www.revistacontactototal.com
N° 7 | 30 DE NOVIEMBRE AL 13 DE DICIEMBRE DE 2016
Publicación Quincenal Gratuita

¿DEPRESIÓN?

No se preocupe, ¡estamos en Navidad!

¡Les deseamos Felices Fiestas!

Contacto total

LA REVISTA QUE HABLA

GRATIS

Accidentes

¿Qué tan preparado está?

Camino al Éxito

Dinero para su negocio

Annie Magaña

Tiene talento. ¡Mucho talento!

Clasificados

¡Que si se ven!

RAFAEL TIRADO & ASSOCIATES®

INMIGRACIÓN • ACCIDENTES
CASOS CRIMINALES

www.tiradolaw.com

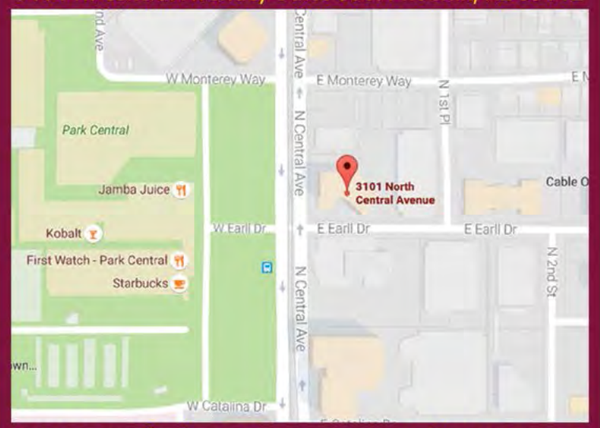
"La Asesoría que usted necesita en:

INMIGRACIÓN
CASOS CRIMINALES
ACCIDENTES"

¡USTED NO ESTA SOLO, RAFAEL TIRADO LE RESUELVE SUS PROBLEMAS LEGALES!

Deje todo en manos de un verdadero profesional en casos migratorios, que siempre le va a decir la verdad.

3101 N. Central Avenue, Suite 800. Phoenix, AZ 85012



INMIGRACIÓN | DEFENSA CRIMINAL | ACCIDENTES

Contamos con amplia experiencia en Derecho Migratorio y hemos tramitado con éxito apelaciones de casos complicados, revocando decisiones de las Cortes de Migración en asuntos que otros abogados no han podido resolver con éxito.

Defensa Criminal / DUI
Estamos comprometidos en proveer una representación personalizada, profesional, y una defensa agresiva en todo caso penal a través de una representación profesional con el objetivo de obtener los máximos beneficios y resultados positivos para cada uno de nuestros clientes que requieran representación ante las cortes criminales incluyendo procesos de DUI.

602-266-0292
24 HORAS AL DÍA / 7 DÍAS A LA SEMANA
ATENCION PERSONALIZADA

¡APROVECHE NUESTROS ESPECIALES!

Presente la revista con este anuncio

- **CONSULTA, EXAMEN Y RADIOGRAFÍAS GRATIS**
- **ENDODONCIAS** POR SÓLO $500 - $600
- **CORONAS** DE PORCELANA $500
- **LIMPIEZA** PROFUNDA $350

¡LO ESPERAMOS!

PHOENIX: 515 N. 35th AVE. Suite 122 - Phoenix, AZ 85009 | **602-455-0505** | **WEST PHOENIX:** 9014 W.Thomas Suite 103 - Phoenix, AZ 85037 | **623-872-9117**

AZ DENTAL

FAMILY DENTISTRY & COSMETIC

• Salud e higiene dental • Endodoncias • Coronas • Rellenos naturales
• Limpiezas • Blanqueamientos • Dentaduras postizas

TENEMOS PRECIOS MUY BAJOS
Pregunte por nuestros planes de pago
Recibimos casi todas las aseguranzas

El dentista familiar de toda la Comunidad Hispana

ESCUCHAR

No hay mal que dure 100 años

... Ni cuerpo que lo resista, dice el adagio popular, pero en el caso de Fidel Alejandro Castro Ruz duró 90 años. Se murió cuando quiso o cuando el creador lo decidió, pero no cuando mucha gente lo deseó, cuando mucha gente lo necesitó. Sobrevivió a 630 atentados.

Fidel Castro se lleva un legado de muerte, dolor, división, separación de familias y sangre. La sangre de quienes pagaron con su vida por no estar de acuerdo con su forma de gobernar.

Dicen que no hay muerto malo, pero en el caso de Fidel, la balanza se inclina hacia lo negativo. Llegó al poder intentando resolver el problema de la dictadura de Fulgencio Batista, pero después de casi 50 años en el poder, 17 de ellos como primer ministro (1959-1976) y 32 años como presidente (1976- 2008) su balance y la historia lo tendrán que mostrar como un tirano y un dictador más. Para algunos, tal vez, peor que a quien derrotó.

Lo sufrió el pueblo cubano y hoy también lo viven los países donde su semilla sembró. Para comprobarlo basta mirar a Venezuela, Nicaragua, Bolivia y Ecuador donde sus amigos "presidentes" se han amarrado al poder convirtiéndose en dictadores que hacen lo que sea necesario para continuar con "su revolución".

A mucha gente, incluso a las nuevas generaciones de cubanos les vale m….la muerte del comandante, pero entre quienes lo conocieron, quienes vieron de cerca su forma de fortalecer "la revolución " y sufrieron en carne propia su brutalidad y opresión, sienten que con Fidel Castro fue peor el remedio que la enfermedad.

CONTACTO TOTAL "LA REVISTA QUE HABLA" ES UNA PUBLICACIÓN QUINCENAL GRATUITA PRODUCIDA POR MEDIOS HISPANOS LLC.

Directora general: **DIANA GUALDRÓN.** Editor General: **GABRIEL VILLALOBOS.** Directora Creativa: **DORA INÉS VILLALOBOS A.**
Diseño: **IN HOUSE MH.** Web Master: **DIVA PRODUCTIONS.** Departamento Comercial: **LAURA SEGURA, REBECA SALAS.**
Asesor editorial: **RAFAEL TIRADO.** Fotografía: **LUZ A - FOTO Y VIDEO.** Colaboradores en esta edición: **LOURDES LERMA, NOÉ SAN JUAN MEDINA, JOHN HERRERA, EDGAR OLIVO, DR. PATRICK MALONEY, SERGIO PÉREZ, ANA PURY.**
Producción General: **SANDRA CARMONA.** Distribución: **RED DE DISTRIBUCIÓN MEDIOS HISPANOS.**

PARA ANUNCIARSE AQUI COMUNIQUESE AL TELÉFONO 602 751 2106
CONTACTO TOTAL: PO BOX 2576 - GILBERT, AZ 85299. **E-MAIL:** contacto@revistacontactototal.com. **TELÉFONO:** 602 751 2106. www.revistacontactototal.com

El contenido de los artículos, avisos y ofertas publicitarias son responsabilidad exclusiva de sus autores, en tal sentido CONTACTO TOTAL no se responsabiliza por el contenido de los mismos. ESTÁ PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL DE LOS ARTÍCULOS, ANUNCIOS, FOTOGRAFÍAS Y MATERIAL PUBLICITARIO SIN PREVIA AUTORIZACIÓN DE MEDIOS HISPANOS LLC.

En esta edición

Busque este ícono en los artículos y escuche los audios en nuestra web: www.revistacontactototal.com ESCUCHAR

VIDA SEGURA 6
"DE SU RONCO PECHO" 8
Las verdades del Cónsul de El Salvador
BUENA VIDA 10
Los beneficios de un programa de flexibilidad
GENTE EN CONTACTO TOTAL 12
CALENDARIO DE EVENTOS 14
ACTUALIDAD LOCAL 16
Arizona gran productor de lechuga
DE NUESTROS CONSULADOS 18
TALENTO LOCAL 20
Annie Magaña, una voz de ángel que vuela alto.
INMIGRACIÓN: ¡LO QUE USTED DEBE SABER! 22
Efectos de un divorcio después del ajuste de estatus
SI SE PUEDE 24
Depresión navideña: ¡No deje que lo venza!
ZONA DIGITAL 26
PANORAMA LOCAL 28
ASÍ SE HABLA 30
MUY PERSONAL 32
Donald Trump, el poder detrás del trono, ahora en el trono del poder.
NUESTRAS TRADICIONES 34
CAMINO AL ÉXITO 3 36
Cómo conseguir capital para su negocio
FAMOSOS DE AQUÍ Y ALLÁ 38
¡PARE OREJA Y APUNTE! 40
A CHAMBEAR 42
PERDIDOS Y ENCONTRADOS 45

¡Usted puede sufrir un accidente!

Por **John Herrera**
Agente de American Family Insurance
www.johnherreraagency.com

EN ESE MOMENTO DE CONFUSIÓN, angustia y dolor lo que más le puede brindar tranquilidad es tener una buena cobertura en su seguro, por esto es muy importante que tenga presente los principales tipos de cobertura.

COBERTURA DE CHOQUE
PROTEJA SU VEHÍCULO

Cubre los daños accidentales ocasionados por choque o volcamiento, independientemente de quién lo haya ocasionado. La cobertura por choque está sujeta al monto del deducible que usted elija-mientras más alto el deducible, más baja será su prima-. Seleccione un monto de deducible con el cual se sienta cómodo. Si ocurre un reclamo por choque en su póliza, este es el monto que deberá pagar antes de que su seguro cubra el saldo.

COBERTURA INTEGRAL
PROTEJA SU VEHÍCULO

Cubre los daños o la pérdida de su vehiculo por razones distintas al volcamiento. Y si le roban su vehículo, la cobertura integral puede incluir los gastos relacionados con la devolución del vehículo. Por un costo adicional, la cobertura extendida puede incluir elementos tales como equipo personalizado y ciertos dispositivos electrónicos. La cobertura integral está sujeta al monto del deducible que usted elija.

REPARACIÓN DEL PARABRISAS

La cobertura integral también incluye el costo de la reparación por daño al parabrisas si este es de un tamaño menor que el de un billete de dólar o más pequeño. Para reclamo sobre vidrio, comuníquese al 1-800- MY AMFAM (1-800-692-6326).

