

La Lengua NEWS.

TEMAS DE INTERÉS

- Corte suprema falla parcialmente...
- México no ha aceptado "ser país..."
- Trump mantiene vía diplomática...
- Raúl de Molina habló de su reposo...
- Grupo latino respalda ley que prote...

www.lalenguaneews.com • f @lalenguaneews

¡Gratis! • Free!

¡Gratis! • Free!

¡Gratis! • Free!

¡Gratis! • Free!

#1601 • 2 de Julio, 2025

Celebración del 4 de julio en el parque-zoológico de Lufkin

Lufkin, TX.- Celebraremos el 4 de julio, 2025 en el parque-zoológico de la ciudad de Lufkin, ubicado en el 402 Zoo Cir, Lufkin, TX (por el Loop 287). Este evento familiar comienza a las 5:00 pm con una variedad de actividades perfectas para todas las edades.

El evento es gentilmente patrocinado por la firma de abogados, Mike Love & Associates, y reúne a la comunidad de Lufkin en una celebración tan grande y audaz como Texas.

No se trata solo de un espectáculo de fuegos artificiales sino que es un día lleno de música en vivo, comida deliciosa, diversión familiar y recuerdos inolvidables en el Este de Texas.

Disfrúe del entretenimiento en vivo con talentos músicos locales.

Saboree deliciosas comidas preparadas por al-



gunos de los mejores cocineros y vendedores de comida de la región.

Compre artesanías y objetos únicos de artesanos locales.

También podrán explorar el Zoológico Ellen Trout, donde niños y adultos podrán ver animales

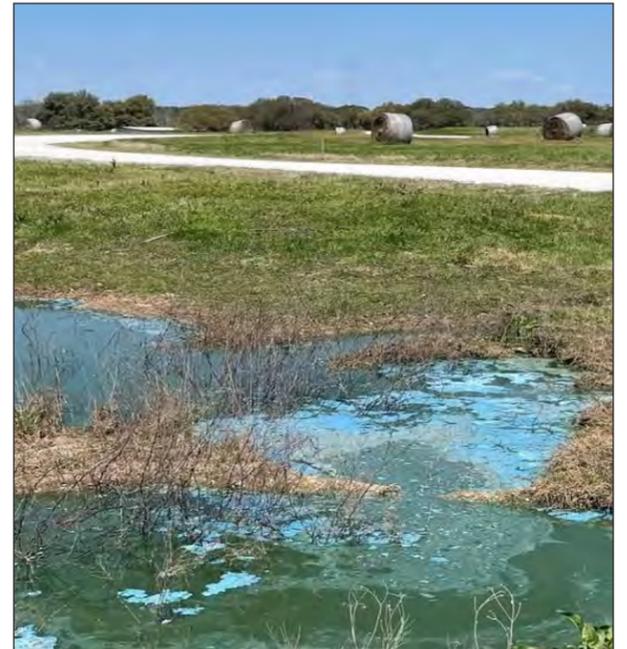
increíbles desde una distancia muy cercana.

Al atardecer, encuentre el lugar perfecto, compre sus bocadillos favoritos y prepárese para un impresionante espectáculo de fuegos pirotécnicos artificiales que iluminarán el cielo de Texas.

Que no solo se lo cuenten, ¡vívalo usted mismo junto con su familia!

¡No se quede en casa y marque la fecha en su calendario para que no se le olvide unirse a nosotros para la celebración de la independencia este 4 de Julio de 2025!

Control de algas Azul-Verdes en estanques



Por: Cary Sims

Lufkin, TX.- Un evento poco frecuente –pero problemático–, en los estanques del este de Texas son las algas verdeazuladas (Blue-Green) o cianobacterias. Estos organismos acuáticos microscópicos prosperan en aguas cálidas y ricas en nutrientes.

Bajo ciertas condiciones, las cianobacterias forman floraciones de algas dañinas. Estas floraciones producen toxinas, llamadas cianotoxinas, que pueden dañar al ganado, las mascotas, la vida acuática y a los humanos. La ingestión de agua contaminada con cianotoxinas puede causar enfermedades o incluso la muerte en los animales. Además, las cianobacterias crean compuestos con sabor y olor que contaminan el agua, alteran los ecosistemas e interfieren con el uso recreativo.

Muchos estanques en nuestra zona contienen algas, pero no todas son dañinas. Los tipos más

comunes incluyen algas filamentosas o planctónicas. Las algas filamentosas crecen en el fondo y luego flotan hacia la superficie. Siempre pienso en ellas como la "baba verde" que se queda atrapada en mis señuelos cuando voy a pescar. Las algas planctónicas pueden simplemente teñir un estanque de un verde guisante y acumularse en grupos, pero, al ser una planta unicelular, no se adhieren a los cebos.

La mayoría de las personas que me han llamado han notado fácilmente un color de algas (espuma o limo) muy diferente al que siempre han tenido. Los propietarios de estanques pueden identificar las algas verdeazuladas potencialmente dañinas por su coloración superficial, también llamada "floración". Esta floración puede aparecer como una sola célula, filamentos (fina y fibrosa, similar a un pelo) o en forma de colonia. Flota y forma una capa de "espuma" o esteras flotantes en...

Continúa en la pág. 2

Alumnos de NISD de Pre-Kínder y Kínder visitan SFA

Por: NISD Español

Nacogdoches, TX.- La semana pasada, los estudiantes bilingües de Pre-Kínder y Kínder, junto con estudiantes recién llegados de 1° a 5° grado, tuvieron la oportunidad de visitar el cine y el planetario de la Universidad Stephen F. Austin (SFA) como parte de las Excursiones de Aprendizaje de Verano.

Esta experiencia no solo fue emocionante, sino también altamente enriquecedora a nivel académico.

A través de presentaciones visuales impactan-



tes y contenido educativo adaptado a su nivel, los estudiantes:

- Desarrollaron su curiosidad científica.
- Expandieron su vocabulario en inglés.

• Mejoraron su comprensión del mundo natural y del espacio.

• Experimentaron el aprendizaje más allá del aula.

Estas visitas apoyan

el desarrollo del idioma, fomentan el pensamiento crítico y promueven la integración cultural y educativa de nuestros estudiantes bilingües y recién llegados.

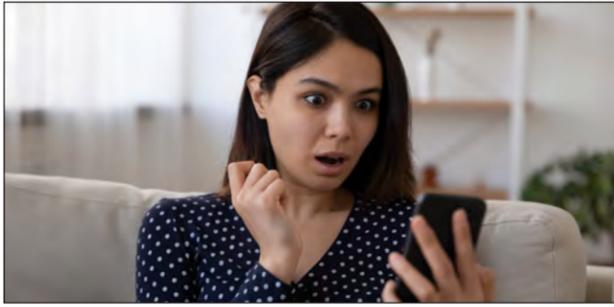
Aprende a evitar estafas en sitios web

¿Quieres viajar con buen tiempo? Antes de empezar a planificar, ten en cuenta que algunos estafadores crean sitios web que anuncian ofertas de viajes gratis o económicos.

La página web sobre Consejos para el consumidor de la Comisión Federal de Viajes (FTC), ayuda a identificar estos sitios fraudulentos y otras estrategias diseñadas para robarte tu dinero e información personal.

“Al buscar en línea, esté atento a estas señales de estafa: ofertas de vacaciones “gratis”, pero hay que pagar tasas o impuestos para obtenerlas. O un sitio web que anuncia paquetes vacacionales premium con grandes descuentos que no encontrará en ningún otro lugar”, dice la página de la FTC.

Mientras revisas tu correo electrónico, ten en cuenta que los estafadores envían correos electrónicos de phishing con ofertas de viajes que parecen provenir de una aerolínea u hotel que conoces, con la esperanza de que hagas



clic y visites su sitio web. (Por cierto, esos correos no son de la aerolínea ni el hotel reales). Si haces clic, los estafadores te pedirán tu información personal a cambio de detalles sobre sus “excelentes” ofertas. Si compartes tu información, podrían robarte el dinero o usar tus cuentas para comprar cosas.

Para evitar sitios web de viajes fraudulentos:

- Investiga un poco. Busca el nombre del sitio de viajes, además de palabras como “estafa”, “reseña” o “queja” antes de aceptar la oferta. Y pide recomendaciones a conocidos sobre buenos sitios de viajes.

- No hagas clic en enlaces en correos electrónicos o mensajes de texto inesperados. Incluso si

una oferta de viaje parece provenir de una aerolínea u hotel que conoce, revisa atentamente la URL antes de hacer clic. En lugar de eso, consulta directamente el sitio web de la empresa para comprobar si la oferta es real. Escribe la URL tú mismo; no hagas clic en el enlace.

- Presta atención a cómo te exigen pagar. No pagues con transferencias bancarias (como Western Union o MoneyGram), tarjetas de regalo ni criptomonedas. Cualquier sitio de viajes que te exija pagar con alguna de estas formas es señal de una estafa.

Para obtenga más información, consulta [ftc.gov/EstafasDeViaje](https://www.ftc.gov/EstafasDeViaje). ¿Detectaste una estafa? Informa a la FTC en ReportFraud.[ftc.gov](https://www.ftc.gov).

