis. La Liga MX es una de las organizaciones más golpeadas del mundo por el coronavirus. **Atlético de San Luis:** El directivo español del equipo potosino también se contagió en marzo y pasó más tiempo con el Covid-19, ya que en un segundo test también arrojó que aún padecía el coronavirus, pero finalmente lo superó el 17 de abril, cuando el San Luis lo confirmó en un comunicado.



ANUNCIATE CON NOSOTROS
ADVERTISE WITH US

**Descuentos
promocionales**
PROMOTIONAL DISCOUNTS





Latin american souvenirs



-SALA DE ARTE
-ANTIGUEDADES
-RECUERDOS LATINOAMERICANOS



Visite nuestra gran exhibición artística y cultural
GRANDES OFERTAS POR REAPERTURA

TAMBIÉN PRESTAMOS LOS SIGUIENTES SERVICIOS
Todo en un mismo lugar

Servicios de notario	Servicio público	Servicios legales	Diseño y publicidad
OBTENCIÓN DE CERTIFICADO DE NACIMIENTO PARA MEXICANOS	ENVÍOS DE DINERO	CARTAS DE INVITACIÓN	IMPRESIONES
LICENCIAS DE MATRIMONIO	RECARGA DE TELÉFONOS	CIUDADANÍA	ESCANEO DE DOCUMENTOS
TRADUCCIÓN DE TODA CLASE DE DOCUMENTO	PAGO DE LUZ, GAS, AGUA, CABLE	CARTAS DE PODER	COPIAS FAX
INTERPRETACIONES		TRÁMITES MIGRATORIOS	LOGOTIPOS
		PERMISOS DE VIAJE	TARJETAS DE NEGOCIOS

2324 east Admiral Blvd.
Tulsa, OK 74110
918-636-9488
md19@gmarservices.com



Mbappe es el jugador más caro del mundo Mbappé with 260 million euros most valuable player in the world

El francés está valorado, de acuerdo con CIES, en 259,2 millones de euros. Lidera la lista mundial de los mejores pagados por delante del inglés Raheem Sterling, del Manchester City, con 194,7 millones

El francés Kylian Mbappe, delantero del París Saint Germain, es en este momento el jugador más caro del mundo, indica un estudio del observatorio del Centro Internacional de Estudios del Deporte (CIES).

Mbappé está valorado, dice el algoritmo de esta institución, en 259,2 millones de euros, y lidera la lista mundial por delante de los ingleses Raheem Sterling del Manchester City con 194,7 millones, Jadon Sancho del Borussia Dortmund en 179,1, Trent Alexander-Arnold del Liverpool, valorado en 171,1 y Marcus Rashford del Manchester United, cotizado en 152,3, que precede al egipcio Mohamed Salah del Liverpool, apreciado en 144,9.

El primer jugador en la lista de LaLiga española es el francés Antoine Griezmann, delantero del Barcelona, con 136,4, octavo, mientras que el joven luso Joao Felix, del Atlético de Madrid, es decimocuarto con 107,9, justo por delante de otra de las nuevas figuras del fútbol europeo, el noruego Erling Haaland, delantero del Borussia Dortmund, cuyo valor es de 107,3.

Rodri Hernández, centrocampista del Manchester City, es el español mejor situado, vigésimo segundo con un valor de 101,5, quien precede al argentino Leo

Messi, delantero del Barcelona, vigésimo tercero con 100,1, y de su compatriota Lautaro Martínez, aún atacante del Inter, con 98,9.

Saúl Níguez, medio del Atlético de Madrid, es vigésimo sexto con 97,7, Mikel Oyarzábal (Real Sociedad) es el 36 con 83,2, Fabián Ruiz es 40 con 81, en tanto que el portugués Cristiano Ronaldo, delantero del Juventus, cae notablemente en la tabla de este semestre y está en el puesto 70 con 62,8.

Por EFE

ENGLISH
Kylian Mbappé is currently the most expensive footballer on earth. The researchers from the agency CIES Football Observatory put together a top 100 of the most valuable players from the five major leagues in Europe. The 21-year-old attacker from Paris Saint-Germain is worth almost 260 million euros. Mbappé is so expensive, according to the agency, due to his young age and contract, which will run until the summer of 2023. Attackers Raheem Sterling from Manchester City (194 million euros) and Jadon Sancho from Borussia Dortmund (179 million) complete the top 3.

Of course, it remains to be seen whether there are clubs that want to meet the transfer fees as charged by the agency in this corona crisis. With 43 players in the top 100, the Premier League is best represented.

Five Red Devils are included in the top 100, but the first is only in 30th place: Romelu Lu-

kaku. Teams currently have to pay 90.3 million euros for the striker of Inter, according to the Observatory.

Lionel Messi (32) and Cristiano Ronaldo (35) are getting further and further down the list due to their age. The Argentinian of Barcelona is 22nd with a value of 100.1 million. For Ronaldo, we already have to go back to 70th place. The Portuguese still has a price tag of 62.8 million euros.

87 million euros would stick to the head of Neymar (28), PSG paid 222 million euros for the Brazilian three years ago. Never has a player cost more.

BELOW ARE THE TOP 10 PLAYERS

Kylian Mbappé (Fra – PSG) – EUR 259.2 million
Raheem Sterling (Eng – Man City) – EUR 194.7 million
Jadon Sancho (Eng – Borussia Dortmund) – EUR 179.1 million
Trent Alexander-Arnold (Eng – Liverpool) – EUR 171.1 million
Marcus Rashford (Eng – Man United) – EUR 152.3 million
Mohamed Salah (Egy – Liverpool) – EUR 144.9 million
Sadio Mané (Sen – Liverpool) – EUR 139.2 million
Antoine Griezmann (Fra – Barcelona) – EUR 136.4 million
Alphonso Davies (Can – Bayern Munich) – EUR 133.5 million
Harry Kane (Eng – Tottenham) – 118.7 million euros
BY Ngonah Yaya

El impacto del Covid-19 en la Liga MX

VIENE DE LA PÁGINA B-1

Enrique Bonilla: El presidente de la Liga MX fue diagnosticado con Covid-19 el 20 de marzo. En principio fue asintomático y nunca tuvo complicaciones durante su aislamiento. Bonilla se recuperó el 17 de abril.

Santos: El 20 de mayo, Santos Laguna fue sacudido por el virus letal con ocho elementos contagiados. Posteriormente, el equipo de Torreón compartió que otros siete personajes también habían dado positivo por el virus letal. Uno de ellos fue el técnico Gui-

llermo Almada, quien nunca presentó síntomas.

Pumas: El Club Universidad Nacional presentó casos en ambas ramas. Uno en el equipo varonil y una integrante del conjunto femenino; aunque no se dieron a conocer las identidades. El jugador del primer equipo no presentó ningún síntoma y en este momento se encuentra aislado con todas las medidas sanitarias.

Chivas: Hasta en Guadalajara se presentó un caso tras las primeras pruebas realizadas por el cuerpo médico del cuadro rojiblanco. El conjunto tapatío lo informó el 22 de mayo. El futbolista fue asintomático y afortunadamente no pasó a mayores. También se descubrió un caso en el Ascenso MX, >específicamente en el Tampico Madero.



www.lasemanadelsur.com
(918) 744-9502
LaSemanaUSA @LaSemanaUSA

ANUNCIATE CON NOSOTROS
ADVERTISE WITH US

**Oferta especial
por el mes de Junio**

PROMOTIONAL DISCOUNTS

OKLAHOMA'S SPANISH-ENGLISH WEEKLY NEWSPAPER

LaLiga anunció los horarios de las jornadas 30 y 31

LALIGA SANTANDER

LaLiga Santander Matchday 30 and 31 kick off times announced

Luego de la suspensión de los partidos durante tres meses debido a la pandemia, los futbolistas regresan esta semana a la competencia. El calendario que informaron este domingo abarca los juegos que se disputarán del viernes 19 al domingo 21 y del lunes 22 al jueves 25 de junio

LaLiga dio a conocer este domingo los horarios de las jornadas 30 y 31 de la temporada, luego de la suspensión de tres meses por la crisis del coronavirus. La semana pasada informó los correspondientes a la 28 y la 29.

La 30 comenzará el viernes 19 de junio y tendrá como partido destacado ese día el Sevilla – FC Barcelona a las 4:00 pm.

El Real Madrid será el que cierre la fecha 30 del campeonato el domingo 21 a las 4:00 pm con su visita a la Real Sociedad. Un día después seguirá la jornada 31, que se disputará hasta el jueves 25 con el Betis – RCD Espanyol como el último encuentro.

«Todos los horarios estarán sujetos a modificación, en función de la previsión de temperaturas», advierte LaLiga.

JORNADA 30

Viernes 19 / Granada – Villarreal 1:30 pm
Mallorca – Leganés 1:30 pm
Sevilla – FC Barcelona 4:00 pm

Sábado 20

Espanyol – Levante 8:00 am
Athletic Club – Real Betis 11:00 am
Getafe – Eibar 1:30 pm
Atlético de Madrid – Valladolid 4:00 pm

Domingo 21

RC Celta – Alavés 8:00 am
Valencia – Osasuna 1:30 pm
Real Sociedad – Real Madrid 4:00 pm

JORNADA 31

Lunes 22 / Leganés – Granada 1:30 pm
Villarreal – Sevilla 4:00 pm
Martes 23 / Levante – Atlético de Madrid 1:30 pm
Valladolid – Getafe 1:30 pm
FC Barcelona – Athletic Club 4:00 pm
Miércoles 24 / Alavés – Osasuna 1:30 pm
Real Sociedad – RC Celta 1:30 pm
Real Madrid – Mallorca 4:00 pm
Jueves 25 / Eibar – Valencia 1:30 pm
Real Betis – Espanyol 4:00 pm



ENGLISH

LaLiga have announced the kick off times for Matchdays 30 and 31, with Barcelona travelling to Sevilla on Friday June 19, and Real Madrid visiting Real Sociedad in San Sebastian two days later.

Barcelona have already played on a Friday this season when they took on Athletic Club at the Camp Nou on Tuesday June 23, while Real Madrid welcome Real Mallorca to the Estadio Alfredo Di Stefano the following day.



Brasil retira candidatura para organizar Mundial femenino en 2023

Brazil withdraws bid to host 2023 Women’s World Cup

Brasil retiró su candidatura para organizar el Mundial de Fútbol femenino en 2023 por la falta de garantías para el desarrollo del evento en el país, debido a la crisis económica cau-sada por la pandemia del coronavirus.

LONDRES, 8 jun (Reuters) - Brasil retiró su candi-datura para al-bergar el Mundial femenino 2023 porque no puede cumplir con las ga-rantías financieras que ne-cesita la FIFA a causa de la pandemia de COVID-19, informó el lunes la federa-ción de fútbol local (CBF).

La CBF dijo en un co-municado que el Gobierno Federal concluyó que “no sería aconsejable” com-prometarse con las garan-tías solicitadas por la FIFA para albergar el tor-neo de 32 selecciones. El retiro deja en com-petencia las candidaturas de Colombia, Australia- Nueva Zelanda y Japón. La FIFA dará a cono-cer el 25 de junio a la can-didatura ganadora.

ENGLISH
SAO PAULO (AP) — Brazil withdrew its bid to host the

2023 Women’s World Cup, arguing on Mon-day it cannot offer FIFA the financial as-surances it needs be-cause of the impact of the coronavirus pande-mic.

The Brazilian Foot-ball Confederation also said in a statement it will support Colombia’s bid against Japan and the joint candidacy of Australia and New Zea-land. South America has never hosted the tournament. A decision is expected on June 25.

The confederation said the administration of President Jair Bolso-naro told FIFA it could not offer financial guar-antees “due to the sce-nario of fiscal and economic austerity, caused by the impacts of the COVID-19 pan-demic.”

