



Cristiana Chamorro

**Cristiana  
Chamorro  
busca desafiar  
Daniel Ortega**

—por los servicios de cable de  
*El Reportero*

Como su madre, Cristiana Chamorro, hija de la expresidenta Violeta Barrios y del periodista asesinado Pedro Joaquín Chamorro Cardenal, podría ser un buen desafío para el presidente Daniel Ortega en Nicaragua.

En entrevista sugiriendo su candidatura, Chamorro manifestó:

"Nicaragua es interesante. Ortega luchó para derrocar a Somoza y luego Ortega se convirtió en Somoza. Luego vino mi mamá, compitió contra Ortega y lo golpeó ... puede ser. No tienes que adelantarte a los tiempos, pero yo no". No veo ninguna sorpresa porque ... como otras mujeres como yo, sentimos que Nicaragua necesita ese cambio, y si hay que hacerlo, lo hace".

**Biden ordena a la Oficina del Censo que incluya a los inmigrantes indocumentados**

Ver BREVES LATINOS página 2

**Cristiana  
Chamorro is  
touting to  
challenge  
Daniel Ortega**

—by the *El Reportero's* wire services

Like her mother, Cristiana Chamorro, the daughter of former president Violeta Barrios and assassinated journalist Pedro Joaquín Chamorro Cardenal, could be a good challenge to President Daniel Ortega in Nicaragua.

In an interview suggesting her candidacy, Chamorro stated: "Nicaragua is interesting. Ortega fought to overthrow Somoza and then Ortega became a Somoza. Then my mother came, competed against Ortega and beat him ... it may be. You don't have to get ahead of the times, but I don't see any surprise because... like other women like me, we feel that Nicaragua needs that change, and if one has to do it, one does it."

**Biden orders Census Bureau to include undocumented immigrants in apportionment**

Jan. 21, 2021 - President Joe Biden issued an executive order mandating

See LATIN BRIEFS page 2



## Biden prestó juramento como el 46º Presidente de los EE.UU.

—por los servicios de cable de  
*El Reportero*

20 de enero de 2021 - Joe Biden prestó juramento al mediodía del 20 de enero para ocupar el puesto número 46 del presidente de los Estados Unidos.

El juez principal de la Corte Suprema, John Roberts, administró el juramento. La vicepresidenta Kamala Harris prestó juramento poco antes que Biden.

La toma de posesión de Biden tuvo lugar en medio de circunstancias sin precedentes. El presidente pronunció el discurso inaugural de pie ante un National

Mall prácticamente vacío debido a preocupaciones de seguridad derivadas de la violación del Capitolio de los Estados Unidos dos semanas antes. En lugar de la multitud habitual, los organizadores colocaron miles de banderas estadounidenses en el centro comercial.

Biden, de 78 años, sucede al presidente Donald Trump, quien desafió sin éxito a quien se saltó la inauguración. El vicepresidente Mike Pence asistió a la ceremonia junto con los ex presidentes Barack Obama, George Bush y Bill Clinton.

Ver BIDEN página 2

## Biden sworn in as 46th President of the U.S.

—by the *El Reportero's* wire services

January 20, 2021 - Joe Biden took the oath of office at noon on Jan. 20 to serve as the 46th president of the United States.

Chief Supreme Court Justice John Roberts administered the oath. Vice President Kamala Harris was sworn in shortly before Biden.

Biden's inauguration took place amid unprecedented circumstances. The

president delivered the inaugural address standing before a virtually empty National Mall due to security concerns stemming from the breach of the U.S. Capitol two weeks earlier. Instead of the customary crowd, organizers planted thousands of American flags on the mall.

Biden, 78, succeeds President Donald Trump, who unsuccessfully challenged, who skipped the inauguration. Vice President Mike Pence attended the ceremony along-

side former Presidents Barack Obama, George Bush, and Bill Clinton.

"We'll press forward with speed and urgency for we have much to do in this winter of peril and significant possibilities, much to repair, much to restore, much to heal, much to build, and much to gain," Biden said.

The inaugural address, though not formally a policy speech, offered a glimpse into Biden's priorities. After addressing the pandemic of the CCP (Chinese Communist Party) virus, commonly known as the novel coronavirus, Biden touched on the issues of racism, the climate, domestic terrorism, and white supremacy. He then called for unity.

"My whole soul is in this, bringing America together, uniting our people, uniting our nation and I ask every American to join me in this cause," Biden said.

"Uniting to fight the foes we face: anger, resentment and hatred, extremism, lawlessness, violence, disease, joblessness and hopelessness. With unity, we can do great things, important things."

Biden, who campaigned on undoing much of Trump's legacy, was expected to sign a list of nearly two dozen executive actions later in the day, including an order stopping the construction of Trump's signature border wall, rejoining the Paris Climate Agreement, and canceling the travel ban Trump put in place to protect the nation from radical Islamic terrorism.

Earlier in the morning, Trump delivered a farewell address at Joint Base Andrews before boarding Air Force One en route to Florida. The president told supporters that he "will be back in some form."