Control de algas...

Continuación de la pág. 1

... la superficie del agua. Puede causar una coloración azul, verde, marrón o púrpura rojiza en el agua. Un brillo o esteras similares a la pintura en el agua. Fiel a su nombre, una distintiva coloración “azul” es evidente en la superficie.

Si el ganado o las mascotas beben agua contaminada, estén atentos a síntomas como debilidad, vómitos, diarrea o muerte súbita. La mortandad de peces o la reducción de la actividad acuática también pueden indicar la presencia de cianotoxinas. Para confirmarlo, envíe muestras de agua al Laboratorio de Diagnóstico Médico Veterinario de Texas A&M (TVMDL). Puede contactarlos al 979-845-3414 o visitar su sitio web: [tvmdl.tamu.edu](https://www.tvmdl.tamu.edu).

Para evitar floraciones dañinas, controle la calidad del agua de su estanque con regularidad, especialmente durante el verano caluroso y seco. Reduzca la escorrentía de nutrientes de fertilizantes

y desechos del ganado para reducir las fuentes de alimento de las algas. Si ya se encuentra cerca de una fuente de electricidad, airee el agua de su estanque para impedir el crecimiento de algas y fomentar el flujo de oxígeno.

Si encuentra algas, asegúrese de restringir el acceso del ganado y las mascotas al estanque contaminado. A continuación, retire las capas de algas si es posible. Aunque sea difícil, intente rastrillar las algas verdeazuladas hasta la orilla.

Finalmente, utilice un alguicida aprobado y siga atentamente las instrucciones de la etiqueta. Los alguicidas aprobados se pueden encontrar en casi todas las tiendas de alimentos. Nuevamente, siga atentamente las instrucciones de la etiqueta, ya que el uso indebido, y sobre todo el uso excesivo, puede matar a los peces. Para una solución a largo plazo, se deben crear zonas de amortiguación vegetal alrededor de los estanques para filtrar la



escorrentía, que podría contener un exceso de nutrientes provenientes de animales y fertilizantes.

Aunque he visto innumerables estanques con algas, es poco común (en mi experiencia) encontrar esta alga problemática. Si no se controla, las algas verdeazuladas contienen cianobacterias que pueden representar una amenaza directa para la salud del ganado, la fauna silvestre y las mascotas.

La protección adecuada de nuestras fuentes de agua garantiza la sostenibilidad a largo plazo para los propietarios de tierras del este de Texas. Para obtener más información sobre esta y otras malezas de estanques, consulte el sitio web AquaPlant de Texas A&M AgriLife aquí: <https://aquaplant.tamu.edu/>.

GOUND CHEVROLET

¡JUNTOS CONDUCCIMOS!

GM
Certified
USED VEHICLES
GOUND

GOUND
CHEVROLET

FIND NEW ROADS™

NUEVA

2025 CHEVROLET SILVERADO 1500

STOCK #: 158752

NUEVA

2024 CHEVROLET COLORADO LT

STOCK #: 311747

VISITENOS HOY Y UNO DE NUESTROS INTEGRANTES SE COMUNICARÁ CON USTED EN ESPAÑOL

WWW.GOUNDCHEVY.COM • 936.553.3147 • 936.585.4491 • 1015 NORTH ST. NACOGDOCHES, TX

Amigos Lectores...

Las redadas deben de parar



Por: José Ugarte

Si bien no son nuevas y por décadas las redadas y detenciones migratorias se han realizado en diferentes formas, independientemente del Partido Político que esté en el poder, lo realizado hoy por el Partido Republicano no tiene nombre en la historia reciente y se deben detener si queremos seguir siendo vistos como una de las mejores democracias a nivel mundial.

Cómo hijo de migrantes nacido en Oaxaca, pero que tuvo la oportunidad de crecer en la ciudad de Los Ángeles desde la edad de cuatro años, puedo decir que nunca, en por lo menos los últimos 30 años de mi edad adulta, había visto el nivel de abuso, intimidación y humillación a la comunidad latina que hoy despliegan los agentes de migración.

Desde la llegada de los agentes con armas largas para realizar un operativo migratorio, ya sea en una fábrica, en un estacionamiento de una iglesia o en la calle misma, los agentes desbordan tal nivel de intimidación que inmediatamente ponen en alerta y miedo a cualquier testigo o comunidad a la que llegan.

Y aunque ha dicho una y otra vez el presidente Donald Trump que las redadas únicamente se enfocan en las personas con antecedentes penales y en los inmigrantes más peligrosos, la realidad es

que, en un gran número de videos grabados por la comunidad, es claro que el blanco de las redadas es la clase trabajadora latina (restaurantes, fábricas y granjas). En muchas ocasiones, los agentes llegan sin mostrar una orden judicial, simplemente invaden la propiedad privada, se meten a las fábricas y empiezan a cuestionar a los trabajadores, los persiguen y los detienen.

Ha habido casos donde las personas a las que las autoridades tratan de someter son estadounidenses, sí, personas naturalizadas o nacidas en Estados Unidos que vociferan en ese momento su estado legal; pero eso parece no importar a los agentes, quienes siguen con el arresto y en muchas ocasiones terminan llevándose a las personas, sin importar si eran ciudadanos estadounidenses o inmigrantes con residencia legal.

Este tipo de abuso a los derechos humanos de las personas, no se había visto con tal cinismo, donde hasta se graban entre ellos para subirlo a las redes sociales y la gente pueda ver el nivel de autoritarismo, intimidación y violación a los derechos de las personas que detienen.

Aunque las autoridades siguen negando que ellos no utilizan el perfil racial para detener a sus víctimas, es claro que en muchas ocasiones simplemente detienen a las personas por su aspecto latino.

Recientemente se escuchó un caso donde los agentes le preguntan a la persona detenida por el nombre del hospital donde nació, en otras ocasiones, simplemente van por la calle y detienen a una per-

sona que va caminando o en bicicleta, pero lo deja ir luego de que se dan cuenta que es ciudadano estadounidense.

Hemos llegado a un nivel de pánico y terror en las comunidades, que las personas latinas, ciudadanas o no, no quieren salir a las calles a caminar porque pueden estar en riesgo de ser arrestados. Todo eso ha dejado a la comunidad latina llena de miedo. En muchas ocasiones los trabajadores prefieren no ir a trabajar, salir de compras o llevar a sus hijos a la escuela. Inundando de terror no solo a los adultos, sino a toda la familia y el vecindario entero.

Eso no es vida, y mucho menos en un país que se jacta de ser una de las mejores democracias del mundo. Como ciudadano de este gran país, como migrante e hijo de migrantes no podemos permitir que esta situación siga llenando de miedo a nuestras comunidades y afectando nuestra democracia.

Si no detenemos ese nivel de humillación, abuso y terror que generan en nuestros vecindarios los agentes de ICE, con imágenes que recorren el mundo, simplemente estamos enviando un mensaje al resto de las naciones en general, que a Estados Unidos no le interesan los derechos humanos o defender a sus mismos ciudadanos o residentes, que con documentos o no, han aportado su granito de arena para fortalecer la economía de este país.

Es por eso que, por el bien de los inmigrantes, de los ciudadanos estadounidenses y del sistema democrático que tanto defendemos en este país, este tipo de redadas deben de parar.

- Trabajar duro, una mente positiva y levantarse temprano son las claves para tener un gran día.
- Un optimista entiende que la vida puede tener baches, pero que lleva a un lugar. Los optimistas aprenden de sus errores y fracasos y no tienen miedo de volver a fallar.
- La gente con éxito tiene miedo. La gente con éxito tiene dudas. La gente con éxito se preocupa. Simplemente no permite que esas sensaciones les detengan.
- Puedes tener todo lo que quieras si decides abandonar la creencia de que no puedes tener todo lo que quieras.
- Si no persigues lo que quieres, nunca lo tendrás. Si no preguntas, la respuesta siempre será no. Si no das un paso adelante, siempre estarás en el mismo lugar. Si estás trabajando en algo que te importa de verdad, nadie tiene que empujarte: tu visión te empuja.

La Lengua NEWS

Oficinas:
2424 N Pecan St.,
Nacogdoches, TX 75965
Suite #100
La Lengua Tel.
(936) 244-5793
www.lalenguanews.com
fb: @lalenguanews

La Lengua es un semanario regional cuya intención es proveer una fuente de comunicación y entretenimiento; y recalcar las contribuciones que los Hispanos hacen en el área metropolitana de Lufkin y Nacogdoches.

La Lengua es local e independientemente operado por sus propietarios. Sus editores se reservan el derecho de corregir o rechazar cualquier información que se considere inapropiada. Ni los editores ni los anunciantes serán responsables por información incorrecta, ni por errores tipográficos, fotográficos, clericales, de imprenta u omisión, que esta publicación pueda contener. Publicado semanalmente en Lufkin, Texas por Becky Zuñiga, Hector Castillo y Roy Reyes

Disfrútelo, es nuestro Periódico.