The confederation “understands the posi-tion of caution of the

Brazilian government, and of other public and private partners, which stopped them from for-malizing the commit-ments within time or in the required form,” the statement added.

Brazil’s economy is expected to contract this year by at least 7.4%, investment bank Goldman Sachs pre-dicts.

The country is the hardest hit by COVID-19 in Latin America, with more than 37,000 confirmed deaths.

Brazil’s soccer body also said the high num-ber of big sporting events in the last de-cade could also harm the chances of its bid to host the Women’s World Cup.

By MAURICIO SAVA-RESE / AP



Con la salida de Brasil, la sede será disputada entre Colombia, Japón y la conjunta Australia y Nueva Zelanda. El ganador será anunciado por la FIFA el próximo 25 de junio, tras realizarse una sesión virtual de su Consejo.



Lamarcus Aldridge será baja por lo que resta de temporada

How Spurs' LaMarcus Aldridge missing rest of season impacts Kings

El pivót titular de los Spurs, LaMarcus Aldridge, superó con éxito la operación del hombro derecho a que fue sometido, pero será baja por lo que resta de tem-porada, informó este lunes el equipo de San Antonio.

Aunque la operación fue realizada el pasado 24 de abril, Aldridge no ha podido completar todavía el periodo de recuperación y no volverá a la competi-ción cuando la liga se reanude a partir del próximo 31 de julio.

Aldridge se lesionó el hombro du-rante el partido contra los Jazz de Utah, el 21 de febrero y fue baja por seis encuentros consecutivos.

Aldridge regresó en la victoria sobre los Mavericks de Dallas, el día antes de que la NBA suspendiera la temporada debido a la pandemia de coronavirus, el pasado 11 de marzo. Los Spurs son uno de los 22 equi-pos que participarán en la reanudación de la temporada regular de la NBA en el Disney World Resort de Orlando (Florida).

Aldridge, siete veces seleccionado al Partido de las Estrellas, en lo que jugó de la temporada del 2019-20 logró promedios de 18,9 puntos y 7,4 rebotes con 33,1 minutos disputados por partido.

ENGLISH
San Antonio Spurs power forward LaMarcus Aldridge had surgery on his right shoulder, and will miss the remainder of the 2019-20 season, the team announced Monday. Aldridge was leading the Spurs in rebounding and blocked shots per game, and was the team’s second-leading scorer.

Sacramento is 3.5 games out of the final playoff spot at the mo-ment, with the Spurs just a half-game behind. The Kings are even with the Portland Trail Blazers and New Orleans Pelicans in the stan-dings, but the 22 teams invited to Orlando for the NBA’s restart will play eight regular-season games be-fore jumping into postseason play.

The teams played each other twice this season. San Antonio first won in overtime back in early De-cember, then the Kings evened the series with a 20-point win at Gol-den 1 Center on Feb. 8.

While the path might have be-come a bit easier for Sacramento without Aldridge in the fold for the Spurs, it will take a pretty domi-nant run of play for the Kings to have a chance at a playoff berth.

CLASIFICADOS

AUTOS CASAS APARTAMENTOS EMPLEOS IGLESIAS NEGOCIOS COMPRA VENDE

TULSA, OK 10 AL 16 DE JUNIO DEL 2020 www.lasemanadelsur.com Llámenos al 918.744.9502

Conor McGregor, de aprendiz de plomero a estrella mundial

Fighters mock Conor McGregor’s latest retirement: ‘Another bender’

Un ‘showman’ sin dejar de ser un luchador aguerrido: el irlandés Conor McGregor, que acaba de anunciar su retirada, consiguió consolidarse pronto como una auténtica estrella de las artes marciales mixtas (MMA) y como uno de los deportistas mejor pagados del mundo. Pero antes de ello tuvo serios apuros económicos.

McGregor viene de un barrio po-pular de Dublín, Crumlin, donde su padre era taxista. Según su propia leyenda, siendo adolescente se unió a un club de boxeo local para poder defenderse de otros chicos de su escuela.

No era buen estudiante y dejó pronto su formación académica para pasar a ser aprendiz de plomero (fontanero). "Odiaba ese trabajo, era entre 14 a 15 horas al día, me daban órdenes y pronto me dije que eso no era para mí, que tenía que in-temtar cumplir mi sueño".

Su sueño no era el boxeo, sino las artes marciales mixtas, una mezcla de varios deportes de combate y que da un resultado espectacular. Pero su trayecto-ria pudo haber terminado rápidamente, ya que en su tercer combate, que además fue en su barrio de Crumlin, perdió ante un experimentado rival lituano y decidió entonces dejar de combatir.

Terminó por dar marcha atrás y poco a poco, en la nueva etapa de su carrera, se fue haciendo un nombre a base de victorias espectaculares y expeditivas, hasta el punto de captar la atención de la UFC, el principal organizador estadounidense de combates, que le fichó en 2013 para convertirle en una de sus estrellas.

Acumuló entonces los cinturones en la categoría de peso pluma pero se vio sorprendido en marzo de 2016 por el es-tadounidense Nate Díaz y decidió de nuevo parar su carrera. La UFC le re-cordó entonces que tenía un contrato que cumplir.

Dos años después de su derrota hon-rosa ante Floyd Mayweather en una me-diática pelea, McGregor decidió retirarse una segunda vez tras haber sufrido un revés en octubre de 2018 ante el ruso Khabib Nurmagomedov por el título UFC de los pesos ligeros, en un combate que finalizó con una pelea gneral. Las dos fi-guras de las MMA fueron suspendidas después de lo ocurrido.

El pasado octubre, McGregor había anunciado que quería retomar las MMA y había efectuado su regreso en enero en Las Vegas, imponiéndose en apenas 40 segundos al estadounidense Donald Ce-rrone.

Su nueva retirada profesional, este domingo, ¿será la definitiva? Solo el tiempo lo dirá.

Con su barba y su cabello pelirrojo, el hombre apodado "The Notorious" es un deportista imprevisible, tanto en sus de-cisiones como en sus declaraciones y comportamiento.

Sus gustos como nuevo millonario lle-nan también páginas y páginas.

Antes de su lucrativo combate ante Mayweather le entregaron un yate que había adquirido y que bautizó como "188", en referencia a la indemnización de paro semanal que llegó a recibir y que era de 188 euros (212 dólares). La co-braba incluso en 2013, hasta que su ca-rreira fue despegando.

Ahora es millonario y colecciona co-



ches de lujo, viaja en avión privado y en-carga trajes a medida.

Su nueva vida se presenta llena de lujos, a partir de ahora algo más alejado de los focos. AFP

ENGLISH

Conor McGregor is calling it quits again. Now, who’d like to set the over/under on the date of his return bout?

For the third time in four years, McGregor, 31, announced his retire-ment over the weekend, citing his frustration with UFC scheduling and boredom with the sport. McGregor most recently scored a first round TKO of Donald Cerrone in January — his first fight in 15 months and se-cond overall since 2016 — and claim-ed he wanted to fight at least three times this year, following his lengthy absence from the octagon.

“The game just does not excite me, and that’s that,” McGregor told ESPN. “All this waiting around. The-re’s nothing happening. I’m going through opponent options, and the-re’s nothing really there at the mi-nute. There’s nothing that’s exciting me.

“I had my goals, my plans, the se-ason. I had everything laid out. Ob-viously the world has gone bleeding bonkers at the minute. There’s f–k all happening at the minute....They want to throw me up and down weights and offer me stupid fights. I don’t really give a f–k. I’m over it.”

McGregor was supposed to fight for the lightweight championship against title-holder Khabib Nurma-gomedov or Tony Ferguson, but the timeline became uncertain when COVID-19 forced Nurmagomedov to miss his bout with Feguson, who lost to replacement Justin Gaethje.

“They should have just kept the ball rolling. I mean, why are they pushing (Nurmagomedov-Gaethje) back to September? You know what’s going to happen in Septem-ber, something else is going to hap-pen in September, and that’s not

going to happen,” McGregor said. “I laid out a plan and a meth-od that was the right move, the right

KAISER-FRANCIS MANAGEMENT COMPANY

has an opening for a Revenue Accountant

Responsibilities include, but are not limited to:

- Analysis and recording of oil and gas revenues
- Cash reconciliation
- Written and verbal communication with assigned purchasers
- Analysis and resolution of payment discrepancies
- Follow-up and resolution of other items related to assigned purchasers
- Special projects as assigned

The qualified candidate should possess the following skills:

- Oil & Gas revenue accounting experience required – minimum 3 years
- Bachelor Degree in Accounting; Finance; Business preferred
- Strong analytical and organizational skills
- Excellent written and oral communication skills
- Positive attitude, self-starter, highly motivated, results oriented, problem solver
- Ability to adapt to changing procedures, methods, and demands
- Strong math and accounting background preferred
- Intermediate knowledge of Microsoft Applications

Please send resumes to Resumes@kfoc.net

methods to go with. And they always want to balk at that and not make it happen or just drag it on. Whatever I say, they want to go against it to show some kind of power.

“They should have just done the fight – me and Justin for the interim title – and just kept the ball rolling.”

Gaethje was one of many scoffing at McGregor’s latest retirement an-nouncement.

“Thankfully all of the elderly are still hiding in their homes,” Gaethje tweeted, referencing McGregor hit-ting an older man in a bar last year. “This guy is on another bender.”

Floyd Mayweather, who faced McGregor in one of the highest-grossing boxing matches of all-time in 2017, insulted the Irishman, too.

“If I’m not mistaken, didn’t you tell Mike Tyson you could beat me if we fought a second time?” Maywea-ther wrote under a McGregor Insta-gram post. “Now you’re quitting! I thought you wanted to beat the best? Well, if you decide to come back, I will be waiting to punish you again.”

Despite potentially losing one of the biggest names ever in the busi-ness, UFC President Dana White said he doesn’t plan to try and dis-suade McGregor from his decision.

“If that’s what Conor’s feeling right now ... on a certain level, I un-derstand it,” White said. “Nobody is

pressuring anybody to fight. And if Conor McGregor feels he wants to retire, you know my feelings about retirement — you should absolutely do it.

“And I love Conor. There’s a handful of people that have made this really fun for me and he’s one of them.

“It’s not like I’m going, ‘Holy s–t, this is crazy, this is nuts.’ Nothing is crazy and nuts right now, because everything is crazy and nuts right now, on a certain level. I totally un-derstand it and get it.”

McGregor (22-4), the first-ever UFC fighter to simultaneously hold titles in two weight classes, pre-viously announced his retirement in April 2016 and March 2019.

But McGregor’s coach, John Ka-vanagh, is already setting the stage for the seemingly inevitable come-back.

“At age 31 Jordan abruptly reti-red from basketball before the 1993–94 NBA season, he returned to the Bulls in March 1995 and led them to three additional champions-hips in 1996, 1997, and 1998, as well as a then-record 72 regular-season wins in the 1995–96 NBA season,” he tweeted on Sunday.

By Howie Kussoy

KEITH O. MCARTOR

ATTORNEY AT LAW

ESPECIALISTAS EN INMIGRACIÓN, CASOS PENALES, ASUNTOS DE FAMILIA Y DIVORCIOS.

Si tienes problemas con la ley, llámanos

601 South Boulder Ave. Suite 602 Tulsa, Ok - 74119

HABLAMOS TU IDIOMA

Ph: (918) 584-4992 | Fax: (918) 582-2366 keith@mcartorlaw.com

ANUNCIATE

El mejor ESPACIO...

Al mejor PRECIO...

TU MEJOR OPCIÓN...