Biden, accompanied by his wife Jill Biden, descended the steps to the balcony of the Capitol just over 40 minutes prior to noon. Sen. Amy Klobuchar (D-Minn.) and Sen. Roy Blunt (R-Mo.) delivered the opening speeches. Lawmakers from

See BIDEN page 2



## Para Joe Biden, se avecinan problemas polémicos en la relación México-EE.UU.

La cooperación en seguridad tensa, las opiniones opuestas sobre las energías renovables ocuparán un lugar destacado en la agenda

—por Jude Webber  
*Mexico News Daily*

Los expertos estadounidenses que monitorean el cumplimiento de México con las estrictas disposiciones laborales del trat-

ado de libre comercio de USMCA emitieron una severa advertencia antes de Navidad: "No más negocios como de costumbre".

Aunque se referían al lento progreso de México en la implementación de los compromisos bajo el reemplazo del TLCAN, la frase también podría describir las relaciones bilaterales cuando Joe Biden

Ver MEX-US página 4

## For Joe Biden, contentious issues lie ahead in Mex-US relationship

Strained security cooperation, opposing views on renewable energy will loom high on the agenda

—by Jude Webber  
*Mexico News Daily*

U.S. experts monitoring Mexico's compliance with the tough labour provisions of the USMCA free trade treaty issued a stark warning before Christmas: "No more business as usual."

Although they were referring to Mexico's slow

progress in implementing commitments under the NAFTA replacement, the phrase could just as well describe bilateral relations as Joe Biden enters the White House.

Strained security cooperation will loom high on the agenda between the neighbouring countries, overshadowing their US \$600-billion trade relationship, as will the two leaders' diametrically opposed

See MEX-US page 4

## 10 sorprendentes beneficios de las almendras que te volverán loco

—por Joanne Washburn

21 de enero de 2021: ¿Busca un bocadillo sabroso que sea fácil en carbohidratos pero rico en calorías? No busque más, las almendras. Una de las favoritas entre los entusiastas de la salud, las almendras contienen un aporte nutricional y ofrecen varios beneficios para la salud.

Las almendras también son increíblemente versátiles. Solo mire los diferentes productos de almendras en el mercado: mantequilla de almendras, leche de almendras, harina de almendras - ¡la

lista continúa! Cada uno es excepcionalmente delicioso y todos son buenos para ti.

Los muchos beneficios para la salud de las almendras

Onza por onza, las almendras contienen más fibra, calcio, vitamina E, riboflava-

vina y niacina que cualquier nuez de árbol. Por eso, no es de extrañar que las almendras cuenten con una larga lista de beneficios para la salud. Estos son algunos de ellos:

- Apoya la función sa-

Ver SALUD página 4

## 10 surprising health benefits of almonds that will make you nuts

—by Joanne Washburn

January 2, 2021 - Looking for a tasty snack that's easy on the carbs but rich in calories? Look no further than almonds. A favorite among health enthusiasts, almonds pack a nutritional punch and offer several health benefits.

Almonds are also incredibly versatile. Just look at the different almond products on the market: almond butter, almond milk, almond flour - the list goes on! Each is uniquely delicious, and all are good for you.

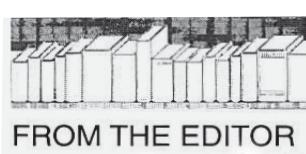
The many health benefits of almonds

Ounce for ounce, almonds contain more fiber, calcium, vitamin E, riboflavin and niacin than any tree nut. So it really isn't surprising that almonds boast a long list of health benefits. Here are some of them:

- Supports healthy heart function - Almonds keep your heart in excellent shape by reducing levels of cholesterol and blood pressure. High cholesterol and blood pressure levels can severely raise your risk of developing heart disease and experiencing complications like

See HEALTH page 4

## Editorial & Comentarios Editorial & Commentaries



FROM THE EDITOR  
MARVIN RAMIREZ

### ¿O es que no saben lo que nos están haciendo?

¿Quién hubiera pensado que Estados Unidos estaría a punto de colapsar repentinamente en un período tan corto de tiempo? Que la mayor potencia económico-militar habría sido atacada en silencio, no con bombas nucleares o armas militares, sino con bombas biológicas, y traidores desde adentro que se habrían vendido por dinero y poder a los enemigos de la libertad.

¿Quién hubiera dicho que el Apocalipsis que he conocido en las Sagradas Escrituras de niño, que describe el fin de los tiempos, donde una destrucción satánica se apodera del mundo y comienza una guerra entre el bien y el mal, sería testigo ahora, en estos momentos.

Gente sin rostro, sin otro rumbo que el que ofrece un gobierno corrupto de 'expertos', una prensa amordazada y redes socia-

les que mantienen dormida e inconsciente a la población, que nos ha quitado la libertad garantizada y amparada por la Constitución.

¿Quién hubiera dicho que los mismos gobernantes elegidos por nosotros mismos para protegernos de los enemigos externos y domésticos habrían contribuido a la destrucción de la economía, que nos han quitado nuestro poder popular para gobernarnos a nosotros mismos y han eclipsado la luz divina que ha brillado sobre esta tierra bendita llamada Estados Unidos. Y sin que nosotros, la gente, no se hayan dado cuenta de lo que nos están haciendo.

