

## SUCESOS



**IAPEM FRUSTRÓ ROBO Y DETIENEN A SUJETO ARMADO EN EL TUY**



**DETENIDO UN CIUDADANO POR MALTRATAR A SU CÓNYUGE EN CHARALLAVE**

28 de marzo de 2023 / Redacción



**CAPTURADO UN HOMBRE QUE CAPTABA JÓVENES POR FACEBOOK PARA ABUSAR DE ELLAS EN YARE**

28 de marzo de 2023 / Redacción



**DETENIDOS DOS CIUDADANOS POR INCURRIR EN UNO DE LOS DELITOS CONTEMPLADO EN LA LEY PARA EL DESARME Y CONTROL DE ARMAS Y MUNICIONES**

## LOCALES



**PATRIMONIAL OBRA TEATRAL "VIDA, PASIÓN, MUERTE Y RESURRECCIÓN DE NUESTRO SEÑOR JESUCRISTO" SE REALIZÓ EN CHARALLAVE**

2 de abril de 2023 / Oscar Vega



**TERMINAL DE CHARALLAVE MOVILIZARÁ A 2000 PASAJEROS DURANTE SEMANA SANTA, ACTIVARÁN RUTA PLAYERA**

30 de marzo de 2023 / Redacción



**SE LLEVÓ A CABO LA OBRA TEATRAL "JESUS REY DE REYES" EN CHARALLAVE**

1 de abril de 2023 / Oscar Vega



**OFICINA DE ATENCIÓN A LA MUJER VÍCTIMA DE VIOLENCIA CONMEMORA EL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER**

29 de marzo de 2023 / Redacción

## ESPECIALES



**TODO LISTO PARA QUE CARACAS BRILLE CON LOS PREMIOS EMPERADOR INTERNACIONAL 2023**



**¡CELEBREMOS HOY Y TODOS LOS DÍAS EL MES DE LA MUJER!**

28 de marzo de 2023 / Yorgelis López



**¿SE TE ANTOJA UNA ENSALADA CESAR? ¡HOY TE ENTREGO ESTA OPCIÓN SALUDABLE Y DELICIOSA!**

28 de marzo de 2023 / María Carine Navas



**¿POR QUÉ ES BENEFICIOSO MANEJAR BICICLETA?**

28 de marzo de 2023 / Yineth Manrique

## PATRIMONIAL OBRA TEATRAL “VIDA, PASIÓN, MUERTE Y RESURRECCIÓN DE NUESTRO SEÑOR JESUCRISTO” SE REALIZÓ EN CHARALLAVE

2 de abril de 2023

Oscar Vega

Este sábado 1° de abril se realizó en Charallave, la tradicional y denominada Patrimonio Cultural del municipio Cristóbal Rojas, la obra “Vida, Pasión, Muerte y Resurrección de nuestro señor Jesucristo”, llevada a cabo por el Grupo Teatral Juvenal Clemente 2016.



La misma inició en las residencias El Campito, donde el orador de orden, el cronista del pueblo Jose Luis Houtman dio las primeras palabras, reseñando la historia de esta magistral puesta en escena, en compañía del director del grupo teatral Juan Carlos Morillo.

En el trayecto hasta la plaza Bolívar, se escenificaron varias etapas de la vida de nuestro señor Jesucristo, hasta llegar a la crucifixión y resurrección. Un trabajo de gran envergadura, organización y planificación, que este equipo llevó a cabo desde el inicio de este año y que contó con la presencia de organismos de seguridad tales como: Policía de Miranda, Policía Municipal y Protección Civil.

**Historia del Grupo Teatral Juvenal Clemente 2016 y de la obra “Vida, Pasión, Muerte y Resurrección de nuestro señor Jesucristo**

El grupo teatral en un principio se llamaba «Grupo Juvenil Teatro de Charallave» el cual fue fundado por el Sr. Juvenal Clemente, desde el año 1969 cuando inició la obra de la pasión de Cristo en el Cementerio Viejo de Charallave. En 1975 Juvenal lleva la obra a las calles de Charallave y a la plaza para que todo el pueblo lograra ver la obra de La Pasión de Cristo.



La obra tuvo un receso de 20 años en el que lamentablemente Juvenal Clemente fallece. En 2016 un grupo de personas encabezadas por los señores Wilson Cisnero y Expedito Cesa, que en su momento participaron con Juvenal Clemente deciden volver a retomarla; haciendo honor al fundador le colocan el nombre de él a la agrupación, que hoy en día se llama Grupo Teatral Juvenal Clemente 2016.

Abogado Juvenal Clemente

En el 2019 es nombrado Juan Carlos Morillo como presidente de la agrupación. Posterior a su nombramiento, él decidió conformar el resto del equipo directivo que se detalla a continuación: Ysidora Rodríguez, Yimmy Oliveros, Skarlit Cádiz, Fermina Rodríguez y José Alberto Briceño.