Vida Segura

COBERTURA DE RESPONSABILIDAD CIVIL
PROTÉJASE USTED Y PROTEJA SU FUTURO FINANCIERO

En la mayoría de los estados la responsabilidad civil es obligatoria. Existen dos tipos de cobertura por responsabilidad civil. Responsabilidad civil por lesiones corporales que ampara las lesiones que sufran sus pasajeros, y el conductor y los pasajeros del otro vehículo si usted es el causante de un accidente de auto. Responsabilidad civil por daños a la propiedad que ampara los daños que sufra la propiedad de terceros si usted es el causante de un accidente con el auto. Generalmente esto significa el daño al vehículo de otra persona, pero también puede incluir los daños a otros tipos de propiedad.

COBERTURA MÉDICA
DÉ PROTECCIÓN A SÍ MISMO Y A SUS PASAJEROS

El tipo de cobertura médica, gastos médicos o protección contra lesiones personales depende del estado donde viva. Los gastos médicos pagan la atención médica que se le proporcionan a usted y a sus pasajeros como resultado de un accidente de auto amparado independientemente de cuál conductor lo haya ocasionado.

La protección contra lesiones personales contribuye a reembolsarles a usted y a sus pasajeros los ingresos perdidos, los gastos de cuidado infantil, los gastos médicos y otros gastos si usted resulta lesionado en un accidente amparado, independientemente de cuál conductor lo haya ocasionado.

ESCUCHAR

"De su Ronco Pecho"

El trato a las personas sigue siendo inhumano

La realidad que ha impactado al nuevo cónsul de El Salvador

El licenciado Germán Banacek Alvarez Oviedo asumió la dirección del consulado en Tucson que sirve a toda la comunidad salvadoreña en Arizona. En dos meses de gestión ya tiene claro el panorama que vive su gente y también la ruta que se debe seguir. Aquí esta: "De su Ronco Pecho".

Contacto Total: ¿Arizona es famoso por el cruce de inmigrantes sin documentos. Es el tema de todos los días. Qué es lo que más le ha impactado?

Germán Banacek Alvarez Oviedo: Lo que más me ha impactado es en las condiciones en la que nuestros connacionales llegan, los que logran llegar, porque algunos quedan en la mitad del desierto. Digo las condiciones, porque a pesar que las instalaciones son muy bonitas, adecuadas, modernas, los pisos de cerámica, condiciones excelentes, pero el trato a las personas sigue siendo inhumano. Y es lo que nos duele del trato a nuestros salvadoreños. La migración es una circunstancia histórica. Desde el principio de los seres humanos todos han migrado. Aquí se está migrando. Si nací en Arizona me voy para California o para Nueva York estoy migrando y no debería ser una circunstancia para tenerla como que nada. Las fronteras las ponemos nosotros los seres humanos. Y otra cosa que me ha impactado son las cantidades que cuesta esta migración.

CT: ¿Trato por parte de quien?

GBAO: En todas las instituciones hay personas buenas, excelentes y también las que trabajan por su dinero y no tienen una convicción por su trabajo. Las que están por el dinerito, por sus horas son las que tratan mal a nuestros connacionales. Son situaciones de diferentes culturas. Lo que para mi puede ser bueno para personas de otra cultura, otra nacionalidad, no.

CT: ¿La gente está llegando. Ya aquí, se convierte en un problema que requiere solución. Se está haciendo todo lo necesario para ayudar a estas personas?

GBAO: Considero que por nuestra parte estamos haciendo todo lo humanamente posible por resolver diferentes circunstancias. Digo por nuestra parte en todo lo que podemos hacer. Expedición de documentos y otras cosas más.

CT: De su experiencia, desde que tomó la dirección del consulado, ¿que se puede hacer en su país, El Salvador, para que la gente no se venga a los Estados Unidos?

GBAO: Recientemente nos visitó la viceministra para los salvadoreños en el exterior, Liduvina Magarín y la embajadora de nosotros aquí, Claudia Canjura y las llevamos a hacer un recorrido por toda la región. Para que se dieran cuenta de primera mano de la situación. Con todo esto, la idea es crear un plan para que los connacionales no se vengan para aquí. Un plan desde allá.

CT: ¿Es Arizona tan antiinmigrante como se dice en otras partes del mundo?

GBAO: No creo.

CT: ¿Cómo se están preparando para una posible deportación masiva tal y como lo anunció el presidente electo Donald Trump durante su campaña?

GBAO: En campaña se pueden decir muchas cosas. Vamos a esperar que empiece la gestión del nuevo presidente para saber que va a pasar. Nosotros esperamos que podamos trabajar. Los importante es que se les respeten los derechos humanos a nuestros connacionales que vienen migrando y en eso nos vamos a enfocar. Vamos a trabajar respetando las leyes de este hermoso país, pero también que se les respeten los derechos que tienen nuestros connacionales.

CT: ¿Cuántos Salvadoreños están indocumentados en Arizona?

GBAO: Es una cifra difícil de calcular porque muchas personas no dicen cuál es su situación. Muchas no confían ni siquiera en el consulado. Piensan que el consulado deporta. Nosotros no deportamos. Calcularía que la cifra puede estar alrededor de los 7 mil salvadoreños.

Los beneficios de un programa para aumentar LA FLEXIBILIDAD

Por **Dr. Patrick A. Maloney**
Director clínico de Maloney Chiropractic Clinic

LA FLEXIBILIDAD es una de esas cosas a las que no se les pone atención cuando pensamos en nuestra salud física. Si se acuerda de mi primer artículo hace dos ediciones de **Contacto Total,** les expliqué 5 sencillos pasos para conseguir un estado de salud óptimo. El segundo paso es por supuesto alcanzar, promover, y mantener un cuerpo flexible.

La flexibilidad del cuerpo trae muchos beneficios:

1. Mejora el tono de sus músculos.

2. Aumenta el flujo de sangre arterial hacia los músculos.

3. Mejora el drenaje de sangre venoso desde los músculos.

4. Mejora el aguante de los músculos para prolongar actividad física.

5. Protege las coyunturas del cuerpo disminuyendo la presión en ellas durante movimiento regular.

6. Promueve mejor postura y balance en su cuerpo.

7. Promueve contracciones musculares más rápidas y fuertes.

Hay dos diferentes filosofías cuando se trata de un sistema de flexibilidad: la manera estática y la manera dinámica.

Buena Vida

Nosotros nos vamos a enfocar en la manera estática por ahora. La manera estática consiste en lentamente estirar una parte del cuerpo o un músculo en particular hasta el punto donde siente un poco de tensión. Ahí mantenga el músculo en tensión pero sin dolor por 5 a 15 segundos. Después relaje el músculo un poquito por 5 a 15 segundos, y de ahí regrese al punto de tensión una vez más, repitiendo el proceso tres veces en total.

Hoy en día el consenso es que uno debería hacer un poco de movimiento para calentar el cuerpo antes de estirarse. 5 minutos de calentamiento generalmente son suficientes. De ahí empieza el proceso de estiramiento, y después el resto del programa de ejercicios.

Yo siempre recomiendo, y lo hago también, dedicar por lo menos un día entero a la flexibilidad con estiramientos. Eso sí, después del calentamiento. De esta manera no nos olvidamos de este punto esencial en ruta a nuestra salud óptima.

1. CALENTAMIENTO

2. ESTIRAMIENTO

3. EJERCICIOS

Sunny Energy LLC
Team De Impacto Solar
(602)-491-5332
Ahorrándole hasta un 80% en su factura eléctrica
NO costos de Instalación NO costo de mantenimiento NO pago inicial
Ofreciendo mejores opciones para producir su propia energía limpia y barata

@LaTienditaCafe latienditacafe latienditacolombianrestaurant
La Tiendita
Colombian Restaurant
Comida y productos 100% colombianos
480-898-5546
456 W Main St, Suite A - Mesa, AZ 85201

La líder política y activista, Raquel Teran, se unió en Washington D.C. al evento nacional de la Academia de Nuevos líderes de América que reunió a la sangre nueva de la política que busca crear una democracia más inclusiva. ¡Bien por Raquel!

¡Nuevo ingeniero! Felicitaciones para el joven Nestor Silva quien recibió su título de ingeniero informático por parte de la Universidad de Phoenix. Sus familiares, desde Nogales hasta Phoenix, celebran al nuevo profesional quien también ya está viendo, leyendo y escuchando Contacto Total, la revista que habla.

Y junto a sus "Eddies" recorrió los más importantes e históricos lugares de la capital del país. Toda la familia en la casa del poder.

Gente en Contacto Total

¡Ya se ganó el cielo! El entusiasmo y la fe de Ruby Londoño mueven montañas. Con un grupo de voluntarios fue hasta Nogales, México para ayudar y dar alegría a los niños del orfanato de esa población. Ruby tiene claro su mensaje "cuando el espíritu de DIOS mueve el corazón solo pueden salir cosas hermosas" ¡Misión cumplida! ¡DIOS los bendiga!

Líderes comunitarios y oficiales de policía fueron homenajeados en un evento organizado por Samaritan CDC y Way of Life Church. Aquí, muy elegantes, Lourdes Lerma, portavoz del Departamento de Transportes de Arizona, la senadora estatal Catherine Miranda, Blanca Cornejo-García y Alma Alcántar.

¡Yo hago de tu evento, mi evento!
LUZ
Luz a Pro Foto & Video
602-434-3210
Capturando tus momentos más felices ¡somos profesionales!

Calendario de Eventos

Pijamada en el parque

VIERNES 2 DE DICIEMBRE | 6:00 P.M.