Quieren poner veneno en nosotros para morir suave y lentamente, haciéndonos creer que es para vivir; sin embargo, no nos dicen que con ciertas vitaminas ningún virus puede matarnos. Es tiempo de despertar. Deja de ver la tele y las noticias basura donde nos ofrecen su violencia y escándalos para mantenernos asustados y exaltados. Les aseguro que están tratando de quitarles a Dios para poder manipularlos y apoderarse de sus mentes más fácilmente.

La libertad nos la dio Dios y no el gobierno, no lo olvides.

pueda tomar el planeta por su cuenta y propio beneficio.

Si no te has dado cuenta, estamos a punto de perder la libertad y las fronteras que sirven a cada país para proteger su cultura, historia y costumbres ancestrales mientras muchos no nos hemos dado cuenta ...

Quieren poner veneno en nosotros para morir suave y lentamente, haciéndonos creer que es para vivir; sin embargo, no nos dicen que con ciertas vitaminas ningún virus puede matarnos.

Es tiempo de despertar. Deja de ver la tele y las noticias basura donde nos ofrecen su violencia y escándalos para mantenernos asustados y exaltados. Les aseguro que están tratando de quitarles a Dios para poder manipularlos y apoderarse de sus mentes más fácilmente.

La libertad nos la dio Dios y no el gobierno, no lo olvides.

### Don't you know what they are doing to us?

Who would have thought that the US would be about to collapse in a so short period of time suddenly. That the greatest economic-military power would have been attacked in silence - not with nuclear bombs or military weapons, but with biological bombs, and traitors from within who would have sold themselves for money and power to the enemies of freedom.

Who would have said that the Apocalypse that I have known in the Holy Scriptures as a child, which describes an end of times, where a satanic destruction takes over the world and a war between good and evil begins, would be witnessed now, in these moments.

People without faces, with no direction other than that offered by a corrupt government run by 'experts,' a gagged press

and social networks that keep the population asleep and unconscious - which has taken away our freedom guaranteed and protected by the Constitution.

Who would have said that the very rulers chosen by ourselves to protect us from external and domestic enemies, would have contributed to the destruction of the economy, that they have taken away our popular power to govern ourselves, and have overshadowed the divine light that has shone on this blessed land called the United States. And without us - the people - haven't realized what they are doing to us.

They want to kill us, because they say that we are too many and we hinder them, therefore we must stop the births and convince the women of fertile bellies to kill the unborn and thus re-

duce our numbers, so that an idle and maliciously elite can take the planet for their own.

If you have not noticed, we are about to lose the freedom and the borders that serve each country to protect its culture, history, and ancestral customs while many of us have not realized it...

They want to put poison in us to die gently and slowly, making us believe that it is to live; however they do not tell us that with certain vitamins no virus can kill us.

It is time to wake up. Stop watching TV and the junk news where they offer us their violence and scandals to keep us scared and exalted. I assure you that they are trying to take God away from you so they can manipulate you and take over your minds more easily.

Freedom was given to us by God and not by the government, don't forget.

Del 22 al 29 de enero de 2021

El propósito de *El Reportero* es informar sobre lo que afecta a los latinos en los Estados Unidos. También contiene artículos políticos y de interés general sobre cultura y eventos sociales. Lo que se publica en *El Reportero* no necesariamente refleja el punto de vista y la línea ideológica del periódico. El personal que labora en el periódico es voluntario, siendo la mayoría estudiantes de colegio con deseos de aprender periodismo o asuntos relacionados.

Para más información y para enviar artículos, ideas, anunciar sus eventos o negocio en *El Reportero*, por favor llámenos al (415) 648-3711 o envíenos un correo electrónico a: Lreportero@aol.com, o escríbanos a: 2601, Mission Street, Suite 105, San Francisco, California [94110]. [www.elreporteroSF.com](http://www.elreporteroSF.com).

*El Reportero's* aim is to cover people and issues that affect Latinos in the U.S. It also contains political and general interest articles on cultural and social events. What is printed in *El Reportero* does not necessarily reflect the views and opinions of the newspaper. Our staff is volunteer, being mainly students wanting to learn journalism or office skills.

For more information and to submit articles and story ideas, announce your events, or advertise your business in *El Reportero*, please call us at (415) 648-3711 or e-mail: Lreportero@aol.com or write to: 2601 Mission St., Suite 105, San Francisco, California [94110]. [www.elreporteroSF.com](http://www.elreporteroSF.com).

**El Reportero**  
The bilingual newspaper

EDITOR IN CHIEF & PUBLISHER  
Lic. Marvin Ramírez

EMERITUS ADVISOR  
Lic. José Santos Ramírez Calero  
12/24/16 to 6/12/04

Reporter STAFF  
Photographer STAFF  
Translations STAFF  
Advertising STAFF  
Reporter STAFF  
Graphic Design/ Advertising STAFF  
Marketing STAFF  
Distribution JUANA RAMIREZ

Horas de oficina: L-V: 10 a.m.-5 p.m.  
Office Hours: Mon-Fri: 10 am-5 p.m.

Member of the National Association of Hispanic Journalists and National Association of Hispanic Publications

#### BIDEN de la página 1

"Seguiremos adelante con rapidez y urgencia porque tenemos mucho que hacer en este invierno de peligros y posibilidades significativas, mucho que reparar, mucho que restaurar, mucho que sanar, mucho que construir y mucho que ganar", dijo Biden.

