



www.revistacontactototal.com

Nº. 52 | SEPTIEMBRE 20 A OCTUBRE 3 DE 2018

Publicación Quincenal Gratuita



**HERENCIA HISPANA**

**LAURIE HERNÁNDEZ**

**Entrevista EXCLUSIVA  
con la campeona Olímpica**

**CONTACTO  
total**

**"LA REVISTA QUE HABLA"**

**GRATIS**



**¡PAREJAS FELICES!**

Les tenemos la receta



**¿CÓMO COMPRAR  
UN SEGURO?**

Les decimos qué hacer



**LA COMIDA ES TU MEDICINA**

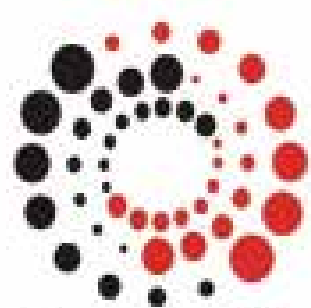
Buena vida



**FIESTAS PATRIAS**

¡Mes de celebración!





**Xtylo**  
Beauty College

**KTYLO BEAUTY COLLEGE TE INVITA A CAPACITARTE COMO ESTILISTA PROFESIONAL EN LAS SIGUIENTES AREAS: CABELLO, MAQUILLAJE, UÑAS, FACIALES, EXTENSIONES DE CABELLO, ÚLTIMAS TENDENCIAS EN COLOR Y MUCHO MAS.**

**EXCELENTE SISTEMA DE EDUCACIÓN - REGISTRADO Y AVALADO POR EL ESTADO DE ARIZONA - CON INSTRUCTORES PROFESIONALES.**

**ESTAMOS ENFOCADOS EN NUESTRA COMUNIDAD HISPANA CON CLASES EN ESPAÑOL Y PRECIOS A TU ALCANCE.**

**¡PREGUNTA POR LA BECA DE \$ 2,000 DÓLARES!**

**¿QUÉ ESPERAS?**

**VEN Y FORJA TU FUTURO EN XTYLO BEAUTY COLLEGE**

**TENEMOS 2 LOCALIDADES EN EL VALLE DEL SOL**

**WEST PHOENIX**

**91 AVENIDA AL SUR DE LA AUTOPISTA 10  
1200 N 91ST AVE.  
TOLLESON, AZ 85353**

**EAST PHOENIX**

**36 CALLE AL SUR DE THOMAS RD.  
2828 N 36TH ST.  
PHOENIX, AZ 85008**



# SEGURO DE VIDA FLEXIBLE.

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, Agent**

John Herrera Agency, Llc

Bus: (602) 795-4825

1513 W Thomas Rd

Phoenix, AZ 85015

[jherrer1@amfam.com](mailto:jherrer1@amfam.com)



American Family Life Insurance Company  
6000 American Parkway, Madison, WI 53783 008544 - Rev. 1/18 ©2015 - 8526515  
Formulario de póliza ICC13-97 UL Formulario de póliza L-97 UL (solamente AZ, ND, SD)  
La póliza que compre y los servicios corporativos están disponibles solamente en inglés.



**¡LLÁMANOS! 602-710-6107 O 602-518-4994**



# La verdadera HERENCIA HISPANA

**E**n medio de banderas, trajes típicos, música y mucha comida que por estos días nos invitan a celebrar la Herencia Hispana, no debemos olvidar que nuestro legado en este país va más allá de los puños del "Canelo" Álvarez, o de los conciertos de Luis Miguel o de cuanta fiesta organizada por estaciones de radio con artistas regionales donde se consume cerveza por doquier.

La Herencia Hispana es más que todo esto. ¡No se deje confundir! Por esto en medio de la peor "cacería" de inmigrantes que ejecuta el gobierno del presidente Trump, de la cual no se salvan ya ni "los que tienen papeles" vale la pena repasar y recordar qué tan importantes son los Inmigrantes Hispanos para el desarrollo y crecimiento de los Estados Unidos de América.

Hace pocos días la Asociación Nacional de Profesionales Latinos en la industria de bienes raíces no dejó en claro que "Los latinos están haciendo a los Estados Unidos más joven, son más emprendedores, con más posibilidades de ser empleados y cada vez más ricos. Contribuyen desproporcionadamente a la productividad y al crecimiento económico de los Estados Unidos.

El factor latino es un impulsor crítico de la nueva economía de autoservicio de los Estados Unidos"

Y para ratificar su pensamiento dan algunos valiosos ejemplos como:

\*El 86 % de los nuevos negocios fueron formados por latinos. Esto significó 4.3 millones de nuevas empresas y 3 millones de empleos.

\*El poder de compra del latino está creciendo un 70% más rápido que el de los no-latinos. Para el 2020 el poder de compra de los latinos está proyectado arriba de \$1.7 trillones de dólares.

\*Los hogares inmigrantes pagaron \$223 billones de dólares en impuestos federales y \$104 billones en impuestos estatales y locales.

\*Los inmigrantes indocumentados ayudaron con su trabajo a que la oficina del Seguro Social aumentara su ingreso en \$12 billones de dólares en tan solo un año.

\*En cinco años los estudiantes latinos en las escuelas públicas serán el 30 por ciento del total de los estudiantes.

\*De aquí hasta el año 2030 se espera que el 52% de los compradores de vivienda en el país sean hispanos.

Además de todo esto, la población latina es la más joven del país con lo cual se convierte en el grupo de más largo plazo para comprar y consumir servicios de calidad.

Esta es la verdadera Herencia Hispana a los Estados Unidos. Usted hace parte de ella.

Así que tome ACCION y fortalezca o aumente el aporte de la sangre latina.

¡Esta en sus manos!

**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**. Diseñador Gráfico:

**CARLOS AGUILAR**. Fotografía: **Mireya Cruz-Dinosay Photography** Colaboradores en esta edición: **LOURDES LERMA, PATRICK MALONEY,**

**YASHIRA LAKSHMI PRIY, JOHN HERRERA, IRMA OROZCO-DEIHL**. 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](http://www.revistacontactototal.com)

ESCUCHAR 

<b>ZONA DIGITAL</b>	<b>6</b>
Techstars Startup Weekend Tucson	
<b>VIDA SEGURA</b>	<b>8</b>
Cómo comprender y comprar un seguro	
<b>GENTE EN CONTACTO TOTAL</b>	<b>12</b>
<b>BUENA VIDA</b>	<b>14</b>
Alimento como medicina	
<b>HERENCIA HISPANA</b>	<b>18</b>
Laurie Hernández	
<b>ACTUALIDAD LOCAL</b>	<b>20</b>
Fiestas patrias	
<b>EN LA MIRA</b>	<b>24</b>
Parejas felices, ¿es posible?	
<b>DE NUESTROS CONSULADOS</b>	<b>26</b>
<b>DESTINOS</b>	<b>30</b>
Atenas	
<b>PANORAMA LOCAL</b>	<b>32</b>
Lo que los ciclistas y conductores deben saber	
<b>CALENDARIO DE EVENTOS</b>	<b>36</b>
<b>A CHAMBEAR</b>	<b>40</b>
<b>¡PARE OREJA Y APUNTE!</b>	<b>42</b>
<b>PERDIDOS Y ENCONTRADOS</b>	<b>45</b>

## ¿LASTIMADO EN UN ACCIDENTE?

Primero llame al  
Dr. Maloney  
para que dirija su caso  
**¡No necesita  
abogado!**



DR. PATRICK MALONEY - DIRECTOR CLINICO

**SI HA TENIDO UN ACCIDENTE DE TRABAJO  
¡USTED TIENE DERECHOS!**

**TRATAMIENTO POR:**  
Lesiones de accidente de tráfico  
Lesiones en el lugar de trabajo  
lesiones personales

**MALONEY**  
CHIROPRACTIC CLINIC  
*Competence · Integrity · Solutions*

2525 E Thomas - Suite #1  
Phoenix, AZ 85016

*Estamos para  
ayudarlo!*

[www.maloneychiropractic.net](http://www.maloneychiropractic.net)  
**(602) 955-2858**





## REPARACIÓN MANTENIMIENTO E INSTALACIÓN

- Reparamos cualquier marca
- Trabajo garantizado
- Precio justo y trabajo honesto
- Llama para una cotización
- Ofrecemos grandes descuentos y 10 años de garantía en instalaciones nuevas
- Trabajamos 7 días a la semana



# (480) 297 2738

correo electrónico: flashach@hotmail.com

**CON LICENCIA Y  
ASEGURANZA**  
LICENCIA N° ROC 274857

## Zona digital

ESCUCHAR

DONDE SUS IDEAS TECNOLÓGICAS  
SE PUEDEN HACER REALIDAD

# Techstars Startup Weekend Tucson

El AC Marriott Downtown Tucson será la sede del Techstars Startup Weekend LatinX in Tech Tucson para traer visibilidad al creciente talento tecnológico de la comunidad latina. El evento empieza el viernes 19 y concluye el domingo 21 de octubre con las presentaciones y ceremonia de premiación.