Póngase su pijama navideña favorita, súbase al expreso polar urbano en el tren ligero (Metro Light Rail) y llegue al Civic Space Park para disfrutar de dos películas bajo las estrellas. Traiga a sus amigos y familiares. Se estarán presentando las películas Polar Express y National Lampoon's Christmas Vacation. Chocolate caliente gratis, golosinas navideñas y la visita especial de Santa garantizan una noche inolvidable. **Entrada gratis. Civic Space Park - a. E. England building:** 424 N. Central Ave, Phoenix, AZ 85004. Mayor información **602-262-4734.**

¡El momento para trabajar juntos es ahora!
Participa en el seminario "Volviendo a mis Raíces"

SÁBADO, DICIEMBRE 10

12:30 P.M. – 5:00 P.M.
SEMINARIO DE LIDERAZGO CLIMÁTICO

5:00 P.M .– 7:00 P.M.
CENA Y PRESENTACIÓN CULTURAL

La organización Chirla de Arizona y Sachamama te invitan a asistir a este taller de motivación y liderazgo enfocado en la protección del medio ambiente. Haga parte de esta experiencia de vanguardia sobre soluciones climáticas y liderazgo, que ayuda a los participantes a anclar sus valores y legado de conservación a través de la educación, la abogacía, el arte y la música. En un ambiente familiar, y con actividades para toda la familia, los asistentes exploran las causas de la crisis climática y cómo, a nivel individual y colectivo, pueden involucrarse para crear soluciones locales y apoyar esfuerzos nacionales. Sus organizadores aseguran que ahora más que nunca hay que trabajar unidos. La comunidad también debe estar alerta con las políticas del nuevo Presidente en materia del medio ambiente. Este seminario es una oportunidad para organizarse como comunidad e involucrarse en el movimiento y conectarse con organizaciones locales. **Este entrenamiento es gratuito. Metro Tech High School, Student Union:** 1900 West Thomas Road, Phoenix, AZ 85015 Para asistir regístrese en **http://sachamama.org/es/phoenix/**

Desfile navideño de embarcaciones

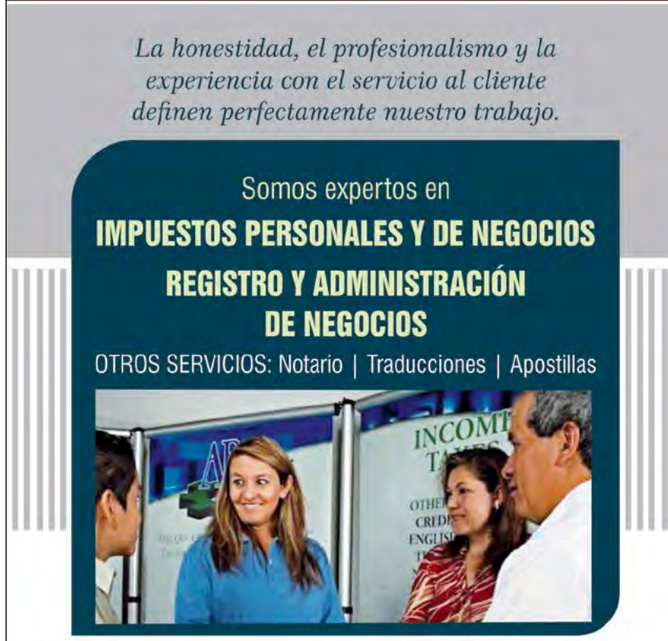
10 DE DICIEMBRE DE 2016 | 4:30 P.M.

Diversión para toda la familia en el Lago Tempe. El evento más esperado en esta temporada. Música en vivo, selfies con Santa, camiones de comida, pintores de cara, caricaturistas, camión de cerveza, vino y mucho más!. Llegue temprano y reserve su lugar para que disfrute la fantasía de las luces en más de 50 embarcaciones de todos los tamaños.. El desfile inicia a las 7 pm y termina con una colorida exhibición de fuegos artificiales a las 8:45 p.m. Venga temprano y quédese hasta tarde! **Entrada Gratuita** para espectadores. **Tempe Beach Park, Tempe Town Lake.**

Posada Navideña
Diviértase por una buena causa

VIERNES 9 DE DICIEMBRE DE 2016
5:00 P.M. A 9:00 P.M.

Women's Hope of Arizona invita a toda la comunidad para que haga parte de esta gran celebración. Con la participación del DJ Elkin Zuluaga y su buena música. Estarán recibiendo donaciones de gorros para el frío y calcetines para niños y niñas de 0 a 12 años. Un porcentaje del consumo en el restaurante será donado a la organización Women's Hope of Arizona que se dedica a ayudar a madres solteras con niños pequeños o discapacitados y que están en condiciones de extrema pobreza. **Admisión Gratis. Restaurante La Flor de Calabaza:** 705 N. First Street Suite 110, Phoenix, Arizona 85004. Mayor información: **480-242-1282.**



ESCUCHAR

90 % de la lechuga

consumida en Estados Unidos y Canadá entre los meses de noviembre a marzo se siembra en Arizona.

Empezó la temporada de cosecha de la verdura de hoja verde en Arizona (Arizona Leafy Greens) esta vez con unas condiciones climáticas más cálidas que de costumbre. El clima caliente ha acompañado a los miles de trabajadores que son contratados por la industria de vegetales. Se cálcula que más de 20 mil personas son empleadas por esta temporada y los ingresos a la economía del estado de Arizona son aproximadamente de mil millones de dólares.

En reconocimiento a las grandes cosechas generadas por la industria abundante de lechuga en Arizona, el gobernador Doug Ducey, proclamó a noviembre como el mes de ***La Verdura de Hoja Verde.***

Para asegurar que las prácticas de control de alimentos sean cumplidas durante este importante momento, los productores voluntarios y las personas que hacen los envíos, quienes son parte de Arizona Leafy Greens, siguen un programa de seguridad de alimentos muy estricto. Este protocolo incluye auditorías e inspecciones regulares por parte de auditores certificados del Departamento de Agricultura (USDA).

El kit de entrenamiento completo de seguridad de alimentos utilizado en Arizona ha sido reconocido como finalista para "Mejor Solución Nueva para la seguridad de alimentos" en United Fresh en el 2012 y 2014. Todos sus componentes están disponibles para su compra en www.arizonaleafygreens.org.

"Por más de 15 años le he ayudado a los hispanos
a hacer buenos negocios cuando están comprando un carro"

Conmigo siempre tendrán
BUENOS PRECIOS
BAJOS INTERESES

ES UN LUJO TENER A ENRIQUE MORENO COMO ASESOR AUTOMOTRIZ

AT
AVONDALE TOYOTA
10005 West Papago Freeway Avondale - AZ 85323
602-348-5050 Enrique Moreno

¡Atención comunidad chilena! Consulado a distancia

El Cónsul General de Chile en Los Ángeles, Don Jorge Tagle Canelo, visitará Phoenix entre los días **30 de noviembre** y **2 de diciembre del 2016,** con el objetivo de atender a la comunidad chilena residente en Arizona. Para que pueda hacer sus trámites, inscríbase en: **https://docs.google.com/forms/d/1birYT2pqEddzOQPQHJZ7wBmA5N044UtfWOj-Opr9ox0/edit**

Lugar:
6816 E Brown Road, Suite 101, Mesa, AZ 85207.

Horarios de atención:
Miércoles 30:
10 a.m. – 12 p.m. y 1p.m. – 5 p.m.
Jueves 1° y **Viernes 2 de diciembre:**
8 a.m. – 12 p.m. y 1p.m. – 5 p.m.

Los trámites que se atenderán son:
* Toma de datos para renovación de pasaportes y cédulas de identidad.

* Cambio de domicilio para el registro electoral e inscripción en el registro electoral.

* Mandato que se refieran a traspaso de propiedades bienes raíces.

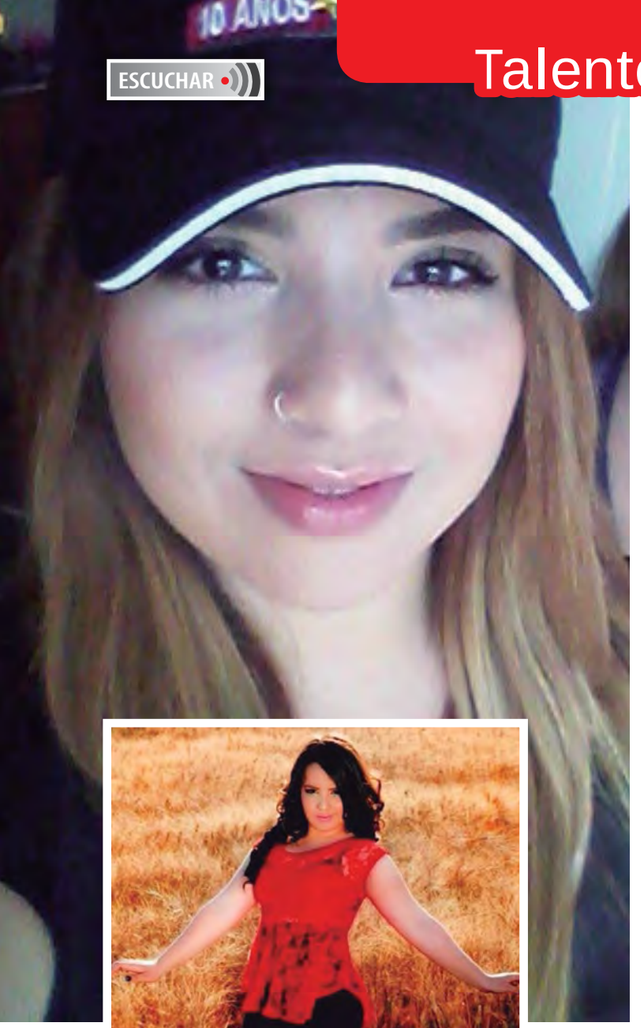
Mayor información **(323) 933-3697** o **(602) 892-5000**

De Nuestros Consulados

¡Colombianos en Arizona!

Actualice su pasaporte si todavía tiene el convencional. Para mayor información visite: **http://www.cancilleria.gov.co/especial-pasaporte**

ESCUCHAR



Annie Magaña

Una voz de ángel que está volando alto

Annie Magaña con su mamá, Rebeca Salas. Annie tiene un objetivo: comprarle una casa a su mamá y espera hacer ese sueño realidad muy pronto.