Por tal trayectoria la obra «Vida, Pasión, Muerte y Resurrección de nuestro señor Jesucristo»; el año pasado (2022) fue decretada Patrimonio Cultural del municipio Cristóbal Rojas.

Entre los personajes que han llevado la ardua tarea de representar a ese ser supremo como lo es Jesucristo tenemos a: Juvenal Clemente (Fundador), Luis Paso, Dante Olvido, Freddy Olivo, Alberto Sarmiento y Yosmael Bello. Para este año 2023 lleva de responsabilidad Raúl González.

Cabe resaltar que la agrupación teatral es sin fines de lucro y los actores son del mismo pueblo charallavense. El director en la actualidad de la obra es Yimmy Oliveros, persona que debe llevar de la mano del grupo el mensaje del Maestro de Maestro. Esta obra es presentada cada año el sábado de dolores o sábado antes del Domingo de Ramos, dónde utilizan las calles y la plaza Bolívar para representar cada momento sagrado de nuestro Padre Celestial, con escenarios naturales de nuestro pueblo.

## SE LLEVÓ A CABO LA OBRA TEATRAL “JESUS REY DE REYES” EN CHARALLAVE

1 de abril de 2023

Oscar Vega

Este viernes 31 de marzo se llevó a cabo en la plaza Bolívar de Charallave, la obra “Jesus Rey de Reyes”, presentada por la compañía de teatro Escena 19, bajo la dirección de Jean Carlos Guzmán, Nardy Suarez, Morela Hernandez, José Sánchez y Narky Suárez.



A este evento asistieron cientos de charallavenses, los cuales pudieron disfrutar de la escenificación de la vida de nuestro señor Jesucristo, haciendo mucho énfasis en el sufrimiento de la Madre de Dios, la Virgen María.

Una obra sin duda alguna, de alta envergadura y organización, la cual contó con el apoyo de comerciantes, personalidades y sociedad civil en general; lo cual permitió darle un hermoso regalo al pueblo de Charallave.

Recordemos que dicha agrupación de teatro fue fundada el 25 de marzo de 2019 y ha venido presentando diversas obras para el disfrute de las personas. Con estas actividades se avanza cada día más en el rescate de la cultura, los valores y el gentilicio de los charallavenses.

Esta semana la obra teatral “Jesus Rey de Reyes” será trasladada nuevamente, por invitación de la alcaldía de Caracas a presentarse en la ciudad capital.



## OPERACIÓN "VENEZUELA COME PESCADO" LLEGA A PAZ CASTILLO ESTE SÁBADO 01 DE ABRIL



**30 de marzo de 2023**

### Redacción

Una gran jornada de "Venezuela Come Pescado", se desarrollará este próximo sábado 01 de abril de manera simultánea en tres puntos del municipio Paz Castillo. Este gran despliegue forma parte de la agenda que tiene la Gobernación de Miranda para la época "Semana Santa 2023", donde el pueblo luciteño podrá adquirir con a muy bajo costos las proteínas pesqueras frescas y frutos del mar.

La jornada estará disponible a partir de las 8:00 am en tres puntos importantes de la entidad los cuales son: Casco Central de Santa Lucía, dentro del estacionamiento del antiguo B.O.D al frente de la plaza Simón Bolívar; Terminal del Alto de Soapire y en el Sector La Lagunita, en el eje de Mariche.

El alcalde Víctor Julio González, extendió la invitación a toda la población para que asistan a adquirir a bajos precios y a degustar de un buen pescado en esta Semana Mayor.

Agradeció al Gobierno Bolivariano por promover las políticas de protección social con el fin de garantizar la alimentación del pueblo, además al gobernador Héctor Rodríguez quien a través de la Secretaría de Pesca del estado Miranda permite que la familia luciteña disfrute del tradicional pescado de la "Semana Santa".

Serán más de 50 especies a expender entre los tres puntos habilitados, durante la jornada Venezuela Come Pescado. (FIN/MR)

Por: Prensa Paz Castillo

## TERMINAL DE CHARALLAVE MOVILIZARÁ A 2000 PASAJEROS DURANTE SEMANA SANTA, ACTIVARÁN RUTA PLAYERA



**30 de marzo de 2023**

### Redacción

Alrededor de 2 mil temporadistas se movilizarán durante los días de asueto de Semana Santa 2023, por las instalaciones del terminal de pasajeros de Charallave, según las estimaciones del director de Transporte y Vialidad del municipio Cristóbal Rojas, Jesús Guerrero.

Explicó que están operativas las agencias de viajes Exmorca, San Cristóbal, Primavera, Responsable de Venezuela, Occidente y Aerovías de Venezuela. Los destinos más solicitados son San Cristóbal, con el costo del pasaje en 35 dólares o al cambio según la tasa del Banco Central de Venezuela (BCV); Maracaibo 25 dólares y El Vigía 25 dólares.