El discurso inaugural, aunque no fue formalmente un discurso político, ofreció un vistazo a las prioridades de Biden. Después de abordar la pandemia del virus del PCCh (Partido Comunista Chino), comúnmente conocido como el nuevo coronavirus, Biden abordó los problemas del racismo, el clima, el terrorismo interno y la supremacía blanca. Luego llamó a la unidad.

"Mi alma está en esto, unir a Estados Unidos, unir a nuestro pueblo, unir a nuestra nación y le pido a todos los estadounidenses que se unan a mí en esta causa", dijo Biden.

"Uniéndonos para luchar contra los enemigos que enfrentamos: ira, resentimiento y odio, extremismo, anarquía, violencia, enfermedad, desempleo y desesperanza. Con unidad, podemos hacer grandes cosas, cosas importantes".

Se esperaba que Biden, quien hizo campaña para deshacer gran parte del le-

gado de Trump, firmara una lista de casi dos docenas de acciones ejecutivas más adelante en el día, incluida una orden para detener la construcción del emblemático muro fronterizo de Trump, reincorporarse al Acuerdo Climático de París y cancelar el viaje prohibido establecido por Trump para proteger a la nación del terrorismo islámico radical.

Temprano en la mañana, Trump pronunció un discurso de despedida en la Base Conjunta Andrews antes de abordar el Air Force One en ruta a Florida. El presidente dijo a sus seguidores que "volverá de alguna forma".

Biden, acompañado por su esposa Jill Biden, descendió los escalones hacia el balcón del Capitolio poco más de 40 minutos antes del mediodía. La senadora Amy Klobuchar (D-Minn.) Y el Sen. Roy Blunt (R-Mo.) Pronunciaron los discursos de apertura. A la ceremonia asistieron legisladores de las cámaras del Congreso y de los magistrados de la Corte Suprema. La cantante pop Lady Gaga interpretó el himno nacional.

Biden, un demócrata, asume el cargo en medio de la pandemia del virus del PCCh en curso. Más de 400.000 estadounidenses han perdido la vida a causa del virus. Todos los asistentes, a excepción

de los ponentes, llevaban máscaras. Una parte de los asientos se organizó teniendo en cuenta el distanciamiento social.

Los demócratas tendrán mayorías tanto en la Cámara como en el Senado durante al menos los dos primeros años del mandato de Biden. Un avance de las primeras acciones del presidente sugiere que se aprovechará del control demócrata para promulgar una lista de prioridades de izquierda. Su primera solicitud legislativa, un proyecto de ley de alivio del virus del PCCh, incluía el mandato de salario mínimo de \$ 15 promovido durante mucho tiempo por el senador Bernie Sanders (I-Vt.). Un socialista demócrata. Biden envió una propuesta de ley de inmigración al Congreso antes de la inauguración que otorgaría estatus legal a millones de extranjeros ilegales.

#### Acciones ejecutivas

Antes de la inauguración, el equipo de transición de Biden anticipó una lista de acciones ejecutivas que el presidente estaba programado para firmar más tarde en la noche. Las acciones se centran en gran medida en deshacer los logros del presidente Donald Trump, abordar la pandemia y reorientar al gobierno en torno a la visión de Biden de "equidad".

posal to Congress ahead of the inauguration which would afford legal status to millions of illegal aliens.

#### Executive Actions

Ahead of the inauguration, Biden's transition team previewed a list of executive actions the president was scheduled to sign later in the evening. The actions largely focus on undoing President Donald Trump's achievements, addressing the pandemic, and reorienting the government around Biden's vision of "equity."

#### BREVES LATINOS de la página 1

##### mentos en la distribución

21 de enero de 2021: el presidente Joe Biden emitió una orden ejecutiva que ordena a la Oficina del Censo incluir a los inmigrantes indocumentados en su distribución.

El presidente Donald Trump buscó excluir a los inmigrantes indocumentados.

El secretario de comercio "informará la tabulación de la población total por estado que refleje el

número total de personas cuya residencia habitual estaba en cada estado a la fecha del censo designada en la sección 141 (a) del título 13 del Código de los Estados Unidos, independientemente del estado migratorio", dice la orden.

"Además, el Secretario utilizará tabulaciones de población que reflejen el número total de personas cuya residencia habitual se encontraba en cada Estado a la fecha del censo, sin importar el estado migratorio, en los informes que

se presenten al Gobernador y a los funcionarios u organismos públicos responsables de reparto legislativo o distrital de cada estado", agregó.

Se suponía que la Oficina del Censo entregaría el informe antes del 31 de diciembre de 2020, pero no cumplió con la fecha límite legal. Poco después, la oficina dejó de cumplir con las órdenes de Trump. El director de la oficina, Steven Dillingham, designado por Trump, renunció el 18 de enero.

was in each State as of the designated census date in section 141(a) of title 13, United States Code, without regard to immigration status," the order states.

"In addition, the Secretary shall use tabulations of population reflecting the whole number of persons whose usual residence was in each State as of the census date, without regard to immigration status, in reports provided to the

Governor and officers or public bodies having responsibility for legislative apportionment or districting of each State," it added.

