

REALIZAN FIESTA EN SU HONOR



La familia Pérez, presente en el convivio.

Celebra Ana Lilia sus 15 años

Redacción/LA CRÓNICA

Encantadora y llena de ilusiones, llegó a sus 15 años la guapa jovencita Ana Lilia Guzmán Pérez.

Sus padres, el gentil matrimonio conformado por los señores Gustavo Guzmán y Yolanda Pérez de Guzmán, le presentaron en sociedad en una emotiva recepción realizada en el ejido Tabasco.

Como padrinos de honor fungieron Eduardo Meza y Ana Bertha de Meza, mientras que el encargado de bailar el vals con la quinceañera fue el joven Jesús Reyes Pérez.

La misa de acción de gracias se realizó en la iglesia San Juan de los Lagos y fue oficiada por el padre Miguel Ángel Vega León.



La festejada acompañada de sus padres Gustavo Guzmán y Yolanda Pérez de Guzmán, así como su hermana Griselda.

La feliz quinceañera disfrutó al máximo de la celebración en su honor, acompañada por sus familiares y amigos que acudieron a felicitarla y desearle lo mejor en esta nueva etapa de su vida.



Ana Lilia cumplió 15 años.

HERMANITOS GARCÍA

Festejan doble cumpleaños

Redacción/LA CRÓNICA

Felices de la vida llegaron a su séptimo y décimo aniversario, los niños Luis Enrique y Jacqueline García Godínez, respectivamente.

Sus abuelitos, los señores Raúl Godínez y Mónica Guiza de Godínez, organizaron una bonita piñata a la que acudieron todos sus amiguitos.

Luis Enrique celebró con su personaje favorito "El hombre araña", mientras que Jacqueline festejó con "Rosita Fresita".

Tras romper la piñata, los asistentes saborearon dos deliciosos pasteles con gelatina de fresa y posteriormente hicieron de las suyas en el "brinca-brinca".



Los pequeñines se divertieron en grande en el "brinca-brinca".



Los hermanos Luis Enrique y Jacqueline García cumplieron años.

Jóvenes sanluisinas



Maritza Triguera.



Tania.



Miriam del Villar.



Annel Zúñiga.

ADULTOS QUE NO SON INTOLERANTES A LA LACTOSA PUEDEN BEBERLA

La leche: Buena a cualquier edad

MÉXICO, DISTRITO FEDERAL (AGENCIA REFORMA)

Si cada que lo ven tomar leche otros adultos le dicen: "Si la leche es poca, al niño le toca", y al mismo tiempo le retiran el vaso de la boca, tiene todo el derecho a hacer berrinche.

Los adultos, si así lo desean, no deben eliminar de su dieta la leche, pues se trata de un alimento completo que contiene proteínas, vitamina A y minerales como calcio, fósforo y magnesio.

Esas propiedades permiten que siga siendo incluida dentro de una alimentación correcta; aunque tampoco es indispensable porque se pueden consumir otros alimentos con características parecidas, como el yogur.

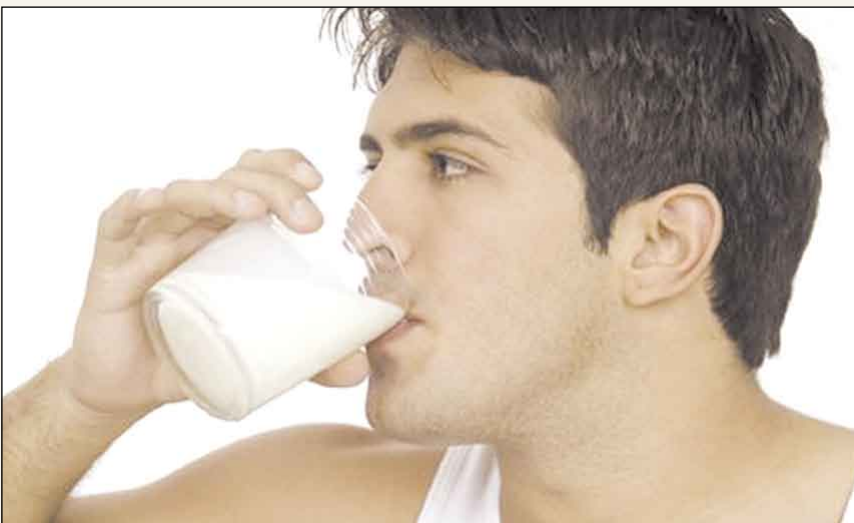
"No debe ser la base de la alimentación de un adulto, pero sí puede ser parte de ella, siempre y cuando no tenga alguna contraindicación como ser intolerante a la lactosa, enfermedad muy común en los adultos", explica Elvira Sandoval, jefe de la Unidad de Educación Nutriológica de la Escuela de Dietética y Nutrición del IISSE.

La intolerancia a la lactosa aparece debido a que ese componente de la leche no se digiere fácilmente; cuando la lactosa se queda estacionada en el intestino las bacterias que habitan en él se fermentan y originan flatulencias y diarrea.