Guerrero agregó que para el oriente los precios de los boletos varían para Anaco 22 dólares, El Tigre 25 dólares, Cumaná 22 dólares, Puerto La Cruz 20 dólares, Carúpano 26 dólares, Maturín 26 dólares, Ciudad Bolívar 30 dólares y San Félix 35 dólares, con la agencia Responsables de Venezuela.

El director de Transporte y Vialidad señaló que se activará la Ruta Playera desde Charallave hasta el Litoral Central y el costo de los pasajes es de 7 dólares. Seguridad garantizada...

Guerrero comentó que, para el resguardo de los viajeros, estarán desplegados 40 funcionarios de diferentes organismos como: Instituto Nacional de Tránsito y Transporte Terrestre (INTT), Policía Nacional Bolivariana (PNB), Consejo Municipal de Protección del Niño, Niña y Adolescente (Cmpnna) y la Policía Municipal de Cristóbal Rojas.

"Tal y como lo ordenó el alcalde Humberto Marte este importante terminal contará con todas las medidas de protección para que los temporadistas puedan viajar sin ningún inconveniente, además estamos habilitando rutas playeras para que los tueros puedan disfrutar de los balnearios de La Guaira" dijo.

Por: Prensa Alcaldía Cristóbal Rojas/ Hernán Romero

Fotos: Feliciano Sequera



### SERVICIOS CONTABLES

Contabilidad para tu negocio, declaraciones de impuestos, certificaciones de ingresos, balances personales.

**LOS MEJORES PRECIOS** 0412-044-48.42

"Un Dulce Momento, un Gran Recuerdo"



**Tortas Personalizadas**

Instagram: @dulcesdeliciasggya WhatsApp: (0416) 812.9234

## EL MEJOR INTERNET TUNDRA

De la ZONA

**0412.710.0218**

Instagram: @TUNDRACONNECTION

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

*Luzette García*

FPV N 17045

**CONSULTA PRESENCIAL Y ONLINE**

Instagram: @PSICOSENCIAL2021

CARACAS Y VALLES DEL TUY

## OFICINA DE ATENCIÓN A LA MUJER VÍCTIMA DE VIOLENCIA CONMEMORA EL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER

29 de marzo de 2023

### Redacción

En las instalaciones del Cine Teatro Santa Lucía del municipio Paz Castillo del estado Bolivariano de Miranda, la Oficina de Atención a la Mujer Víctima de Violencia de la Policía Municipal de Paz Castillo, la cual está dirigida por la Oficial Jefe Lilibeth Pérez, realizó un conjunto de actividades en conmemoración del mes de la mujer, conjuntamente con el Instituto Municipal de La Mujer y la Casa de Justicia y Paz.

Estos actos estuvieron presididos por el Alcalde del Municipio Paz Castillo Víctor Julio González y el Comisionado Jefe Msc. Jairo Blanco, con la finalidad de agasajar a las mujeres en su día y brindarles diferentes herramientas de prevención de violencia a las mujeres luciteñas, dándole continuidad a la lucha en la disminución de los delitos contemplados en los diferentes tipos de violencia que se encuentran estipulados en la Ley.



A su vez, se realizó entrega de reconocimientos a los distintos organismos enlaces, entre ellos: La Contraloría Municipal, el Consejo Municipal, el Departamento de Prevención del Delito, así como a distintos funcionarios de la Policía Municipal y de la Policía del Estado Bolivariano de Miranda, por el valioso apoyo brindado a la Oficina de Atención a la Mujer Víctima de Violencia durante la ejecución de sus funciones desempeñadas, en el periodo 2022-2023. Finalmente, esta actividad sirvió para hacer un llamado a la colectividad a formular las denuncias correspondientes por los posibles actos de violencia de género tipificados en la ley, a través del

Centro de Coordinación Policial ubicado en el casco central de Santa Lucía, al final de la calle La Línea, dónde contarán con atención profesional al ciudadano, para brindar solución a sus problemáticas. Prensa Paz Castillo

## V OLIMPIADA JUVENIL DE CIENCIAS EN CHARALLAVE



28 de marzo de 2023

### Redacción

Este martes 28/3/2023 se llevó a cabo con mucho éxito la 5ta edición de la OLIMPIADA JUVENIL DE CIENCIAS del Municipio Cristóbal Rojas, en la Unidad Educativa Privada «José María España y Picornell». La misma tiene la finalidad de motivar la investigación y experimentación científica de los estudiantes de educación media general.



El tema desarrollado por los estudiantes fue «La semilla como elemento fundamental en la biodiversidad». Este evento fue organizado por las autoridades educativas del territorio escolar de Cristóbal Rojas y contó con la presencia de autoridades regionales y Estadales (zona educativa del Estado Miranda). Planteles participantes: UEE Carmen Ruiz, UENB Francisco Tosta García, UENB Extensión Teresa de Bolívar I, UENB María Teresa del Toro, UEE Andrés Eloy Blanco, UENB Apacuana.