Pronóstico del Clima
7 Días

Día	Pronóstico	Viento	Humedad	Precip. %
Mar. 1 Julio	Nublado 	4 mph OE	79 Por Ciento	15 Por Ciento
Mié. 2 Julio	Nublado 	4 mph SE	76 Por Ciento	9 Por Ciento
Jue. 3 Julio	Nublado 	4 mph SE	74 Por Ciento	12 Por Ciento
Vie. 4 Julio	Nublado 	5 mph SE	74 Por Ciento	10 Por Ciento
Sáb. 5 Julio	Parc. Soleado 	5 mph SE	70 Por Ciento	10 Por Ciento
Dom. 6 Julio	Parc. Soleado 	4 mph SE	74 Por Ciento	21 Por Ciento
Lun. 7 Julio	Parc. Soleado 	4 mph SE	80 Por Ciento	15 Por Ciento

SU HOROSCOPO SEMANAL

ARIES • MAR 21-ABR 19

Los astros influirán positivamente en tu signo durante los próximos días, Aries, te proporcionarán claridad mental para saber con seguridad lo que te conviene.

CANCER • JUN 21-JUL 22

Aparecerá ahora tu faceta celosa, sin embargo, evita el intento de controlar a tu pareja o de espiar su móvil, aunque estés tentada de hacerlo.

LIBRA • SEPT 23-OCT 21

Te llegarán ahora opciones para aumentar tus recursos, Libra. Todo te será propicio, desde avances laborales hasta los juegos de azar o un regalo del abuelo.

CAPRICORNIO • DIC 21 -ENE 19

Tu vida profesional ocupará mucho espacio en estos días, Capricornio, y será un elemento importante que influirá en los demás aspectos.

TAURO • ABR 20-MAY 20

Ciertos cambios en el área laboral despertarán en ti deseos de progresar, Tauro. Para conseguirlo tendrás que batallar con envidias ajenas.

LEO • JUL 23-AGO 22

Tendrás ahora la oportunidad que esperabas desde hace tiempo, Leo, de demostrar todo lo que eres capaz de realizar. Tendrás el reconocimiento de tus superiores.

ESCORPION • OCT 22-NOV 20

Estarás muy ilusionada pero puede que tu amor te oculte algo que ocurrió durante vuestra separación. Calcula esta posibilidad.

ACUARIO • ENE 20-FEB 18

Tendrás que asumir ahora responsabilidades inesperadas en el área profesional, Acuario. Mantén la seriedad y todo te resultará favorable.

GEMINIS • MAY 21-JUN 20

Conocerás a alguien que te cautivará, Géminis. Vive intensamente el momento porque él también se mostrará también loquito por ti.

VIRGO • AGO 23-SEP 22

La Luna en su cuarto creciente influirá positivamente en tu economía. Entrarás en estos días en un ciclo de prosperidad que durará varias semanas.

SAGITARIO • NOV 21-DIC 20

Te entusiasmarás con un proyecto aparentemente muy brillante, Sagitario, pero toma precauciones y pide toda la información que precises para asegurarte de que está en orden.

PISCIS • FEB 19-MAR 20

En el ámbito laboral, ciertos cambios te servirán para progresar, no temas a lo nuevo porque si lo gestionas bien jugará a tu favor.

Corte Suprema falla parcialmente a favor de Administración Trump en caso de ciudadanía por nacimiento

La Corte Suprema de Estados Unidos decidió este viernes parcialmente a favor de la Administración Trump en su solicitud para limitar la ciudadanía por nacimiento.

El máximo foro decidió levantar los bloqueos en tribunales menores al intento de limitar ese derecho. La decisión restringe las medidas cautelares de las cortes de menor rango para los demandantes con legitimación activa.

Básicamente, la decisión limita los poderes de los jueces para bloquear las órdenes del presidente Donald Trump en todo el país o el alcance de las medidas cautelares impuestas por los jueces para que solo apliquen a los grupos e individuos que presentaron la demanda.

El fallo, que representa una victoria para el gobierno federal, podría incidir en decenas de demandas judiciales contra las políticas del presidente.

Los jueces votaron 6 a 3 con el rechazo de los liberales.

Los conservadores aclararon que no estaban abordando los méritos del intento de Trump de acabar con la ciudadanía por derecho de nacimiento.

En otras palabras, el tribunal no abordó la legalidad o constitucionalidad de la orden del presidente.

La jueza de origen boricua, Sonia Sotomayor, en su opinión disidente, catalogó de “vergonzosa” la decisión de la mayoría.

“Sin inmutarse, el Gobierno solicita ahora a este



tribunal que conceda medidas cautelares de emergencia, insistiendo en que sufrirá daños irreparables a menos que pueda privar de ciudadanía al menos a algunos niños nacidos en Estados Unidos... La astucia de esta solicitud es evidente y el Gobierno no intenta ocultarla. Sin embargo, vergonzosamente, este tribunal sigue el juego. La mayoría de este tribunal decide que estas solicitudes, entre todos los casos, brindan la oportunidad adecuada para resolver la cuestión de los mandatos judiciales universales y poner fin a esta práctica centenaria de una vez por todas. En su afán por hacerlo, el tribunal ignora los principios básicos de equidad, así como la larga historia de medidas cautelares otorgadas a terceros”, expuso la jueza liberal según citó la BBC.

Trump había acudido en apelación al Supremo, luego de que una serie de decisiones de tribunales inferiores paralizaran la orden ejecutiva que firmó contra la ciudadanía por

nacimiento para hijos de inmigrantes indocumentados. La Administración alegó que los tribunales menores no tenían la facultad de bloquear acciones presidenciales como esa.

La Corte Suprema acogió un recurso de urgencia presentado por el gobierno en marzo pasado.

En específico, el decreto firmado por Trump, el 20 de enero pasado, bajo el nombre “Protegiendo el significado y valor de la ciudadanía estadounidense” busca redefinir y limitar ese derecho.

La orden argumenta que los niños nacidos en EEUU son ciudadanos solo si uno de sus padres es ciudadano o residente legal permanente.

La Decimocuarta Enmienda de la Constitución de Estados Unidos establece que, salvo excepciones a nivel individual, las personas nacidas en este país son ciudadanas estadounidenses independientemente de la raza, etnicidad u origen nacional de los padres.

Estados Unidos pone fin al TPS de migrantes de Haití

La Administración del presidente estadounidense, Donald Trump, anunció este viernes el fin del Estatus de Protección Temporal (TPS, en inglés) para Haití, lo que supone un duro golpe para alrededor de medio millón de inmigrantes de ese país que estaban bajo este amparo que los protegía de la deportación y les otorgaba un permiso de trabajo.

El Departamento de Seguridad Nacional (DHS) dijo en un comunicado que el Ejecutivo estadounidense tomó la decisión después de determinar que la situación ambiental en Haití “ha mejorado lo suficiente” como para que los ciudadanos haitianos regresen a casa con seguridad.

El TPS es un amparo que se otorga a los ciudadanos de un determinado país que han migrado a Estados Unidos por un desastre natural o un conflicto armado, y les permite vivir y trabajar en el país hasta la fecha que el Gobierno estadounidense considere que pueden regresar de manera segura.

En el caso de Haití, cerca de 521,000 ciudadanos de ese país estaban protegidos por el amparo, des-



pués de que el Gobierno del expresidente Joe Biden (2021-2025) ampliara en julio pasado el beneficio hasta 2026.

Pero la secretaria del DHS, Kristin Noem, ya había ordenado en febrero pasado modificar el periodo de extensión otorgado por la administración demócrata, con lo que estableció el próximo 3 de agosto como fecha para la finalización.

El Ejecutivo ha dado un plazo a los beneficiados hasta el 2 de septiembre y los ha alentado a usar los recursos establecidos para autodeportarse.

“Animamos a estas personas a aprovechar los recursos del Departamento para regresar a Haití, que pueden gestionarse a través de la aplicación CBP Home”, indicó.

El TPS protege de la deportación a quienes estén físicamente presentes en EEUU al momento de la promulgación, no tengan antecedentes penales y se registren debidamente ante el DHS. También se contempla autorización para viajar en casos de emergencia.

Haití ha sido designado para el TPS varias veces debido a diversas crisis, incluido el devastador terremoto de 2010 y la inestabilidad actual.

Los inmigrantes haitianos ya habían sufrido un duro golpe después que el Tribunal Supremo permitiera al Gobierno Trump poner fin a la protección legal temporal conocida como CHNV que protegía a más de medio millón de inmigrantes de Cuba, Haití, Nicaragua y Venezuela.



Flor Qamhie
Secretaria/Asistente Legal en la Oficina de Lufkin



BADDERS

SINCE 1964
LAW FIRM P.C.

PERSONAL INJURY ATTORNEYS

(833) BADDERS

BADDERSLAWFIRM.COM

302 S. Bynum, Lufkin

4002 North St., Nacogdoches

123 San Augustine St., Center

¡Le representamos a usted, no a las compañías!

Con el Bufete de abogados de Badders usted no tiene que salir fuera de la ciudad para obtener un abogado de confianza. Hemos estado sirviendo a las personas lesionadas del este de Texas por más de 50 años.

¡Estamos para ayudarle!