LA SEMANA

918-744-9502

LA SEMANA

www.lasemanadelsur.com

(918) 744-9502

LaSemanaUSA @LaSemanaUSA

OKLAHOMA'S SPANISH-ENGLISH WEEKLY NEWSPAPER

ANUNCIATE CON NOSOTROS

ADVERTISE WITH US

Oferta especial por el mes de Junio

PROMOTIONAL DISCOUNTS

Muere el pintor y escultor mexicano Manuel Felguérez

MÉXICO.- La Secretaría de Cultura de México informó este lunes el fallecimiento del pintor y escultor mexicano Manuel Felguérez a sus 91 años, uno de los autores más reconocidos de la Generación de la Ruptura.

«Mi sentido pésame y acompañamiento a su familia, en especial a Meche (su esposa)», escribió la ministra de Cultura, Alejandra Frausto, en Twitter.

Formado en México y en Francia, Felguérez formó parte de la Generación de la Ruptura mexicana, un movimiento que surgió en los cincuenta con un

grupo de jóvenes que criticaba el nacionalismo.

En 2016 el artista recibió la Medalla Bellas Artes y «fue protagonista en el diálogo de México con la escena del arte moderno internacional.

Hasta el momento se desconocen las causas de su muerte.

EFE



Fallece Pau Donés, líder de Jarabe de Palo

El cantante y compositor español Pau Donés, vocalista del grupo Jarabe de Palo, ha fallecido en Barcelona a los 53 años de edad a consecuencia del cáncer que se le diagnosticó en 2015, contra el que estuvo batallando desde entonces, según ha informado la familia.

Donés nunca ocultó su enfermedad, habló abiertamente de su lucha contra ella y participó en varios conciertos benéficos para la investigación contra el cáncer, antes y después de retirarse de los escenarios, en enero de 2019.

Pau Donés es autor de algunos de los grandes éxitos de la música española de las últimas décadas, como «La flaca», «Dependex», «Humo», «Grita» o «Bonito», entre otros temas, que ha plasmado en una docena de álbumes publicados.

EFE

Leader of Jarabe de Palo band Pau Donés dies at 53

Rock singer suffered from cancer from 2015 and released his last album two weeks before passing away.

The leader of the rock band Jarabe de Palo, Pau Donés, died at 53 on Tuesday, as announced by his family.

He had suffered from colon cancer since 2015 and, while he announced he had no trace of the illness in 2016, Donés's cancer returned in 2017.

Due to the disease, he announced he would stop playing indefinitely in 2018, but the following year, he was already working on his new album 'Tragas o Escupes,' which was released on May 27, 2020, barely two weeks before he passed away.

Jarabe de Palo

Donés was the leader of the Catalan rock band Jarabe de Palo, whose first album included probably its most immortal and successful hit, 'La Flaca' (1996).

Two years later, 'Depende' was another success, and 2003's 'Bonito' was another of the band's classics.

Legacy

Ever since Donés announced he was going through cancer in 2015 at 48, he became an inspirational figure in Catalonia and Spain in the fight against the disease.

He performed in two concerts to raise funds for cancer research in December 2019.

In an interview with the Catalan News Agency, also in December last year, he spoke about his new life in California, where he moved after announcing he would stop playing.

Donés explained he was spending more time with his daughter, doing salsa classes and surfing.

"Life is not only music. I used to live for music and for the other things. And what was I doing for my home? Earning money in order to pay bills," he said.

Actriz de The Big Bang Theory confiesa que nunca ha visto la serie

La actriz aseguró que no suele verse a ella misma en televisión. Solo llegó a ver algunos fragmentos del sitcom mientras trabajaban, pero nada más

The Big Bang Theory se mantuvo en emisión desde 2007 hasta el año pasado, con un total de 232 episodios en los que sus entrañables personajes conquistaron al público y catapultaron a sus protagonistas al estre-

llato. Su narrativa estilo sitcom y sus inacabables referencias a la cultura pop fueron la clave de su éxito. Y, aun así, hay una actriz de la serie que no ha visto ningún episodio.

La actriz Mayim Bialik, que se hizo mundialmente famosa interpretando a Blossom en los años 90 antes de dar vida a Amy Farrah Fowler durante casi diez años, ha confesado en una reciente entrevista que nunca ha visto un episodio completo de la serie.

«Nunca he visto la mayoría de los episodios», aseguró la actriz en una entrevista con Metro UK. «No me veo en la televisión. Nunca me he

sentado y he visto un episodio completo de nuestro programa». Más tarde explicó que sí ha visto algunos «fragmentos» del sitcom mientras trabajaba en la serie, pero nada más.

Bialik tiene un doctorado en Neurociencia en la vida real y ha escrito varios libros. En la serie incluso llegó a ganar un nobel de Física tras casarse con Sheldon Cooper.

La actriz describió la filmación del último episodio como «muy emotivo» y aseguró que «nunca ha tenido un trabajo tan bueno como The Big Bang Theory y lo habría hecho durante todo el tiempo que la gente quisiera que lo hiciese».



One Big Bang Theory Star Admits She's Never Watched the Show

Mayim Bialik, who played Amy Farrah Fowler on The Big Bang Theory, has never watched the show, though she has seen little snippets here or there. The actress admitted the news in a recent interview. There are a lot of entertainers who don't like to see their work after it has been released, whether it be a movie, TV show, or the release of an album. Bialik believes the experience of pulling it off with the rest of the cast in front of a live audience is all she needs from it.

Mayim Bialik first showed up in season 3 of The Big Bang Theory. The actress starred in a total of 203 episodes over the course of the show's original run, but she has yet to see one of said episodes. However, it's not because she didn't enjoy her time on the show. Bialik explains.

Amy Farrah Fowler was brought on to become the unlikely love interest of Jim Par-

sons' Sheldon Cooper character. Even after a few seasons, fans of the show were unsure how this story arc would work for the rigid character. Mayim Bialik says, "I think it's a really beautiful example of what unconditional love really looks like." She went on to point out that, "there was a lot of give and take, it wasn't just her tolerating him, he also had to make a lot of adjustments and changes." As Bialik stuck with the show, both her character and the Sheldon character evolved over time and became a fan-favorite aspect of the series.

Mayim Bialik has nothing but fond memories of working on The Big Bang Theory. "Simon Helberg was one of the funniest people I've not only worked with but know," she says. Bialik also went on to talk about rituals that she and the cast had while shooting the show in front of the live audience. "We always had a cast

hug before we went out to do our curtain calls and everybody had their own rituals. For the first several years I always drank coke and ate onion rings." As for the show coming to an end, it took everybody some time to process it. Bialik had this to say.

Since the show ended last year, some cast members have said they wish they were still doing it. Mayim Bialik would fall into that category. She says, "I've never had a job as good as The Big Bang Theory and I would have done it for as long as people wanted me to do it." It is believed that the show mainly came to an end because Jim Parsons wanted to branch out and do other things. Regardless, the show is still massive as it streams on HBO Max to new and old fans. The interview with Mayim Bialik was originally conducted by Metro U.K.

HOLLYWOOD podrá retomar los rodajes detenidos por la pandemia

Hollywood could resume filming in June

Las filmaciones deberán ser aprobadas por el Departamento de Salud Pública de California, pero ya la industria adelantó una propuesta de protocolo de seguridad que incluye tomar la temperatura de los empleados, eliminar el servicio de buffet y obligar a los espectadores a llevar tapaboca

La industria del cine y la televisión en California, Estados Unidos, podrá retomar los rodajes suspendidos por la pandemia del coronavirus a partir del 12 de junio.

El Departamento de Salud Pública de California indicó este sábado en un comunicado que los rodajes de Hollywood deberán ser aprobados por los responsables de salud del condado en el que se vaya a desarrollar la producción en cuestión.

Las autoridades también detallaron que para «reducir el riesgo de transmisión» de covid-19 los trabajadores de la industria audiovisual, desde actores hasta técnicos y empleados auxiliares, deberán seguir una serie de protocolos de seguridad.

Esta decisión de reapertura para el 12 de junio se aplicará a los rodajes de cine, televisión y música (videoclips).

A la espera de que el gobernador de California, Gavin Newsom, publique su protocolo de



seguridad para los rodajes, la industria audiovisual se adelantó esta semana al desvelar su propuesta para volver a los set de manera segura.

Este plan cuenta con el aval, entre otros, de los principales sindicatos de cine y televisión y de los grandes estudios.

Tomar la temperatura de los empleados, eliminar las comidas estilo buffet, obligar a los espectadores en directo a llevar mascarilla y reducir los equipos de trabajo en el set al mínimo necesario son algunas de sus ideas para retomar los rodajes de manera segura.

La crisis sanitaria por el coronavirus tuvo consecuencias demoledoras en Hollywood, que se vio obligado a suspender todos

sus rodajes incluyendo, entre muchas otras, el de superproducciones como las secuelas de Avatar, Mission: Impossible 7, Jurassic World: Dominion, The Batman y la nueva cinta de The Matrix.

El cine también se vio gravemente afectado por el cierre total de las salas, que llevó a aplazar los estrenos de películas como No Time to Die (James Bond), F9 (Rápido y furioso), Mulan, Black Widow, Wonder Woman 1984, Ghostbusters: Afterlife, Top Gun: Maverick y Soul.

ENGLISH

Some of the Hollywood filming had to be stopped due to the worldwide coronavirus pandemic, but on June 12 they could be started again.

security protocols.

This decision to reopen on June 12 will apply to film, television and music filming (video clips). While waiting for California Governor Gavin Newsom to publish his safety protocol for filming, the audiovisual industry came forward this week by unveiling his proposal to return to the set safely.

A return guaranteed as announced

This plan has the endorsement, among others, of the main film and television unions and major studios.

Taking employee temperatures, eliminating buffet-style meals, forcing live viewers to wear a face mask, and reducing the work teams on set to the minimum necessary are some of his ideas to resume filming safely.

The health crisis due to the coronavirus had devastating consequences in Hollywood, which was forced to suspend all its filming, including, among many others, that of blockbusters such as the sequels to "Avatar", "Mission : Impossible 7", "Jurassic World : Dominion ", "The Batman " or the new tape of "The Matrix ". The cinema was also seriously affected by the total closure of the theaters, which led to postpone the premieres of films such as "No Time to Die" (James Bond), "F9" ("Fast & Furious"), "Mulan ", "Black Widow ", "Wonder Woman 1984", "Ghostbusters: Afterlife", "Top Gun: Maverick" or "Soul".

By Kaitlyn Kubrick

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

CADA MOMENTO ES UNA OPORTUNIDAD
DE APRENDIZAJE

APRENDE MÁS DE ESTO EN:
TALKINGISTEACHINGTULSA.COM

Esta fruta tropical pertenece a la familia de las mirtáceas que incluye más de 3.000 especies de árboles y arbustos de los cinco continentes. Muchas de sus especies son muy aromáticas, como el eucalipto y el clavero.

Todas las guayabas las producen árboles del género Psidium que crecen en regiones tropicales de América, Asia y Oceanía. En otros países también se la conoce como guayabo, guara, arrayana y luma. Cuando están maduras, exhalan un profundo aroma que las hace muy sugestivas y tentadoras.

Propiedades nutritivas
Su componente mayoritario es el agua. Es de bajo valor calórico, por su escaso aporte de hidratos de carbono y menor aún de proteínas y grasas. Destaca su contenido en vitamina C; concentra unas siete veces más que la naranja. Aporta en menor medida otras vitaminas del grupo B (sobre todo niacina o B3, necesaria para el aprovechamiento de los principios inmediatos, hidratos de carbono, grasas y proteínas). Si la pulpa es anaranjada, es más rica en provitamina A (carotenos). Respecto a los minerales, destaca su aporte de potasio. La vitamina C interviene en la formación de colágeno, huesos y dientes, glóbulos rojos y favorece la absorción del hierro de los alimentos y la resistencia a las infecciones.