Fuente: Dirección Académica de la UEP JOSÉ MARÍA ESPAÑA Y PICORNELL - CHARALLAVE. PROF. JUAN LUIS CORREA

**¡PUBLICA TU NEGOCIO! AQUÍ**  
Impulsa tu emprendimiento o servicio

CLICK AQUÍ

LA VOZ DEL TUY  
MUNICIPIO SANTA LUCÍA  
@vozdel TUY  
94121037922

**54 AÑOS**  
PRESTANDO SERVICIO CON CALIDAD Y TRANSICIÓN

¡SI EXISTE LO TENEMOS!

GRUBERIA Y PLUMERIA  
HERRAMIENTAS MANUALES Y ELECTRICAS

MATERIALES DE CONSTRUCCIÓN  
BALDOSAS Y CERÁMICAS  
PINTURAS

Occumare del Tuy, diagonal al terminal de pasajeros  
9412-229.88.23 @santaelena.ca

¿Necesitas una página web?

CONTACTANOS  
+58 412-0171175

Dra Astrid Espinoza  
Oftalmóloga

**¡ATENCIÓN!**  
Un examen de la vista GRATIS

Consultas Oftalmológicas para Adultos y Niños.

Puede ser motivo para tu salud visual.

¡CUIDA TUS OJOS!

0424.135.78.76  
@dra\_astridspinoza

De Lunes a Sábados | Cba y Charallave  
Retracción y Acortamiento Visual  
Dilatación Pupilar  
Balance Muscular  
Toma de Tensión Ocular  
Evaluación del Fondo de Ojo  
Despistaje de Patología

**ORNILLOS MADAJA, CA**

LO QUE NECESITES

**NOSOTROS**

¡LO TENEMOS!

0414-049.83.94  
@tornillosmadaja

**PACHANGA 102.5 FM**

¡DÉ NUEVO CONTIGO!

## CON SESIÓN ESPECIAL CELEBRARON 71 ANIVERSARIO DE LA COMUNIDAD FRANCISCO DE MIRANDA DE LAS BRISAS DE CHARALLAVE

28 de marzo de 2023

### Redacción

Prensa Alcaldía Cristóbal Rojas/Hernán Romero.- La Alcaldía Bolivariana y Cámara Municipal de Cristóbal Rojas realizaron una sesión especial de entrega de reconocimientos a destacadas personalidades de la comunidad Francisco de Miranda, de la Zona II de la parroquia Las Brisas.

En el acto, los ediles y directivos del Gobierno local colocaron una ofrenda floral ante la efigie del Precursor de la Independencia, ubicada en la entrada de la comunidad, a propósito de los 273 años del natalicio del Ilustre Americano.

El orador de Orden, Julio César Marcano, reconocido periodista de la región tuyaera, recordó la vida y obra de Sebastián Francisco de Miranda; precursor de la emancipación americana contra el yugo español, quien combatió en tres continentes, luchó por la independencia y su nombre figura en el Arco del Triunfo de Paris.



De igual manera, el concejal Johan Ávila, presidente del cuerpo edilicio, recordó que en el 2006, el comandante Hugo Chávez decretó que cada 3 de agosto se celebre el Día Nacional de la Bandera, en reconocimiento a la labor del Generalísimo Francisco de Miranda, quien confeccionó el tricolor nacional.

Entre los condecorados destacan cuatro jóvenes atletas de la referida comunidad, quienes se lucieron en la disciplina Balonmano, durante los Juegos Estudiantiles 2022 realizados en Paraguay, además de líderes sociales de ese sector.

Fotos: Feliciano Sequera

## ORQUESTA SINFÓNICA NÚCLEO SANTA LUCÍA CELEBRÓ 48 AÑOS DE SU FUNDACIÓN

28 de marzo de 2023

### Redacción

Santa Lucía (Prensa Paz Castillo). En el contexto del aniversario número 48 años de la Orquesta Sinfónica de Venezuela núcleo Santa Lucía, el Centro Cultural "San Benito" sirvió de escenario para el concierto demostrativo de los alumnos pertenecientes a la agrupación de violines y del kinder musical integrado por niños de 4 a 6 años de edad.

El grupo de violines, bajo la coordinadora Génesis Torrealba y por el método suzuki ejecutaron las piezas Remando Suavemente, Ve y dile a la tía, Tedeum y Alegría número ocho. Los niños y niñas de cuatro años interpretaron los temas El Saludo, Toco mis instrumentos, Mi Carita y Suavemente el Burro.

Asimismo, los niños de seis años ejecutantes de la flauta deleitaron a los presentes con los temas: Marcha del soldado y Bajo el mantón; para finalizar se presentaron los niños de cinco años quienes con la clave y maracas tocaron los temas, Cepillo, cepillito y El gallo pinto.



En este sentido, Yamileth Vaamonde, coordinadora de la Orquesta Sinfónica, núcleo Santa Lucía, indicó que esta programación continuará esta semana, el día jueves 30 con el Coro y el Ensamble de Viento, Madera y Metal que se presentará en el sector El Manguito, cerrando la tarde con la actuación de la agrupación Alma Llanera en el Cine Teatro Santa Lucía.