Procedentes de su tierra natal Ciudad Obregón, Sonora, hace un par de años, Annie y su mamá llegaron al Valle del Sol. Desde su arribo, la joven artista ha trabajado incansablemente en su carrera musical. Su madre, la reconocida locutora Rebeca Salas, ha sido su motor y su cimiento. "Mi mamá me apoya ciento por ciento y fue la primera que me apoyó y creyó en mí", expresa Annie muy orgullosa.

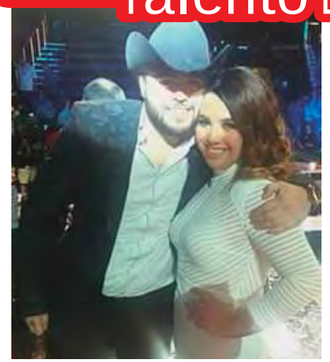
SUS COMIENZOS...

Cuenta Annie que estaba tan pequeña cuando empezó a cantar que hay cosas que ni recuerda. Tenía como cinco años. Pero lo que nunca olvida es el día en que regresó a casa con un cd que había grabado en un campamento de verano. Cuando su mamá lo escuchó preguntó quién es esta niña? Y la sorpresa fue mayúscula al darse cuenta que esa voz tan bonita era la de su propia hija.

A partir de ese momento, los campamentos de música, las clases de vocalización, la participación en concursos y los triunfos empezaron a ser parte de su vida. Antes de venir a Arizona llegó a la final del concurso Cajeme tiene talento. De competencias como esta ha aprendido a aceptar críticas y a recibir consejos.

ECHÁNDOLE GANAS EN ARIZONA

Una de sus prioridades cuando llegó a Arizona fue la de terminar su secundaria. Y así lo hizo. A pesar de no hablar inglés y como ella misma lo dice: "no entendía ni papa", en sólo seis meses logró aprender el idioma. Y para sorpresa de muchos, venciendo obstáculos, se graduó con honores y con los puntajes más altos en inglés. Ahora se puede dedicar ciento por ciento a su pasión: la música. Muchas puertas se le han abierto desde su llegada. Hizo parte del equipo de Ramón Karaoke y ha participado como solista en varios eventos del Valle del Sol.



Con Gerardo Ortíz en la final de Tengo Talento Mucho Talento.

Las lindas chicas del Grupo Esencia

ÉXITO ASEGURADO

Actualmente es vocalista del Grupo Esencia. Una agrupación femenina que interpreta música norteña progresiva y está integrada por 6 talentosas jóvenes entre los 14 y los 18 años. Annie esta felíz de pertenecer a esta banda. Asegura que: "la buena vibra se transmite" pues todas se llevan muy bien y eso se nota.

Acaban de participar en el programa Tengo Talento, mucho Talento y están muy orgullosas de haber llegado tan lejos. El público, los jueces y, por supuesto, su gran talento les permitieron llegar hasta la final. Un logro muy importante, teniendo en cuenta que es la primera vez que participan como grupo en un concurso y que sobresalieron entre más de 4 mil consursantes.

Se escribe una nueva página en su carrera y el plan ahora es continuar con sus presentaciones, viajes y trabajar en varios proyectos, entre ellos, canciones inéditas.

TODO ES POSIBLE

Annie Magaña posee un gran carisma y como ella misma dice: "alegra donde se para y anima a la gente". Espera seguir siendo buena persona y mantener la sencillez que siempre la caracterizan y que, por más alto que vuele, nunca perderá.

Esta joven artista asegura que su meta principal es: "más que hacer dinero o lograr reconocimiento, ser una inspiración para la juventud". Dice que aunque en la vida no todo es fácil, si uno quiere lograr algo hay que luchar por ello. Y su lema es apostarle a: "nunca dejar de soñar. Todo se puede".

Efectos de un divorcio

después del ajuste de estatus

MUCHAS PERSONAS que obtienen su residencia con base en un matrimonio de buena fe, enfrentan problemas matrimoniales después de recibida su tarjeta y tienen temor que se les revoque la residencia y los vayan a deportar. Si la persona actúa de la manera correcta en términos legales, la deportación es una posibilidad remota.

Para ver los efectos de un divorcio hay que primero distinguir entre residentes condicionados, es decir, quien recibe su tarjeta por 2 años por no haber tenido 2 años de matrimonio en el momento de la entrevista y residentes permanentes sin condiciones, es decir, quienes reciben una tarjeta de residente por 10 años por haber tenido más de 2 años de casados en el momento de su entrevista de ajuste.

En el primer caso, al momento de la separación se debe enviar de inmediato una forma I-751 firmada por la parte interesada, explicando lo que pasó, y si se comprueba de nuevo la buena fe del matrimonio que terminó, en ese caso el Servicio de Migración (USCIS) envía al solicitante la tarjeta de residencia permanente por 10 años.

En el segundo caso, no hay mayores efectos en cuanto a la residencia, únicamente tendría que esperar 5 años para aplicar para ciudadanía, el tiempo de espera para personas que se mantienen casadas es de solo 3 años.

Si usted o alguien que conoce están en esta situación, resuélvala cuanto antes. Pero recuerde que lo más importante es estar bien asesorado.

¡Hasta la próxima!

¿Necesita usted un seguro médico que pueda pagar?

¡La inscripción empieza el 1 de noviembre y termina el 31 de enero!

Descubra más sobre el Mercado de seguros médicos.

- Le ayudará a conseguir seguro médico que pueda pagar de acuerdo a su presupuesto, con menos complicaciones.
- Si usted no tiene seguro médico o simplemente desea explorar sus opciones, el Mercado de seguros le ayudará a encontrar un plan apropiado para usted.

Mercado de Seguros Médicos

Descubra más y prepárese.
CuidadoDeSalud.gov
1-800-318-2596
(TTY: 1-855-889-4325)

ESCUCHAR

Depresión
¡No deje que lo venza!
ESTAMOS EN NAVIDAD

Para muchos esta temporada de alegría y felicidad es todo lo contrario.

Por **Sergio Pérez**
Psicoterapeuta
Director y fundador
de la organización
Despertando en Amor
www.despertandoenamor.org

LA PALABRA DEPRESIÓN viene del latín deprecio que, a su vez, procede del depressus (abatido o derribado). Es un trastorno emocional que hace que la persona se sienta triste y desganada, experimentando un malestar interno y dificultando la interacción con el entorno.

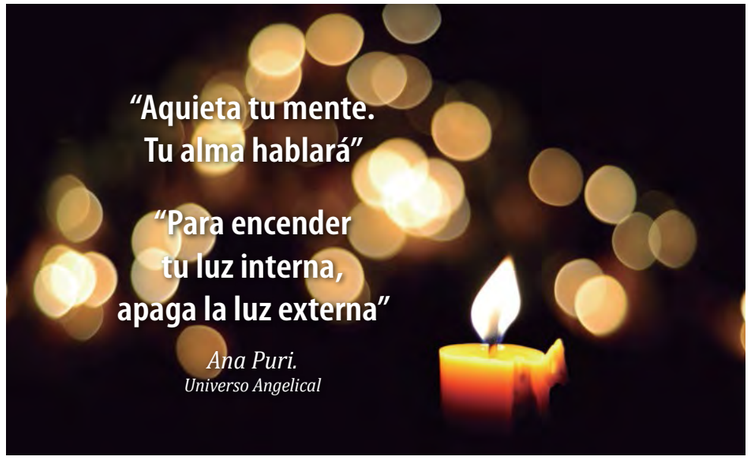
SÍNTOMAS DE LA DEPRESIÓN NAVIDEÑA

- Tristeza y melancolía al llegar la Navidad.
- Nostalgia exagerada.
- Frustración al no contar con lo que supuestamente otros sí tienen.
- Aislamiento.
- Amargura.
- Pensamientos negativos.
- Tristeza por la ausencia de otra persona.
- Apatía ante los festejos de esta época.

¡Sí se Puede!

CONSEJOS PARA EVITAR O SOLUCIONAR LA DEPRESIÓN NAVIDEÑA

- Expresa esas emociones negativas o conflictivas que puedas sentir en estos momentos. Un amigo o un familiar pueden ser de gran ayuda.
- Levanta tu estado de ánimo con actividades que te ayuden a desconectarte y a sentirte mejor contigo mismo/a.
- Trata de rodearte de personas positivas.
- Evita cualquier situación negativa o conflictiva que pueda influir en tu estado actual.
- Aquellas actividades que puedan tener sentido o ser útiles (como actividades de caridad) pueden ayudarte a sentirte mejor mientras haces algo por los demás.



Para la medicina y la psicología, la depresión se manifiesta a partir de una serie de síntomas que incluyen cambios bruscos de humor, irritabilidad, falta de entusiasmo y una sensación de coraje o angustia que trasciende a lo que se considera como normal.

Las causas de la depresión pueden ser tanto biológicas como emocionales: por ejemplo, herencia, factores bioquímicos, situaciones estresantes, personalidad, según la edad y sexo, por enfermedades y muchas otras.

No existe una sola causa para la depresión. La depresión puede ser ocasionada por uno o varios factores. Algunas personas tienen mayor probabilidad de sufrir este trastorno emocional que otras.

Para muchos estas fiestas que se acercan no representan alegría y felicidad, sino al contrario son sinónimo de tristeza, soledad y nostalgia. Las causas más frecuentes de la conocida depresión navideña suelen tener relación con la perdida reciente de seres queridos, el encontrarnos lejos de la familia, la situación económica o la soledad.

Hoy en día la depresión a causa de situaciones emocionales ha rebasado los estándares de la depresión, esto se debe a que los seres humanos no sabemos enfrentar y lidiar con nuestras emociones, al mismo tiempo que la depresión infantil va en aumento por la falta de atención a nuestros hijos.

COMO PODEMOS MANEJAR LA DEPRESIÓN EN ESTAS FIESTAS?