LESIONES POR:

Accidentes Automovilísticos • Productos Defectuosos • Lesiones Personales
Choques con camiones de 18 ruedas • Más de 50 años de experiencia
Muchos de los casos se arreglan a través de negociación o Mediación en vez de litigación.

**Consultas gratuitas sobre cualquier tipo de lesión.
No cobramos honorarios a menos que obtengamos un acuerdo para usted.
Nosotros hablamos español.**

HYDRO TOXIE

Wellness & Spa

INYECCIONES Y SUEROS PARA SU BIEN ESTAR Y SALUD.

Vitaminas y Minerales:

- Vitamina C
- B - 12
- Complejo B
- Vitamina D
- NAD+
- Zinc
- Biotina y mas!

AGENDE HOY!

(936) 305-1075
NACOGDOCHES, TX

FOLLOW US!
f Instagram
HYDROTOXIE

OTROS SERVICIOS:

- Relleno de ácido hialurónico
- Bótox
- Inyecciones para bajar de peso

México dice estar cerca de cerrar negociaciones con EEUU

A casi de un mes de que Donald Trump firmó una orden ejecutiva que duplica los aranceles a las importaciones de acero y aluminio del 25% al 50%, las negociaciones comerciales entre Estados Unidos y México se están centrando en un posible sistema de cuotas para reducir estos impuestos.

De acuerdo al titular de la Secretaría de Economía (SE) de México, Marcelo Ebrard, su país y Estados Unidos están cerca de llegar a una conclusión en las negociaciones por los aranceles al acero y aluminio, luego de que la subida afecta especialmente a países como Canadá, el gran suministrador de ambos metales a EE.UU., a grandes productores de acero como México, Brasil, Corea del Sur o Vietnam, y también a China, el segundo país que más aluminio vende a la primera economía mundial.

“México exporta a Estados Unidos, apenas 100,000 toneladas de alu-



minio. Entonces, ¿por qué nos pones un arancel de ese tamaño? No, es que es general, pues sí, pero yo soy tu socio. Entonces, hay muchísimos argumentos. Yo diría que estamos muy cerca de llegar a una conclusión en estos temas”, dijo Ebrard.

También dijo que “ha sido complejo” por los recientes acontecimientos “porque de repente se cancelan reuniones” con los temas de Oriente Medio y “eso ha provocado un alargamiento, pero yo espero que muy pronto tengamos ya una conclusión sobre este tema”.

Además, dijo que no puede poner un ultimátum a sus socios comerciales luego que se mantienen negociaciones de manera

permanente. “Lo que importa es que vayamos avanzando y todos los días estamos trabajando en ello, yo espero que ya muy pronto terminemos, pero no quisiera yo fijar un ultimátum a la contraparte porque eso ya no es negociación. Estamos en la fase más avanzada en la negociación”, apuntó.

A inicios de junio, la presidenta de México, Claudia Sheinbaum, consideró que el aumento del 25% al 50% de aranceles al acero y aluminio por parte de Estados Unidos era una medida que “no tiene sustento legal”, además de calificarla de “injusta”, por lo que buscará llegar a un acuerdo con Washington.

México no ha aceptado “ser país tercero” en la recepción de migrantes

La presidenta mexicana, Claudia Sheinbaum, afirmó que México no ha firmado ser un país tercero para la recepción de migrantes de nacionalidades diferentes a la mexicana provenientes de Estados Unidos.

“No hemos aceptado ser país tercero. Si hay un migrante que ha sido trasladado a territorio nacional y enviarlo, si es el deseo de esta persona, a su país de origen”, afirmó la mandataria mexicana durante su conferencia de prensa matutina.

La reacción de

Sheinbaum ocurre después de que la Suprema Corte de los Estados Unidos aprobara el lunes la posibilidad de las deportaciones rápidas, mediante las que la Administración del presidente Donald Trump tiene la capacidad de enviar a migrantes a países terceros, distintos a su nación de origen.

En ese sentido, la gobernante mexicana explicó que Estados Unidos tiene acuerdos con “prácticamente todos los países para enviar de manera directa a la repatriación a unas personas”, sin la necesidad de que estos pasen



por México. Sin embargo, remarcó que, si hay un migrante enviado a México, “por razones humanitarias” es recibido y enviado a su país de origen, si es que quiere.

HAIRCUTS • SHAVES • WAXING • FADES

@D' Pelos Barber And Beauty Shop Llc

NOW HIRING!

¡ESTAMOS CONTRATANDO!

PLEASE CALL/POR FAVOR LLAME

936.645.0094

1629 SOUTH ST. NACOGDOCHES TX

ESTAMOS CONTRATANDO BARBEROS Y MUJERES BARBERAS, POR FAVOR DE LLAMAR O VISITANOS EN PERSONA

WE ARE HIRING BARBERS AND LADY BARBERS, PLEASE CALL OR VISIT US IN PERSON

REMODELING • PAINTING • FLOORING

CONTACTAR A RODRIGO LOPEZ
936.255.0441

www.visitrclservices.com • Fb: @rclservices

OFRECEMOS UN CUPÓN DE DESCUENTO DEL 15% PARA NUEVOS CLIENTES.

RECORTA Y PRESENTA EL CUPÓN

CUPÓN VÁLIDO DURANTE EL MES DE MAYO HASTA EL FIN DEL MES DE JULIO

OFRECEMOS TODOS ESTOS SERVICIOS

- Remodelación
- Remodelación de baños
- Remodelación de cocinas
- Pintura interior/exterior
- Instalación y reparación de paneles de yeso
- Revestimiento
- Lavado a presión (estacionamientos, entradas de autos, contenedores de basura, limpieza de paredes exteriores y lavado suave

- Azulejos, lechada y salpicaderos
- Servicios de canaletas
- Instalación y reemplazo de ventanas
- Instalación y reemplazo de accesorios (inodoros, grifos de cocina, fregaderos, bañeras, duchas y calentadores de agua)
- Terrazas y patios
- Cercas o portones

LLÁMANOS PARA UN PRESUPUESTO GRATUITO

ACEPTAMOS PAGOS CON TARJETA DE DÉBITO/CRÉDITO, EFECTIVO Y CHEQUE

AGENCIA DE SEGUROS

- SEGUROS DE RESPONSABILIDAD CIVIL PARA AUTOS Y MOTOS SR22'S.
- ACEPTAMOS LICENCIAS INTERNACIONALES Y MEXICANAS PARA QUE COMPRE SU SEGURO.
- LOS MEJORES PRECIOS EN SEGUROS PARA AUTOS.
- LOS PAGOS MENSUALES MÁS CONVENIENTES.

936.564.8418

2400 SOUTH ST. #D
NACOGDOCHES TX 75964

¡LLAME AHORA PARA UNA COTIZACIÓN!

936.699.3572

1304 N TIMBERLAND DR.
LUFKIN TX 75901

Productos desconocidos = consecuencias desconocidas

Los productos que se comercializan como “suplementos saludables” a menudo pueden tener efectos secundarios graves e ingredientes no identificados.

<https://www.cdc.gov/han/2024/han00509.html>

THE COALITION
Coming together for a better community

(936) 634-9308
angelinacoalition.org

¿Qué busca Trump al demandar a 15 jueces de tribunal en Maryland sobre deportaciones?

El Departamento de Justicia informó este miércoles que ha demandado a los 15 jueces del tribunal federal de Maryland para impugnar una orden que prohíbe al Ejecutivo estadounidense deportar a indocumentados durante al menos 48 horas para determinar si la detención fue legal.

La querrela busca anular la orden del Tribunal de Distrito de EEUU. de Maryland, emitida el mes pasado, que estableció una suspensión automática de dos días para las impugnaciones del hábeas corpus de los inmigrantes detenidos. Esta orden exige que el secretario del tribunal dicte automáticamente una orden cautelar contra la deportación o la impugnación de la situación legal de cualquier extranjero detenido en Maryland por las autoridades migratorias que presente una petición de hábeas corpus.

“Al hacerlo, el Tribunal de Distrito desafía los requisitos procesales y sustantivos para emitir medidas cautelares preliminares, ignora la intención del Congreso y viola el precedente de la Corte Suprema”, dijo el Depar-



tamento de Justicia en la demanda.

En este sentido, la fiscal de EEUU. Pamela Bondi, indicó en un comunicado que la autoridad ejecutiva del presidente Donald Trump “se ha visto socavada” desde las primeras horas de su presidencia por un “aluvión intermitente” de medidas cautelares diseñadas para frenar su agenda migratoria.

“Este patrón de extralimitación judicial socava el proceso democrático y no puede permitirse que persista”, insistió Bondi sobre la demanda, que abre una batalla con pocos precedentes entre el Ejecutivo y el poder judicial en el país.

Como parte de la demanda, el Departamento de Justicia solicitó que el caso se transfiera fuera del tribunal de primera instancia de Maryland y que sus jueces sean recusados.

El Tribunal federal de Maryland ha fallado contra la Casa Blanca en casos donde se ha demostrado fallas de proceso como el que involucra a Kilmar Abrego García, quien fue deportado a El Salvador por error y finalmente regresó a los EEUU. este mes para enfrentar cargos federales de tráfico ilegal de indocumentados.