Marcos Correa, presidente del Instituto Municipal de Cultura, felicitó a los padres y representantes por el acompañamiento

que les vienen brindando a los niños. "En nombre de nuestro alcalde Víctor Julio González, agradecemos siempre la constancia de los padres en apostar a la formación musical de los niños y niñas de nuestro municipio. Estamos contentos que exista este núcleo en nuestro pueblo, instamos siempre a que los niños y niñas siempre reciban formación para el mañana", dijo.

## TODO LISTO PARA QUE CARACAS BRILLE CON LOS PREMIOS EMPERADOR INTERNACIONAL 2023



2 de abril de 2023

### Redacción

El pasado 30 de marzo en las instalaciones de Ak Bar (CCCT Caracas), tuvimos el placer de presenciar la rueda de prensa de los premios El Emperador 2023. Esta organización se encarga de enaltecer e impulsar el talento artístico profesional y es el único reconocimiento mundial que lleva como icono la imagen del ganador o ganadora.

Su presidente Emperatriz Isea, explicó a los distintos medios que esta gala que se celebrará el 27 de Abril será una de la más significativas durante su trayectoria, ya que contará con la participación de figuras de la Música como **Scarlet Linares, la merenguera Liz, Zona 7, Calle ciega, la celebración de él 35 aniversario de Tambor Urbano**, entre otros artistas.

Isea estuvo acompañada del cineasta Óscar Rivas Gamboa y Héctor Silveira miembro de Tambor Urbano, quienes también dieron respuestas a algunas interrogantes de la prensa televisiva, digital, escrita y radiofónica.

Finalmente se tiene previsto que este evento sea en el teatro Santa Fe en la Ciudad de Caracas, donde cada talento será premiado en las distintas categorías.

Por: Rusmar Cordero / Yineth Manrique

## ¿POR QUÉ ES BENEFICIOSO MANEJAR BICICLETA?

28 de marzo de 2023

Yineth Manrique

Su origen es remoto desde el siglo XIX, es un medio de transporte importante y de alta gama a escala mundial; se caracteriza por ser personal, ecológico y de dos ruedas, se desplaza por propulsión del propio usuario que es llamado ciclista y con las piernas mueve los pedales, que se complementan con un piñón y un plato, formando el sistema de transición de cadena.

La tecnología ha permitido la creación de vehículos más sofisticados, pero la bicicleta, sigue manteniendo su lugar de preferencia y honor ante los públicos. se le atribuye su origen al alemán Karla Freiherr von Drais en 1817, y originalmente fue de madera, no tenía pedales y se le llamaba draisiana, se echaba andar sobre ella tras impulso con ayuda de los pies, hasta 1839 que tuvo su primer cambio importante por kirkpatrick Macmillan que le incorpora ruedas y pedales; pero no fue sino años más tarde en 1861 que el francés Pierre Michaux, hizo historia acondicionando los pedales, para ese entonces no fue muy exitoso por no mantener el equilibrio, es por eso que en 1879 el inglés James starley colaboró considerando poner la rueda delantera más grande que la trasera pero, realmente no fue sino en 1885 que aparece la bicicleta moderna en el mercado; muy parecida al modelo que conocemos actualmente, con frenos, llantas con cámara de aire y cadena de conexión; se acredita como inventor a John kemp Starley.

Siendo un medio de transporte urbano y rural que contribuye a nuestra salud y bienestar; representó y sigue representando un medio de económico y eficaz, se le considera una máquina perfecta, contribuye al medio ambiente y no se necesita muchos conocimientos de mecánica a la hora de repararla en caso de alguna avería. Hoy en día existen diseños especiales para la realización de deportes, entré los países donde más se usa se encuentra Alemania, Países Bajos, Bélgica dónde se le da un gran valor también España y Asia siendo China e

India los que más lo usan como medio de transporte.



**Es Ecológica;** contribuye a nuestra salud mental y física

**Es Sostenible;** la energía proviene del usuario, no necesita combustible y su mantenimiento es económico y no pone en peligro la supervivencia del planeta, con este medio de transporte las personas pueden desplazarse y entrenar obteniendo beneficios para la salud, usar este medio de transporte es un ejercicio que requiere un mayor esfuerzo que caminar; aquí intervienen los principales grupos musculares. Las partes del cuerpo que se trabajan; están los glúteos, cuádriceps, isquiotibiales, gemelos, pectorales, abdominales, los músculos de la espalda, bíceps y tríceps.