Bueno primero que todo hay que disfrutar con lo que tenemos, agradecer lo que hemos logrado sea mucho o poco, si algún familiar falleció no hay porque extrañarlo, recuerda que vive en tu corazón y en tu memoria. Tenemos muchos bellos momentos para recordarlo. ¡Viva el aquí y el ahora! Para qué nos preocupamos por el pasado si ya se fue y el futuro no existe, así que a disfrutar el momento.

Hoy por hoy existen muchas terapias alternativas dentro de la medicina quántica, que nos ayudan a trabajar con estas situaciones. Busque ayuda no deje pasar el tiempo ya que esto le servirá para vivir mejor.

Zona Digital

Los accesorios más útiles para su carro

Fobo
Tire Plus

SISTEMA DE MONITOREO DE PRESIÓN DE LAS LLANTAS

Este novedoso invento funciona vía bluetooth. Solo necesita instalar una aplicación en su teléfono y los cuatro sensores en cada llanta. En el momento que alguna de las llantas no tenga la presión necesaria recibirá una alerta y su teléfono le mostrará dónde está el problema.

Garmin Dash Cam 20
Standalone Driving Recorder

VIDEOGRABADORA PARA AUTO

Nunca se sabe cuando podemos tener un accidente de auto, aún si somos buenos conductores. Es buena idea tener una cámara que pueda grabar todo en la vía mientras estamos manejando. En caso de un choque el vídeo es una evidencia importante.

Travel Charge
9.6 Amp Quad
USB Power Hub

CARGADOR 4 EN 1

Esta es la mejor solución para que pueda cargar hasta cuatro aparatos al mismo tiempo en su vehículo. Este cargador usb le permite cargar celulares, tabletas, cámaras, reproductores mp3 y más.

Garmin Dash Cam 20
Standalone Driving Recorder

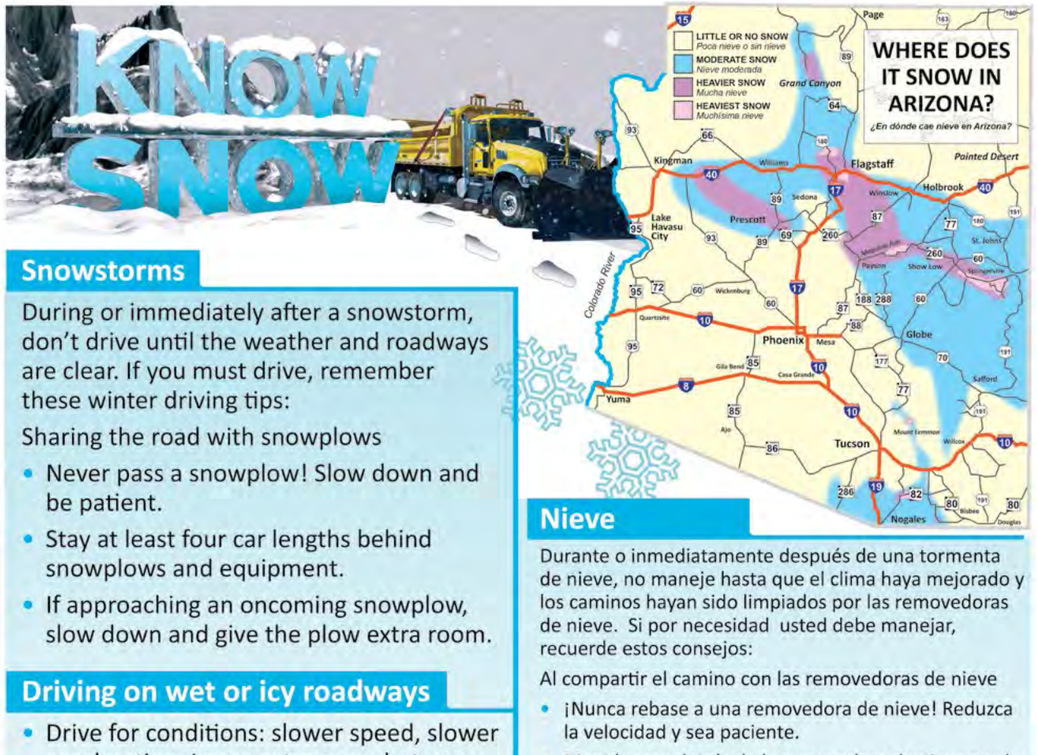
LOCALIZADOR DE VEHÍCULOS

¿A quién no le ha pasado? Se le olvida dónde estaciona su carro. Especialmente si el estacionamiento es gigante. Por fortuna ya existe una manera de encontrarlo fácil y rápido. Se trata de un localizador que funciona con su teléfono inteligente y que además sirve de cargador. Es muy sencillo de usar y en su teléfono le indica dónde dejó su auto.

Evenflo Advanced
Embrace DLX Infant
Car Seat with Sensorsafe

SILLA INTELIGENTE PARA BEBÉ

Ya no hay excusa. Imposible olvidar a su bebé en el auto. Con esta nueva tecnología en sillas de auto para bebé se salvan vidas. El sistema permite al conductor recibir señales a través de tonos suaves. De esta manera le recuerda si no está puesto correctamente el cinturón de seguridad y también le avisa al conductor que el bebé todavía está en el asiento después de la llegada al destino.



Snowstorms

During or immediately after a snowstorm, don't drive until the weather and roadways are clear. If you must drive, remember these winter driving tips:

Sharing the road with snowplows

- Never pass a snowplow! Slow down and be patient.
- Stay at least four car lengths behind snowplows and equipment.
- If approaching an oncoming snowplow, slow down and give the plow extra room.

Driving on wet or icy roadways

- Drive for conditions: slower speed, slower acceleration. Leave extra room between your vehicle and the vehicle in front of you.
- Brake slowly. If you skid, stay calm, ease off the accelerator, brake very lightly, and steer straight or slightly into the direction of the skid.

Winter road closure advisory

ADOT closes some small state routes in Northern Arizona annually from winter through spring due to heavy snowfall. Visit **az511.gov** or call **511** to find out about weather-related travel restrictions.

@ArizonaDOT ADOT 511 az511.gov Arizona Travel Info

Nieve

Durante o inmediatamente después de una tormenta de nieve, no maneje hasta que el clima haya mejorado y los caminos hayan sido limpiados por las removedoras de nieve. Si por necesidad usted debe manejar, recuerde estos consejos:

Al compartir el camino con las removedoras de nieve

- ¡Nunca rebase a una removedora de nieve! Reduzca la velocidad y sea paciente.
- Manténgase detrás de la removedora de nieve por lo menos cuatro carros de distancia.
- Si se le aproxima una, reduzca la velocidad y déjele suficiente espacio.

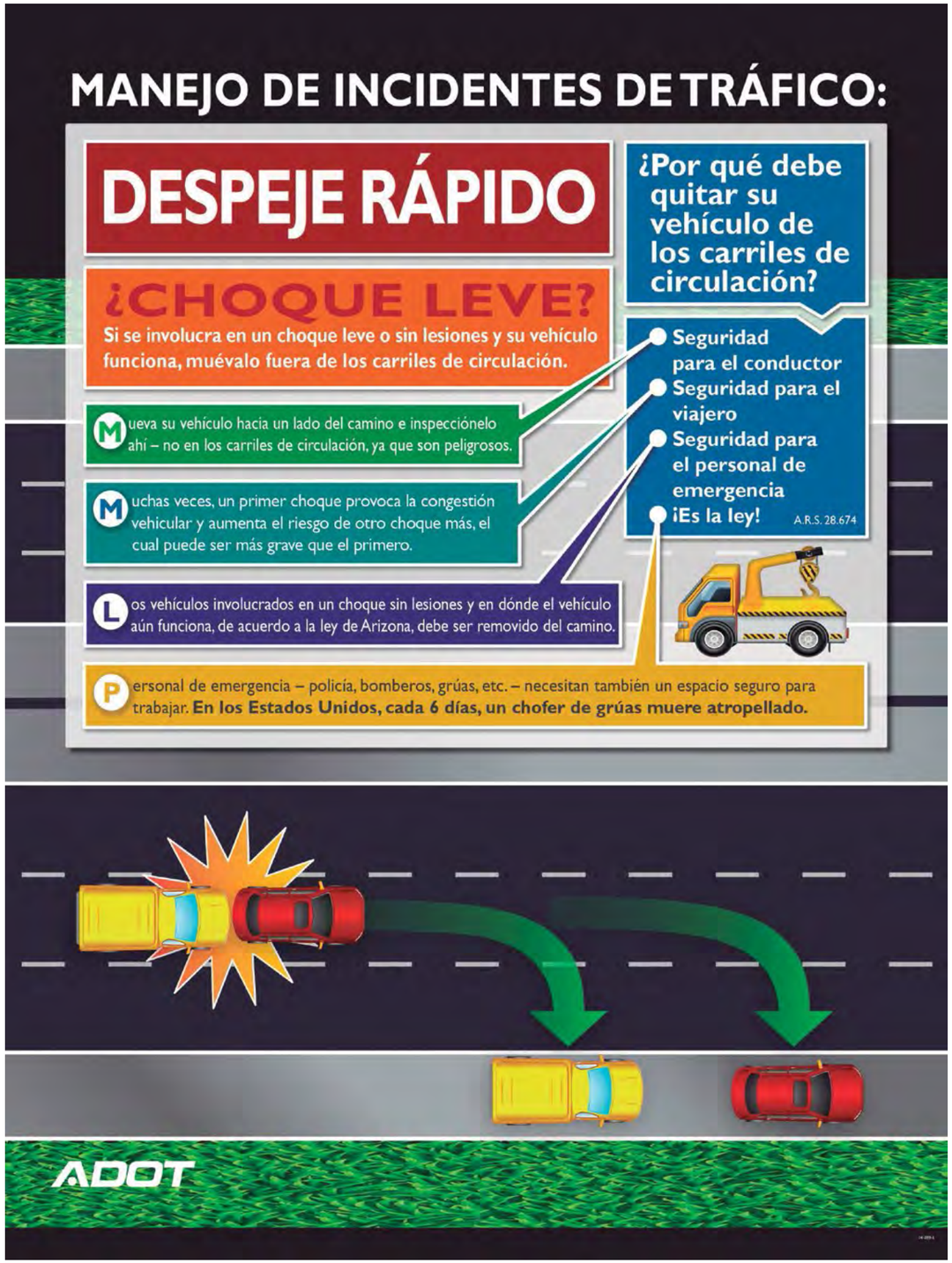
Al conducir en caminos mojados o con hielo

- Conduzca de acuerdo a la condición del camino. Reduzca la velocidad y aumente el espacio entre usted y el vehículo de enfrente.
- Frene despacio. Si su vehículo se resbala, mantenga la calma, quite el pie del acelerador, frene muy despacio y ligeramente gire el volante en la dirección del derrape.