The Census Bureau was supposed to hand in the report by Dec. 31, 2020, but missed the statutory deadline. The bureau soon after stopped complying with Trump's orders. Bureau Director Steven Dillingham, a Trump appointee, resigned on Jan. 18.

Is not expensive to reach some of the 1.3 million Bay Area Hispanics through El Reportero

## Arte & Entretenimiento Arts & Entertainment



"La gente espera el amanecer" de Gabriela Larios, quien ilustró el libro de Stavans, Popol Vuh, A Retelling "The People Await the Sunrise" by Gabriela Larios, who illustrated Stavans' book, Popol Vuh, A Retelling.

### La misión del escolar: ayudar a lectores modernos a descubrir una historia de creación maya

**Ellibro permite a los lectores modernos conectarse con una historia antigua**

por Rich Tenorio

Cuando Ilan Stavans se enteró por primera vez del Popol Vuh cuando era un adolescente que crecía en la Ciudad de México, estaba fascinado por el cuento maya milenario. Décadas más tarde, Stavans volvió a conectar con el texto y lo vio como comparable a otras narrativas fundamentales de las civilizaciones del mundo, como la Biblia. Sin embargo, notó una diferencia clave: a diferencia de estos clásicos, el Popol Vuh había permanecido oscuro.

Ahora Stavans, un aclamado estudioso de humanidades, América Latina y la cultura latina en Amherst College, está ayudando a los lectores modernos a conectarse con la historia antigua que comenzó como una tradición oral entre los k'iche, que son parte de los mayas.

Stavans ha lanzado Popol Vuh: A Retelling, una versión de la narrativa en forma de libro que espera

interesaría a una audiencia mayoritaria. El libro presenta ilustraciones de la artista salvadoreña Gabriela Larios, cuya obra de arte proporciona una dimensión crucial, dijo Stavans, al igual que el prólogo de Homero Aridjis, ex embajador de México ante la UNESCO.

"Mi intención en este relato fue insertar el Popol Vuh en el canon de los clásicos mundiales, sagas que representan el nacimiento y desarrollo de una nación", dijo Stavans. "Siempre me ha intrigado la ausencia total de narrativas aborigenes indígenas precolombinas que cuentan la historia de los diversos pueblos de América antes de la llegada en 1492 de los europeos de una manera comparable a La Ilíada y la Odisea, a las sagas nórdicas de Beowulf y otras historias similares, e incluso a textos religiosos como la Biblia, el Ramayana y el Corán".

Stavans hizo múltiples comparaciones entre el Popol Vuh y estos textos: "Si ves el Ramayana, si ves la Biblia, ves textos literarios que nos cuentan historias sobre la interacción de dioses y humanos", dijo. "Historias como el Ramayana tratan de la genealogía, explican cómo un pueblo adquirió su identidad, cuál es su misión en la vida.

Eso es lo que ve en el Popol Vuh, que describe como "una hermosa historia" sobre "cómo se creó el mundo". En el centro hay humanos falibles. Dentro de los humanos, hay una especie de selección de un pueblo que honrará a las deidades. Esa gente es K'iche".

Stavans lamentó que cuando era más joven, el Popol Vuh y otro texto maya fundamental, el Chilam Balam, fueran tratados como artículos antropológicos o arqueológicos, no como libros. Dijo que estaba "enojado por la forma en que [que] a lo largo de la historia mexicana, las culturas indígenas, como muchas personas en el tiempo, habían sido fosilizadas, convertidas en fósiles, vistas como artefactos históricos, entidades históricas, no incorporadas de ninguna manera significativa al lente de la vida cotidiana en México, y menos aún en la cultura mexicana".

### Scholar's mission: help modern readers discover a Mayan creation story

**Book enables modern readers to connect to an ancient story**

by Rich Tenorio

When Ilan Stavans first learned about the Popol Vuh as a teenager growing up in Mexico City, he was fascinated by the millennia-old Mayan tale. Decades later, Stavans reconnected with the text and saw it as comparable to other foundational narratives from world civilizations, such as the Bible. Yet he noted a key difference: unlike these classics, the Popol Vuh had remained obscure.

Now Stavans — an acclaimed scholar of the humanities, Latin America and Latino culture at Amherst College — is helping modern readers connect to the ancient story that began as an oral tradition among the K'iche people, who are part of the Maya.

Stavans has released *Popol Vuh: A Retelling*, a book-length version of the narrative that he hopes will interest a mainstream

audience. The book features illustrations from Salvadoran artist Gabriela Larios, whose artwork provides a crucial dimension, Stavans said, as does the foreword by Homero Aridjis, Mexico's former ambassador to UNESCO.

"My intent in this retelling was to insert the Popol Vuh into the canon of world classics, sagas that represent the birth and development of a nation," Stavans said. "I have always been puzzled by the total absence of pre-Columbian indigenous aboriginal narratives that tell the story of the various peoples of the Americas prior to the arrival in 1492 of the Europeans in a way that is comparable to *The Iliad and the Odyssey*, to the Nordic sagas of Beowulf and other similar stories, and even to religious texts like the Bible, the Ramayana, and the Quran."