Su uso nos proporciona múltiples beneficios:

- Tonifica piernas
- Libera el estrés
- Aumenta la condición física
- Aumenta la oxigenación en el cuerpo
- Fortalece la zona lumbar
- Quema calorías

En general el uso de este medio para ejercitarnos se considera una actividad completa para la tonificación muscular, fortaleciendo en su totalidad tanto músculo como las articulaciones de los pies y piernas; evita y/o retrasa la aparición de artrosis, beneficia al corazón, los pulmones. El pedaleo propicia la ventilación pulmonar aumenta la circulación sanguínea, reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares, ayuda a bajar de peso, quemando calorías. Andando en bicicleta a una velocidad moderada se gasta alrededor de 200 calorías cada media hora, a su vez contribuye considerable la coordinación a nivel motriz y ayuda a reducir niveles de estrés que se puedan tener, así como la salud emocional y física.

Existen diferentes modelos de bicicleta; de paseo, mountain bike (estás tienen

cambio de velocidad) híbridas, de carreras. Hoy en día hay variedad, lo cierto es que a la hora de montar bicicleta debemos considerar utilizar, casco, guantes, anteojos, reloj y zapatos cómodos.

El día mundial de la bicicleta se celebra el 3 de junio, así lo estableció la asamblea general de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) en el 2018, la iniciativa busca promover el uso de este medio de transporte con el objetivo de cuidar el ambiente, combatir la contaminación y reconociendo la singularidad, la longevidad, la versatilidad que lleva en uso más de dos siglos y constituye un medio de transporte sostenible, sencillo, asequible, fiable, limpio y ecológico; contribuyendo a la gestión ambiental y beneficiando la salud. No dudes en utilizar este maravilloso transporte, es una opción que nos permite rodar de manera continua y sin interrupciones, cuando no disponemos de tiempo libre, podemos utilizarla para trasladarnos a ciertos destinos o trabajo y a la vez mantenernos en forma, también organizando nuestro tiempo podemos hacer un paseo que será perfecto y oxigena tu cerebro.

*«La vida es como andar en bicicleta. Para mantener el equilibrio, debes seguir moviéndote».*

La frase fue escrita por el prestigioso físico Albert Einstein (1879 - 1955) a su hijo Eduard en una carta de febrero de 1930.

**Yineth Manrique**  
Relacionista  
Coach Actividad física  
@lavozdeltuy  
@bienstartraining



**RENAS**  
ESCUELA  
**TALENTOS**

*La Excelencia Marca la Diferencia*  
gracias a tus talentos

Nuestro Pensum les Ofrece:

- Pasarela
- Foto Pose
- Etiqueta y Protocolo
- Descubre tu Talento
- Terapia Motivacional
- Entrenamiento Físico
- Módulo Miss
- Redes Sociales
- Oratoria y Dicción
- Danza



COORDINADOR  
GRATIS  
C.C. B. Duval, 2 localidad 1516, Santa Rosa  
Información al (415) 0222504 / (0414) 1174142

## ¿SE TE ANTOJA UNA ENSALADA CESAR? ¡HOY TE ENTREGO ESTA OPCIÓN SALUDABLE Y DELICIOSA!



**28 de marzo de 2023**

**Maria Carine Navas**

¡Hola queridos lectores! Muchas veces cuando en mi RETO 20D indico ensalada cesar, me enfrento a muchas reacciones; entre ellas preguntas como: ¿le puedo colocar tocineta?, ¿Cuanto de pan puedo agregar? ¿Qué aderezo utilizo? y ¿Cuánta cantidad puedo comer de esta ensalada?. Si estas en un plan nutricional o un cambio positivo en tu alimentación y al pensar en ensalada Cesar te haces alguna o todas estas preguntas, hoy comparto esta rica opción para que puedas incorporarla a tu menú saludable sin excederte en calorías, y disfrutando de una preparación fresca, completa y con mucho aporte de nutrientes.

### ENSALADA CESAR

#### Ingredientes:

- 1 lechuga romana
  - 1 milanesa de pollo aderezada y muy bien cocida a la plancha
  - 2 rebanadas de pan integral tostado cortado en cuadrillos
  - 1cdta de aceite de oliva
- Aderezo:**
- 1/2 taza de yogurt griego
  - 1cdta de mostaza
  - 2 dientes de ajo
  - Sa y pimienta al gusto.

**Preparación:** lavar muy bien la lechuga, es muy importante secar muy bien después de lavar para que quede crujiente, coloca en un bol con la milanesa de pollo picada en tiritas delgadas y el pan integral, en este momento puedes colocar la cucharadita de aceite de oliva y luego el aderezo, luego mezcla en forma envolvente, refrigera por 20 minutos y

estará lista para degustar sin culpas. ¡Atrévete a probarla y me comentas tu experiencia!