Aviso sobre caminos cerrados durante el invierno

Cada año, debido a las fuertes nevadas ADOT cierra algunas rutas estatales en el norte de Arizona desde el invierno hasta la primavera. Visite az511.gov o llame al 511 para informarse sobre las restricciones en los caminos debido al clima.

16-237



RECORTE Y COLECCIONE

Así no se escribe ~~haci~~ se escribe así.

Leyendo las redes sociales nos encontramos con infinidades de atropellos contra la lengua española. Uno muy recurrente es con la palabra así. No olvidemos que ya existen aplicaciones que corrigen nuestra ortografía. Hagamos uso de ellas.

El verbo hacer es otra muestra de su mal uso al escribirlo. Tiene varios significados: Producir algo, darle el primer ser o fabricar, formar algo dándole la forma, norma y trazo que debe tener.

Aquí la forma correcta de escribirlo en varias de sus conjugaciones.

NO ESCRIBA ✗	ESCRIBA ✔
Acer o aser	Hacer
Iso	Hizo
Asiendo	Haciendo
Ise o ice	Hice
Asemos o acemos	Hacemos

El propósito de esta sección es rescatar nuestro idioma y promover el uso correcto de las palabras, tal y como lo establece el Diccionario de la Real Academia Española.

TODO ARIZONA ESTÁ EN
CONTACTO total
Lunes a Viernes
11 a.m. - 1 p.m.
por la Onda 1190 am
MÁS DE 10 AÑOS AL AIRE
El programa preferido por la Comunidad Hispana
¡INFÓRMESE, ENTRETÉNGASE Y PARTICIPE!
| NO MANCHES | PARE OREJA Y APUNTE | A CHAMBEAR |
| RONCO PECHO | SUELTE LA LENGUA | SERVICIOS GRATIS |
Al aire en cabina 602-759-1910
Escúchenos en vivo DESDE SU RADIO 1190-AM www.onda1190am.com
A TRAVÉS DE INTERNET tunein Radio www.contactototalradio.com
Síganos Contacto total radio Medios Hispanos
¡Nuestros patrocinadores ratifican sus excelentes resultados!
ANÚNCIESE 602 -751-2106

ESCUCHAR

Nacido en cuna de oro, la vida de Donald Trump ha sido marcada por la oportunidad, la riqueza y el poder.

Sus verdaderas memorias se empezaron a escribir durante su paso por la academia militar de Nueva York.

DONALD TRUMP

El poder detrás del trono, ahora en el trono de poder.

Su camino de vida fue orientado por su padre, Fred Trump, hombre de negocios con gran éxito en el sector inmobiliario.

Desde entonces, el poder económico, social y político han sido su forma de vida.

El joven Trump, aquí presentando la propuesta del Centro de Convenciones de Nueva York, mostró que era un alumno aventajado y que tenía todo para el éxito.

Su poder económico le ha permitido volar alto. Tan alto, hasta el selecto grupo de los billonarios. En su caso lo que la gente tiene más presente es su flota de aviones y la majestuosidad de sus propiedades.

La joya de la corona es la torre Trump un enorme rascacielos construido en 1982 y ubicado en la Quinta Avenida de Manhattan, Nueva York. Aquí en el piso 58 esta la residencia del nuevo presidente de los Estados Unidos. Un penthouse de ensueño.

El departamento está decorado con detalles dorados, pisos de mármol y techos que muestran escenas mitológicas.

Aquí vive Trump con su tercera esposa Melania y su hijo Barron de 9 años. Cuando el asuma como presidente se irá para la Casa Blanca y ellos se quedarán aquí hasta que su hijo termine la escuela.

Las reuniones más importantes y las grandes decisiones las toma desde aquí, el cuartel general del nuevo presidente.

Nuestras Tradiciones

Por **NOÉ SANJUAN MEDINA** - Chef La Merced - Mexican Kitchen

ESCUCHAR

Navidad al estilo mexicano

Como en muchas partes del mundo, los mexicanos celebramos la Navidad con eventos religiosos para conmemorar el nacimiento de Jesús.

MÉXICO TIENE UNA SERIE DE COSTUMBRES y tradiciones propias que hacen de su Navidad una fiesta muy especial. Todo empieza el 16 de diciembre con las posadas, cantos, reuniones, luces de bengala y veladoras con el fin de simular el padecimiento de José y María pidiendo posada para el nacimiento del niño Dios en su camino a Belén. Durante 9 días las familias participan en estas procesiones que recrean el peregrinaje de José y María pasando de posada en posada hasta llegar a la deseada. Los 9 días representan los nueve meses de embarazo de María.

SIGNIFICADO DE LA PIÑATA

La colorida y alegre piñata navideña es el símbolo del pecado y sus siete puntas representan los pecados capitales. Por eso se rompe con los ojos vendados como reprensión de nuestra fe a ciegas. El acto de pegarle con un palo representa la fuerza de Dios para acabar con el pecado. Al momento de romper la piñata caen los dulces y frutas que significan las bendiciones, los premios que nos da Dios por vencer al pecado.

EL PESEBRE, SÍMBOLO DE LA NAVIDAD.

Para comprender el significado de la Navidad tienes que tener en cuenta la fuerte tradición religiosa siempre alrededor del Niño Dios. No hay que olvidar el pesebre o nacimiento, el mejor escenario doméstico decorado con animales, las figuras de José y la Virgen María, el ángel y la estrella de Belén todos a la espera de la llegada del Niño Dios quien el 24 y 25 de diciembre entra en escena. Los reyes magos se añaden el 5 de enero. También hace parte de la tradición religiosa la popular Misa de Gallo, que se celebra a las 12 de la noche en la Nochebuena.

La Navidad es la mejor época del año para que familias y amigos se reúnan a compartir una rica cena con tamales, atole, pierna adobada, barbacoa de borrego, café, ponche, emparedados, tostadas, pozole, ensalada de manzana, ensalada de betabel y muchas otras delicias de la cocina mexicana. Existe una gran variedad de suculentos platillos con que puedes dar la bienvenida al Niño Dios. Esperamos que te sirva esta información.

ESCUCHAR

Camino al Éxito 3

✷ SERIE DE 8 TEMAS ✷

Cómo conseguir capital para su negocio

Por ***Edgar R. Olivo**
Director y Entrenador de negocios Compass Career and Business Solutions, LLC.
www.compasscbs.com

TENER SUFICIENTE DINERO para mantener y hacer crecer su negocio es crucial en todos los sentidos. El proceso para obtener capital comienza en saber contestar estas dos preguntas:

1. **¿Cuánto capital necesito?** Sea realista acerca de sus necesidades. Calcule lo que usted necesita para iniciar y operar su negocio durante al menos 6 meses y luego piense que le llevará el doble de tiempo y necesitará el doble de dinero. Hay dos tipos de costos que debe tener en cuenta – costos iníciales de una vez (licencias y registraciones) y costos que continúan (utilidades y promociones).

2. **¿En donde consigo un capital?** Hay tantos recursos ahora disponibles para los dueños de negocios - talleres, grupos, redes sociales y programas para negocios. Tradicionalmente, los préstamos son la ruta más popular, pero tenga mucho cuidado. Ponerse en deuda, especialmente en un negocio nuevo es muy riesgoso. Aquí hay algunos recursos que usted puede explorar antes de solicitar un préstamo.

ECHE UN VISTAZO A ESTAS OPCIONES:

Financiación de usted mismo. Ahorre su propio dinero e inverta en sí mismo.

Financiación con parientes o amigos. Ellos ya confían en Usted, pero recuerde, su relación con ellos es más importante que el dinero.

Crowdfunding. Use el Internet para apoyar su sueño. Millones de dólares son donados diario para ayudar y apoyar sueños de muchas personas. Explora Indiegogo.com, Kickstarter.com, Crowdfunder.com. ¡hay muchos más!

Grupos de Inversión. Hay inversionistas profesionales que se inscriben en sitios de internet para encontrar proyectos que les interesan como Angel.com.

Competiciones para empresario o incubadoras. Muchas organizaciones locales que apoyan los dueños de negocios tienen concursos de dinero para capital como AWEE, Fuerza Local, ASU, Seedspot, y pronto verán la Fundación TOP (The Top Foundation) en Phoenix.

Becas (Grants). Los gobiernos también dan dinero para proyectos específicos. Checa azcommerce.com, grants.gov, y otras cámaras de comercio para becas disponibles.

Préstamos tradicionales. Hágase amigo de su banquero. Ellos pueden ayudarle a encontrar el mejor préstamo (SBA o comercial) o ayudarle a iniciar su crédito.

¡Mucha suerte y adelante con sus sueños!

***Edgar R. Olivo** es autor, entrenador de negocios, y fundador del centro bilingüe de desarrollo empresarial más grande del estado de Arizona. Él ayuda a empresarios con el crecimiento de sus negocios y desarrolla las estrategias y clases para el éxito de la comunidad hispana.*

Conoce doterra... **¡cambiara tu vida!**
La mejor salud, el mejor negocio. ¡Pruébalos!