Stavans drew multiple comparisons between the Popol Vuh and these texts: "If you see the Ramayana, if you see the Bible, you see literary texts that

tell us stories about the gods and humans interacting," he said. "Stories like the Ramayana are about genealogy, explaining how a people acquired its identity, what its mission is in life.

"That's what he sees in the Popol Vuh, which he describes as "a beautiful story" about "how the world was created. At the center of it are fallible humans. Within the humans, there's a kind of selection of one people that is going to honor the deities. That people are the K'iche."

Stavans lamented that when he was younger, the Popol Vuh and another foundational Mayan text, the Chilam Balam, were treated as anthropological or archaeological items, not as books. He said that he was "angry at the way [that] throughout Mexican history, indigenous cultures had been, like many people in time, fossilized, turned into fossils, seen as historical artifacts, historical entities, not incorporated in any meaningful way into the lens of daily life in Mexico, and even less so in Mexican culture."

## Calendario & Turismo Calendar & Tourism



Luis Valdez and Dolores Huerta

## Recursos familiares en Palo Alto

—Recopilado por la redacción de *El Reportero*

The Peninsula Open Space Trust presenta "Tierra y personas: una conversación con Dolores Huerta y Luis Valdez". En esta charla especial, Huerta y Valdez reflexionarán sobre su larga historia en el Valle de Santa Clara, su trabajo en las luchas por la justicia social y ambiental, y las perspectivas sobre las relaciones entre la historia, la tierra y la gente en California. La conversación será moderada por José González, Fundador de Latino Outdoors. Vaya aquí para obtener más información y registrarse. El próximo martes 26 de enero a las 19 h.

WhaleFest Monterey: Si se ha perdido la costa de California y sus maravillosas criaturas, disfrute de una visita virtual a través del Monterey WhaleFest. A partir del próximo martes 26 de enero, este evento de cuatro días contará con videos, charlas y presentaciones de vanguardia para mentes curiosas de todas las edades. Déjese inspirar por científicos de renombre mundial,

escuche a las organizaciones sin fines de lucro locales marineras y orientadas a la sostenibilidad, y disfrute de una ecléctica variedad de presentaciones musicales originales. ¡Vaya aquí para más!

Seminario web de ayuda para pequeñas empresas: este seminario web gratuito analizará el último paquete de ayuda COVID-19 con actualizaciones del Programa de protección de cheques de pago (PPP), el programa de préstamos por daños económicos por desastres (EIDL) y más. Regístrese aquí para unirse el martes 26 de enero a las 9 a.m.

### Rally y caravana de automóviles para exigir liberaciones masivas de las cárceles de California

Hasta el 18 de enero de 2021, Newsom y CDCR son responsables de asesinar a 175 personas encarceladas desde el comienzo de la pandemia.

¡Únase a nosotros para responsabilizar a Newsom y DEMANDA PUBLICACIONES MASIVAS AHORA!

El encarcelamiento masivo en California creó las condiciones ideales para un brote masivo predecible y

prevenible de COVID-19 en las prisiones estatales. Actualmente, todas las prisiones estatales de California están respondiendo a una ola de casos activos de COVID-19. Los recientes aumentos repentinos ocurrieron en la Prisión Estatal de Ironwood, la Colonia de Hombres de California, el Centro de Mujeres de California Central y CTF Soledad.

California ha reducido su población carcelaria desde el comienzo de la pandemia, pero no lo suficiente. Nueve cárceles permanecen a más del 120 por ciento de su capacidad y 7,000 personas en las cárceles del condado esperan ser transferidas.

¡Nos reunimos el 31 de enero para exigir la No Ejecución Estatal por COVID-19! La única respuesta humana es decarcular y remediar el legado de encarcelamiento masivo de California. El gobernador Newsom debe otorgar liberaciones masivas ahora para detener el creciente número de muertos.

Para obtener más información sobre el evento: <https://bit.ly/2XUANvq>

## Family resources in Palo Alto

—Compiled by the *El Reportero's* staff

The Peninsula Open Space Trust presents "Land and People: A Conversation with Dolores Huerta & Luis Valdez." In this special talk, Huerta and Valdez will reflect on their long history in the Santa Clara Valley, their work in the struggles for social and environmental justice, and perspectives on relationships between history, land, and people in California. The conversation will be moderated by José González, Founder of Latino Outdoors. Go here for more information and to register. Next Tuesday, Jan. 26 at 7 p.m.

**WhaleFest Monterey:** If you've been missing our California coastline and its wonderful creatures, enjoy a virtual visit via the Monterey WhaleFest. Starting next Tuesday, Jan. 26, this four-day event will feature videos, talks, and cutting-edge presentations for curious minds of all ages.

Be inspired by world-renowned scientists, hear from local marine and sustainability-oriented non-profits, and enjoy an eclectic array of original music performances. Small Business Relief Webinar: This free webinar will discuss the latest COVID-19 relief package with updates to the Paycheck Protection Program (PPP), Economic Injury Disaster Loan (EIDL) program, and more. Register here to join on Tuesday, Jan. 26 at 9 a.m.