Los frutos muy maduros pierden vitamina C. La provitamina A o beta-caroteno se transforma en vitamina A en nuestro organismo conforme éste lo necesita. Dicha vitamina es esencial para la visión, el buen estado de la piel, el cabello, las mucosas, los huesos y para el buen funcionamiento del sistema inmunológico.

Ambas vitaminas, cumplen además una función antioxidante. El potasio, es un mineral necesario para la transmisión y generación del impulso nervioso y para la actividad muscular normal, interviene en el equilibrio de agua dentro y fuera de la célula. Su aporte de fibra es elevado por lo que posee un suave efecto laxante y previene o reduce el riesgo de ciertas alteraciones y enfermedades.

Propiedades para la salud
La variedad de formas, colores y sabores de la guayaba es uno de sus principales atractivos, aparte del intenso aroma que exhala cuando ha alcanzado la madurez. Por sus propiedades nutritivas y aporte de sustancias de acción antioxidante, aliadas de nuestra salud, su consumo es adecuado para los niños, los jóvenes, los adultos, los deportistas, las mujeres embarazadas o madres lactantes y las personas mayores.

Por su aporte de vitamina C y provitamina A, se recomienda su consumo a toda la población, y especialmente, a quienes tienen un mayor riesgo de sufrir caren-



La guayaba tiene 7 veces más vitamina C que la naranja.

LA GUAYABA fruta tropical utilizada hace muchos años por la medicina natural

What are the health benefits of guava?

cias de dichas vitaminas: personas que no toleran los cítricos, el pimiento u otros vegetales, que son fuente casi exclusiva de vitamina C en nuestra alimentación; para quienes deben llevar a cabo una dieta baja en grasa y por tanto con un contenido escaso de vitamina A o para personas cuyas necesidades nutritivas están aumentadas.

Algunas de estas situaciones son: periodos de crecimiento, embarazo y lactancia materna. Así mismo, el tabaco, el abuso del alcohol, el empleo de medicamentos, el estrés y defensas disminuidas, la actividad física intensa, el cáncer y el Sida, las pérdidas digestivas originadas por enfermedades inflamatorias crónicas disminuyen el aprovechamiento y producen mala absorción de nutrientes.

Las vitaminas C y A, como antioxidantes, contribuyen a reducir el riesgo de múltiples enfermedades, entre ellas, las cardiovasculares, las degenerativas e incluso el cáncer.

La vitamina C aumenta la absorción del hierro de los alimentos lo que beneficia a las personas que tienen anemia ferropénica. Su contenido de fibra soluble le confiere propiedades laxantes. Además, por su bajo contenido de hidratos de carbono, riqueza en potasio y bajo aporte de sodio, resultan muy recomendables para aquellas personas que sufren de diabetes, hipertensión arterial o afecciones de vasos sanguíneos y corazón.

Su contenido de potasio, deberán tenerlo en cuenta las personas que padecen de insuficiencia renal y que requieren de dietas especiales controladas en este mineral.

Sin embargo, quienes toman diuréticos que eliminan potasio

y las personas que tienen bulimia se beneficiarán de su consumo, ya que en la guayaba abunda dicho mineral.

Cómo elegirlos y conservarlos

Fresca, puede encontrarse en los mercados desde el verano hasta comienzos del invierno.

Se deben seleccionar aquellos ejemplares de color verde amarillento que aún no estén del todo maduros, pero que ya hayan comenzado a perder su firmeza.

Se la vende también enlatada, en almíbar, en rodajas, lo que permite disponer de ella durante todo el año. La guayaba verde se deja a temperatura ambiente (20ºC) hasta que madure, momento en el que esta fruta adquiere un color amarillo y cede ligeramente a la presión con el dedo.

Además, también se sabe que está lista para su consumo por el intenso aroma que desprende. Una vez que ha alcanzado su punto de sazón, se recomienda consumirla cuanto antes o conservarla a una temperatura de unos 8ºC (en la parte menos fría de la nevera).

Composición por 100 gramos de porción comestible	
Calorías	33
Hidratos de carbono (g)	6,7
Fibra (g)	3,7
Potasio (mg)	290
Magnesio (mg)	16
Provitamina A (mcg)	72,5
Vitamina C (mg)	273
Niacina (mg)	1,1
mcg = microgramos	

LOS PRINCIPALES BENEFICIOS DE LA GUAYABA SON:
1. Mejora la digestión
2. Anti-diarreica
3. Propiedades antioxidantes
4. Favorecer la pérdida de peso
5. Cuidar de la salud de la piel

GUAYABA / Trucos de cocina

La guayaba se consume como fruta fresca, en batidos, zumos, helados, compotas, mermeladas y jaleas. Posiblemente una de las mezclas que más enriquece a la guayaba es la combinación con lácteos (leche, queso, yogur). Resulta un ingrediente ideal en tartas y confituras y se puede hacer una mermelada muy sabrosa.

Para tomarla fresca, la parte interior de la guayaba, donde se encuentran las semillas, debe masticarse bien o pasarse por

un pasapurés. La parte externa de la pulpa del fruto carece de semillas y es más suave.

RECETA CON LA FRUTA Ensalada de guayaba

Tiempo: 30 minutos / Dificultad: Muy fácil / Raciones: 4 / **Ingredientes:** 2 guayabas, 2 mangos, 2 papayas, 2 kiwis, 4 litchis, 3 naranjas, 1 limón, 1 vaso de "sake" (licor de arroz) **Cómo se elabora**

Lavar bien todas las frutas y secar con un paño. Pelar los mangos, las papayas y las guayabas, cortando la pulpa en lonchas de 1 centímetro de grosor y reservando las pieles. Quitar la piel y el hueso de los litchis, reservando la mitad. La otra mitad se debe introducir en el vaso de batidora junto con la carne de los mangos, las papayas y las guayabas. El jugo obtenido y colado, se mezcla con el zumo de limón y naranja. Mezclar todo bien y añadir un vasito de sake. Colocar las frutas partidas en una fuente, adornando con rodajas de kiwis y los litchis reservados. Rociar sobre ellas el jugo y dejar en maceración durante una hora en el frigorífico. Servir frío.

ENGLISH

Guava is a traditional remedy for a range of health conditions. Research suggests that guava fruits and leaves may have a number of benefits.

Guavas are tropical fruits with yellowish-green skin, and they grow on trees in Central America. The Latin name for the common guava tree is Psidium guajava.

People use guava leaf tea as a treatment for diarrhea in several countries, including India and China. In other countries, such as Mexico, people have traditionally used the flesh of the fruit to heal wounds.

Information, risks, and how to incorporate guava into the diet.

TYPE 2 DIABETES

Guava fruit may help treat a range of conditions, including type 2 diabetes. Guava leaf tea may help prevent spikes in blood sugar and improve symptoms in people with type 2 diabetes.

MENSTRUAL CRAMPS

Taking supplements containing guava leaf extract may reduce menstrual cramps.

The results of a study from

2007 suggest that taking guava leaf extract supplements may relieve menstrual pain in women with primary dysmenorrhea.

Participants who took 6 milligrams (mg) of the extract each day experienced less menstrual pain than those taking ibuprofen or a placebo.

DIARRHEA

Guava leaf tea is a traditional remedy for diarrhea in many parts of the world. Evidence from animal studies suggests that the leaf extract may have the potential to treat infectious diarrhea. A 2015 study investigated the use of this extract in mice with infectious diarrhea. The infection cleared more quickly in the mice who consumed guava leaf extract than in those who did not. The researchers noted that guava leaf extract shows promise as a treatment for this illness.

FLU

Drinking guava leaf tea is an easy way to enjoy the health benefits of the fruit. Drinking guava leaf tea may help people fight off the flu. In a 2012 test tube study, guava leaf tea showed promise as an antiviral agent for flu treatment. The researchers found that the tea inhibited the growth of the virus that causes the flu.

BLOOD PRESSURE

Consuming guava leaf extract may help lower high blood pressure. A 2016 test tube study found that the extract had an antihypertensive effect in rat tissues, which means that it may have the potential to reduce blood pressure.

OSTEOARTHRITIS

Some research in animals suggests that guava leaf extract may benefit people with osteoarthritis. A 2018 study found that consuming the extract protected against cartilage destruction in rats with induced osteoarthritis. However, researchers have yet to confirm this effect in humans.

CANCER

Guava leaf extract may eventually play a role in cancer treatment. Results of a 2014 test tube, animal, and computer study suggest that compounds in the extract may inhibit the growth of cancer cells. The researchers believe that the effect may occur because guava leaf compounds act like selective estrogen receptor modulators (SERMs).

Cómo se descubrió en México la construcción maya más antigua y más grande jamás encontrada

Bajo costras de árboles, de lodo y de tiempo, cerca de la frontera entre México y Guatemala, yace oculta una de las marcas primitivas de la grandeza de la condición humana.

Allí, en Aguada Fénix, en el estado de Tabasco, un grupo de científicos descubrió recientemente la que se cree es la construcción monumental más antigua jamás encontrada de la civilización maya.

Y la más grande -hasta ahora- en toda la historia prehispánica de la región.

"Fuimos a esta área buscando asentamientos primitivos, pero nos sorprendió encontrar este enorme sitio en esta etapa temprana (de la civilización maya)", cuenta a BBC Mundo el antropólogo Takeshi Inomata, profesor de la Universidad de Arizona y líder del equipo que realizó el hallazgo.

De acuerdo con el académico, tuvieron un primer indicio de la existencia de ruinas en el lugar tras unas pruebas con láser en el terreno en 2017, aunque no fue hasta dos años después cuando quedaron deslumbrados con sus proporciones.

Las imágenes comenzaron a mostrar una meseta artificial de entre 10 y 15 metros de altura y de 1400 metros de largo y 400 de ancho, lo que le da un volumen superior al de la Gran Pirámide de Giza del Antiguo Egipto.

La estructura - construida con arcilla, algo inusual entre los mayas- tiene nueve calzadas que irradian desde su superficie y, según un estudio publicado el miércoles en la revista Nature, pudo haber servido para la práctica comunitaria de rituales.

La investigación indica



Es la mayor y más antigua estructura maya conocida hasta la fecha.

El sitio se encuentra en el estado de Tabasco.

que, tras pruebas de radio-carbono, se determinó que fue construida entre 1.000 y 800 años antes de Cristo, lo que la data como la edificación maya más antigua de la que se tiene registro.

Y para Inomata y su equipo es también una de las primeras pruebas que demuestran el paso que dio esta civilización maya del nomadismo a un estilo de vida más sedentario: el inicio de sus ciudades-estado mayas.

¿Cómo la descubrieron?

Por alguno motivo que se desconoce, el sitio fue abandonado y no se volvió a construir nada sobre el terreno, que con el paso del tiempo fue cubierto de bosques e incluso de algunos ranchos ganaderos.

Inomata y su equipo explorabas la zona donde se han encontrado otras construcciones mayas hace tres años, cuando localizaron la parte sur de la meseta, aunque no tenían en ese momento idea de sus proporciones reales.

"Esta estructura era tan grande que parece una

parte del paisaje natural cuando caminas sobre ella", cuenta Inomata.

De acuerdo con el investigador, en un inicio los arqueólogos solían realizar levantamientos de terreno y mapeos en el nivel del suelo para localizar asentamientos precolombinos perdidos. Sin embargo, esta técnica tomaba mucho tiempo y esfuerzo.

Para la detección de esta nueva estructura, el equipo, del que forman parte varios expertos mexicanos, utilizó una nueva tecnología llamada Light Detection and Ranging (Lidar) que, a través de láseres, permite obtener un mapa preciso de los sitios rápidamente.