Contáctanos
MARIO Y ANA MARIA MORENO
602-460-8487

dōTERRA®
Wellness Advocate

PARA MAYOR COMODIDAD Y MEJOR SERVICIO
A SUS CLIENTES AHORA
Van Buren y calle 14 Nueva Sede

Tapicería Landín *le deja* ***su carro como nuevo,***
le repara las tapas *de los carros convertibles,*
los ***asientos de los barcos y motocicleta,***
los muebles de su casa *y ¡hasta los* ***de su negocio****!*

602-505-6819 español
602-340-0401 english

Famosos de Aquí y Allá

Luis Heredia, una de la figuras del partido Demócrata de Arizona estuvo en la China, más exactamente en la ciudad de Guiyang, en el encuentro con el gobierno de la provincia de Guizhouz. Allí hablaron del sistema de gobierno, la economía, los grupos étnicos y los proyectos de infraestructura.

Y como todo no podía ser trabajo, sacó un corto tiempo para visitar la famosa Plaza de Tiananmen.

Ulises Ortez el director de deportes 1190AM demostró que puede estar a la altura de las todas las estrellas. Durante la reciente visita al Valle del Sol del Flaco Elizalde, el famoso "Tornillo Ortez" estuvo mano a mano. Para la próxima, prometió que se anima a la cantada. Que tal a dueto: "el flaco y el tornillo". ¡Hagan sus apuestas!

¡Victor Hugo se va! Victor Hugo Rodriguez el reportero de Telemundo 39 prepara maletas para su nueva expedición periodística. Se va a vivir a Houston, TX, donde será corresponsal del noticiero nacional de esa cadena. ¡Buen viento y buena mar!

DESDE $10 20 PALABRAS

BAJE 3 TALLAS
con el
BODY MAGIC

PRODUCTOS DE NUTRICIÓN CELULAR

Claudia Sánchez
602-486-1586

Angel Bra | Bajar de peso

QUE LAS ALTAS TEMPERATURAS NO SEAN UN PROBLEMA

Flash Aire Acondicionado y Calefacción le presta el mejor servicio. Mantenimiento, todo en reparación y maquinas nuevas. Contamos con licencia y muchos años de experiencia.

Pregunte por Ramiro o Raimundo

480-297-2738

Se vende Nintendo 3DS XL Rojo. En muy buen estado. $125. Incluye cargador. Enviar texto. Sólo interesados. **602-751-2106.**

Se vende diablito para levantar motores $120. **602-422-0156.**

Vendo estufa. Por solo $50. Interesados llamar al **602-318-5872.**

Se renta casa en Puerto Peñasco. Cerca al hotel Peñasco del Sol y a la playa. Pregunte por Olivia. **602-254-1518.**

Se busca apartamento para rentar. Dos recámaras. O una casa pequeña. **602-802-5107.**

Se venden 6 bicicletas a $15 cada una. Llamar a Luis al **623-374-4809.**

Varios artículos en venta. 3 Ventiladores a 25 c/u, un colchón King size y recámara(375) y una Ford Explorer 2008 $5800. **602-402-9839.**

Se venden gallinas, chivos y borregos de rancho. También huevos rojos y pollos. **602-460-3276.**

Se renta casa en la Avenida 15 y Baseline.3 Recamaras 2 baños. $900. Y 900 de depósito. **602-717-4313.**
Se renta casa de 4 recámaras y 1 ½ baño. Avenida 61 y Osborn. $1000. **623-734-2791.**

Se vende máquina para destapar drenajes. $200. **602-334-5371.**

Se renta estudio para señora. Phoenix. **602-391-9581.**

Se renta cuarto en la Avenida 55 y Glendale. $250. **602-301-2836.**

PRODUCTO LOCAL: MIEL PURA, POLEN Y JALEA REAL 100% NATURAL

Beneficios para su salud.
2520 N. 16th st. Phx.
AZ 85006.

Griselda 602 332 5484

RENTA DE TUXEDOS MAYRAS

Para toda ocasión PROMS, BODAS, XV AÑOS. Accesorios y paquetes de XV años. Vestidos para dama. Todo lo que necesita para ese día tan especial.
CENTRO MERCADO LATINO
4225 W Indian School Phx AZ 85019
602- 435-0558 Ó 480- 352-1932.

QUESO MENONITA

de Casas Grandes, Chihuahua.

Lydia
602 810 6241

DESDE $10 20 PALABRAS

VALENTINA'S MATTRESS COLCHONES

Tenemos diferentes estilos, calidad, precios y marcas originales.

480-282-3270
602-718-0816

Se vende recámara completa para jóven o niño (Twin/individual). Es de madera muy buena. Trae colchones, escritorio, cajonera y el baúl que va al pie de la cama, $ 250. **(623) 221 31 29.** Estamos al norte de Phoenix en la comunidad de Anthem. Puedo mandar fotos.

Se vende culumpio para niños por $80 negociables y secadora eléctrica por $80. **602-292-5969.** Estoy en Mesa.

Busco casa de renta ubicada al sur de Phoenix. De dueño a dueño. Teléfono **602-554-3426.**

Busco pintura blanca, buena y barata. **480-809-8030.**

Se venden rines 22 para Chevrolet con las llantas incluídas. $700 negociables. **602-516-5957.**

Se vende silla de ruedas eléctrica. $500. Sólo personas interesadas en este anuncio. **480-303-9374.**

Vendo 2 bocinas en buen estado por $150. Favor comunicarse al teléfono **602-292-5969.**

Estoy vendiendo carro SUV Buick 2002. Cojinería en piel. $3,000. Si esta interesado llame al **480-450-5967.**

Se venden lavadora y secadora por $500. Llamar al teléfono **623-262-1825.**

COMPRE / VENDA
INTERCAMBIE / REGALE

LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!

PARA ANUNCIARSE AQUI LLAME AL 602 751 2106

Se busca "traila" cerrada a muy buen precio. Si usted está vendiendo una, llámeme por favor al **602-896-7714.**

Vendo casa en centro Phoenix 2 & 1. 37 Ave y Roosevelt $85000. Mayor información al **602-413-5844.**

Se vende motor home de 27 pies. El precio es $ 7,000. Lamar al **(480) 849 1705** y preguntar por José.

Se venden cinco cortadores de zacate a $100 y una "traila". Para mayor información llame al **480-729-0232.**

VENDO TORO MECÁNICO

En muy buena condición
$4200 obo. Interesados llamar

623-210-1809

SE VENDE WATERSLIDE

de 18 pies de alto excelente condición, casi nuevo $1800 o mejor oferta.
Más información

623-210-1809

EN VENTA

combo brinca brinca con resbaladilla y alberca de agua, buena condición. Casi nuevo. $1600 obo.
Más información al 623-210-1809

BUSQUE / OFREZCA TRABAJO Y/O SERVICIOS

LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!

PARA ANUNCIARSE AQUI LLAME AL 602 751 2106

Cuido niños. Más de 20 años de experiencia. Profesional. Certificado y referencias. Áreas de Gilbert, Chandler y Mesa. **818- 880-7430.**

¿Recibió una infracción de tránsito? Asista a la escuela de tráfico y evite puntos en su récord de manejo. Llámenos antes de pagar la multa. Clases en inglés y español. **602-283-5677**.

Se necesita Cuidadora Tiempo Completo (Mesa). Compensación: por su experiencia. Debe tener experiencia y Certificados, Tarjeta de aprobación de huellas dactilares, TB en los últimos 6 meses, legal para trabajar en EE.UU. Que hable inglés. Llame **(480) 734-6571.** Para más información, debe acudir a la casa de cuidado y llenar una solicitud.

Costurera / Alteraciones. Se hacen alteraciones y bastillas a vestidos, faldas, pantalones y sacos. Arreglamos todo tipo de ropa. Excelentes precios. **602-754-0641.**

Plomero a su servicio. Destapo, tinas, toilettes, cocinas. Arreglo/ reemplazo, boilers, llaves de cocinas, lavamanos. Experiencia, calidad y servicio. **480-559-2062.**

Especialistas en remodelaciones interiores y exteriores.
COCINAS - BAÑOS - PISCINAS
CHIMENEAS - DRIVE WAYS - PATIOS
602 882 9225
PUGA MASONRY & TILE

Se busca 3 personas que sepan trabajar en pintura. Preparadores. $11 la hora. **480-306-1143.**

Se necesita personal de limpieza y supervisores para trabajar en diferentes zonas de Phoenix. **623-937-3727.**

Se busca personal de limpieza para el Norte de Phoenix y Scottsdale. **480-226-6927.**

Si se descompuso su VCR, DVD, Stereo, televisión o cámara de video. Yo los puedo reparar. Soy Polo. Estaré esperando su llamada en el **(623) 204 9648.**

¡Este espacio es suyo!
602 751 2106

¡Hay trabajo! Mantenimiento y construcción de jardines. Todas las posiciones. $10-18 /hora. DOE. Tiempo completo. L-V de 6:00 a.m.- 2:00 pm en Gilbert. Llame a Dominique **480-310-2156.**

MULTISERVICIOS A DOMICILIO: Servicio de Notario, Traducción de Documentos, Autorización Viaje para Menores, Cartas: de Poder, Prueba de Ingreso/Empleo, Autorización Viaje para Menores. **(602) 561-1761.**

Busco trabajo en limpieza. Cuento con experiencia en oficinas, casas y condominios. Empresas que paguen buen salario. **Llamar al 480-544-1549.**

Cuido niños en mi casa. Area 27 ave y Glendale. Señora responsable y limpia. Más información **623-759-9974.**

Se ofrece trabajo para costurera en Mesa. **480-273-1342.**

SOBADORA ATENDIENDOLE
* Empachos * Matriz * Mollera * Estrés
* Anginas * Torceduras * Dolor de cuello
* Cintura *Nervio Ciático * Tendones
Llamar al **602 621 9419**

Ofrezco mis servicios de herrería. Puertas de seguridad, ventanas, reparaciones de trailas para jardineros y más. Si me necesita **602-814-2084.**

Soy herrero. Fabrico todo tipo de barandales metálicos, puertas sencillas y de lujo. Techos de estructura o con lámina y todo tipo de reparación. **602-773-9354.**

Siempre que piense en su puerta de garaje piense en JG Garage Doors! En todo el Valle del sol y con los mejores precios. Mantenimiento, Servicio, Reparación, puertas nuevas para todos los presupuestos. JG Garage Doors le brinda la mejor asesoría **(480) 650- 5936.**

Hay trabajo, ¡hay trabajo! Restaurante ubicado en el área de Mesa está buscando meseras con experiencia. Preferiblemente que sean bilingües. Las interesadas pueden llamar al **(480) 615-5820 y preguntar por Martín.**

Tapicería Landín. Servicio especializado de tapicería para carros, motos, barcos y los muebles de su casa o de su negocio. **Pregunte por los especiales para los clientes de la revista Contacto Total.** Van Buren y calle 13 en Phoenix. **Llame para un presupuesto totalmente gratis (602) 505-6819.**

¿Tiene problemas de Calefacción? Flash Aire Acondicionado y Calefacción le hace mantenimiento y reparación; maquinas nuevas y servicio profesional. Tenemos licencia y experiencia en todo el Valle. Llame ya **(480)297-2738.**

Fotografía y video para todas las ocasiones. Quinceañeras, Bodas, Cumpleaños, Graduaciones, Eventos y lo que usted necesite. **Luz A Pro foto y video** tiene los mejores precios y el servicio profesional de la más alta calidad. Llame ahora. ¡Haga su presupuesto y compare! **(602) 434-3210.**

TODO TIPO DE REPARACIONES EN SU HOGAR

Experto en plomería y reparaciones en general.
480 352 9991

BUSQUE / OFREZCA TRABAJO Y/O SERVICIOS

LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!