### Rally and car caravan to DEMAND MASS RELEASES from California prisons

As of Jan. 18, 2021, Newsom and CDCR are responsible for murdering 175 incarcerated people since the beginning of the pandemic.

Join us in holding Newsom accountable and DEMAND MASS RELEASES NOW!

Mass incarceration in California created the ideal

conditions for a predictable and preventable mass outbreak of COVID-19 in state prisons. Currently, every California State Prison is responding to a wave of active cases of COVID-19. Recent major surges occurred at Ironwood State Prison, California Men's Colony, Central California Women's Facility, and CTF Soledad.

California has reduced its prison population since the beginning of the pandemic, but not nearly enough. Nine prisons remain at over 120 percent of capacity and 7,000 people in county jails await transfers.

We gather on Jan. 31 to demand No State Execution by COVID-19! The only humane response is to decarcerate and remedy California's legacy of mass incarceration. Governor Newsom must grant mass releases now to stop the rising death toll.

For more event information: <https://bit.ly/2XUANvq>

To advertise in *El Reportero*, please call us at 415-648-3711

**MEX-US de la página 1**

ingresa a la Casa Blanca.

La cooperación en materia de seguridad ocupará un lugar destacado en la agenda entre los países vecinos, eclipsando su relación comercial de 600.000 millones de dólares EE.UU.

El empeoramiento del entorno empresarial de México, con reguladores

independientes y respeto por los contratos amenazados por el presidente López Obrador, promete aumentar la presión.

"Una presidencia de Biden podría ser bastante incómoda para AMLO", dijo un miembro del equipo de transición de Estados Unidos, usando el apodo del líder mexicano. López Obrador mantuvo las cosas

dulces con Donald Trump a cambio de una pequeña "interferencia" de Estados Unidos en su agenda nacional, agregó la persona.

El enfoque de Biden será más institucional y "no habrá ningún Jared a quien llamar". El yerno y asesor principal del presidente saliente, Jared Kushner, fue un interlocutor frecuente con México sobre migración y cooperación al desarrollo.

**La acción rápida salva vidas**

Aprenda las señales de un derrame cerebral. **Usted puede salvar la vida de un ser querido.**

**Busque estas señales:**

- ¿Cara caída?
- ¿Brazo o pierna débil?
- ¿Habla confuso?
- ¿Pérdida del balance?
- ¿Pérdida de la visión?

Si usted o un ser querido está mostrando cualquiera de estas señales **llame al 911 o vaya al hospital inmediatamente.**

Visite [www.apprendalassenales.com](http://www.apprendalassenales.com) para aprender más.

# Mission Council on Alcohol for the Spanish Speaking

## Concilio de la Misión sobre abuso de Alcohol

Concilio de la Misión ha ofrecido el servicio de consejería en Abuso de Drogas y Tratamiento de Alcohol a la comunidad latina por más de 30 años. Ofrecemos los siguientes servicios:

- \* Personal profesional que habla Español
- \* Servicios confidenciales
- \* Terapias a familia, individuales y de grupos
- \* Evaluaciones sobre alcohol y drogas
- \* Para clientes con más de un diagnóstico: Abuso de drogas, problemas de salud mental, SIDA, o alguna otra condición médica.

No rechazamos a nadie por falta de fondos

**Mission Council recibe sus fondos de**  
Department of Public Health,  
Community Behavioral Health Services

Mission Council is funded by the Department of Public Health, Community Behavioral Health Services

### Mission Council

Adult Services

#### Servicio para adultos

154-A Capp St.  
(entre las calles 16 y 17)  
San Francisco, CA 94110  
Tel. 415-826 6767  
Fax: 415-826 6774

\* **Nuestras horas de oficina son:**  
de Lunes a Viernes de 9:00 a.m.  
a 9:00 p.m.  
y sábado de 8:30 a 4 p.m.

\* **Office Hours:**  
Monday through Friday  
from 9:00 a.m. to 9:00 p.m.

#### Ofendedor DUI Habitual DUI for Multiple Offender Open 6 days a week

**DUI PROGRAM FOR  
MULTIPLE OFFENDERS**  
**Do you have multiple offenses  
of DUI (2 or more)?**  
**Have you lost your driver  
license for more than one DUI?**  
**Call DRY ZONE to help you to  
recover your license back.**

415-920-0722 or 415-920-0721

\* Mission Council has been providing substance abuse / alcohol treatment to the Latino community for over 30 years. Services provided:  
\* Spanish Speaking bilingual professional staff  
\* Confidential services  
\* We offer family, individual, and group treatment  
\* Assessments and evaluations for dual diagnosed clients.

No one is turned away for lack of funds

### Mission Council

Family Services

#### Servicios para familias

Tel. 415- 864 0554  
Fax: 415-701 1868

\* **Nuestras horas de oficina son:**  
de Lunes a Viernes de 9:30 a.m.  
a 7:30 p.m. y los Sábados  
de 7:00 a.m. a 1:00 p.m.  
\* **Office Hours:**  
Monday through Friday  
from 9:30 a.m. to 7:30 p.m. and  
Saturday from 7:00 a.m. to 1:00 p.m.

Las amenazas de Trump de retirarse del TLCAN e imponer sanciones a las exportaciones mexicanas a menos que tomara medidas energéticas contra los flujos migratorios tensaron las relaciones en ocasiones, pero López Obrador se negó a participar.