"El equipo es colocado en un avión y emite rayos láser que penetran a través de las copas de los árboles. Sus reflejos nos permiten medir la superficie del suelo tridimensionalmente", señala Inomata.

Según cuenta, en un inicio, dado su tamaño, el equipo no tenía idea de qué se trataba, pero una vez que utilizaron el Lidar, "su

forma perfectamente rectangular se hizo clara".

Tras el descubrimiento, el equipo realizó excavaciones en algunas partes de la estructura que revelaron varios objetos que habían pertenecido a la civilización y que habían estado ocultos por siglos.

Entre ellos, localizaron varios objetos decorativos y de carácter religioso o funcional, desde vasijas de barro hasta piedras talladas con formas de animales.

"Excavamos áreas pequeñas que nos permitieron pasar por toda la secuencia de su construcción y pudimos fechar su comienzo y fin", indica al académico.

¿Cuál es la importancia del hallazgo?

Para Adriana Velázquez, directora del mexicano Instituto Nacional de Arqueología e Historia en Campeche, se trata de un "hallazgo muy relevante" dado que ofrece nuevas aportaciones sobre las "di-

námicas tempranas" de la civilización maya.

"Es una investigación en proceso, apenas está comenzando, pero creo que puede ofrecer detalles muy importantes sobre la organización política de los mayas, su concepción del mundo y su relación con los olmecas (otra de las culturas que se desarrolló durante el periodo Preclásico de Mesoamérica)", le dice a BBC Mundo.

De acuerdo con la experta, el estudio de Inomata y su equipo revela un tipo de arquitectura maya del que se conocía poco, basado en arcilla y no en la piedra, como en sus famosas construcciones en Centroamérica, más tradicionalmente asociado con los olmecas.

"Generalmente se ha pensado que los mayas tomaron varias lecciones sobre la forma de vida, la arquitectura y la sociedad olmeca, pero este descubrimiento nos hace plantear-

nos que los mayas pueden haber tenido ese conocimiento incluso antes de estar en contacto con los olmecas", señala.

Inomata, por su parte, considera que el hallazgo cambia también la concepción que se tenía sobre la forma en que los mayas organizaron su civilización.

"Tradicionalmente, los arqueólogos pensaban que se desarrollaba la desigualdad social, y luego la élite, los gobernantes u otras personas poderosas organizaban grandes proyectos de construcción", indica.

¿Quiénes fueron los mayas?

Los mayas, que habitaron por casi dos milenios una amplia zona entre Guatemala, el sureste de México, Belice y la parte occidental de Honduras y El Salvador, fueron una de las civilizaciones precolombianas más desarrolladas y misteriosas.

Durante su periodo de apogeo, desarrollaron una escritura jeroglífica que fue uno de los pocos sistemas de escritura plenamente desarrollados del continente americano precolombino.

Su arte, arquitectura, mitología, así como sus notables sistemas de numeración y sus conocimientos en astronomía, matemáticas y ecología siguen sorprendiendo a los arqueólogos e historiadores a lo largo del tiempo.

Una de las grandes preguntas que ha quedado sin respuesta por siglos fue la causa detrás de la desaparición repentina de una civilización tan desarrollada, que algunas teorías han atribuido a una fuerte sequía reportada entre los años 800 y 900 de nuestra era.

BBC News Mundo

Ayuda con las tareas ahora

IMPULSADO POR BRAINFUSE

Recibe ayuda gratis con las tareas en línea desde tu casa, la escuela o la biblioteca.

AYUDA EN VIVO

(Desde las 2 a las 11 pm, diario) Obtén ayuda en línea con tutores expertos en cada tema para estudiantes de kinder hasta grado 12 y al nivel universitario. Disponibilidad de tutores hispanohablantes.

CENTRO DE EXÁMENES

Toma exámenes de práctica de las pruebas estandarizadas (SAT, ACT, GED y más) y práctica exámenes específicos del tema, como matemáticas y ciencias. Obtén resultados instantáneos.

CENTRO DE REDACCIÓN

Conectate con un tutor en línea para ayuda experta de redacciones, o para un análisis más completo, envía tu redacción y recibe un análisis detallado dentro 24 horas aproximadamente.

CENTRO 24/7

Envía una pregunta y recibirás una respuesta dentro de 24 horas aproximadamente.



¡GRATIS! APLICACIÓN DE BRAINFUSE
Aplicación disponible en App Store o Google Play.

Usa tu tarjeta de la biblioteca en www.TulsaLibrary.org/homeworkhelp para acceso a Brainfuse HelpNow.

¿NO TIENES UNA TARJETA?

Aplica en línea en www.TulsaLibrary.org/application y tendrás acceso instantáneo a este servicio ¡y más!

Tulsa City-County Library
Home of TulsaWiki.org

tulsaskids
www.tulsaakids.com



BROCHETAS BRASILEÑAS con chimichurri

Preparación 30 min | Tiempo Total 30 min | Rinde 8 porciones

Necesitas

1 arrachera (skirt steak) (1 lb), de aprox. 3/4 pulgada de espesor
1/4 taza de salsa inglesa LEA & PERRINS Worcestershire Sauce, cantidad dividida
1 paquete (13 oz) de salchicha sin curar con cebolla y pimientos asados OSCAR MAYER Selects Roasted Peppers & Onions Uncured Pork Sausage, cortada en 16 rebanadas
1 cebolla blanca, cortada por la mitad a lo ancho, y luego a lo largo en 8 pedazos en forma de cuña
2 tazas de surtido de finas hierbas (albahaca, cilantro y perejil italiano)
1/3 taza de aceite de oliva
3 cucharadas de vinagre de vino tinto HEINZ Red Wine Vinegar, 1 diente de ajo, bien picado
1/4 cucharadita de pimienta roja (cayena) molida

Hazlo

Calienta la parrilla a temperatura medio-alta. Corta la arrachera a lo ancho en 6 pedazos, luego corta cada pedazo a contrahilo (contra la veta del músculo), en 4 rebanadas. Coloca los pedazos de carne en un tazón mediano. Añádeles 2 cdas. de salsa Worcestershire; mézclalo ligeramente. Enhebra los pedazos de arrachera en 8 brochetes alternándolos con salchicha y cebollas. Licúa el resto de los ingredientes, incluyendo el resto de la salsa Worcestershire, hasta obtener una consistencia homogénea. Cocina las brochetas a la parrilla durante 10 min. o hasta que la arrachera se cocine a punto medio, volteando las brochetas frecuentemente. Sirvelas con la salsa chimichurri.



BRAZILIAN KABOBS with Chimichurri Sauce

Prep Time 30 min. | Total Time 30 min-Servings 8 servings

Watch and learn how to make Brazilian Kabobs with Chimichurri Sauce from My Food and Family! These Brazilian kabobs include global flavors for sizzling success.

What You Need

1 beef skirt steak (1 lb.), about 3/4 inch thick
1/4 cup LEA & PERRINS Worcestershire Sauce, divided, 1 pkg. (13 oz.) OSCAR MAYER Natural Uncured Roasted Peppers & Onions Sausage, cut into 16 slices, 1 white onion, cut crosswise in half, then lengthwise into 8 wedges, 2 cups mixed fresh herbs (basil, cilantro and Italian parsley), 1/3 cup olive oil, 3 Tbsp. HEINZ Red Wine Vinegar 1 clove garlic, minced, 1/4 tsp. ground red pepper (cayenne)

Let's make it

Heat grill to medium-high heat.
Cut steak crosswise into 6 pieces, then cut each piece across the grain into 4 slices. Place steak pieces in medium bowl. Add 2 Tbsp. Worcestershire sauce; mix lightly. Thread steak pieces onto 8 skewers alternately with sausage and onions. Blend remaining ingredients, including remaining Worcestershire sauce, in blender until smooth. Grill kabobs 10 min. or until steak is medium doneness, turning frequently. Serve with chimichurri sauce.

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra



jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

HOROSCOPO

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

perioo complicado, el estrés y la presión que está acumulando ante esta situación, que podría estar relacionada con dinero, impide que encuentre soluciones que le permitan avanzar hacia sus objetivos profesionales. Al no tener claras sus ideas en el terreno personal sobre su futuro, estará a punto de tener una crisis de ansiedad ante esta incertidumbre que estará haciendo mela en su ánimo, pida consejo que serene esa ansiedad.

pesar de las adversidades, este año, Leo logrará llegar al éxito profesional y la estabilidad económica. Los nacidos bajo este signo necesitarán superar ciertos miedos para avanzar hacia donde desee llegar, tendrá que asumir algunos cambios que permitan a Leo crecer como persona, esto es lo que le hará conseguir sus sueños. La inteligencia y la perspicacia harán que potencie su atractivo a la hora de conquistar a esa persona que le atrae.

centre en sus responsabilidades, en especial en esto momentos tan cruciales que iniciarán un cambio importante para Sagitario en el terreno laboral. Pasar desapercibido en su entorno social será conveniente, habrá alguien que hable a sus espaldas, aun así Sagitario no deberá bajar la guardia, para actuar a su debido tiempo. Será un momento en el cual, se potenciarán los encantos innatos de Sagitario.

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

bloqueo que no le permita ver con claridad sus prioridades laborales que lleven a Tauro a tomar las decisiones más adecuadas para su éxito profesional y económico. La estabilidad a nivel personal mantendrá a Tauro de buen humor todo el día aunque no cree que vaya a poder viajar en los próximos días. Vivirán una semana muy especial relacionada con el amor, llenos de calidez, diversión y coqueteo con su pareja. Si está soltero, tendrá la oscilación de los astros a su favor.

ente en su carrera actuar con destreza que generen esas oportunidades que Virgo busca para despuntar en su trabajo y economía. A nivel personal, habrá ciertas circunstancias que harán dudar sobre sus decisiones, pero, sabrá lo que está bien o no para satisfacer sus inquietudes, su intuición será su mejor aliado. La actitud distante por las dudas emocionales causará desconcierto en su pareja, los astros recomiendan el diálogo.

estará lleno de éxitos, pero, Capricornio no deberá perder la ambición innata para lograr todo lo que se propone en este 2020. La vida social le mantendrán muy ocupado, pero deberá hacer tiempo para pasar con la familia en ciertos días especiales y no tan importantes. A pesar de mostrarse reacto al amor, será importante que se dé una oportunidad y abra su corazón a los sentimientos que puedan surgir.

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

para expandir, este 2020, sus horizontes profesionales, con grandes beneficios económicos. En el terreno personal, será conveniente que sean precavidos con algunas gestiones pertinentes y evitar así algún contratiempo de última hora que le permita disfrutar de la familia. El amor está muy cerca, aunque en ocasiones no se permite sentirlo la influencia de los astros. En la salud debe descansar.

sus obligaciones, esto permitirá que Libra tener muy claro lo que busca para alcanzar sus objetivos de trabajo más ambiciosos. Las inquietudes personales que surgirán permitirán que dejen a un lado su orgullo y pida ayuda, será lo mejor para resolver cualquier altercado. Si llevan tiempo en una relación, es el momento para que Libra dé un paso más a su relación, por ello deberá si todavía hay amor comprometerse más con su pareja.

cia para que logre progresar y dé los resultados que Acuario tiene previstos para este 2020 en el trabajo. En el terreno personal, los nacidos bajo este signo del Zodiaco lograrán tener la confianza para dar un gran paso en su vida, que le permitirá a alcanzar un sueño que ha ido posponiendo. En el amor, si Acuario confía en la influencia de los astros, dejará esa falsa impresión que tiene sobre sus sentimientos.

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

que le llevará por el camino del éxito, así Cáncer podrá dejar de tomar decisiones basadas solo en dinero. Después de toda la semana de trabajo incesante, los nacidos bajo este signo del zodiaco deberán buscar algún tiempo para mimarse un poco, que también lo merece. La oscilación de los astros ayudará a Cáncer para que la relación sentimental mejore su vínculo, la madurez y seguridad que permitirá crecer como pareja.