El Tribunal federal de Maryland ha fallado contra la Casa Blanca en casos donde se ha demostrado fallas de proceso como el que involucra a Kilmar Abrego García, quien fue deportado a El Salvador por error y finalmente regresó a los EEUU. este mes para enfrentar cargos federales de tráfico ilegal de indocumentados.

Trump mantiene vía diplomática con Irán tras bombardeos, dice la Casa Blanca

El Gobierno de Estados Unidos sigue en contacto con Irán y apuesta por una solución diplomática tras el reciente ataque a tres instalaciones nucleares iraníes, confirmó este jueves la portavoz de la Casa Blanca, Karoline Leavitt. “Estamos en una vía diplomática con Irán”, aseguró.

La funcionaria destacó que el presidente Donald Trump “quiere la paz” y que las conversaciones continúan a través del enviado especial para Oriente Medio, Steve Witkoff.

“El presidente y su equipo (...) siguen en comunicación con los iraníes”, indicó Leavitt, quien se negó a precisar

fechas sobre una posible reanudación formal de los contactos.

La portavoz pidió paciencia a los periodistas: “Acabamos de realizar este ataque el sábado por la noche”, dijo, en alusión a la operación estadounidense sobre las plantas de Isfahán, Natanz y Fordó.

Leavitt explicó que Washington también mantiene contacto con los gobiernos del Golfo y con países árabes, en particular Catar, que ha ejercido como principal mediador con Irán. “Han sido un aliado y socio increíble durante todo este proceso”, subrayó.

Fortalecer la alianza con Israel

Además, la portavoz señaló que la administración estadounidense busca fortalecer su alianza con Israel y ampliar los Acuerdos de Abraham, firmados por países como Emiratos Árabes Unidos, Baréin, Marruecos y Sudán.

“Esa amistad y colaboración entre EEUU. y el Estado de Israel nunca ha sido tan fuerte”, afirmó Leavitt.

Días atrás, el presidente Trump había adelantado que podría haber avances diplomáticos con Teherán esta misma semana, aunque también advirtió que un nuevo pacto “ya no es estrictamente necesario” tras el golpe militar al programa atómico iraní.

COLONIAL MORTUARY & CREMATION SERVICES

Beneficios:

- Precio congelado al costo de hoy.
- Póliza asegurada si fallece antes de pagarla.
- Tranquilidad y paz mental.
- Todos califican.
- Incluye todo el Este de Texas.

- Arreglos Tradicionales
- Cremaciones
- Traslados a México y Centroamérica

Prepare sus arreglos funerales anticipadamente

Mirthala
936-414-3492
713-530-7046

Lolis B.
936-221-2926

Sonia
936-229-9408

Susana
936-674-5175

Linda
936-674-5175

1600 Sayers St. Lufkin, TX 75904 • (936) 634-2262 • Colonialmortuarylufkin.com

COMMUNITY TITLE

Lufkin • Nacogdoches • Livingston

¿Está comprando casa? Necesita Seguro de Título de Propiedad. Confíe en Community Title para ayudarle a proteger su inversión.

Nancy Vásquez
Title Examiner

Araceli Morales
Escrow Officer

Hablamos Español

¿Qué es el seguro de título de propiedad? ¿Por qué lo necesito para mi nueva vivienda?

El seguro le protege de problemas con el título de propiedad cuando usted compra una propiedad.

- El seguro de título: Protege su propiedad. Usted paga la prima una sola vez, durante el cierre de la venta de la propiedad.

No es un seguro de vivienda

- Seguro de vivienda: Protege por pérdidas debido a un incendio, robo, daños a la propiedad, etc. Usted paga una prima anual como dueño de la vivienda.

Llámenos al 936-634-1600 - CommunityTitle.com
1618 S. Chestnut St. • Lufkin, TX 75901

JOHNNY RAM SERVICES

HWY 94 West y Mt. Carmel • Lufkin TX

Vanessa
Juan
Cecilia
Ana

YA PODEMOS AYUDARLE CON SU DECLARACIÓN DE IMPUESTOS 2024, O PÓLIZA DE SEGURO

Por cita si es fuera de horario normal

936.875.6306 & 936.676.0780

Seguros para Auto y Casa

HORARIO: Lun-Vie 9 am-5:30 pm • Sáb 9 am-1 pm

SUPERIOR Financial Rating
CITIZENS 1ST BANK IS RATED 5-STAR BY SUPERIOR

¿Necesita un Préstamo?

Préstamos para Casas | Propiedades Comerciales | Para Renovaciones
Para Automóviles | Sobre el valor Acumulado de la Vivienda | Personales

TERESA SOLIS
Oficial Bancaria
MLO# 1771449

RUBÉN CARMONA
Vice Presidente
MLO# 715297

Citizens 1st BANK
¡Celebrando más de 104 años en el Este de Texas!

3010 University Dr. | Nacogdoches | 936-560-1401

Se Habla Español

MEMBER FDIC

www.Citizens1stBank.com

Actualización semanal de deportes de Angelina College 29 de junio de 2025

Por: Gary Stallard

Lufkin, TX.- El equipo masculino de fútbol Roadrunner ha añadido un Campamento de Identificación a su apretada agenda de verano.

Este campamento, que se utiliza para identificar a los futuros Roadrunners, está dirigido a estudiantes de 9.º a 12.º grado y se llevará a cabo de 18:00 a 20:00 h el 1 de agosto en la cancha de fútbol de Angelina College, en el campus de AC.

Haga clic en el siguiente enlace para obtener información sobre la inscripción y demás información: <https://www.eventbrite.com/cc/mens-soccer-camp-collection-3998183>

Para más información, contacte con el entrenador principal Martin Melchor en mmelchor@angelina.edu.

Sesiones restantes del Campamento Roadrunner de AC o verano de 2025

En los últimos años, el Campamento Roadrunner se ha convertido en una cita obligada para los jóvenes del este de Texas, y sus campamentos recreativos y deportivos juveniles atraen a más público cada verano.

Para ver los campamentos deportivos disponibles y encontrar los enlaces de inscripción, visite <https://www.angelina.edu/camp-roadrunner/> y busque cada deporte específico.

A continuación, se detallan las fechas restantes de cada campamento deportivo juvenil:

Baloncesto: 7-10 de julio (6.º a 12.º grado); 21-24 de julio (6.º a 12.º grado)

Fútbol: 7-10 de julio

Publicado el calendario deportivo en julio

Los seis equipos deportivos de Angelina College están finalizando sus calendarios para la temporada 2025-2026, y deberían estar listos para su publicación a principios de julio.

Enviaremos copias impresas por correo electrónico grupal y también el enlace al sitio web de Angelina College Athletics para su posterior consulta.

Adelanto: Los equipos



de fútbol Lady Roadrunner y Roadrunner organizarán una doble jornada de práctica a partir de las 5:30 pm del martes 12 de agosto en el complejo de fútbol AC.

Sí, las nuevas temporadas están a punto de comenzar.

Recordatorio de transmisión en vivo:

Todos los partidos de local de la temporada regular de AC Athletics se

transmiten en vivo por TSN Sports (un servicio de transmisión gratuito para los aficionados).

La mayoría de los partidos de visitante de la conferencia también están disponibles. (Esto no incluye los partidos de otoño de béisbol y sóftbol, ya que no se consideran oficiales).

Próximos partidos: No hay más partidos programados hasta agosto.

¿El nuevo fracaso del Jr. marca el fin de la dinastía Chávez?

Debo confesar que cometí un error, volví a creer en Julio César Chávez Jr., pero como un débil consuelo me queda que no fui el único que pensó lo mismo. Parecía la noche perfecta para que Julio César Chávez Jr. se reivindicara con el boxeo y sacara por fin del deporte a Jake Paul; lamentablemente la noche del sábado en el Honda Center de Anaheim, California, arropado por el público mexicano, 'El Hijo de la Leyenda' decidió no presentarse a boxear.

Se trató de un recital --si cabe la palabra-- de Jake Paul a lo largo de los 10 rounds que duró la exhibición en camino a una victoria por amplia decisión unánime con tarjetas 97-93, 98-92 y 99-91.

Si durante la pelea vimos algún destello del Julio César Chávez Jr. del pasado ese fue el de la versión que enfrentó a Canelo Álvarez en el 2017, con la guardia arriba, listo para recibir golpes --evitando el nocaut, tal vez-- sin soltar apenas los puños.



Julio César Chávez Jr. fue un fantasma en el ring y su falta de disponibilidad para pelear se pres-
tó para el espectáculo de Jake Paul, quien ahora puede alardear con que tiene el nombre de un ex campeón mundial de boxeo bajo el brazo y no solo

eso, también puede tomar el valor para reclamar una oportunidad por el título.

De acuerdo con CompuBox, Jake Paul conectó 140 golpes totales por apenas 61 de Julio César Chávez Jr. y la diferencia en la cantidad de golpes lanzados fue de 482 a 154.

Quinceñera Boutique & XV Accessories

- Vestidos Formales
- Bautizos
- Comunion
- Ropa Para Damas & Chambelanes

!Aqui encontrara todo para su Evento!