A pesar de los insultos de Trump hacia los mexicanos y la insistencia de que el país pague por su muro fronterizo, López Obrador

rompió su prohibición automática de viajar al extranjero para reunirse con el presidente de Estados Unidos en la Casa Blanca.

Por el contrario, el presidente de México tardó seis semanas en felicitar a Biden por su victoria electoral y, finalmente, envió una carta ineficaz en la que le recordaba al presidente electo que debía respetar la soberanía mexicana.

brales y ataques cardíacos.

- **Ayuda a controlar el azúcar en sangre** - Las personas con diabetes se benefician más de comer almendras.

Los expertos dicen que las almendras pueden evitar que el azúcar en la sangre aumente después de las comidas al ayudar a las células a procesar la glucosa de manera efectiva.

- **Combate la inflamación** - Las almendras son una excelente fuente de vitamina E. Como antioxidante, la vitamina E ayuda a proteger las células de la inflamación. Muchos estudios han relacionado la inflamación con afecciones graves como enfermedades cardíacas, diabetes y cáncer.

- **Estimula la digestión** - Si se siente hinchado con frecuencia, es probable que le falte fibra. Afortunadamente, las almendras te dan suficiente fibra para mantener a raya la hinchazón. La fibra hace que los alimentos se muevan a lo largo de sus intestinos.

También se adhiere a las heces, agregando volumen para que sea más fácil de evacuar.

- **Energiza** - Las almendras son un excelente refrigerio estimulante. Están llenos de manganeso, riboflavina y cobre, todos los cuales son importantes para la producción de energía.

Las almendras también son ricas en proteínas. Esto proporciona una fuente de energía más duradera que los carbohidratos porque tardan más en digerirse.

- **Quema la grasa del vientre** - aunque las almendras tienen un alto contenido de grasa, en realidad pueden ayudarlo a quemar grasa, especialmente en el área del abdomen. Probablemente esto se deba a que las almendras son ricas en proteínas. Estudios anteriores han demostrado que una dieta alta en proteínas ayuda a perder peso y grasa en hombres y mujeres..

**SALUD de la página 1****ludable del corazón** - Las almendras mantienen su corazón en excelente forma al reducir los niveles de colesterol y presión arterial.

Hundreds of Honduran migrants are stuck between the border with their country and the Guatemalan police blockade that on Sunday put a brake on their journey. In the crowd there is hunger and despair that forces them to flee the crisis in Honduras.

Of the nearly 9,000 migrants who have reached Guatemalan territory since last Friday,

towards Mexicans and insistence that the country pay for his border wall, López Obrador broke his self-imposed ban on foreign travel to meet the U.S. president at the White House.

"There is no food or water and there are thousands of children, pregnant women, babies, and they don't want to let us pass," said a Honduran, who identified himself as Pedro.

"We are hungry," said a Honduran woman behind the security cordon, where she was with her 15-year-old son, her 9-year-old daughter and her 4-year-old niece.

"We are hungry," said a Honduran woman behind the security cordon, where she was with her 15-year-old son, her 9-year-old daughter and her 4-year-old niece.

**PANCHO VILLA TAQUERIA**  
HECHO FRESCO  
HANDCRAFTED QUALITY MEXICAN FOOD  
SFPANCHOVILLA.COM  
3071 - 16TH ST., SFENTRE VALENCIA Y MISSION  
PANCHO VILLA EN SAN MATEO 'B' STREET 4TH AVE.  
EL TORO TAQUERIA  
COMIDA MEXICANA DE CALIDAD PREPARADA A MANO  
HECHO FRESCO  
ESQUINA DE: 17TH Y VALENCIA STREETS TLF. 415-431-3351

**MISSION NEIGHBORHOOD CENTERS INC.**  
Serving over 3,000 children, youth, seniors, and families at 11 sites in San Francisco with empowering social services and a continuum of care.

362 Capp St.  
San Francisco, CA 94110  
415-206-7752  
www.mnccsf.org  


**HEALTH from page 1**

stroke and heart attack.

- **Helps control blood sugar** - People with diabetes benefit the most from eating almonds. Experts say almonds can prevent blood sugar from spiking after meals by helping cells process glucose effectively.

- **Combats inflammation** - Almonds are an excellent source of vitamin E. As an antioxidant, vitamin E helps protect your cells from inflammation. Many studies have linked inflammation to serious conditions like heart disease, diabetes and cancer.

- **Boosts digestion** - If you frequently feel bloated, chances are you lack fiber. Luckily, almonds give you enough fiber to keep bloating at bay. Fiber keeps food moving along your intestines. It also binds to stool, adding bulk so that it's easier to pass.

- **Energizes** - Almonds make a great pick-me-up snack. They are packed with manganese, riboflavin and copper, all of which are important for energy production. Almonds are also rich in protein. This provides a longer-lasting energy source than carbs because they take longer to digest.

- **Burns belly fat** - Although almonds are high in fat, they may actually help you burn fat, particularly in the belly area. This is likely because almonds are rich in protein. Previous studies have shown that a high-protein diet aids in weight and fat loss among men and women.