Techstars Startup Weekend LatinX in Tech Tucson es parte de un evento nacional que se desarrolla en 10 ciudades de los Estados Unidos que incluye: Oakland, Los Ángeles, New York, Puerto Rico, y Miami, ciudades que albergan una gran población de comunidades y culturas latinas. Se espera que mas de mil personas, emprendedores y sus aliados participen a nivel nacional.

El evento que dura 54 horas y está diseñado para impulsar una educación experiencial superior para emprendedores tecnológicos y no tecnológicos. Empezando el viernes con presentaciones de su proyecto o idea de negocio. Inversionistas y expertos de la industria trabajaran con los participantes y especialistas de marketing, diseño y estrategia de negocios para diseñar soluciones de base tecnológica que generen un impacto positivo en la comunidad latina.

Los organizadores de este evento optaron por utilizar el término neutral de género "Latinx" (pronunciado la-teen-ex) para resaltar la interseccionalidad de la identidad latinoamericana a través de la raza, el género y el idioma.

Para mayor información y adquirir sus boletos  
ingrese a: <http://go.startupweekend.org/latinxtecharizonasonora>



Un evento de fin de semana, orientado a emprendedores LatinX In Tech, con la iniciativa de inspirar a la comunidad latina a encontrar soluciones tecnológicas a problemas que afectan sus comunidades.



**Wilman Vergara,  
talento hispano**

Oriundo de Hialeah, Florida y de padres colombianos, Wilman Vergara se mudo a Phoenix, Arizona hace 10 años para estudiar en la Universidad Estatal de Arizona (ASU). Es reconocido por ser el creador de la aplicación KNOSIS Health, una plataforma tecnológica que busca aumentar el compromiso de usuarios, al igual que pacientes, a vivir una vida saludable a través de juegos, desafíos, e incentivos.

Wilman ha llevado a KNOSIS Health de una idea conceptual a un negocio innovador a punto de recibir una inyección de capital significativa de inversionistas locales de Arizona con interés en sus servicios de varias compañías nacionales e internacionales en China y Tailandia.

Wilman Vergara y KNOSIS Health se han juntado con StartUp Unidos, organización sin fines de lucro de Tucson, y Tech Stars para lanzar el primer fin de semana dedicado a emprendedores latinos para que aprendan como formular sus ideas y llevarlas al mercado.



# CIAG

## MENTE Y MEDITACIÓN

CÍRCULO DE  
INVESTIGACIÓN DE LA  
ANTROPOLOGÍA  
GNÓSTICA

CONFERENCIAS PÚBLICAS

**ENTRADA LIBRE**

## CURSO DE INTRODUCCIÓN A LA EDUCACIÓN INTERIOR

La educación interior es un estudio práctico cuyo tema principal es el hombre mismo, con este conocimiento se desarrolla plenamente las múltiples capacidades físicas, psicológicas y espirituales para lograr la correcta relación consigo mismo y con el universo.

Tenemos el honor de invitar muy cordialmente a usted y toda su familia al inicio del curso mente y meditación.

**602-682- 5521 | 602-466-5714**

**Lunes 7:00 a 8:00pm  
Viernes 7:00 a 8:00pm**

**3145 N. 38 Dr. Phoenix, AZ 85019**

**El curso se inicia el 24  
de septiembre de 2018**



CARMEN ALICIA

MAQUILLISTA PROFESIONAL  
PARA CUALQUIER  
OCASIÓN ESPECIAL

623.792.0378



CARMENALICIAA

## Tapicería Landin

2228 N.16 st. Phoenix, AZ 85006.

(Calle 16 y Oak)



Tapicería Landin le deja su carro como nuevo, le repara las tapas de los carros convertibles, los asientos de los barcos y motocicletas, los muebles de su casa y hasta los de su negocio.

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



Por JOHN HERRERA  
AGENTE DE AMERICAN FAMILY  
INSURANCE  
JOHN HERRERA AGENCY LLC

Usted es dueño de una vivienda o inquilino de un apartamento. Tiene un carro. Posee muebles y equipos electrónicos. ¿Cómo protege estas inversiones si ocurre algo inesperado -su casa se incendia o su carro se daña en un accidente o le roban o se destruyen sus posesiones? ¿Tendría el dinero para reparar o reemplazar esos artículos?

### La respuesta es simple: Seguro.

#### ¿Cómo funciona el seguro?

El seguro es una protección financiera contra pérdidas y transfiere el riesgo de pérdida de una persona a muchas personas.

Las personas que adquieren seguros pagan una cantidad de dinero específica llamada prima. La prima, por lo general, se paga mensualmente dos veces al año o anualmente dependiendo el tipo de póliza.

Todo el dinero que se cobra por las primas se combina para formar un gran fondo. Este fondo se utiliza para pagar las pérdidas individuales también conocidas como reclamos.

Si dispone de la cobertura de seguro adecuada y ha pagado sus primas, su empresa de seguros pagará (restando el deducible) si su hogar o sus pertenencias resultan dañados. Incluso si nunca tiene un accidente o una pérdida, la mayoría de las personas considera que vale la pena pagar un seguro para minimizar el riesgo y disfrutar de tranquilidad.

Vida segura

ESCUCHAR

# Cómo comprender y comprar un seguro.

#### ¿Qué debo saber?

Cuando está listo para adquirir un seguro, es buena idea tomarse el tiempo de investigar. Revise una cierta cantidad de empresas de seguro y recuerde:

-Mientras más dinero pague la empresa de seguros más necesita ingresar lo cual ocasiona primas más altas.

-La incidencia de fraude en los seguros.

En los Estados Unidos, las empresas de seguro no son propiedad del gobierno. Son negocios privados y de hecho algunas empresas de seguro son propiedad de los titulares de las pólizas está se conocen como empresas de seguro mutuales

Los ejemplos de fraude pueden incluir personas que fingen resbalarse y caer para que puedan demandar al dueño de una propiedad, o los conductores que mienten sobre sus registros de manejo para obtener mejores tarifas. Estos gastos se transfieren a los titulares de las pólizas en forma de primas más altas.

La mayoría de las empresas de seguro venden los seguros a través de agentes. Un agente de seguros es un consultor y asesor, alguien que pueda ayudarlo a clarificar sus necesidades y ayudarlo a elegir la póliza adecuada. Elija un agente de seguros en el que pueda confiar, que pueda explicarle los términos complicados y ayudarlo a determinar sus necesidades de seguro.

#### ¿Cómo puedo protegerme?

Debido a la complejidad de los seguros, algunas personas tratan de aprovecharse de quienes tienen poca o ninguna comprensión de los seguros. Sea especialmente cuidadoso si se encuentra con las siguientes situaciones:

-Un agente que le pide dinero en efectivo en vez de un cheque, tarjeta de crédito o giro postal.

-Un agente que le presiona para adquirir una póliza o sugiere que no debe revisarla con nadie más.

-Ha hecho un pago pero no recibe la póliza en el lapso de 60 días.

-Las primas son mucho más bajas que las de pólizas de seguro similares.

-Lo presionan para que compre tipos adicionales de cobertura de seguro.

Cuando adquiere un seguro, está haciendo un acuerdo entre usted y la empresa de seguros. El acuerdo o contrato se denomina póliza. Antes de adquirir una póliza, revísela cuidadosamente. Si no la comprende, pídale a alguien en quien confíe, como su agente, que la revisen juntos.

Las pólizas de seguro son documentos legales y ciertas partes del vocabulario pueden ser complejas. Si su inglés es limitado, pida ayuda. Su empresa de seguros puede tener acceso a un intérprete.

#### ¿Qué factores influyen en el costo de las primas de seguro?

Las primas las pagan los titulares de las pólizas a la empresa de seguro y las pérdidas o "reclamos" se pagan del fondo de la empresa. Las primas también contribuyen a pagar los gastos de la empresa, como las facturas de electricidad, el costo del equipo de oficina, así como la nómina. Los costos del seguro pueden variar de un año a otro y estar influenciados por diferentes factores tales como:

Si tiene preguntas sobre seguros, también puede llamar a la línea de ayuda nacional para el consumidor de seguros al 1 800-982-4242 o a través de internet en [www.iii.org](http://www.iii.org).

Los seguros son un tema complicado. Si se toma el tiempo de comprenderlos y formular las preguntas adecuadas, se alegrará de haberlo hecho. La póliza que compre y los servicios corporativos están disponibles solamente en inglés.





# NUESTRA RAZA Latina

"Un Show con lo mejor de lo nuestro"



## Los Hermanos Monroy

En su nuevo Show

interpretando:

NOV 10

8:30 pm

- Música folclórica de todos los países latinoamericanos
- Parodias e imitaciones de cantantes latinos
- Coplas y trovas como se cantan en:

Argentina \* Colombia \* Venezuela \* Mexico \* Rep. Dominicana \* Cuba, etc.