Si quieres más recomendaciones nutricionales sigue mi cuenta en Instagram @carinenavas y sintoniza cada sábado Tiempo de Bienestar edición radio @tiempodebienestarm, a las 8:00 am por MIX 91.7fm . Te invito a compartir tus recetas o dudas en materia de nutrición escribiéndome al DM del Instagram o al [mariacarinnavas@gmail.com](mailto:mariacarinnavas@gmail.com)



## ¡CELEBREMOS HOY Y TODOS LOS DÍAS EL MES DE LA MUJER!

**28 de marzo de 2023**

**Yorgelis López**

El pasado sábado 18 de marzo, en las instalaciones del centro de salud de fisioterapia y rehabilitación FISIOMED, se llevó a cabo un evento de bailoterapia totalmente gratuito para celebrar el día de la mujer o mejor aún el mes de la mujer, aquella persona polifacética, venezolana y charallavense que representa la lucha, la constancia, y la perseverancia que como cada ser humano le ponemos a la vida para no rendirnos.

Fue un día especial para estas mujeres, que decidieron acompañarnos de la mano de la instructora de baiofnetns y entrenadora personal Silvia Aquino, brindándoles a las participantes beneficios para su salud con esta bailoterapia que lo son:

- Desarrollar hábitos de buena conducta.
- Desarrollar capacidades motoras y de coordinación.

- Quemar calorías de forma rápida (al menos 600).
- Mejorar la circulación sanguínea y aumentar la capacidad de respiración.
- Tonicificar los músculos y reducir la tensión en hombros, cuello y espalda.
- Aumentar la producción de anticuerpos y células que nos protegen de enfermedades como el cáncer.
- Desarrollar las relaciones interpersonales.
- Elevar la autoestima.
- Fortalecer el desarrollo de la personalidad. Entre otras.



Por otro lugar, se realizó un sorteo el cual alguna ganaría una terapia gratuita y la ganadora salió feliz y sonriente luego de su atención fisioterápica.

Si quieres saber de nuestro centro puedes seguirnos a través de las redes sociales @fisiomed2031

Teléfono 0239-248-76-32. Ubicación Charallave Av. Tosta García. Edif. Rovimay PB. Local 13.

Contamos con diferentes especialidades:

- Traumatología.
- Fisiatría.
- Fisioterapia y rehabilitación.
- Terapia ocupacional.
- Nutrición
- Psicología.
- Medicina estética.

**Por: Yorgelis López fisioterapeuta 0412-375-28-85.**

Prevención y Rehabilitación de lesiones.

**Yorgelis López**

## FISIOTERAPEUTA

atención de :

- Cervicalgia y lumbalgia.
- Estimulación temprana.
- Atención pre-post Operatoria.
- Lesiones Deportivas.
- Lesiones Neurológicas.
- Masoterapia Relajante.
- Drenaje Linfático y más.

Atención en consultorio y Domiciliaria.

**0412-375.28.85**

## DETENIDOS DOS CIUDADANOS POR INCURRIR EN UNO DE LOS DELITOS CONTEMPLADO EN LA LEY PARA EL DESARME Y CONTROL DE ARMAS Y MUNICIONES



27 de marzo de 2023

### Redacción

Charallave,- Dos (02) ciudadanos identificados como: 1) EMILIO JAVIER MARTÍNEZ RODRÍGUEZ (56 años) Y 2) RICHARD ALEXANDER VALERO, fueron detenidos el pasado 26/03/2023 por funcionarios adscritos al servicio de vigilancia y patrullaje vehicular de la Policía Municipal Cristóbal Rojas por incurrir en uno de los delitos contemplado en la ley para el desarme y control de armas y municiones.

El hecho tuvo lugar en las adyacencias del centro nocturno «Garaje» del municipio Cristóbal Rojas, dónde, en labores de servicio un ciudadano notificó a los funcionarios policiales que dos ciudadanos abordó de un vehículo particular tipo moto con actitud sospechosa se encontraban en mencionado lugar, por ello, los funcionarios se trasladaron al lugar indicado por el transeúnte, al llegar avistaron a mencionados ciudadanos, a los cuales al momento de realizar la respectiva inspección corporal amparado en el artículo 191 del COPP, logrando incautar a uno de los ciudadanos un arma de fuego tipo revolver calibre 22 milímetros y 10 municiones calibre 22 milímetros, ya que se trataba de un hecho flagrante los funcionarios practicaron la aprehensión del ciudadano agresor leyendo sus derechos constitucionales. Fueron trasladados al centro médico más cercano donde se les prestaron los primeros auxilios, luego se trasladaron al

despacho policial para realizar el procedimiento correspondiente al caso. Los ciudadanos fueron puesto a la orden de la fiscalía vigésima tercera (23°) del ministerio público.

Vía: CPM Critóbal Rojas.

## CAPTURADO UN HOMBRE QUE CAPTABA JÓVENES POR FACEBOOK PARA ABUSAR DE ELLAS EN YARE



28 de marzo de 2023

### Redacción

En pro del fortalecimiento de los vértices 2, 6 y 11 de la Gran Misión Cuadrantes de Paz, la Policía Científica ha creado estrategias efectivas con el objeto de seguir minimizando en tiempo real, todo tipo de delito que ponga en riesgo a nuestra población venezolana, funcionarios de la Delegación Municipal Santa Teresa del Tuy, realizaron la detención de un hombre que captaba jóvenes por Facebook para abusar de ellas.