Pero si usted no es intolerante a la lactosa y de vez en cuando se le antoja cereal con leche por la mañana, o chocolate y café con leche por la noche, no se limite.

Dígalas a quienes lo juzgan por quitarle la leche a los niños que aunque

Es un alimento completo que contiene proteínas, vitamina A y minerales como calcio, fósforo y magnesio



Los adultos, si así lo desean, no deben eliminar de su dieta la leche, pues se trata de un alimento completo.

ya no esté en pleno desarrollo, su organismo agradecerá que le dé leche. Y si insisten, o la leche en verdad es poca, no se preocupe, puede obtener los mismos nutrimentos a través de otros alimentos.

El calcio, por ejemplo, lo puede consumir a través de charales, tortillas y otros cereales.

"De ahí la importancia de acercarse a un nutriólogo para recibir orientación alimentaria adecuada, con el fin de conocer las combinaciones útiles para un buen funcionamiento del organismo", concluye Sandoval.

Recomendación de la nutrióloga

La leche entera se puede consumir hasta los 6 años, y a partir de esta edad, preferir la leche descremada.

Sin embargo, la leche entera se puede volver a tomar durante el desarrollo puberal, con el objetivo de favorecer el crecimiento; pero, una vez pasada esta etapa, se recomienda retomar la leche descremada conforme la tolerancia lo indique.

Esta recomendación debe matizarse de acuerdo con las necesidades de cada persona.

LaCrónica

Aviso Clasificado

CONTRATA TUS ANUNCIOS POR

Teléfono-Fax:
01(653) 534-1366

Costo por palabra

50¢

Dirección: Guadalupe Victoria 200-2

IMPORTANTE: Los anuncios son responsabilidad exclusiva de los anunciantes, por favor compruebe que su anuncio está correcto el primer día de su publicación, de haber error, la empresa es responsable sólo de la primera publicación del anuncio. La empresa no hará distribuciones de ninguna especie, aun cuando sea cancelado por el propio interesado.

EMPLEOS

1 \$ \$ \$ \$
EMPLEOS

SE SOLICITA Ing. Civil y Capturista, presentar curriculum y solicitud. 534-48-75 Seimex S.A de C.V

2 **AUTOMOTOR**

El Árabe

NACIONALIZAMOS AUTOS, Camionetas y Pick-Ups 1991-1996 fronterizos y americanos. Informes autos "El Árabe" Kino y sexta Tel. 534-02-71, Cel. 044-653-38-02-33

2.8 **Chevrolet**

1996 BLAZER VORTEC 4X4 IMPORTADA, PIEL, CEL.6531039738 KM 57 \$3,300 O.M.O.

2.9 **Chrysler**

VENDO VOYAGER '95 importada, placas recientes, excelentes condiciones \$1,750 dls. Tel. 535-7735, Jalisco y 9.

AUTOMOTOR

2.11 **Compra/importación**

PROFESIONAL EN Gestión y Tramitación de Servicios Aduanales "CRL" importación de vehículos fronterizos y nacionalización de vehículos 1991 a 1996 pida asesoría e Informes sin compromisos ni honorarios, atención personal LCI, R. BURRUELL. Cel 044-653-119-37-97.

2.12 **Dodge**

SE VENDE Durango '98, 4x4, a/c, importada color naranja Imperial, 110 mil millas, cel. 653-8495686 o Callejón Libertad 1247 casi esq. Soto \$6,500dls.

3 **BIENESRAÍCES**

DERECHOHABIENTE FOVISSSTE Con certificado de crédito. Casas de 2 recámaras (con estancia opcional) para estrenar este año. Desde \$220,000.00. Informes y trámite de crédito

DERECHOHABIENTE FOVISSSTE Con certificado de crédito. Casas de 2 recámaras (con estancia opcional) para estrenar este año. Desde \$220,000.00. Informes y trámite de crédito

CASAS VENTA

Zaragoza 6 y 7 local 3 teléfono 5 53 67 47 con Francisco Rentería. FINANCIAMIENTOS PARA MEXICANOS RADICADOS EN ESTADOS UNIDOS. No importa calidad migratoria. Puede pagar mensualidades desde E.U.A. Casas para estrenar este año Zaragoza 6 y 7 local 3 teléfono 5 35 67 47 con Francisco Rentería para información y trámite de crédito.

TIEMPO DE ESTRENAR CASA Nunca había sido tan fácil, aprovecha hasta cero enganche Mensualidades más bajas. Con financiamientos Minnavit/SHF la autorización de tu crédito es rápida. Tu patrón paga una parte de los pagos mensuales Si tu salario antes el IMSS es bajo pero cuentas con ingresos adicionales comprobables, este es momento de decidir para que estrenes casa ya.

Información y trámite de crédito en Zaragoza entre 6 y 7 local 3 teléfono 5 35 67 47 pregunta por Maribel o Francisco. DERECHOHABIENTE FOVISSSTE Con certificado de crédito Casas de 2 recámaras (con estancia opcional) para estrenar este año. Desde \$220,000.00. Informes y trámite de crédito Zaragoza 6 y 7 local 3 teléfono: 553-6747 con Francisco Rentería