**1ra Viejoteca Colombiana en AZ con DJ KALAK**  
 Frank and Lupe's Ahwatukee  
 4909 E Chandler Blvd, Phoenix, AZ 85048  
 Tickets \$25 / Informes: 480.201.4189  
 Disponibles en <http://ticketon.co/9f47f>



# Ahora sí... ¡A comprar carro!

## FESTIVAL DE ESPECIALES



"Yo estoy de su lado, ¡cuente conmigo!"

\* PARA MÁS DETALLES VISITE EL CONCESIONARIO Y PREGUNTE POR ENRIQUE MORENO



- TENEMOS DIFERENTES PLANES DE FINANCIAMIENTO DEPENDIENDO DE SU SITUACIÓN

(para clientes calificados)



- LOS INTERESES MÁS COMPETITIVOS DEL MERCADO

(para clientes calificados)



10005 West Papago Freeway Avondale  
AZ 85323

ES UN LUJO TENER A ENRIQUE MORENO COMO ASESOR AUTOMOTRIZ

¡No olvide preguntar por nuestras camionetas!



# 602-348-5050

## Enrique Moreno

Conmigo siempre tendrán BUENOS PRECIOS Y BAJOS INTERESES

\* Toyota, el logo que está en el fondo de la imagen de este anuncio, Corolla y Prius son marcas de Toyota y no están patrocinadas por Toyota.



ESCUCHAR

# Gente en Contacto Total



Alberto Del Rio, la estrella de los cuadriláteros, estuvo en Phoenix en la noche de Artes Marciales Mixtas de Combate Américas y tuvo tiempo para tomarse una foto con Diana Prieto-Bernal, la jefe de Ideaz Media y quien manejó las relaciones publicas del evento. ¡Esta grande el hombre!

ESCUCHAR

# Gente en Contacto Total



El equipo ganador en el tema de bienes raíces, Ana Benavides y Juan Raúl Fimbres, estuvo en San Diego en el congreso nacional de NAHREP, la Asociación Nacional de profesionales hispanos en bienes raíces. Regresaron cargados de energía, mucha información y grandes proyectos, todo para beneficio de la comunidad hispana. ¡A seguir trabajando!



Con todo fue la celebración de los 35 años de Juan Carlos Bautista en Las Vegas. Por lo visto se divirtió de lo lindo. Eso sí, siempre estuvo acompañado de su esposa Zuzy quien no le perdió la mirada incluso en estos momentos. Ella tomó la foto. ¡Que los siga cumpliendo hasta el año 3 mil!

## FLOR DE CALABAZA



Alejandra Azcárate vino a Phoenix y dejó una grata sensación con su irreverente show. Les dio duro a hombres y a mujeres. ¡Qué bueno! Aquí aparece junto a Gabe Rodríguez y Kelly López, los anfitriones en La Flor de Calabaza el lugar que se ha dado a la tarea de traer mucho talento. ¡Bien por ellos!



Colorida celebración de fiestas patrias la que se vivió en el restaurante La Merced de la ciudad de Mesa. Todo el equipo recibió a sus clientes luciendo trajes regionales de su México lindo y querido. Aquí Cecilia Bautista, Nancy Islas, María Torres, Giovanna Gómez, Gloria Castelán y Nohemí San Juan. Parecía un desfile de reinas, pero lo que más gustó, como siempre, fue la comida. Como para chuparse los dedos. ¡Felicitaciones al chef!





- Mayoría de trabajos terminados en la primera visita
- Presupuestos gratis
- Reemplazo de resortes
- Puertas y abridores para garajes
- Servicio garantizado y confiable
- Servicio en todo el Valle desde el año 2000

**480-650-5936**  
**602-550-3648**



**¡LOS MEJORES  
HOT DOGS ESTILO  
COLOMBIANO!**  
De carne, vegetariano y vegano;  
entre otras delicias.

4280 N Drinkwater Blvd suite 200  
Scottsdale, AZ 85251 | Teléfono (480) 426 9218  
Lunes a Sábado 11 A.M. - 8 P.M.  
Domingos 12 a 4:00PM



Por **DR. PATRICK A. MALONEY**  
**DIRECTOR CLÍNICO DE MALONEY**  
**CHIROPRACTIC CLINIC**

## CUÁL ES LA DIETA ADECUADA PARA AYUDAR A PREVENIR ENFERMEDADES EN VEZ DE PROMOVERLAS

**N**o hay duda de que la dieta es una de las áreas más importantes cuando se trata de salud y enfermedad. Hay un dicho que reza “comida es medicina”. El problema es que realmente la mayoría de la población no piensa así. Comemos demasiado en general y el problema es que mucha de nuestra comida es de baja calidad nutritiva pero alta caloría y muy inflamatoria. Entonces el tema es tratar de utilizar la comida modificando el propósito hacia la desinflamación del cuerpo para ayudar a prevenir enfermedades en vez de promoverlas.

Para mí la dieta mediterránea es la mejor filosofía de comer que podríamos tener. Al mismo tiempo me gusta mucho también la dieta Paleo y entonces en muchos casos podemos combinar las dos para tener los beneficios de cada una que son muy amplios.

### La dieta mediterránea consiste de alimentos como los siguientes:

- Frutas y verduras frescas (especialmente vegetales de hoja verde como espinacas y col rizada y verduras sin almidón como berenjena, coliflor, alcachofas, tomates e hinojo)
- Aceite de oliva
- Nueces y semillas, como almendras y semillas de sésamo
- Leguminosas y frijoles, especialmente lentejas y garbanzos

# La comida debe ser tu medicina

Como mantenerse sano en un mundo loco ha sido mi lema en esta serie especial donde ya hemos detallado sobre la importancia del ajuste quiropráctico de la columna, la flexibilidad del cuerpo y los beneficios de hacer ejercicio. Así que le recomiendo coleccionar las ediciones anteriores para que tenga claros todos los pasos claves que lo llevan a una vida saludable.

- Hierbas y especias, como orégano, romero y perejil
- granos enteros
- Pescados y mariscos silvestres al menos dos veces por semana
- Aves de corral criadas en pasturas de alta calidad, huevos, queso, leche de cabra y kéfir o yogurt rico en probióticos consumidos con moderación.
- Carne roja consumida en ocasiones especiales o aproximadamente una vez a la semana
- Mucha agua fresca y un poco de café o té
- Muchas veces un vaso diario de vino tinto (por sus micronutrientes)

### Beneficios de la dieta mediterránea:

- Es bajo en alimentos procesados y azúcar.
- Puede ayudar a perder peso de una manera saludable.
- Mejora la salud del corazón.
- Ayuda a combatir el cáncer.
- Previene o ayuda a tratar la diabetes.
- Promueve la salud cognitiva y puede mejorar su estado de ánimo.
- Puede prolongar su salud y su vida.
- Ayuda a detoxificar y relajarse.

### La dieta paleo es un poquito diferente y consiste en lo siguiente:

Coma sólo alimentos que estuvieron disponibles para nuestros ancestros cazadores y recolectores hace miles de años durante la edad paleolítica. Esto significa que cosas como alimentos procesados, granos refinados y cereales están fuera de la mesa. En su lugar su plato debe estar lleno de frutas y verduras, carnes, nueces y semillas. Porque es esencialmente una dieta libre de granos, es más baja en carbohidratos y más alta en proteínas y grasas que en otras dietas.

### Beneficios de la dieta paleo:

- Ayuda a perder peso.
- Buena cantidad de proteína.
- Disminuye la inflamación del cuerpo.
- Soporta controlar las deficiencias de nutrientes.
- Ayuda a normalizar el azúcar en la sangre.

Para mí las dos son muy similares, entonces combino las dos dietas. Lo importante en este sentido es empezar a comer cosas naturales y saludables, alta calidad y baja caloría para poder darle al cuerpo lo que necesita para y así combatir enfermedades y cuidar su salud en el momento y en el futuro.



# TEMPE TARDEADA



Sunday  
October 7, 2018

Noon to 8 p.m.  
Free Admission

## Tempe Tardeada 20° Anual Festival Hispano

Celebrando el Futuro y la  
Herencia Hispana de Tempe.  
¡Todos Bienvenidos!

domingo, 7 de octubre de 2018  
Mediodía hasta las 8 p.m.  
**ENTRADA ES GRATIS**

**¡Música y Baile Para Todos!**  
Música y danza en el  
escenario principal.

**Actividades Gratis Para Niños**  
¡Artesanías celebrando la herencia hispana,  
pinta-caritas, brincador inflables y  
el Game Truck!

**Comida**  
Auténtica comida mexicana en venta con  
precios para toda la familia en el plaza de  
comidas con aire acondicionado.