La falta de organización en el trabajo afectará el desempeño de Escorpio en sus obligaciones, es crucial que planifique su agenda laboral con ciertas prioridades que permita a Escorpio tener una perspectiva más amplia de su futuro profesional. Los planes se han visto truncados y no hay nada que los nacidos bajo este signo del Zodiaco crean que pueden hacer para poder llevarlos a cabo sin ponerse en peligro. El exceso de independencia de Escorpio afectará a la relación de pareja.

que le permitirá a alcanzar un sueño que ha ido posponiendo. En el amor, si Acuario confía en la influencia de los astros, dejará esa falsa impresión que tiene sobre sus sentimientos.

HRW pide a EE.UU. que cese las deportaciones para no expandir el COVID-19

La organización Human Rights Watch (HRW) pidió al Gobierno de EE.UU. parar durante la pandemia las deportaciones de inmigrantes detenidos para evitar que el virus se disemine aún más.

"El Gobierno de EE.UU. debería imponer inmediatamente una moratoria en las deportaciones durante la pandemia del COVID-19 para evitar contribuir a la expansión global del virus", expuso la entidad en un comunicado.

HRW denuncia que mientras el país norteamericano es el que registra el mayor número de infectados por coronavirus

de todo el mundo, mantiene a numerosos inmigrantes encerrados en los centros del Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (ICE) donde es imposible mantener la distancia social recomendable y el acceso a medios sanitarios y de higiene puede ser complicado.

Sin embargo, añade, continúa deportando a personas que han estado en estos centros y que podrían ser portadores del virus, pues dicen que solo entre el 3 de febrero y el 24 de abril EE.UU. fletó 232 vuelos de deportación a América Latina y el Caribe.

"A pesar de los brotes del COVID-19 en los centros estadounidenses de detención de inmigrantes y las restricciones de viaje en todo el mundo, EE.UU. ha continuado con las deportaciones sin prestar mucha aten-

Estados Unidos
llegó a 1.856.118
casos confirmados de COVID-19,
con 107.281 fallecidos, según el
recuento independiente de la
Universidad
Johns Hopkins.

ción a las consecuencias", lamentó en este comunicado Nicole Austin-Hillery, directora del programa en EE.UU. de HRW.

A lo que añadió que "con estas temerarias deportaciones la Administración de Donald Trump está contribuyendo a la expansión de la COVID-19 y poniendo en peligro la salud pública global".

HRW expone que en estos centros de detención, en los que según ICE ya se han detectado 818 casos entre los internados, los inmigrantes no tienen acceso a medidas preventivas como mascarillas e incluso en algunos casos son obligados a pagar por el jabón.

La organización considera por tanto que enviar a sus países de origen a estas personas, en los que en muchas ocasiones no tienen acceso a la sanidad y



necesidades básicas, es un agravio añadido para ellos y sus comunidades, a las que exponen al virus.

Estados Unidos llegó a 1.856.118 casos confirmados de COVID-19, con 107.281 fallecidos, según el recuento independiente de la Universidad Johns Hopkins.

Los buenos amigos de DACA y que prometen seguir tendiendo una mano

A través de sus ocho años de vida, el programa de la Acción Diferida para Llegados en la Infancia (DACA) fue ganando un gran número de aliados que le brindaron su apoyo, y como "buenos amigos" serán decisivos para que el programa no sucumba en caso de una posible decisión en su contra en los próximos días por parte del Tribunal Supremo.

\\hicimos todo lo que pudimos para defender DACA, hasta rezar", explicó a Efe Xavier Becerra, el fiscal General de California.

Representando al Estado Dorado, el procurador Becerra encabezó una de las demandas contra la decisión de la Administración del presidente Donald Trump en septiembre del 2017 de poner fin al programa.

Desde ese entonces, el fiscal libró la pelea legal que ahora promete continuar si el fallo de la Corte Suprema es a favor del Gobierno.

"Voy a seguir defendiendo a los 'soñadores' (como se conoce a los beneficiarios de DACA), no podemos rendirnos para salvar un programa por el que hemos luchado por tanto tiempo", agregó.

LOS AMIGOS RICOS

Además de tener de aliado a California, considerada la quinta economía del mundo, el programa DACA y sus ahora casi 650.000 beneficiados cuentan con el apoyo de cerca de una veintena de estados y ciudades,



entre los que destacan Nueva York, Massachusetts, Washington, y Pennsylvania, ubicados entre los diez primeros estados con mayor Producto Interno Bruto (PIB) del país.

Entre la lista de amigos acaudalados de los soñadores están más de 140 multinacionales como Apple, Amazon, IBM o Google, que en su defensa presentaron un recurso legal conocido como "amicus brief" y que se puede traducir como "el expediente amigo".

En octubre pasado, el fabricante del iPhone sostuvo que "los 'soñadores' son vitales para el éxito de Apple. Desatan nuestra creatividad y nos ayudan a innovar. Son algunos de nuestros colegas más motivados y altruistas".

La poderosa Cámara de Comercio de EE.UU. también quiso mostrar su afecto por DACA, y junto a decenas de empresas de

diferentes sectores de la economía estadounidense criticaron al presidente Donald Trump por su deseo de cancelar el amparo migratorio que protege a los "soñadores" de la deportación.

LOS EDUCADORES Y LAS UNIVERSIDADES

El camino para llegar a tener esos aliados tan importantes, el programa y sus beneficiados tuvieron que comenzar por ganarse la simpatía y cariño de sectores que, aunque menos poderosos, les dieron una plataforma.

"Los profesores y las universidades fueron muy importantes en este proceso. Ellos le abrieron a DACA las puertas para que se conociera el programa", dijo a Efe la abogada y activista Lizbeth Mateo.

La mexicana fue parte de "Dream 9", un grupo de soñadores indocumentados que salió en 2013 y regresaron al país desafiando las leyes de inmigración y

poniendo a prueba al amparo de DACA.

Recordando los comienzos de su lucha, Mateo dice que muy poca gente sabía quiénes eran los soñadores y cuál era su lucha por lo que resultaron vitales los grupos y centros de apoyo para estos estudiantes indocumentados que aparecieron en colegios y universidades tras la aprobación de DACA.

"Entonces otros estudiantes comenzaron a entender la importancia de este programa y su drama", rememoró la mexicana, que vio rechazaron su solicitud por las autoridades migratorias.

Tras años de trabajo, el programa pudo obtener el respaldo de universidades prestigiosas como Harvard, Yale, Columbia y Stanford, que, como "buenos amigos", mandaron al Tribunal Supremo cartas de respaldo.

El sistema de la Universidad de California, en cabeza de Janet Napolitano, hace parte de las demandas que el Tribunal evalúa.

LOS ARTISTAS AL RESCATE

Tras la derogación del programa el 5 de septiembre de 2017, numerosas voces de Hollywood y el mundo del espectáculo clamaron contra el mandatario. "Expulsar a 800.000 niños que crecieron en Estados Unidos es equivocado, cruel y nauseabundo", afirmó la actriz Mia Farrow en un mensaje en 2017.

A los reclamos se sumaron voces opositoras al gobierno,

como la cineasta afroamericana Ava DuVernay, la actriz de origen puertorriqueño Rosario Dawson y el artista Lin-Manuel Miranda, que calificó en un mensaje de Twitter a Trump como "un hombre malo" y dijo que "era turno del Congreso" para salvar DACA.

"Años atrás soñábamos con tener ese apoyo, con que algún artista nos diera su respaldo, así que esto fue muy, muy importante para el movimiento", recordó con un poco de nostalgia Mateo.

En noviembre de 2017, es decir meses después de la decisión de Trump, la revista People dedicó su portada a DACA y reunió a cinco "soñadores" mexicanos que hicieron su sueño realidad a través de la educación, entre los que figuró César Vargas, el primer indocumentado aceptado para ejercer su profesión de abogado en Nueva York.

EL TROMPETISTA JOHN DAVESA DEDICÓ TODO UN ÁLBUM A LOS SOÑADORES

El trompetista John Davesa dedicó todo un álbum a los soñadores, "American Dreamers: Voices of Hope, Music Freedom", que reunió las voces de más de medio centenar de jóvenes indocumentados, y en 2019 ganó tres premios Grammy, llevando así esta problemática a los galardones musicales más importantes.

LOS INDOCUMENTADOS, UN AMIGO IRREEMPLAZABLE

Al ser cuestionada por el apoyo más importante que ha recibido DACA, Mateo dice que ni el programa ni los soñadores habrían llegado hasta este lugar sin el soporte de los indocumentados, esos padres y madres que dieron un paso atrás para que sus hijos pudieran obtener un permiso de trabajo y paralizar su posible deportación. Fueron indispensables en esta lucha, consideró la activista.

"Vamos a seguir aquí respaldándolos. Esta es una lucha de todos", sentenció Mateo.

El fallo de los nueve magistrados miembros de la máxima instancia judicial en torno al fin o la permanencia de esta protección, dispuesta en junio de 2012 por una orden ejecutiva emitida por el en ese entonces presidente Barack Obama, puede ser divulgado en cualquier momento antes de que acabe este mes.

EFE

Juez aprueba demanda colectiva por COVID-19 en centros migratorios de Florida

Una jueza federal aprobó una "demanda colectiva" presentada por detenidos de tres centros migratorios de Florida que temen contagiarse del nuevo coronavirus y ordenó al Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (ICE) seguir de "inmediato" los protocolos sanitarios contra la pandemia al considerar que no lo ha hecho "satisfactoriamente".

La jueza Marcia Cooke además ordenó a ICE no transferir detenidos de los centros de Krome, Broward y Glades, todos en el sur de Florida, donde se concentra el foco del COVID-19 en el estado, sin previo aviso a la corte y sin las pruebas que ordenan los Centros de Control y Prevención de Enfermedades (CDC).



jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

jirafa

jarra

Coronavirus en México: *Cancún, el principal destino turístico internacional de América Latina, reabre tras meses vacío y US\$1.000 millones de pérdidas*

Nunca Cancún pudo imaginar que, 50 años después de ser creada de la nada como una ciudad pensada por y para el turismo, celebraría su aniversario con sus playas idílicas desiertas.

En el famoso destino turístico mexicano, distinguido por ser el que más viajeros internacionales recibe en América Latina, sus gigantes hoteles y locales nocturnos cerraron y sus calles normalmente atestadas lucen vacías desde hace cerca de tres meses por la llegada del covid-19.

Solo se quedó la población local, la misma que casi en su práctica totalidad vive -directa o indirectamente- del turismo que un día dejó de llegar y que ya causó cientos de millones de dólares de pérdidas en la zona.

Assumiendo una temporada alta veraniega prácticamente arruinada, las autoridades tratan de recuperar al menos en parte la actividad para lo que queda de año y luchan por volver a atraer a los visitantes.

Para ello, y pese a que México se encuentra aún en la fase de máximo riesgo de transmisión de coronavirus según el gobierno, Cancún y el Caribe mexicano se convirtieron este lunes se convirtió en uno de los primeros grandes destinos turísticos de la región en abrir parcialmente hoteles y servicios a viajeros.

Conscientes de la desconianza que aún tienen muchas personas a viajar en esta fase de la pandemia, los empresarios aseguran que cumplirán con todos los protocolos para garantizar la salud de trabajadores y clientes en este retorno del turismo que, saben, será lento y paulatino enlo que queda de año.

Pérdidas millonarias

El turismo es un sector fundamental en todo el estado de Quintana Roo, donde además de Cancún se encuentra la conocida Riviera Maya con famosos destinos como Tulum o Playa del Carmen.