¡PACIENTES NUEVOS SON BIENVENIDOS!

DENTISTA FAMILIAR

TRENT M. ERWIN, D.D.S.
(936) 560-3646
4736 NE STALLINGS DRIVE
ACEPTAMOS:
MEDICAID, CHIP Y HEALTHSPRING
¡SE HABLA ESPAÑOL!

PROPIEDAD COMERCIAL DE RENTA EN NACOGDOCHES

OFICINA DE VENTA DE AUTOS
3008 SOUTH STREET
UBICADA EN UNA ZONA MUY TRANSITADA EN SOUTH STREET

ANTES DEL LOOP 224
EXCELENTE VISIBILIDAD Y AL LADO DE UN TALLER DE CHAPA Y PINTURA

CERCA DE LA TIENDA LAS POTOSINAS Y LA MEXICANA.
LLAME AL
512-297-1045

¡PALETERIA Y NEVERIA ESTILO MOCHOACAN!

- NIEVES
- TRES MARIAS
- ESQUIMALES
- PALETAS
- CHOCO BANANAS
- FRESAS CONGELADAS
- FRESAS NATURALES
- BIONICO
- BANANA SPLIT
- TOSTIELOTE
- TAKIS LOCOS
- ELOTE ENTERO
- ELOTE EN VASO
- ELOTE CHORREADO
- NACHOS
- FRUTA PICADA
- PICADILLO DE FRUTA
- MICHELADA

- CUERITOS PREPARADOS
- CHICHARRON PREPARADOS
- RUSA LOCA
- HOT CHEETOS CON QUESO
- LIQUADOS
- MALTEADAS
- MANZANA LOCA
- PEPINOS LOCOS
- PALETA LOCA
- CONCHITAS PREPARADAS
- RASPADOS
- MANGONADAS
- MANGO EN PALO
- AGUAS FRESCAS

936.553.0538

1418 South St. Nacogdoches TX. 75964

labonitamich@gmail.com

📍 @La'Bonita Ice Cream Shop

¡CELEBRANDO 10º ANIVERSARIO DE TACOS AL PASTOR DIANITA!

GRACIAS POR SU PREFERENCIA, ESTAMOS PARA SERVIRLE.

936.305.5039 • 936.205.7436

1724 SOUTH ST, NACOGDOCHES, TX 75964

- TACOS
- GORDITAS
- SOPES
- PICADITAS
- HUARACHES
- ENCHILADAS
- QUESADILLAS
- CHILAQUILES
- HAMBURGUESAS
- TENDERS

Se habla español

Dedicated Medical Center & Urgent Care

Merla Sierra FNP-C

ESTAMOS ACEPTANDO NUEVOS PACIENTES

Llame para hacer una cita hoy

936-639-5150 • 410 GASLIGHT BLVD. LUFKIN • DMURGENTCARE.COM

Raúl de Molina habló de su reposo: “Esto es lo peor del mundo”

Raúl de Molina se encuentra en reposo desde hace varias semanas debido a un problema de salud, ya que tuvo que ser operado después de tanto intentar. El presentador de “El Gordo y La Flaca” fue sometido a una paniclectomía para eliminar todo el exceso de grasa abdominal y también el de piel, dado que había estado haciendo dieta durante mucho tiempo.

En diversas ocasiones se ha mencionado la posibilidad del fin del programa de entretenimiento que en el mes de septiembre cumplirá 27 años al aire de manera ininterrumpida. El cubano ha dicho que, después de tanto tiempo, le gustaría estar en casa, pero debido a este reposo se dio cuenta de que no lo quiere. Ahora dice que espera regresar cuanto antes al show, pero por el momento no tiene autorización.

“Una vez que esté sano, puedo hacerlo todo mejor que antes. Tengo una enfermera que me

cura la herida y también voy al hospital a que me la limpien. Cuando voy al doctor, por lo menos estoy sentado en el carro y veo el mar... desde mi casa también lo veo, pero no puedo salir porque, con el calor, se me puede infectar la herida”, dijo a People en Español.

El conductor ha manifestado que ya se siente agotado de permanecer encerrado, pero no ha tenido más opción, ya que también se le han presentado complicaciones médicas por tomar medicamentos que en ningún momento el cirujano le llegó a recomendar, lo que ha hecho que la familia tengan que salir de emergencia con él para detener un sangrado que empeoró la situación.

“Cuando decía en el show: ‘Ya me quiero retirar, quiero estar en mi casa’, (¡no más!). Esto es lo peor del mundo. No puedo estar en mi casa, no puedo ver un programa de televisión más, no quiero saber más de la guerra de



Irán, no quiero ver nada más”, expresó al mencionado medio.

MÁS OPCIONES MÁS DESCUENTOS

- Si hablamos español
- Seguro automotor
- Consultas vespertinas



Yesenia Lopez
Agency Producer
yesenia@joebillinsurance.com



Yetze Sanchez
Agency Producer
yetze@joebillinsurance.com

Joe Bill Mettauer Agency
1007 Tenaha St. Center, TX 75935

Seguros de hogar, automotor, vida y empresarial
Llame hoy al 936-591-9433



Karol G reveló por qué no suele hablar de su relación con Feid

Aunque Karol G nunca ha ocultado su relación con Feid, sí trata de mantenerla lo más privada e íntima posible. La cantante no suele compartir detalles de su relación con el “Ferxxo”, como también se le conoce al cantante.

En una reciente entrevista Apple Music, la cantante de “Provenza” explicó la razón por la que prefiere mantener los detalles de su relación lo más privados posible.

“Somos personas públicas, las personas se iban a enterar en algún momento, pero no vamos por ahí ostentando la relación y siempre la priorizamos sobre cualquier otra cosa, que incluso nos permite disfrutar de las cosas de otra manera, es como que en lo que respecta a nuestra relación son como vidas distintas”, dijo la cantante. “La gente sabe de nosotros, sí, pero no saben de cómo somos en

pareja, cómo vivimos, qué nos gusta hacer, lo que hacemos al margen de nuestras carreras”, agregó.

Esta semana, la cantante aseguró que se ve formando una familia con Feid, incluso se ve convirtiéndose en abuela junto a él.

“A mí me habían preguntado como mamá, pero no como abuela, pero sí, me veo como abuela, es que somos (con Feid) de familia tradicional colombiana.

★ LUFKIN ★ FEDERAL CREDIT UNION



Cualquier persona que viva, trabaje, asista a una iglesia o escuela del condado Angelina, puede abrir una cuenta en la Cooperativa Lufkin Federal Credit Union

¡También los Comercios y Entidades!

204 Gobblers Knob • lufkinfcu.com • 936-632-4397

James Hillard & Son's Landscaping LLC



¡OFRECE EMPLEO!

Técnicos de Mantenimiento de Césped y Riego

Mantenimiento de Césped: Sus responsabilidades incluyen corte de césped, cortar borde de acera y orillas, realizar tareas generales de cuidado del césped para garantizar que las propiedades de nuestros clientes luzcan impecables.

Requiere: Licencia de manejar vigente y experiencia en mantenimiento de césped.

Técnico de Sistemas de Irrigación: Sus responsabilidades incluyen la instalación, mantenimiento y reparación de los sistemas de irrigación para garantizar un uso eficiente del agua y jardines saludables.

Requiere: Licencia de manejar vigente y experiencia en de sistemas de irrigación.

Beneficios: Salario competitivo • Pago semanal • Se proporciona uniforme • 5 días festivos pagados por año • Pago por horas extras a 1.5 del pago por hora • Trabaja de lunes a viernes de 7:00 am a 4:30 pm • Trabaja algunos sábados.

Para llenar la solicitud de empleo: Personas interesadas pueden llenar solicitud en persona en nuestra oficina ubicada en el 2714 Spences St, Lufkin, TX 75904. Si tiene preguntas favor de llamar al 936-699-3215.

Se requiere licencia de conducir vigente



**Los interesados pueden presentar solicitud en persona en: 2714 Spence Street, Lufkin, TX 75904
Para más información llame al 936-699-3215**



En Southside Bank, su historia importa.

southside.com/espanol

Member FDIC | Los servicios y productos bancarios sólo se proporcionarán en inglés. © 2024 Southside Bank. All rights reserved. C0624



ALPHA THRIVE FITNESS ENTRENAMIENTO DE LA SEMANA



Rutina de fortalecimiento corporal completo
¿Por qué Push-Pull? Este método divide los ejercicios en movimientos de empuje y jalón. Permite balancear el entrenamiento, dar descanso a los músculos y trabajar fuerza total de forma eficiente.

Día 1 - Tren Superior Empuje (Pecho, Hombros, Tríceps)
- Press de Pecho con Mancuernas - 3 series de 10-12 repeticiones.