**Centro Comunitario de Tempe**  
3500 S. Rural Rd.  
(Esquina suroeste de la Avenida Southern y la Calle Rural)

  
DANIEL A. RODRIGUEZ  
LAW OFFICES

DESPACHO LEGAL DE INMIGRANTES, PARA INMIGRANTES.

Daniel A. Rodríguez fue el primer  
abogado indocumentado  
en el Estado de Arizona.  
Nosotros sabemos qué es ser  
inmigrantes y cómo defender  
a nuestra comunidad.  
Experiencia, pasión y confianza.

**CASOS DE INMIGRACIÓN  
CITAS GRATIS,  
SIEMPRE CON EL ABOGADO**



- \*Peticiónes de Familia**
  - Matrimonio/Visa de Prometido (a)/  
Padres/Hijos/ Hermanos
- \*Perdones (I601 y 601A)**
- \*Defensa Contra Deportación**
  - Fianzas en Eloy y Florence
  - Cancelación de remoción/deportación
- \*Peticiónes Especiales**
  - Visa U (víctimas de crímenes)/VAWA/ y Mas!
- \*Residencia y Renovación de  
Residencia Ciudadanía**
- \*Permisos de Trabajo**

Presented by



[www.tempe.gov/tardeada](http://www.tempe.gov/tardeada)

Scholarship Sponsor



Tempe St. Luke's  
HOSPITAL  
a campus of St. Luke's Medical Center

Food Court Sponsor



Media Sponsor



Kid's Place Sponsor





"SÍ SE PUEDE"

# Herencia hispana

ESCUCHAR

## LAURIE HERNÁNDEZ

### Sangre latina orgullosa de sus raíces

La joven gimnasta, ganadora de medalla de oro olímpica, estuvo en Phoenix como invitada especial para cerrar con broche de oro el evento organizado por American Family Insurance que celebra el mes de la herencia hispana.

Con la sonrisa contagiosa que la caracteriza, muy segura de sí misma y un carisma extraordinario, Laurie concedió una entrevista exclusiva a Contacto Total, la revista que habla. A sus escasos 18 años no solo se destaca como campeona olímpica, ya escribió un libro que se posicionó como uno de los más vendidos, además ha participado en varios programas de televisión y se convirtió en la imagen de una marca de ropa.

Aquí la traducción de la entrevista. Laurie prefirió hablarnos en inglés porque se siente más cómoda con ese idioma.

**Contacto Total:** ¿Cómo se siente por ser reconocida como una mujer "Young, gifted and dreaming fearlessly" (joven, talentosa y que sueña sin miedo)?

**Laurie Hernández:** Es un gran honor ser reconocida como alguien que puede soñar en grande, sin miedo y pensar acerca de lo que quieres ser y realmente ir tras de eso. Y espero que la gente pueda ver mi trayecto como una forma de inspirarse y lanzarse con su propia trayectoria aunque no sea la misma.

**CT:** En este mes que se está celebrando la herencia hispana, ¿cuéntenos que la hace considerarse hispana?

**LH:** Absolutamente abrazo ser puertorriqueña, ser hispana y de cierta manera representar nuestra cultura. Yo pienso que poder ir a los Juegos Olímpicos como la primera gimnasta estadounidense hispana en más de 30 años para ganar el oro, creo que era un camino que hacía tiempo debíamos hacer y espero poder inspirar a otras niñas para que seamos más de nosotros allá afuera.

Me encanta la comida y la cultura en general. Cuando yo crecí, en cada celebración teníamos a los primos en la casa y mi familia y mi papá poníamos a Marc Anthony y cualquier artista que puedas pensar y todos estábamos bailando y comiendo y mi mamá estaba cocinando y preparando sofrito y me pedía que le ayudara. En mi casa era muy importante nuestra cultura y mantenerla viva.

**CT:** Usted es un ejemplo a seguir, ¿qué mensaje le quiere dar a los jóvenes hispanos de Arizona?

**LH:** El consejo más grande que les puedo dar, sería que vayan detrás de lo que los apasiona. Yo empecé en gimnasia cuando estaba muy pequeña y yo la amaba mucho y por eso fui tras de ella. Lo que sea que te guste, gimnasia o algún otro deporte o un hobby o algo en lo que estés interesado, ve tras de él no te sientas avergonzado de seguir esa pasión. Porque ello te puede llevar a muchas partes bellas de tu vida que tú disfrutarás.

**CT:** ¿Cómo se construye el éxito? ¿Cuáles son los ingredientes?

**LH:** Yo pienso que los ingredientes para un futuro exitoso varían entre cada persona. Creo que el éxito también se puede ver de manera diferente. Creo que mucho de mi éxito proviene de alcanzar metas que planifiqué para mí, ya sean grandes, ya sean pequeñas, por supuesto las Olimpiadas es una de ellas, pequeñas metas en medio, de pronto ir a la universidad en el futuro.

**CT:** ¿Qué sintió o que pensó justo en el momento en que ganó la medalla olímpica?

**LH:** Mi corazón definitivamente se detuvo cuando me gané el oro. Fue un momento hermoso. Yo quedé sin palabras... porque yo había practicado la gimnasia por once años y finalmente poder obtener la recompensa. Por eso creo que fue realmente importante y me mostró que todo mi arduo trabajo valió la pena.

**CT:** ¿Qué viene en su vida y en su carrera?

**LH:** Mi carrera definitivamente no se ha acabado todavía. Todavía me encanta la gimnasia. Me he tomado 2 años fuera de ella y ahora estoy en la transición de tomarme un descanso y volver a este deporte porque todavía me apasiona, así que esa es mi próxima meta.

**CT:** Díganos algo en español...

**LH:** ¡Sí se puede!

**CT:** ¿Algo más?

**LH:** (risas) Después del huracán María, mi madre y yo fuimos a visitar Puerto Rico, estuvimos en San Juan y vimos un aviso grande que decía ¡Sí se puede!. Eso fue como un pequeño mantra para cada una de nosotras porque vimos lo que sucedió con la isla, que aún la gente intentaba reconstruir, pero poder entrar y ver que todo el color todavía estaba allí, eso significó mucho para nosotras.



**Dinosay Photography**

Foto y vídeo para bodas, quinceañeras, bautizos y mucho más.

**623-500-1420**

Búsquenos en Facebook



**Mi Tienda Latina**

Lunes a Domingo 9:30 a.m. - 9:00 p.m. | [mitiendalatina@gmail.com](mailto:mitiendalatina@gmail.com)

1811 N. 24th St, Ste. E - Phoenix, AZ 85008

Teléfono **602 286 6422** Fax **602 286 0022**

PRODUCTOS DE SU PAÍS

- ARGENTINOS • BRASILEÑOS
- COLOMBIANOS • CUBANOS
- DOMINICANOS • GUATEMALTECOS
- HONDUREÑOS • PERUANOS
- SALVADOREÑOS • URUGUAYOS
- VENEZOLANOS

Aceptamos estampillas de comida

Paquetería a México y envío de encomiendas a Centroamérica



## FIESTAS PATRIAS

El fervor patrio y el amor por sus países estuvieron a flor de piel durante este mes de septiembre entre muchas de las comunidades hispanas de Arizona.

México y varios países de Centroamérica celebraron su independencia.

La cónsul general de México en Phoenix, Claudia Franco, aquí con la empresaria Irayda Flores y la periodista Lorena Schmit, fue la anfitriona de su comunidad en la celebración de los 208 años de independencia.



Las estudiantes de Xtylo Beauty College también se contagiaron del sentimiento patrio y vistiendo trajes típicos de sus países asistieron a las clases y atendieron a sus clientes.



El Salvador y Guatemala también celebraron los 197 años de su independencia de gran forma. Los cónsules Germán Álvarez y Oscar Padilla estuvieron en la alcaldía de Phoenix donde recibieron proclama del Senado y la ciudad.

Los nicaragüenses de Arizona, recorrieron en sus vehículos por la Indian School desde la avenida 27 hasta la 83. Después del recorrido convivieron en un acto cultural con bailes folklóricos, música y comida de su país.



La comunidad nicaragüense realizó una caravana de independencia como una muestra de solidaridad con todos sus hermanos que han sido asesinados, con los presos políticos y los más de 23 mil que están en el exilio.



Después con danzas folklóricas y un carnaval al mejor estilo de sus países terminaron un fin de semana de mucha celebración y grandes recuerdos.

El abogado Rafael Tirado y su esposa Alejandra Fernández, orgullosos Mexicanos, estuvieron en la celebración de su consulado.