Mediante arduas investigaciones, se logró la detención de Richar Jesús Barrios Hernández (42), en San Francisco de Yare, municipio Simón Bolívar, estado Miranda, quien, a través de la red social Facebook, tenía un perfil falso, simulando ser mujer, con el que captaba a jóvenes, en su mayoría, menores de edad, una vez ganaba su confianza les pedía para tener encuentros con la presunta amiga; sin embargo, las jóvenes al acudir al encuentro, en el lugar las espera Richard, que les informa que la mujer las espera en otro sitio, una vez se trasladan al otro sitio de encuentro, este bajo amenaza de muerte las abusa sexualmente. Quedando a la orden de la Fiscalía 22° del Ministerio Público.

Tomado de: IG Douglas Rico

## DETENIDO UN CIUDADANO POR MALTRATAR A SU CÓNYUGE EN CHARALLAVE



28 de marzo de 2023

### Redacción

Un (01) ciudadano identificado como: **1) JORGE LUIS MARTÍNEZ DOMÍNGUEZ (39 años)**, fue detenido el pasado 27/03/2023 por funcionarios adscritos al servicio de investigación penal de la Policía Municipal Cristóbal Rojas por incurrir en uno de los delitos contemplado en la ley orgánica sobre el derecho de la mujer a una vida libre de violencia.

El hecho tuvo lugar en la comunidad Plaza Páez del municipio Cristóbal Rojas, los funcionarios policiales recibieron llamado telefónico por parte de la víctima, la misma indicando que su cónyuge la estaba agrediendo física y verbalmente, además de algunos objetos que se encontraban en la vivienda, por ello, los funcionarios se trasladaron al lugar indicado por la víctima, al llegar a lugar avistaron al ciudadano al cual describió la víctima, ya que se trataba de un hecho flagrante los funcionarios practicaron la aprehensión del ciudadano agresor leyendo sus derechos constitucionales.

Fueron trasladados al centro médico más cercano donde se les prestaron los primeros auxilios, luego se trasladó al despacho policial para realizar el procedimiento correspondiente al caso. El ciudadano fue puesto a la orden de la fiscalía vigésima sexta (26°) del ministerio público.

Por: C P M Cristóbal Rojas

De 7:00 a 9:00am  
por **W91.7**

### ¿QUIERES REGISTRAR TU EMPRESA?

Te lo hacemos fácil: asesoría y trámite

El trámite Incluye:

- ✓ Búsqueda y reserva del nombre
- ✓ Redacción del documento constitutivo
- ✓ Carta de exención del Comisario
- ✓ Inventario de activos fijos
- ✓ Presentación y cálculo del documento
- ✓ Otorgamiento
- ✓ Gestión en el Registro Mercantil
- ✓ Publicación digital de tu empresa
- ✓ Acompañamiento para la inscripción en el SENAI y IADO

Tu **PYME** en 15 días Desde \$ 200

J. R. Cabaña, F.P.

+58 412 8522618 | jacerca22@gmail.com

## IAPEM FRUSTRÓ ROBO Y DETIENEN A SUJETO ARMADO EN EL TUY



30 de marzo de 2023

### Redacción

## Policía de Miranda frustró robo en vivienda de Cartanal

Comisiones mixtas de la Policía del estado Miranda adscritas al Centro de Coordinación Policial Número 3, capturaron en flagrancia a tres sujetos que intentaban robar en una vivienda.

La detención se produjo en el sector 1 de Cartanal, municipio Independencia, donde los uniformados observaron al trío de individuos intentando ingresar a la casa, razón por la cual dieron voz de alto para verificar la situación.

En el lugar las comisiones policiales se percataron de que eran adolescentes y no pertenecían a la comunidad, por lo que fueron detenidos y puestos a la orden de la Fiscalía Vigésima Segunda del Ministerio Público.

### Detienen a sujeto armado en Cúa

Durante labores de patrullaje por la parroquia Nueva Cúa, municipio Rafael Urdaneta, efectivos de la Policía del estado Miranda aprehendieron a un sujeto, de 21 años de edad, por poseer un arma de fuego.

Los policías dieron voz de alto al individuo para la inspección de ley y al efectuar la inspección corporal hallaron un arma de fuego, tipo pistola, calibre 380, con dos cargadores contentivos en su interior de seis municiones del mismo calibre.

El sujeto fue detenido y trasladado hasta la estación policial, donde fue puesto a la orden de la Fiscalía Décimo del Ministerio Público para las averiguaciones pertinentes.

Por: Iapem Prensa / Yoselyn Sarmiento

## VISITA

WWW.PUBLISITETK.COM

### Y DISFRUTA DE CONTENIDO ESPECIAL

SÁBADOS 12:00PM a 2:00PM

## TARDE MUSICAL

¡CÓNCORRE REBOBINANDO ACTUALIZANDO!

CONDUCE POR: **FRANCIS TALAVERA**

@francistalav @pachanga102.5fm