PARA ANUNCIARSE AQUI LLAME AL 602 751 2106

MECÁNICA Y ELECTRICIDAD AUTOMOTRÍZ

SERVICIO A DOMICILIO
DR. MECÁNICO 602-435-4578
Motores, cabezas, bandas de tiempo, emisiones, tune ups, bombas de agua y gasolina. Alternadores, arranques, tableros, elevadores eléctricos, columnas quebradas, luces, frenos, clutch, encendidos, mantenimiento preventivo y correctivo.
PROFESIONAL TÉCNICO CERTIFICADO 40 AÑOS DE EXPERIENCIA

ANIME SUS FIESTAS O EVENTOS AL RITMO DEL GRUPO FEMENINO ESENCIA

Tocamos cumbias, norteño.
Búscanos en Instagram:
@grupoesenciaoficial
Facebook: Grupo Esencia.

Para contrataciones
915-449-7764
con César Pascale

AUTO TITLE LOANS

LA FORMA INTELIGENTE DE HACER UN PRÉSTAMO SOBRE EL TITULO DE SU CARRO

Rapido Ca$h

602-503-8181

¡Ahora comprando préstamos de otras compañías!

AS LOW AS 10% BASED ON 120% A.P.R.

- ✓ No hacemos cargos escondidos
- ✓ El interés más bajo del Valle
- ✓ Servicio y papeleo en tu idioma
- ✓ Contratos a corto plazo

Perdidos y Encontrados

PERDIDOS

Hurón perdido en 99th y Peoria Area Sun City. Nuestro pequeño Hurón (Ferret) Bo se perdió el viernes 24 de noviembre. Es muy amable. Estamos ubicados sobre West Audrey. Si lo ve, no tenga miedo de recogerlo. Él no tiene miedo de gatos ni perros. Si usted lo encuentra o lo ve por favor déme una llamada. Gracias **480.232.3034.**

Chihuhua Mix perdida en Mesa. Perdimos nuestra mascota de la familia el 11/25 alrededor de las 3 pm. Ella es una mezcla de chihuahua / Dachshund. Es mayormente negra con marcas blancas y marrones en sus pies y cejas blancas, mentón y pecho blancos. Su cola tiene un rizo. Su nombre es Tinkerbell. Se perdió por Baseline y Vista de Vista en Vista Villages II por la calle 39. La amamos y la extrañamos. Mi hija de 6 años tiene el corazón roto. Gracias **(480) 826-0290.**

Drone perdido (42 ave dunlap). Es negro y cuando se perdió lo estaba al noroeste de la avenida 43 y Dunlap. Dice "skydrones" en las hélices. Me gustaría tenerlo de vuelta. Está nuevo. Si usted lo encontró, por favor regrésemelo. **(480) 721-6730.**

Perdí mi cartera por la 51st y Elliot. Perdí mi billetera el martes por la noche en la calle 51 justo al sur de Elliot. Ofrezco recompensa si se devuelve. **(480) 358-8901.**

Perdí bolsa negra de depósito llena de dinero. Hága una buena obra si encontró ese dinero. La bolsa de depósito llena de dinero se perdió en supermercado de Surprise. Lo dejé accidentalmente en el carro de compras y no me di cuenta hasta que salí. Ya he hablado con la tienda y nadie ha entregado nada. Solo espero que quien lo haya encontrado pueda hacer lo correcto. Por favor, póngase en contacto conmigo si tiene alguna información. Gracias por tu tiempo. **(602) 284-6326.**

Si algo se le perdió... búsquelo aqui,

Si algo se encontró...

¡ANÚNCIELO GRATIS!

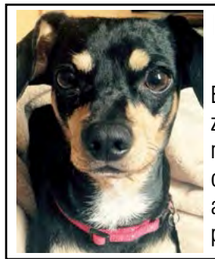
SÓLO EN ESTA SECCIÓN

Ofrezco $100 de recompensa por cartera y/o documento de identidad perdidos en el restaurant Hub. (Broadway y Higley Rd.) Contiene la tarjeta de Residencia a nombre de Rubén Chávez. Le agradezco me la regrese. Es identificación federal para el trabajo. **480-406-2703.**

Busco mi cartera, mi nombre es Francisco. La perdí el 18 de agosto por la Ave 19 y Southern. Color negro con la palomita de adidas. Contiene licencia de conducir, tarjeta de banco y tarjeta de residencia. **602-465-9203.**

ENCONTRADOS

PERRO PERDIDO POR CAVE CREEK Y GREENWAY



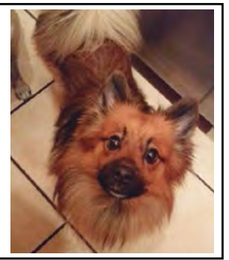
OFREZCO RECOMPENSA

El martes 11 de este mes se me perdió un perrito negro cruzado de chihuahua y salchicha. Se llama pura piel es color negro, trae un collar en su cuello de color rojo y una placa con su nombre. A la persona que me lo devuelva o me ayude a encontrarlo le voy a dar 500 dólares, no es broma, el perrito para nosotros es uno más de nuestra familia. **480 845 2210.**

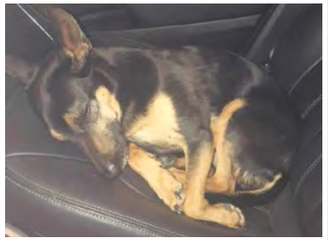
PERRO POMERANIAN MIX PERDIDO

Mi perro escapó de la casa de un familiar el martes 11/8. Después de publicar muchos volantes alrededor de la vecindad y conducir alrededor, no aparece. Ofrezco una recompensa a cualquiera que pueda devolver a mi perro Charlie. Por favor llame:

480) 267-2705



PERRO ENCONTRADO EN MESA



Hembra color negro / marrón. Parece que es joven. Mezcla de German Shepard. Fue hallada en 24 St. e Inglewood St. en Mesa. No tenía etiquetas ni collar. Las orejas y la cola sin recortar.

480-840-5585

¿?

Pensando en comprar vivienda

Llámeme y le ayudo a conseguir el préstamo

- **AGILIDAD EN LOS TRÁMITES**
- **COSTOS COMPETITIVOS**
- **MAYOR FLEXIBILIDAD EN LA CALIFICACIÓN**

DIFERENTES OPCIONES PARA USTED

Juan Raúl Fimbres
480-593-6193

Prestamista de Hipotecas | jfimbres@alliancehomeloans.com
Celular (480) 593 6193 | Fax (602) 845 4488 | Directo (480) 593 6193
Nueva oficina: 4505 E. Chandler Blvd, Suite 155 - Phoenix, Az. 85048
Aplique on line en: alliancehomeloans.com/jfimbres

Alliance Home Loans | BBB ACCREDITED BUSINESS RATING A+ | EQUAL HOUSING OPPORTUNITY

Corporate NMLS# 142084 / Corporate AZ License # BK0903311 / Branch NMLS# 1117584 / Juan Fimbres NMLS# 282378 / Juan Fimbres FHA# 2458000001, FHA: 1 877 872 0817 / VA ID# 910224 0000.
Alliance Financial Resources, LLC (DBA Alliance Home Loans) is not acting on behalf of or at the direction of HUD/FHA and/or Federal Government.

Directo de la Ciudad de México hasta Mesa, AZ.

LA MERCED
MEXICAN KITCHEN

855 W. University Rd. Ste. 17-18
Mesa - AZ 85201

ENTREGA A DOMICILIO GRATIS

SERVICIO DE BANQUETES

Find us on Facebook / Instagram: La Merced Arizona

LUNES A JUEVES
9:00 a.m. - 11:00 p.m.
VIERNES Y SÁBADO
9:00 a.m. - 12:00 a.m.
DOMINGO
9:00 a.m. - 10:00 p.m.

Teléfono
480-615-5820
Fax 480-615-5829

Venga a nuestro restaurante, **presente la revista con este aviso** y obtenga el

10 % DE DESCUENTO en su cuenta total

VÁLIDO UN AVISO POR CUENTA

FLEXIBLE LIFE INSURANCE.

American Family Life Insurance Company ofrece MyLife, con cobertura que puede cambiar según cambie su vida. Es una forma nueva y asequible de proteger a su familia.

Sueña con todo, seguro.

John Herrera Agency

3614 N 24th St

Phoenix, AZ 85016

(602) 795-4825

jherrer1@amfam.com

AMERICAN FAMILY INSURANCE®

American Family Life Insurance Company

6000 American Parkway, Madison, WI 53783 008544 – Rev. 3/15 ©2015

Formulario de póliza ICC13-97 UL

Formulario de póliza L-97 UL (solamente AZ, ND, SD)