- Press de Hombros (Máquina o Mancuernas) - 3x10
- Jalón de Tríceps en Polea - 3x12-15
- Aperturas con Mancuernas en Banco Inclinado - 3x12
- Elevaciones Frontales con Mancuernas - 3x15

Día 2 - Tren Inferior (Glúteos, Cuádriceps, Isquiotibiales)

- Prensa de Piernas - 3x10
- Desplantes Caminando (con o sin peso) - 3x20 pasos
- Hip Thrust (Barra o Máquina Smith) - 3x12
- Curl de Piernas Sentado - 3x12-15
- Elevación de Gemelos de Pie - 3x20

Día 3 - Tren Superior Jalón (Espalda, Bíceps)

- Jalón al Pecho (agarre abierto) - 3x10-12
- Remo Sentado (Cable o Máquina) - 3x12
- Curl de Bíceps con Mancuernas - 3x12-15
- Face Pulls (Polea) - 3x15
- Martillo con Mancuernas - 3x12

Día 4 - Total + Core (Día Extra Opcional)

Rutina de fuerza corporal completa (Nivel medio - En el gimnasio) - Peso Muerto (Barra o Hex Bar) - 3x8-10

- Sentadilla con Press de Mancuernas - 3x12
- Plancha con Toques de Hombro - 3x30 segundos
- Giros Rusos (con peso) - 3x40
- Escaladores (Mountain Climbers) - 3x30 segundos

Consejos de Entrenador:

- Descansa 30-60 segundos entre series
- Elige un peso que te rete pero con buena técnica
- Ajusta según tu nivel de condición física

Mensaje Alpha Thrive de la Semana:
"Pequeñas victorias diarias crean grandes resultados. Preséntate. Muévete. Thrive."

Mal descanso: una de las razones del sobrepeso y los dolores crónicos

Dormir mal no sólo produce cansancio o falta de concentración, también puede disparar procesos inflamatorios permanentes dentro del cuerpo. De acuerdo con el psiconeuroinmunólogo Xevi Verdaguer, la interrupción del sueño, ya sea por dormir poco, roncar o sufrir apneas, genera un entorno propicio para la inflamación crónica, vinculada al sobrepeso y al dolor persistente.

A través de un video publicado en su cuenta oficial de Instagram, Verdaguer explicó que detrás de este mal descanso hay un desbalance en la activación del sistema inmunológico, agravado por factores cotidianos como el estrés, las relaciones sociales tensas o la sensación de exclusión.

Falta de sueño: el detonante de un gran número de enfermedades metabólicas.

En su publicación, el especialista también señaló que sentirse no valorado en el trabajo o en el entorno familiar, combinado con un sueño deficiente, puede activar de forma constante el sistema de defensa, provocando inflamación que se mantiene en el tiempo y desencadena enfermedades metabólicas, digestivas y cefaleas crónicas.

Otro foco importante que Verdaguer mencionó

es el rol de los patógenos presentes en la flora intestinal o bucal: "Cuando hay un patógeno también se generan inflamaciones", explicó. Señales como sangrado de encías o alteraciones digestivas son, en su opinión, indicios de esta respuesta inflamatoria inmune que no debe pasar desapercibida.

Por qué importa lo que sentimos y dormimos:

Verdaguer subrayó que el cuerpo utiliza la inflamación como señal de alerta frente a desequilibrios prolongados, no sólo ante infecciones. Ese estado constante de defensa repercute en varios niveles:

Metabolismo: favorece



resistencia a la insulina y acumulación de grasa.

Sistema digestivo: puede provocar dolores y trastornos gastrointestinales.

Dolor crónico: amplifica molestias musculares y articulares.

Como apunta la evidencia citada, el descanso reparador y el equilibrio emocional deben considerarse pilares esenciales dentro de un enfoque preventivo integral para la salud.

Ramos Automotive

¡ESTIMADOS GRATIS!

- ▶ SERVICIO DE A/C ▶ FRENOS ▶ CAMBIOS DE ACEITE
- ▶ AFINACIONES ▶ ALTERNADORES ▶ MOTORES DE ARRANQUE
- ▶ TRABAJO DE MOTOR ▶ CAMBIO DE ANTICONGELANTE

Víctor Ramos

936-635-4003



180 Mt Carmel / Hudson Tx 75904

MARTUS STONE

GRANITO • MÁRMOL • BRONCE
ANTES EAST TEXAS MONUMENT COMPANY

936.634.6790

1401 S. John Redditt Dr.
Lufkin, Texas 75904

¡SE HABLA ESPAÑOL!

martusstone.com

BROWNWOOD • ELKHART • LONGVIEW • LUFKIN
MT. PLEASANT • NACOGDOCHES • TYLER • VICTORIA



"Bellas monturas de calidad, ideales para cualquier estilo de vida"

¡Hablamos Español!

Dr. Gerardo Saldaña, Jr., O.D.
Dra. Melanie G. Rushing, O.D.
Dr. Ryan T. Self, O.D.

¡Servimos orgullosamente a la Comunidad Hispana!



¡También ofrecemos estas marcas!



TORY BURCH

TIFFANY & CO.

MICHAEL KORS

936.564.3937

3208 N. University
Nacogdoches, TX
www.naceyes.com



3208 N. University • 936.564.3937

20% de descuento
En la compra de Anteojos

Excluye: Anteojos rebajados, Pupilentes y Oakley
Ningún otro descuento es permitido con el cupón

Fecha de vencimiento 12/31/2017

Grupo latino respalda ley que protege a estudiantes indocumentados en Texas

La Unión del Pueblo Entero (LUPE) anunció este miércoles que se ha unido a la batalla legal contra Texas para defender una ley que permite a estudiantes universitarios indocumentados que viven en el estado pagar su matrícula en estas instituciones con la misma tarifa que los residentes del estado.



La Ley Dream de Texas fue revocada temporalmente a inicio de mes por un juez federal tras una demanda presentada por la Administración del presidente Donald Trump argumentando que el estado estaba “discriminando de manera inconstitucional” a los ciudadanos estadounidenses en “beneficio” de los extranjeros.

En un comunicado, LUPE dijo que han presentado una moción ante la corte del Distrito Norte de Texas para intervenir en el litigio federal en curso que amenaza con dismantelar la ley “sin considerar” el daño que

causaría.

El programa, establecido en 2001 con la aprobación de la ley, permitía que ciertos jóvenes que no son ciudadanos estadounidenses, pero que viven en Texas y se graduaron de secundaria en el estado, puedan pagar la misma matrícula universitaria que los residentes legales.

Se estima que unos 73.000 estudiantes de las universidades públicas de Texas serán afectados por la derogación de la ley, casi una quinta parte de los 408.000 con este estatus a nivel nacional, según la organización Higher Ed Immigration Portal.

“Eliminar la matrícula

estatal en Texas no es solo un cambio de política, es un ataque directo contra los jóvenes indocumentados. Esta decisión no solo perjudica a los estudiantes, destruye a las familias, alimenta la ansiedad y obliga a los adolescentes a elegir entre la escuela y la supervivencia”, dijo Tania Chávez, directora ejecutiva de LUPE en un comunicado.

En un llamado a la comunidad y los votantes para apoyar la defensa de los estudiantes indocumentados Chávez reiteró que “nadie debería ser castigado por intentar construir un futuro mejor”.

El Supremo permite a Trump reanudar expulsiones de migrantes

La Corte Suprema autorizó este lunes al gobierno del presidente Donald Trump a continuar con las deportaciones de migrantes a terceros países como Sudán del Sur y El Salvador, en una decisión que refuerza la política de deportaciones masivas impulsada por la Casa Blanca.

Con una orden no firmada, la máxima corte dejó sin efecto un fallo anterior del juez federal Brian Murphy, de Massachusetts, que había bloqueado la expulsión de ocho migrantes por considerar que podrían enfrentarse a tortura o tratos inhumanos al ser enviados a países con altos niveles de violencia.

La decisión judicial permite al Ejecutivo seguir adelante con una operación que incluye la expulsión de personas originarias de Cuba, México, Laos, Vietnam y Birmania, pese a que solo uno de los afectados es ciudadano de Sudán del Sur.



Según los argumentos presentados por el Gobierno ante el Supremo, varios de los deportados cometieron crímenes “monstruosos” y sus países de origen se han negado a recibirlos, lo que obligó a su traslado a terceros Estados.

Los ocho migrantes permanecían desde hace semanas en una base militar estadounidense en Yibuti junto a once agentes migratorios.

De acuerdo con el Ejecutivo, tanto los migrantes como los funcionarios estaban expuestos a posibles ataques desde Yemen y a condiciones insalubres, lo que aceleró la solicitud de intervención del Supremo.

Entre los destinos figura Sudán del Sur, un país al que el Departamento de Estado recomienda no viajar por su grave conflicto armado. En mayo, Estados Unidos evacuó a parte de su personal diplomático no esencial por razones de seguridad.

A pesar de ello, la Casa Blanca sostuvo que la amenaza de mantener a los migrantes en Yibuti era mayor que la de proceder con las deportaciones.

La decisión también abre la puerta a la continuación de un controvertido acuerdo con El Salvador, que ha recibido más de 200 migrantes trasladados desde Estados Unidos.



¡HABLAMOS ESPAÑOL!

¿POR QUÉ COMPRAR EN SALTYS?