MESA

VIERNES  
**28**  
SEPTIEMBRE



SABADO  
**GIGANTE**

*Nora del Mar  
imitadora oficial de*

**PAQUITA DEL BARRIO**



**GANADORA DE SABADO GIGANTE  
FINALISTA DE PARODIANDO**

**TOTALMENTE GRATIS!**

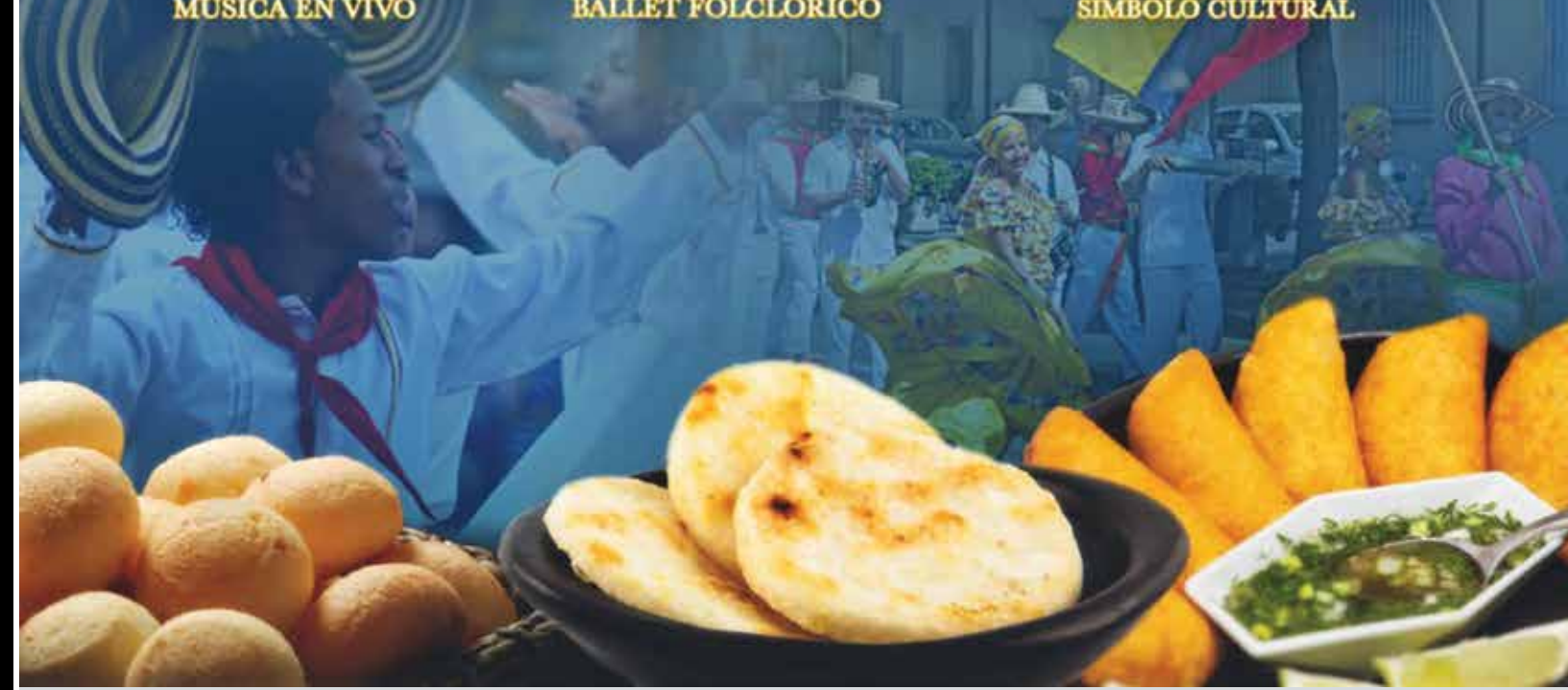
VENTA DE BOLETOS EN RESTAURANTES SEÑOR SUSHI MESA  
1356 W SOUTHERN AVE, MESA, AZ 85202

2<sup>NDO</sup>  
*Festival*  
**COLOMBIANO**  
GASTRONOMICO  
CULTURA Y FE

**DOMINGO, 30 DE SEPTIEMBRE**  
12:00PM MISA · 1:00PM FESTIVAL

**PARROQUIA SAN GREGORIO**  
3424 N 18TH AVE PHOENIX, AZ 85015

**ENTRETENIMIENTO PRESENTADO POR**  
**GRUPO JALEO · COLOMBIA VIVE · CHIVA EN ARIZONA**  
MUSICA EN VIVO      BALLET FOLCLÓRICO      SIMBOLO CULTURAL





# PAREJAS FELICES, ¿ES POSIBLE?

Si existe una receta secreta para experimentar la felicidad en una relación



Por **YASHIRA LAKSHMI PRIY**  
Life Coach Holístico-espiritual certificada  
Maestra de Kundalini Yoga y Yoga Nidra.  
Numeróloga  
Maestra-Estudiante de Un Curso de Milagros  
Cuenta Cuentos y Lectora de libros.  
602-626-0629  
[www.sanacion-holistica-espiritual.com](http://www.sanacion-holistica-espiritual.com)

Los cuentos de princesas comúnmente terminan con la frase: *Y vivieron felices por siempre*. De pequeños lo más seguro es que creímos que así fue, sin embargo en la vida real las parejas se enamoran, se casan (o deciden vivir en unión libre), comienzan a conocerse a más a profundidad y entonces, tarde o temprano, aparecen situaciones diversas que permiten a los enamorados ir moldeando la relación, creciendo por medio de las experiencias o tristemente cayendo en desinterés.

**¿Que hace que las parejas mantengan encendido el fuego del amor?**

**¿Habrá un secreto exclusivo para unas cuantas parejas afortunadas y las demás estarán destinadas a vivir en el aburrimiento y la apatía?**

El reconocido psicólogo e investigador Dr. Jhon Gottman, menciona que tanto para el hombre como para la mujer el factor de *calidad en la amistad vivida con la pareja* determina en un 70% la pasión y placer experimentados en la relación. Por lo tanto, *las parejas con alto nivel de pasión y placer son buenos amigos*.

Las investigaciones realizadas por este doctor también indican que lo que hace que las parejas funcionen es algo muy sencillo: *“Las parejas felices y que siguen experimentando romance no permiten que los pensamientos negativos en contra de sus compañeros de vida sean mayores que los pensamientos positivos.”* En pocas palabras son parejas con un alto nivel de inteligencia emocional.

Por lo tanto, la receta secreta para la felicidad en las relaciones de pareja es simple:

*Mantengamos la amistad y expresemos nuestras emociones de forma adecuada y oportuna.* De esta manera podremos preservar el romance y experimentar la felicidad en la relación constantemente.

Te invito a charlar con tu pareja respecto a esta receta, mejor aún te invito a ponerla en práctica.

*Bendiciones y en la luz, salgamos todos adelante.*





## DE NUESTROS CONSULADOS



### Consulado móvil de Perú en Phoenix

El Consulado General del Perú en Los Ángeles ofrecerá atención consular móvil en Phoenix el Sábado, 29 de Septiembre de 2018 en las instalaciones de Friendly House ubicadas en 723 S. 1st. Ave. Phoenix, AZ, 85003. El horario de atención será de 9:00 a.m. a 2:00 p.m. Servicios: pasaportes biométricos; registro de nacimientos, matrimonios y defunciones, documento nacional de identidad y trámites notariales no protocolares. Por favor Solicite su cita al email [conperla@conperla.com](mailto:conperla@conperla.com). Para mayor información, como formularios, requisitos, costos y citas por tipo de trámite visite:

<http://www.consulado.pe/es/LosAngeles/Paginas/Actividades-de-la-Comunidad.aspx> Teléfono para consultas: (213) 988-6097, de lunes a viernes de 2:30 a 3:50PM



### Consulado de Ecuador

#### Invitación a importante charla

El Consulado General del Ecuador en Phoenix invita a la comunidad a la Charla sobre derechos y garantías de los ecuatorianos residentes en el exterior, establecidos en la Ley Orgánica de Movilidad Humana y su Reglamento. La Cónsul General, señora Laura Machuca será la encargada de dar la charla. Viernes 21 de septiembre de 2018 a las 6:00 pm en las instalaciones del consulado 645 E Missouri Ave. Ste 132 Phoenix, AZ 85012.

Favor confirmar su asistencia llamando al 602-535-5567 o al C.E. [ceuarizona@coe.phxcoxmail.com](mailto:ceuarizona@coe.phxcoxmail.com)

**¿Quieres enviar un obsequio a tus seres queridos?**

Puedes hacerlo por medio del sistema: Envío paquetería

Accede a la exención del pago de impuestos en el envío de paquetes al Ecuador bajo el servicio 4x4.

Debes registrarte en: [www.consuladovirtual.gob.ec](http://www.consuladovirtual.gob.ec)

**No olvides que tus datos deben ser reales, exactos y confiables. ¡Tú eres el único titular del beneficio!**

Más información: En tu consulado más cercano o en [www.cancilleria.gob.ec](http://www.cancilleria.gob.ec)



### Consulado de México

#### Centro de Defensoría

¿Tiene duda sobre su caso criminal, familiar, civil o de inmigración?