"De cada diez pesos que se producen en el estado, más de cinco provienen de este sector", recordó el pasado lunes el gobernador Carlos Joaquín González durante una visita del presidente mexicano, Andrés Manuel López Obrador.

Al aeropuerto de Cancún, por ejemplo, llegaron el año pasado 25 millones de personas. El 65% vino de fuera de México, con Estados Unidos y Canadá como principales puntos de origen de los viajeros.

Sus 35.000 cuartos de hotel suelen tener una ocupación media en torno al 80%, aunque para el pasado mes de abril la ciudad tenía previsto un lleno absoluto. Pero la llegada de la pandemia dio al traste con las estimaciones más optimistas.

Según datos del municipio de Benito Juárez al que pertenece, desde el inicio de la crisis en Cancún se perdió la llegada de diez millones de personas por vía aérea. En abril, su aeropuerto sufrió una drástica caída de operaciones del 97%.

Del 100% de ocupación hotelera prevista se pasó a un 2 o 3%, debido únicamente a la presencia de personal que realizaba actividades esenciales o de turistas que se quedaron varados sin poder regresar a sus países por la cancelación de vuelos y el cierre de fronteras.

"Es, sin duda alguna, el mayor reto al que se ha enfrentado Cancún en su historia", le dice a

BBC Mundo la alcaldesa de Benito Juárez, Mara Lezama.

Y eso que el impacto económico de este desastre es difícil de cuantificar. Hasta finales de abril, las autoridades municipales calculan pérdidas de unos US\$500 millones. Sin contar aún con los datos de mayo, estiman que ascendieron hasta los US\$1.000 millones en total.

Pero, pese a la reapertura, las pérdidas seguirán en lo que queda de año. De los US\$15.000 millones ingresados en 2019 en Quintana Roo, la Secretaría de Turismo estatal vaticina pérdidas del 32% hasta finales de diciembre. Es decir, cerca de US\$5.000 millones para todo el estado.

Uno de cada diez empleos perdidos en México

Y, como era de esperar frente a estas pérdidas de ingresos, miles de personas también se quedaron sin trabajo ante la ausencia de turistas en hoteles, resorts, bares o restaurantes.

Pero la sangría en Cancún es especialmente dramática. Con 91.000 empleos perdidos, significa que la ciudad concentra uno de cada diez de los 900.000 puestos de trabajo que, según el gobierno central, desaparecieron en todo el país desde el inicio de la pandemia.

"Somos de las regiones más afectadas del país porque el turismo es una de las industrias más dañadas. Tenemos una depresión económica", dice Lezama, quien recuerda además

que otros trabajos perdidos del sector informal no estarían contemplados en estas cifras oficiales.

La secretaria de Turismo de Quintana Roo, sin embargo, subraya que más de 400.000 empleos pudieron ser mantenidos en todo el estado gracias al compromiso logrado con empresarios de negocios cerrados para que mantuvieran a sus trabajadores en nómina.

"El 87% del PIB en el estado está en el sector servicios y la mayoría es turismo, por lo que si se descuidaba el empleo podríamos tener una grave crisis social con hogares sin ningún tipo de ingreso", dice la titular de Turismo de Quintana Roo, Marisol Vanegas.

En conversación con BBC Mundo, la secretaria considera "un indicador muy positivo" el hecho de que "ninguna de las más de 6.000 empresas en el estado haya entrado en proceso de quiebra".

El restaurante Primo, en Playa del Carmen, es uno de estos negocios que ha logrado sobrevivir a la crisis. Su propietario y chef, Pedro Abascal, reconoce que no ha sido nada fácil: calcula que sus clientes bajaron un 95%, lo que le hizo perder unos 500.000 pesos (US\$23.000).

Durante la pandemia continuó preparando comidas, pero solo para llevar. Gracias a ello y a que cuatro de sus empleados decidieron marcharse para



pasar en sus ciudades la cuarentena, pudo mantener al resto de trabajadores con las mismas condiciones.

Reapertura parcial a la espera de turistas

Ante este hundimiento de la economía local, las autoridades de Quintana Roo decidieron reabrir parcialmente desde este lunes los hoteles y servicios turísticos.

Pese a que casi todo el resto de México continúa prácticamente cerrado salvo los considerados servicios esenciales, desde el 1 de junio son los estados los que tienen capacidad de adap-

tar las condiciones de la vuelta a la "nueva normalidad".

En el caso de Quintana Roo, se autorizó la apertura paulatina de los sectores relacionados con el turismo según cuál sea su grado de riesgo a posibles contagios de covid-19.

Así, desde este lunes, hoteles, restaurantes y tiendas de Cancún y Riviera Maya pueden abrir al 30% de su capacidad. Las playas permanecen cerradas hasta la siguiente fase, que será revisada semanalmente.

Y aunque la OMS advirtió la semana pasada del riesgo de reabrir las economías demasiado rápido en América Latina por riesgos de brotes de covid-19, las autoridades estatales aseguran que se tomarán todas las medidas para impedir que eso ocurra.

Como ejemplo, citan las 4.400 empresas en todo Quintana Roo que fueron certificadas sobre su cumplimiento de acciones de seguridad sanitaria antes de reiniciar sus actividades. Además, Cancún y el Caribe Mexicano fueron el primer destino de América en recibir el Sello de Seguridad Global otorgado por el Consejo Mundial de Viajes y Turismo.

Abascal enumera un buen puñado de medidas que ha tenido que implementar en su restaurante para adaptarse a la nueva normativa y de cómo ello le ha supuesto gastos adicionales e imprescindibles si quería volver a abrir.

Previsiones al 50%

Pese a la reapertura, muchos turistas aún se muestran con dudas a viajar por temor a contagios y otros aún no pueden hacerlo hasta que las aerolíneas vuelvan a retomar sus vuelos hacia Cancún.

Su alcaldesa explica que sus potenciales clientes en estos primeros meses serán turistas nacionales, basándose en estudios que afirman que en la actual crisis "los turistas no quieren viajar más de cuatro horas en avión ni cuatro o cinco por carretera".

Ante este panorama, Lezama estima que llegar a un 30% de ocupación en verano sería una cifra aceptable. "Y nuestros cierres de año suelen ser al 100%, pero hacerlo esta vez con un 50% sería maravilloso".

Los próximos meses no serán fáciles para que Cancún recobre pronto su título de destino latinoamericano preferido para visitantes internacionales.

La llegada de gran cantidad de sargazo a sus costas o los daños causados por la tormenta tropical Cristóbal a partes del estado en los últimos días tampoco ayudarán.

Cómo cuidar tu piel y cabello después de un día de piscina

Ways to Care for Your Skin Before and After a Swim

Las altas temperaturas han hecho que las piscinas se conviertan en nuestras mejores amigas a la hora de disipar el calor, pero un día en el agua puede causar estragos en nuestro rostro y cuerpo, así que sigue estos consejos.

Nos encantan las piscinas, sobre todo en días tan calurosos. Sin embargo, el exceso de agua puede causar estragos en nuestra piel, pelo y cuerpo, por lo que sigue estos tips que te ayudarán a cuidar estas partes que tanto se dañan durante las vacaciones de verano.

Cuidados para la cara

–Después de tomar sol, échate en el rostro gel limpiador para quitar los excesos de grasa que por lo general dejan los bloqueadores y bronceadores.

–Una vez por semana, aplícate un exfoliante suave para retirar las células muertas y las impurezas. Esto puedes complementarlo con mascarillas de productos naturales, como aceite de oliva, miel y palta.

Cuidados para el cuerpo

–La ducha después de una tarde de piscina es necesaria para quitar los residuos de cloro que el agua deja en la piel. Puedes complementarlo con un jabón que tenga pH neutro para no maltratar tanto la piel.

–Después del baño, humecta tu cuerpo con mucha crema, así nutrirás de inmediato las zonas que estuvieron expuestas por tantas horas al sol y al agua con químicos.

–Échate más crema en la zona del rostro, del escote y el cuello, que suelen ser las más sensibles

–Lo ideal es que las cremas tengan componentes antioxidantes y sustancias descongestivas, como por ejemplo vitaminas A, E, C y D, ácido hialurónico, ginseng, joboba, soja, úrea, aloe vera o manzanilla.

–Si te quemaste mucho, usa algún tipo de loción after sun. Son muy buenas para aliviar el malestar que provocan las quemaduras.

Cuidados para el pelo

–El pelo es una de las partes que más sufre con el verano, sobre todo por el contacto con el cloro del agua y por ser una de las zonas que recibe más rayos solares. Por eso es muy recomendable que uses productos con siliconas, aceite de joboba o keratina, y que idealmente tengan protección solar porque los rayos ultravioleta resecan el cabello al igual que la piel, y además afectan su estructura.

–Además, el cloro y la sal provocan pérdida de la humedad. Entonces el pelo se deshidrata y pierde brillo. Después de ir a la piscina o a la playa hay que enjuagarlo con agua potable y echarse productos protectores que hidraten. Si tienes el pelo teñido, lo ideal es que uses aceites capilares con protección UV para conservar la coloración.

–Otra forma de proteger tu pelo es usar un sombrero o pañuelo cuando tomes sol. De esta forma ayudarás a que no se vea tan maltratado.

CONSEJOS ÚTILES:

–Cuando tu pelo está húmedo es más sensible a las agresiones del sol, así que es preferible que tomes sol cuando lo tengas seco.

–Durante la noche usa cremas de tratamiento intensivo que tengan aceites reparadores. Así le devolverás hidratación a tu cabello.



–PARA EVITAR QUE LAS PUNTAS DE TU CABELLO SE DETERIOREN, CÓRTALAS ANTES DE IRTE DE VACACIONES. CUANDO ESTÁN SANOS, SON MENOS SENSIBLES Y LES RESULTA MÁS DIFÍCIL ABRIRLOS.

–TO PREVENT THE ENDS OF YOUR HAIR FROM DETERIORATING, CUT THEM OFF BEFORE GOING ON VACATION. WHEN THEY ARE HEALTHY THEY ARE LESS SENSITIVE AND IT IS MORE DIFFICULT FOR THEM TO OPEN.

ENGLISH

Spending a lazy summer day at a beautiful pool may be the best way to enjoy the season. And with warm weather just around the corner, you’ve probably got your beach bag ready with a new swimsuit, towel and clarifying shampoo. Before you dive in, though, you might want to spend some time prepping your skin, too.

While chlorine’s harsh effects on the scalp (and that nasty knack for turning your hair green) get all the attention, it turns out that pool chemicals may be equally unkind to your skin if you’re not careful. (If you’ve ever felt itchy after swimming in a pool, you’ve already experienced this “scaly mermaid” skin.)

Here’s how dermatologists recommend caring for your skin before and after a swim.

1. Prep your skin with a barrier cream

Chlorine is added to swimming pools to disinfect and prevent the rise and spread of bacterial, viral and protozoan diseases. Due to its caustic nature, chlorine is a cause of irritant contact dermatitis, namely red, dry, itchy skin.

To avoid that uncomfortable itch and redness, prepping your skin with a barrier cream before getting in the pool. Look for products with glycerin, oils or petrolatum listed on the ingredients. Bonus if it contains dimethicone, which forms a seal between the chlorine and your delicate skin.

Note: Not all pools allow moisturizers to be worn by swimmers, as they may interfere with the disinfecting chemicals. Check the rules before lathering up.

2. Shower and moisturize immediately post-swim

You already know you usually need to rinse off before entering the pool, per the listed rules. But if you wait until you get home to shower after a swim, you’re doing your skin a disservice. Rinse off right after! Do not let the chlorinated water sit on the skin for a long period of time. Warm-to-cool, clean water is best to avoid additional dryness.