- FINANCIAMIENTO EL MISMO DÍA
- ACEPTAMOS INTERCAMBIOS
- NO SE REQUIERE HISTORIAL DE CRÉDITO
- CONDICIONES DE CRÉDITO FLEXIBLES

- * FINANCIAMOS TU FUTURO, NO TU PASADO*
- * TU PRESTAMISTA LOCAL POR MÁS DE 30 AÑOS*

☎ 936.632.6933

🌐 WWW.SALTYSAUTOSALES.COM

📍 306 N. TIMBERLAND DR, LUFKIN, TX 75901

📍 1010 N. FIRST ST. LUFKIN, TX 75901

¡ELEGIDO COMO EL MEJOR LOTE DE AUTOS USADOS DE LUFKIN POR 10 AÑOS CONSECUTIVOS!



¡TE APROBAMOS HOY MISMO!

Consejos de una gastroenteróloga para tener un sistema digestivo saludable

En el marco del lanzamiento de su nuevo libro, la gastroenteróloga Juliana Suárez compartió algunas de las claves esenciales para mejorar la salud intestinal y mantener un sistema digestivo equilibrado.

La experta habló con el medio BBC Mundo sobre cómo cuidar la microbiota, facilitando no solo una digestión más eficiente, sino también una ida al baño más regular y sin complicaciones. Suárez destacó que muchas molestias intestinales pueden prevenirse con ajustes sencillos en los hábitos diarios.

Las mejores recomendaciones para mejorar la microbiota:

1. Aumentar el consumo de fibra de forma progresiva.

La especialista recomendó incluir más legumbres, frutas, verduras y cereales integrales en la alimentación. Sin embargo, advirtió que este cambio debe hacerse de manera gradual, ya



que un aumento repentino de fibra puede provocar hinchazón o gases. Una vez que el cuerpo se adapta, la fibra actúa como aliada fundamental al facilitar el movimiento intestinal y alimentar a las bacterias beneficiosas del intestino.

2. Mantenerse bien hidratado todos los días.

Para Suárez, el agua cumple un papel protagónico en la salud digestiva. Una correcta hidratación permite que las heces se mantengan suaves y fáciles de expulsar, evitando el estreñimiento. Además, beber suficiente agua ayuda al cuerpo a procesar mejor los nu-

trientes que se consumen, promoviendo un equilibrio óptimo dentro del sistema digestivo.

3. Evitar los alimentos ultraprocesados y altos en grasas.

Los productos ultraprocesados pueden alterar negativamente la microbiota intestinal, reduciendo la diversidad de bacterias buenas. Además, el exceso de grasas puede enlentecer el tránsito intestinal, haciendo más difícil la digestión.

Suárez aconsejó priorizar una alimentación basada en productos frescos y naturales que favorezcan la salud de todo el aparato digestivo.

La importancia de demostrar amor

“En esto conocerán todos que sois mis discípulos, si os tenéis amor los unos a los otros”. Juan 13:35 (RVR1960)

En una de las Convenciones de Mujeres celebradas hace algunos años, tratamos ‘los lenguajes del amor’. Un tema muy interesante para descubrir la manera en que cada uno comprende o entiende el amor. Muchas veces las relaciones matrimoniales se desgastan y escuchamos se terminó el amor. Creo que en realidad no han descubierto la manera específica en que uno o el otro entiende el amor. Se describen cinco maneras de demostrar afecto: pasar tiempo de calidad, a través de actos de servicio, palabras de edificación, regalos y el contacto físico (abrazos, besos, caricias, etc). Hoy te quiero animar a que descubras la manera

en que tu cónyuge, tus hijos, los que te rodean, comprenden y se sienten amados, porque por lo general tenemos la tendencia de expresarlo de la manera en que nosotros lo comprendemos, pero quizás no es la misma que ellos tienen de sentirse amados. Pero también debemos estar atentos a mostrar ese amor del que Jesús nos habla en este versículo con los hermanos en la fe. El amor se debe expresar, no podemos decir que amamos y somos indolentes ante la necesidad ajena. Esto hace que se creen fuertes lazos, de hecho la Biblia nos enseña que el amor es el vínculo perfecto.

El Señor nos creó con la capacidad de sentir y dar amor. Es importantísimo que lo transmitamos ya que produce

bienestar físico, mental y emocional. Tal vez no eres una persona demostrativa, pero Dios quiere ayudarte a serlo, pídele en oración que te ayude a serlo, no es una señal de debilidad sino todo lo contrario. ¡Seamos imitadores del Padre Celestial!

Te invito a ir ante Su presencia y pedirle ayuda; Él es amor, por eso ora para que te llene de Su esencia, que tome control y dominio de todo tu ser. La fe es acción, por eso: comienza a accionar. Esto traerá sanidad, restauración, cosas maravillosas hará el Señor en ti y a través de ti pues Él anhela levantar familias amorosas. ¡Apenas termines de leer esta meditación expresa el amor y abraza a cada miembro de tu familia!

Aliento Cotidiano. Visión de Futuro.



Southside Baptist Church
1615 Tulane Dr.
Lufkin, TX 75901
936-632-3292
www.southsidelufkin.org





María Martínez

936-634-4488 • 1433 S Medford Dr, Lufkin, TX

2025 Nissan Rogue SV

+t&l \$30,813



0% en Financiamiento en Carros

2025 Nissan Frontier S

+t&l \$32,984





Ben Guerrero

936-699-1000 • 1807 S Medford Dr, Lufkin, TX

2025 Toyota Tacoma

+t&l \$47,728



Lease a new Corolla LE 2017 Models 1852: \$179 / for 36 Months months / with \$999 DUE AT SIGNING. NOT ALL CUSTOMERS WILL QUALIFY. Amount due at signing includes DOWN PAYMENT of \$820 and FIRST MONTHLY PAYMENT of \$179 (includes \$1500 deduction from either, all, or a combination of, Toyota Motor Sales, Toyota Financial Services or Gulf States Toyota). Security deposit required with exception of prior Toyota Financial Services (TFS) financing history and/or TFS tier rating in which a security deposit may be waived. Tax, title and license are extra. Based on 2017 Models 1852, TOTAL MSRP \$20095, including delivery, processing and handling, and NET CAPITALIZED COST of \$17700. Excludes official fees, taxes and dealer charges. LEASE END PURCHASE OPTION is \$11253 plus tax, title and license. Customer is responsible for disposition, excess wear and tear fees and \$.15 per mile over 12000 miles each year. Dealer participation may affect final negotiated price and applicable taxes. Monthly payment may vary depending on final price of vehicle and your qualifications. Must take delivery from dealer stock. Dealer sets final price. Offer valid 08-01-2017 through 09-05-2017 in AR, LA, MS, OK, TX only. See dealer for vehicle and lease program details. * Drivers should always be responsible for their own safe driving. Please always pay attention to your surroundings and drive safely. Depending on the conditions of roads, vehicles, and weather, etc., the system(s) may not work as intended. See Owner's Manual for details. A charge of 15 cents per mile for mileage over 12000 miles per year will apply.

2025 Toyota Camry SE

+t&l \$33,781



Lease a new RAV4 LE 2017 Models 4430: \$199 / for 36 Months months / with \$1,999 DUE AT SIGNING. NOT ALL CUSTOMERS WILL QUALIFY. Amount due at signing includes DOWN PAYMENT of \$1800 and FIRST MONTHLY PAYMENT of \$199 (includes \$1300 deduction from either, all, or a combination of, Toyota Motor Sales, Toyota Financial Services or Gulf States Toyota). Security deposit required with exception of prior Toyota Financial Services (TFS) financing history and/or TFS tier rating in which a security deposit may be waived. Tax, title and license are extra. Based on 2017 Models 4430, TOTAL MSRP \$26140, including delivery, processing and handling, and NET CAPITALIZED COST of \$22850. Excludes official fees, taxes and dealer charges. LEASE END PURCHASE OPTION is \$15684 plus tax, title and license. Customer is responsible for disposition, excess wear and tear fees and \$.15 per mile over 12000 miles each year. Dealer participation may affect final negotiated price and applicable taxes. Monthly payment may vary depending on final price of vehicle and your qualifications. Must take delivery from dealer stock. Dealer sets final price. Offer valid 08-01-2017 through 09-05-2017 in AR, LA, MS, OK, TX only. See dealer for vehicle and lease program details. * Drivers should always be responsible for their own safe driving. Please always pay attention to your surroundings and drive safely. Depending on the conditions of roads, vehicles, and weather, etc., the system(s) may not work as intended. See Owner's Manual for details. A charge of 15 cents per mile for mileage over 12000 miles per year will apply. (See Trims)



Caleb Greer

936-632-7711 • 1711 S Medford Dr, Lufkin, TX

2025 Honda Pilot EX-L

+t&l \$43,595



Aceptamos el número ITIN

2025 Honda CR-V

+t&l \$35,455



*Picture may not represent actual vehicle. Price varies based on Trim Levels and Options. See Dealer for in-stock inventory and actual selling price. All prices plus tax, title & license with approved credit. MSRP includes delivery, processing, and handling fees. Dealer doc fee of \$150.00 not included in the price. Prices may be different outside of each advertised period and do not necessarily reflect cash price at any other time. Inventory is subject to prior sale. We are not responsible for typographical, technical, or misprint errors. Please contact us directly via phone or email to verify all information.