Participe en el "Programa de Orientación Legal Gratuita" para consultar su caso con un abogado especializado. Revise el calendario.

Septiembre 2018				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
17	18	19	20	21
<u>Casos migratorios</u>	<u>Casos penales y migratorios</u>	<u>Casos penales y migratorios</u>	<u>Casos penales y migratorios</u>	<u>Casos penales y migratorios</u>
DACA	DACA	DACA	DACA	DACA
10am-12pm	10am-12pm	10am-12pm	10am-12pm	10am-12pm
24	25	26	27	28
<u>Casos penales, migratorios y civiles</u>	<u>Casos penales y migratorios</u>	<u>Casos penales y civiles (asistentes)</u>	<u>Casos penales y migratorios</u>	<u>Casos migratorios y familiares</u>
DACA	DACA		DACA	DACA
10am-12pm	10am-12pm	10am-12pm	10am-12pm	10am-12pm



# Programa Thrive to Five

Ofrece clases y servicios GRATIS en Tempe a las familias con niños de 0 a 5 años de edad

## El Centro de Recursos Familiares

# Gran Apertura

Venga a celebrar con nosotros nuestro nuevo Centro de Recursos Familiares de Thrive to Five, localizado en:

Escuela Primaria Thew  
2130 East Howe Avenue  
Tempe, Arizona 85281

Sabado,  
Septiembre  
22

Entrada gratis  
9:00am - 11:00am

- Conéctese con organizaciones locales en nuestra Feria de Recursos
  - Reciba GRATIS ropa para niños recién nacidos hasta los 3 años de edad
    - Disfrute de unos bocadillos y otros obsequios
      - Conozca más sobre las clases y servicios GRATUITOS de Thrive to Five

¡Cante junto al Señor Paul mientras toca en su guitarra, historias para los niños, a las 9:00am y a las 10:00am!

Para más información y para unirse a nuestra lista de contactos deje su correo electrónico en nuestra página de internet:

[ThrivetoFive.org](http://ThrivetoFive.org)



SUPPORTED BY  
# FIRST THINGS FIRST





TODO ARIZONA ESTÁ EN

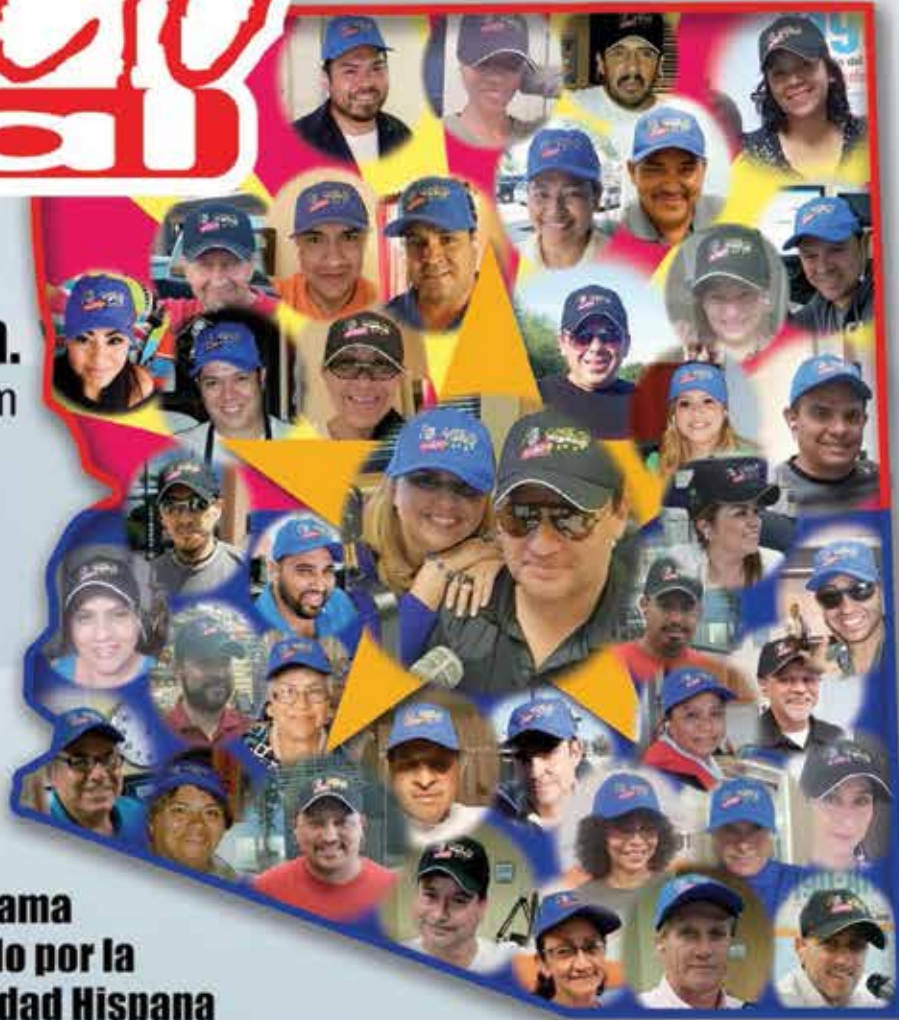
# CONTACTO total

Lunes a Viernes  
**11 a.m. - 1 p.m.**  
por la Onda 1190 am



**12 AÑOS**  
CON LA COMUNIDAD

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 Rad.io  
www.contactototalradio.com

Síganos



¡Nuestros patrocinadores ratifican sus excelentes resultados!

**ANÚNCIESE 602-751-2106**



## PROFESIONALES DE IMPUESTOS

*Le preparamos sus taxes personales y de negocios*

W2 - 109 Misc - Trabajo por cuenta propia  
Contabilidad - Asesorías contables - Notario  
Preparación de payroll y formas 1099 misc para sus  
trabajadores y contratistas



**¿Su número ITIN esta vencido?  
Renuévelo desde ya para declarar sus impuestos en el  
2019**

**¡Abrimos todo el año! Citas disponibles  
los sábados**

Estamos autorizados por el IRS para  
tramitar o renovar su número ITIN  
No tenemos que enviar sus documentos originales