In the locker room, you may also use a mild and hydrating cleanser or body wash to start to restore the skin’s pH balance from the pool chemicals, per the American Academy of Dermatology. After rinsing off, reapply a moisturizer to restore hydration to the skin.

3. Don’t air dry!

After a cool dip, you may be tempted to just lie on your towel and let the sun dry you off. That’s not the best idea. There is a misconception that air-drying is beneficial for the skin, but that’s simply not the case. Air-drying will lead to more dryness of the skin. Rinsing off with clean water and then drying yourself with a cotton towel instead. After that, it’s time to get back to sunning—after applying more SPF, of course.

4. Keep the moisturizer coming

If your skin is still feeling dry/flaky after you get home from the pool, switch to a thicker moisturizer or ointment. Remember, lotions are not as hydrating as creams, and creams are not as hydrating as ointments.

You must use an ointment after a long day in the sun and pool. Apply a thick emollient (ointment) to the skin from the neck down before going to bed.

5. Don’t forget your face

Luckily, swimming doesn’t usually lead to breakouts on your face. However, it may be as dry and irritating for the face as for the rest of your body. Hydration before and after swimming is key. Remember to rinse your face right after the pool, too.

PLANTAS DE VERANO RESISTENTES AL SOL

Veamos unas plantas de verano perfectas para lucirse al sol. Unas seleccionadas para tener flor en macetas, maceteros o, incluso, plantadas directamente en el jardín.

1. Surfinia, una de las plantas de verano por excelencia

No podríamos hablar de plantas de verano sin mencionar a la Surfinia. Un auténtico símbolo de esta época del año, que llena de colorido casi cualquier espacio. Perfecta para ocupar jardinerías, también lo es para un macetero colgante o un macetero a pie de suelo de buena altura. Añadido, la variedad de su colorido es tal que es imposible no encontrar el tono más adecuado para completar la decoración de cualquier espacio exterior.

2. Geranio, otro clásico de esta época del año

Una de las plantas de verano imprescindibles. Y decimos esto porque el geranio es una de las más populares en ventanas, terrazas, balcones o jardines con la llegada del buen tiempo. Más allá de su increíble gama de colores, también cuenta con un buen número de formas. Desde el geranio zonal, que crece en vertical, al geranio trepador o hiedra pasando por variedades tan singulares como el geranio

Randy o el geranio Pensamiento. Una planta rústica que nos exigirá muy poco para estar preciosa.

3. Dalia, la exuberancia hecha flor

Atractiva y llamativa, la Dalia recibe el sobrenombre de «la diva del jardín». Y no es para menos: su increíble floración es un auténtico espectáculo. Dado que es una planta originaria de México, una ubicación a pleno sol es lo ideal para que crezca y florezca plenamente.

4. Clavelina, la planta ideal para las ventanas

Si eres un amante de las plantas de verano con floraciones pequeñas, la Clavelina es la ideal. Sus flores, que oscilan entre el blanco y buena parte de las gamas del rojo, crecen de manera aislada o



creando pequeños ramilletes.

5. Margarita Dimorfofeca, También llamada Margarita

africana.

es muy sensible al exceso de agua en sus raíces

LA SEMANA

www.lasemanadelsur.com

(918) 744-9502

f

LaSemanaUSA

@LaSemanaUSA

OKLAHOMA'S SPANISH-ENGLISH WEEKLY NEWSPAPER

ANUNCIATE CON NOSOTROS

ADVERTISE WITH US

Descuentos

promocionales

PROMOTIONAL DISCOUNTS

10 países que perdieron más bosque virgen en el mundo

Destruction of tropical forests worldwide increased in 2019, study shows

(5 están en América Latina)

La devastación es tan enorme que las cifras desafían la imaginación. En 2019 se perdió cada seis segundos en los trópicos una extensión de bosque primario o virgen equivalente a una cancha de fútbol. Diez canchas en apenas un minuto. Los datos son del nuevo informe divulgado por Global Forest Watch, una plataforma de monitoreo de bosques en tiempo real que pertenece al World Resources Institute, Instituto de Recursos Mundiales, con sede en Washington.

El año pasado se perdieron en los trópicos 11,9 millones de hectáreas de bosque en general, asegura el informe, elaborado en base a datos satelitales analizados por la Universidad de Maryland.

Cerca de una tercera parte de esa pérdida, 3,8 millones de hectáreas, correspondió a bosques primarios.

Y América Latina jugó un papel fundamental en esta historia de destrucción.

Un tercio de toda la pérdida de bosque primario tropical a nivel global en 2019 tuvo lugar en Brasil. Y otro caso destacado por el informe es la pérdida "masiva" de bosque en Bolivia.

A nivel global, el informe señala que la pérdida de bosque primario en 2019 representa un aumento global de 2,8% respecto al año anterior. Y aunque fue menor que la de los años record de 2016 y 2017, es la tercera peor tasa de pérdida en los últimos 20 años.

¿Qué es exactamente un bosque primario?

El bosque primario tiene características únicas que explican por qué su pérdida causa daños irreversibles.

"Cuando hablamos de bosque primario nos referimos a un bosque maduro, que ha estado allí durante muchas décadas y en los que no ha habido intervención humana en el pasado reciente", explicó a BBC Mundo Mikaela Weisse, analista de Global Forest Watch.

Estos bosques nativos no solo son importantes por el oxígeno que brindan y por su rica biodiversidad. Son además sumideros de carbono naturales con gran capacidad de absorber CO2 de la atmósfera y mitigar el cambio climático.

"Sabemos que los bosques primarios almacenan el doble de carbono que los bosques no primarios. Y la flora y fauna que están adaptadas a los bosques primarios, como los jaguares, o los orangutanes, no pueden vivir en otro tipo de ecosistemas". Cuando son quemados o al descomponerse los árboles liberan carbono a la atmósfera.

Weisse señaló que la pérdida de bosque primario de 2019 está asociada a un aumento en dióxido de carbono equivalente a las emisiones de 400 millones de autos en el mismo período.

Los cinco peores de América Latina

El informe destaca entre las 10 naciones con mayores pérdidas de bosque primario tropical en 2019 a los siguientes países latinoamericanos.

(Puedes encontrar los datos para cada país incluido en el informe en <https://www.globalforestwatch.org/dashboards/global>)

-Brasil: "Lo que más me preocupa en el caso de Brasil es que representa un tercio de toda la pérdida de bosque primario en los trópicos. Es impresionante", afirmó Weisse.

Aparte de 2016 y 2017, cuando hubo pérdidas sin precedentes por incendios, 2019 fue el peor año de Brasil en cuanto a bosques primarios en 13 años.

Los incendios de agosto de 2019 en la Amazonía no fueron la principal causa de pérdida de bosque primario en Brasil, ya que muchos de esos fuegos ocurrieron en áreas ya afectadas por deforestación.

-Bolivia: El total de pérdida forestal en este país fue 80% mayor que el récord anterior (en 2016) desde que Global Forest Watch comenzara a monitorear bosques en 2002.

"Una de las mayores historias del informe este año es la pérdida masiva de bosque en Bolivia debido a los incendios catastróficos de 2019", señaló Seymour.

Los incendios se registraron fundamentalmente en la región de Santa Cruz. Muchos fuegos fueron iniciados por la quema de bosque para agricultura, pero se esparcieron sin control debido a fuertes vientos y sequías.

-Colombia: Desde 2002 a 2019 Colombia perdió 1,5 millones de hectáreas de bosque primario húmedo, un 36% de la pérdida total de bosque en ese período, según el informe.

La pérdida de bosque primario en 2019 fue menor que las altas tasas registradas en los dos años anteriores.

La destrucción de bosque virgen en Colombia se incrementó rápidamente luego del acuerdo de paz de 2016, que según Weisse "dejó un vacío de poder en tierras previamente ocupadas en la Amazonía".

En abril de 2019 el gobierno lanzó la Operación Artemisa de control de la deforestación en parques nacionales con la participación de militares.

-Perú: Desde 2002 a 2019, Perú perdió 1,9 millones de hectáreas de bosque primario húmedo, un 65% del total de pérdida forestal en ese período.

"En 2019 vimos un aumento de 15% en Perú en pérdida de bosque primario en comparación con el año pasado", señaló Weisse a BBC Mundo.

-México: "En 2019 se registró la tasa más alta de pérdida de bosque primario en el país desde que empezamos nuestro monitoreo en 2002", afirmó Weisse.



En 2019, cuando hubo incendios en Campeche y Chiapas, por ejemplo".

La lección positiva de Indonesia

Fuera de América Latina, el informe destaca el impacto devastador de los incendios de Australia de fines del año pasado y principios de 2020.

La pérdida de bosque se sextuplicó en ese país en 2019 en relación al año anterior.

Pero también hubo buenas noticias en el caso de Indonesia, donde la pérdida de bosque se redujo por tercer año consecutivo.

El gobierno indonesio introdujo nuevas medidas tras los devastadores incendios de 2015 que tuvieron lugar fundamentalmente en áreas de turba, un tipo de suelo húmedo que almacena mucho carbono y quema con facilidad, liberando grandes cantidades de humo.

ENGLISH

The worldwide destruction of tropical forests increased last year, according to a recent study.

Data recorded by the environmental research group World Resources Institute and the University of Maryland revealed the global loss of old-growth, or primary, tropical forest — 9.3 million acres, an area nearly the size of Switzerland — was about three percent higher than in 2018 and the third-largest loss since 2002.

That would mean an area the size of a soccer field was lost every six seconds during the course of the year.

In addition, researchers estimated that the loss of primary tropical forest resulted in the release of more than two billion tons of carbon dioxide — more than the combined emissions from all on-road vehicles in the U.S. in a typical year.

Since 2000, the world has lost about 10 percent of its tropical tree cover.

Only 2016 and 2017 were markedly worse, when heat and drought led to record fires and deforestation, especially in Brazil.

Once again, the

South American country led the world in deforestation. Brazil was responsible for more than one-third of the total reported figure. Under President Jair Bolsonaro's anti-environmental policies, deforestation of the Amazon through clear-cutting appears to be on the rise.

In August 2019, Bolsonaro also drew widespread condemnation from environmental groups and world leaders for massive fires. However, Mikaela Weisse, who leads the institute's Global Forest Watch program, told The New York Times that the

blazes actually contributed relatively little to Brazil's total primary forest loss of about 3.4 million acres. Only about one-fifth of fires burned in primary forest.

Instead, data received from the Brazilian government's forest-monitoring programs and other projects exhibited an increase in the clear-cutting of primary forests for agriculture.

"Even though the overall primary forest trend is only a small increase, we think that deforestation is getting worse," Weiss said.

"The level of forest loss we saw in 2019 is

unacceptable," Frances Seymour, a senior fellow with the Institute, said. "We seem to be going in the wrong direction."

"There has been so much international effort and rhetoric around reducing deforestation, and companies and governments making all these commitments that they are going to reduce by half their tropical forest loss by 2020," Weisse added. "The fact that it's been so stubbornly persistent is what's worrying to us."

But, the forecast for 2020 is not any sunnier as the coronavirus pandemic is still rampant.

There were also some encouraging signs that efforts to reduce deforestation had some results in 2019.

In Indonesia, primary forest loss declined for the third year in a row. Colombia saw a decline similar to their level of 2016, and both Ghana and Ivory Coast exhibited significant declines. Ghana's total of about 14,000 acres was its lowest since 2014, while Ivory Coast had its lowest total since 2005, at 29,000 acres.

The New York Times contributed to this report.

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

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

PAGO POR VACACIONES

SEGURO DE SALUD | SEGURO DENTAL | SEGURO DE VIDA

DOS SEMANAS DE VACIONES DESPUES DEL AÑO

BONO NAVIDEÑO | BENEFICIOS COMPARTIDOS

BONO POR PRODUCCIÓN | BONO POR ASISTENCIA

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