1513 W. Thomas Rd.  
Phoenix, AZ 85015  
Tel: (602) 423 4883

Email: abcontinental@gmail.com



# ATENAS

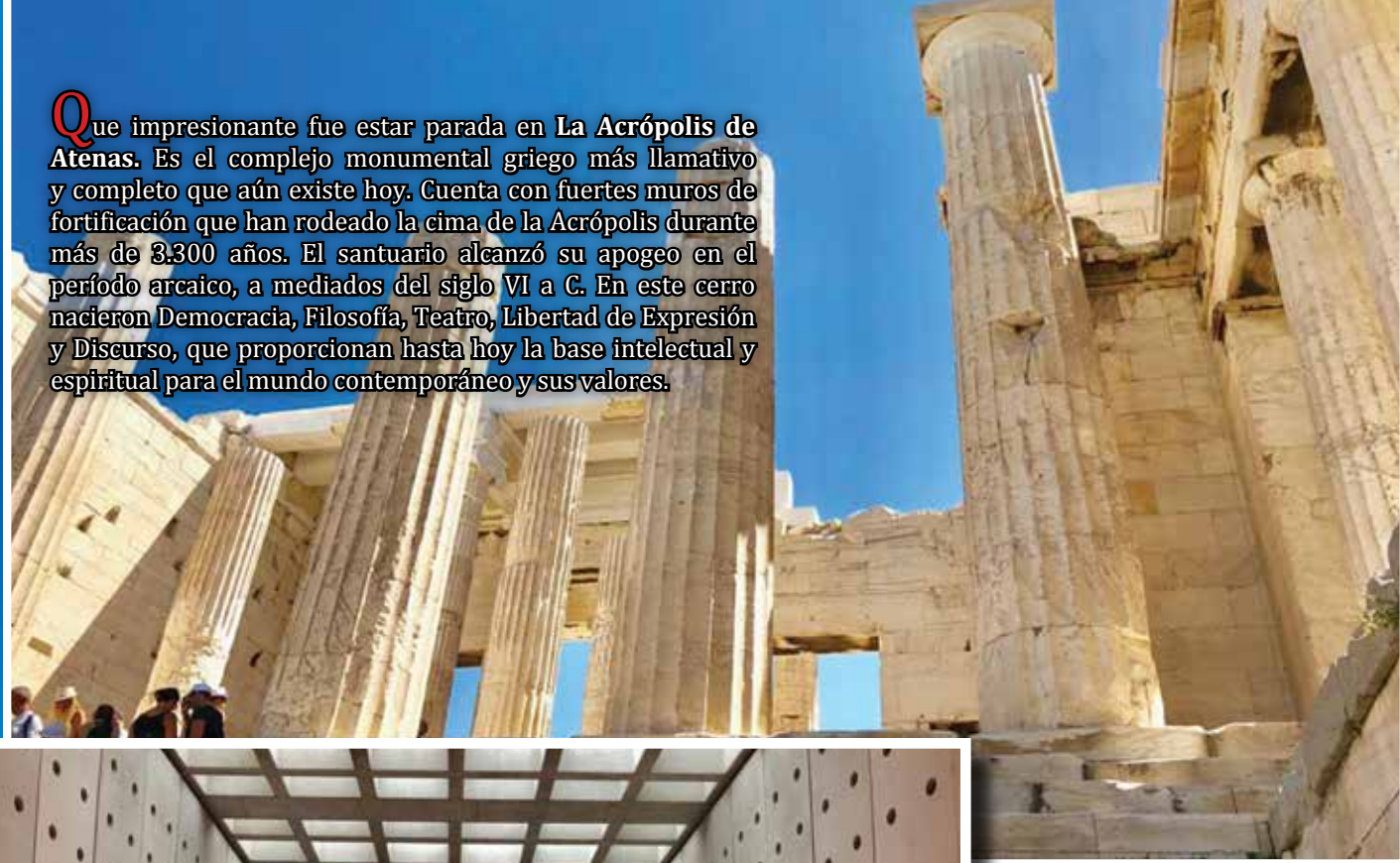
Una historia en cada esquina

**D**espués de recorrer las islas llegó a la capital griega, la histórica Atenas. Allí la empresaria y talento de medios de comunicación, Irma Orozco-Deihl, acompañada por su hija Aimee Madera-Orozco, comprobó que no solo es ir a visitar ruinas y construcciones en piedra.

Atenas es más y tiene mucho más para mostrar al mundo. Aquí el testimonio de su recorrido por la milenaria ciudad, **EXCLUSIVO** para los lectores de Contacto Total, la revista que habla.

Mucha gente, opta por sólo ir a visitar la Acrópolis porque es uno de los lugares más importantes de toda Grecia, sin saber que la península griega posee muchos tesoros para los turistas.

**Q**ue impresionante fue estar parada en La Acrópolis de Atenas. Es el complejo monumental griego más llamativo y completo que aún existe hoy. Cuenta con fuertes muros de fortificación que han rodeado la cima de la Acrópolis durante más de 3.300 años. El santuario alcanzó su apogeo en el período arcaico, a mediados del siglo VI a C. En este cerro nacieron Democracia, Filosofía, Teatro, Libertad de Expresión y Discurso, que proporcionan hasta hoy la base intelectual y espiritual para el mundo contemporáneo y sus valores.

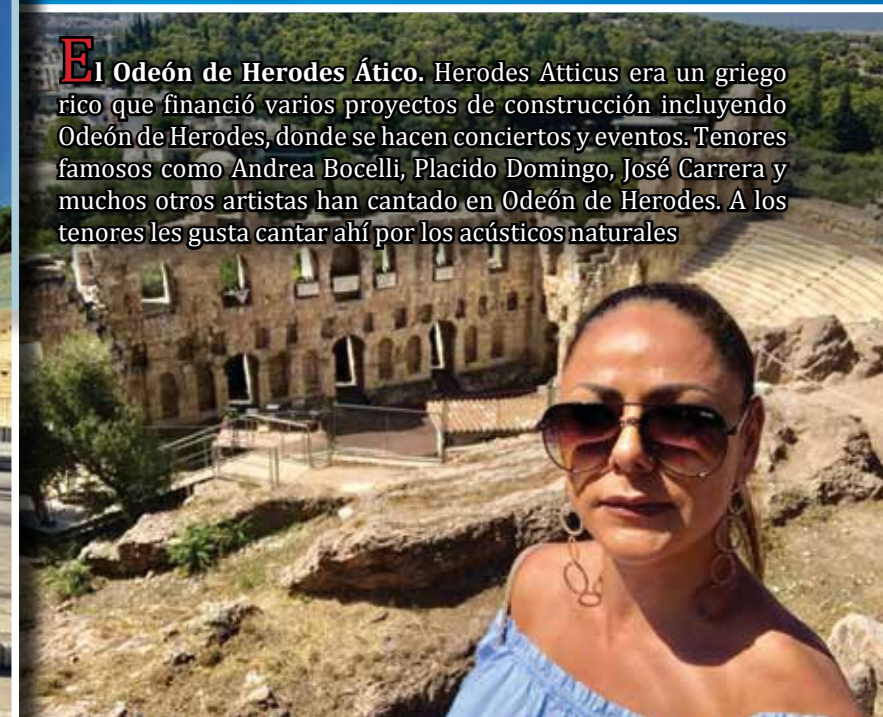


**E**l Museo Arqueológico que fue fundado a fines del siglo XIX, es definitivamente un lugar para visitar en Grecia, ya que es uno de los museos más importantes del mundo en su temática. Cuenta con la mayor parte de los tesoros arqueológicos procedentes de Grecia. Cuenta con exposiciones de colección de la prehistoria, esculturas, vasijas de piedra, bronce, joyas, momias, figuras de cerámica, objetos de marfil y cristal y por supuesto figuras realizadas en mármol y muchas otras piezas más.

**E**l estadio olímpico de Panathinaikó es otro lugar espectacular. También es conocido como el Kallimármara (mármol hermoso). Aquí se disputaron los primeros juegos olímpicos de la historia moderna. Esta totalmente construido en mármol blanco.



**E**l Odeón de Herodes Ático. Herodes Atticus era un griego rico que financió varios proyectos de construcción incluyendo Odeón de Herodes, donde se hacen conciertos y eventos. Tenores famosos como Andrea Bocelli, Plácido Domingo, José Carrera y muchos otros artistas han cantado en Odeón de Herodes. A los tenores les gusta cantar ahí por los acústicos naturales





Sergio Pérez  
lo atiende en Phoenix



Terapia Floral  
Terapia de emociones  
Manejo de energía  
Programación Neurolingüística  
Medicina Cuántica  
Biomagnetismo Cuántico  
Terapia del Bioplasma  
Descodificación de emociones  
Numerología y muchas más.

Clases, seminarios, certificaciones,  
talleres y conferencias.

Psicoenergía Para vivir mejor con Sergio.  
1427 N 3rd ST Suite # 205  
Phoenix Az, 85004

Citas al teléfono  
**210-322-7385**

Lo que los ciclistas y conductores deben saber

## ¡MANTENTE ATENTO AL CONDUCIR: LOS CICLISTAS ESTÁN DE REGRESO!

A medida que el calor disminuye y el clima se vuelve un poco más agradable, las personas empiezan a desempolvar las bicicletas y salen a las calles y veredas.

Por tal motivo, este es un buen tiempo para recordar a los ciclistas y conductores lo que cada uno debe hacer para mantenerse seguro en los caminos de Arizona, ya que en los meses de septiembre y octubre se ve un aumento en los choques entre carros y bicicletas.

En Arizona, desde el 2015 se registran al año un promedio de casi 1,500 choques entre vehículos y bicicletas y la mayoría ocurre en áreas urbanas, durante las horas del día y con el cielo despejado.

**El programa de Bicicletas y Peatones de Arizona ofrece los siguientes consejos:**

**Lo que los ciclistas pueden hacer:**

- Siempre viajar con el flujo del tráfico y al igual que los vehículos obedecer las mismas reglas del camino, y los dispositivos de control de tráfico (señalamientos, letreros, marcas en los carriles, etc.).

- Anticipar los peligros y viajar a la defensiva.  
Ser visible – usar colores brillantes y hacer contacto visual con los conductores.  
¡Usar un casco!



Por **LOURDES LERMA**  
llerma@azdot.gov  
Oficial de Información Pública  
Departamento de Transporte de  
Arizona (ADOT) y su División de  
Vehículos Motorizados (MVD)

**Lo que los conductores pueden hacer:**

- Rebasar con cuidado; y mientras el conductor esté rebasando debería darle a los ciclistas bastante espacio.

Ser considerado – cuando se estacione en una calle, observar si hay ciclistas antes de abrir la puerta de su vehículo.

- Los niños en bicicleta pueden ser impredecibles – los conductores deben reducir la velocidad y no esperar que los niños observen las leyes de tráfico.

**Para más información sobre el ciclismo en Arizona, incluyendo mapas con rutas para bicicletas ingrese en: <http://azbikeped.org>.**







*¡Escúchanos,  
Tenemos algo  
para ti!*

*Las noticias más recientes y las entrevistas más importantes*

*Orientación en temas que afectan tu bolsillo*

*Mejora tu salud como la de tu familia*

*Ayuda Comunitaria y de Inmigración*

*Programas de ayuda al alma*

*Temas Políticos*

*El mejor show deportivo de todo el estado*

*Premios y concursos todas las semanas*

*¡Pasa la voz!*

[www.onda1190am.com](http://www.onda1190am.com)

EN CABINA **602-759-1910**

Directo de la Ciudad de México hasta Mesa, Arizona

# LA MERCED

*Donde se come rico  
y delicioso tiene  
nuevo menú...*

**MEXICAN KITCHEN**

Tel.: 480.615.5820 Fax: 480.615.5829

*Enchiladas Suizas*

*Ven y deleítate con la mejor comida mexicana...*

*Albóndigas en salsa de chile chipotle*



*Torta La Merced Especial*



**Rico y Delicioso MENUDO**  
(SABADOS Y DOMINGOS)

**Tacos de Suadero**  
(VIERNES DESPUES DE LAS 5:00PM)

**Aguas Naturales**



•Sandía •Piña •Melón •Fresa •Mango •Naranja  
•Piña con limón •Limonada •Papaya

**Pastel Imposible**



**855 W. University Dr. Ste. 17-18**  
Mesa, Arizona 85201 (Extension Rd. y University Dr.)



La Merced Arizona



# Calendario de Eventos

## Festival colombiano gastronómico "Cultura y fe"

**Domingo 30 de septiembre de 2018 / 12:00m**

Por segundo año consecutivo regresa este novedoso festival que convoca a toda la comunidad y hace parte de las celebraciones del mes de la hispanidad. La parroquia San Gregorio, dirigida por el padre Andrés Arango lo invitan a esta fiesta donde no solo la fe es protagonista, también lo son la música, los bailes y la deliciosa comida típica colombiana.



**Parroquia San Gregorio - 3424 N 18th ave, Phoenix, AZ 85015**

## Expo Foro 2018 "Herramientas para el éxito de tu negocio"

**Jueves, octubre 25 de 2018 / 4:00PM a 8:00PM**

Evento sin costo. ¿Le interesan temas comerciales, sesiones informativas de expertos y herramientas adicionales para el éxito de su negocio? Únase a este evento y conéctese con otros empresarios. La aplicación para participar en el programa "Emprendedor del año 2019" también se entregará en este momento. Oradores clave sobre negocios, temas del IRS y muchas conferencias más de su interés como dueño de empresa. Si tiene un proyecto en mente y no sabe cómo comenzar, este es el lugar adecuado para encontrar busque recursos e información empresarial importante en [www.dasfoundationaz.org](http://www.dasfoundationaz.org)

**Because Event Space - 3419 East University Dr. Phoenix, AZ 85034**

**KERMES MEXICANA V81**  
**TE INVITAMOS A NUESTRA KERMES MEXICANA**  
 HABRA POZOLE, ANTOJITOS MEXICANOS, AGUAS FRESCAS, DISCADA, ESQUITES, FRUTA DE TEMPORADA, RIFAS, JUEGOS, SHOW DE PAYASITAS, MUSICA Y DIVERSION!!!  
**TRAJE A TU FAMILIA, DIVIERTETE Y AYUDANOS A SALVAR VIDAS!!!**  
 Tu cooperación nos ayuda a Salvar Vidas, apoyando a -NO MAS MUERTES-, fundación que ayuda a nuestros hermanos inmigrantes en su dura travesía por el desierto.  
**SABADO 22 SEPTIEMBRE 2018 A PARTIR DE LAS 12 DEL MEDIO DIA**  
**6830 N 55th Ave, Glendale, AZ 85301**

## Tour del Conjunto Primavera

**Viernes 5 de octubre de 2018 / 8:30 p.m. - 11:30 p.m.**

El Conjunto Primavera llega, por primera vez, al Celebrity Theatre para complacer a sus seguidores. El Conjunto Primavera fue fundado en 1978 por el saxofonista Juan Domínguez en Ojinaga, Chihuahua, México y con esta gira está celebrando su aniversario número 40.

Disfrute de todos sus éxitos como "No Te Podías Quedar", "Necesito Decirte", "Perdóname Mi Amor", "Una Vez Mas", "Hoy Como Ayer" y "Ese, entre otros.

El Conjunto Primavera se identifica con el género norteño; sin embargo, interpretan canciones en una variedad de estilos, incluyendo rancheras, cumbias, boleros y baladas.



Puertas se abren a las 6:30 p.m. Compre sus boletos en el teatro o en línea en [www.celebritytheatre.com](http://www.celebritytheatre.com). Para cobrar por teléfono, llame al 602-267-1600 ext.1. Todos los boletos están sujetos a un recargo. [celebritytheatre.ticketforce.com](http://celebritytheatre.ticketforce.com)

**Celebrity Theatre 440 N 32nd St, Phoenix, Arizona 85008**

## Tardeada de Tempe

**Domingo 7 de octubre de 2018 / Mediodía hasta las 8:00PM**

¡Todos invitados! La Tardeada de Tempe es uno de los festivales hispanos más tradicionales y masivos de Arizona. Este año va a ser mucho más especial porque cumple 20 años celebrando la herencia hispana de Tempe. Música y baile para todos, actividades gratis para niños, deliciosa comida. ¡No se lo pierda!

**Centro Comunitario de Tempe - 3500 S. Rural Rd. Tempe AZ**



Todos los boletos están sujetos a recargos por instalación y venta de boletos.

**Celebrity Theatre, 440 N. 32nd St. Phoenix, AZ**

## George López "The Wall world tour"

**Sábado 13 de octubre de 2018 / 6:30 p.m. y 9:30 p.m.**

¡Una noche y dos espectáculos! La leyenda de la comedia George López se presentará en el Celebrity Theatre con su Gira Mundial "La Pared".

George López fue visto recientemente en su especial de comedia de HBO, The Wall, que se estrenó en agosto de 2017. Además sigue siendo un éxito entre los televidentes con su serie de comedia, López on TV Land.

Puertas abren dos horas antes de la hora del espectáculo. Busque sus en Celebrity Theatre, en línea en [www.celebritytheatre.com](http://www.celebritytheatre.com). O llamando al 602-267-1600 ext. 1. Todas las edades son bienvenidas.

**GRAN OFERTA**  
 Por la compra de una faja lleva una cinturilla a solo \$20

El precio regular de la cinturilla es de \$60



**BODY SHAPEWEAR**

**LATIN FASHION LLC**  
 FAJAS Y JEANS DE COLOMBIA



**MOLDEA, REALZA TU FIGURA Y REDUCE TALLAS**

**480-665-8180**

62 N. STAPLEY DR.  
 MESA, AZ 85203

JIMENA TELLEZ  
 JIMETELLEZ10@GMAIL.COM



@LaTienditaCafe | latierenditacafe | latierenditacolombianrestaurant

**La Tiendita**  
 Colombian Restaurant



Comida y productos 100% colombianos

**480-898-5546**

456 W Main St, Suite A - Mesa, AZ 85201





!Te enseñamos cómo *iniciar* y *operar* tu negocio con éxito!

# ¡Aprende y Emprende!



COMPASS  
CLUB

UN PROGRAMA OFICIAL DE:

COMPASSCBS  
CAREER & BUSINESS SOLUTIONS, LLC

Líderes de Entrenamiento Empresarial Bilingüe



¡Envíe "CompassClub" por texto al 55678  
para obtener nuestro calendario!

WWW.COMPASSCBS.COM | 602.759.0553 | @CompassCBS

FINANZAS. MARKETING. VENTAS. TECNOLOGÍA. INVERSIONES. CONTRATOS.



# Super Especiales



Extracciones de  
muelas del juicio  
**\$150**

Limpieza  
profunda  
**\$450**

Rellenos  
naturales  
**\$100 - \$130**

Implantes  
(las 3 unidades)  
**\$2,600**



**G r a t i s**

Examen, consulta y todas las radiografías.

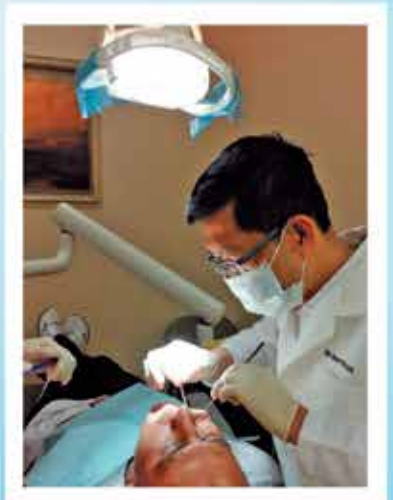
**AZ DENTAL**  
FAMILY DENTISTRY & COSMETIC

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**





MECÁNICA Y ELECTRICIDAD AUTOMOTRIZ



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**

**Handyman reparaciones y construcción en general.** Cualquier tamaño y precio. Plomería, tile, electricidad, carpintería, techos, baños, showers, cocinas, nivel pisos, puertas, ventanas y storages. Cualquier trabajo que le digan que no, yo lo hago. Trabajos económicos con material de segunda o nuevo. 30 años de experiencia. Demoliciones, limpieza. No soy contratista con licencia. Precios módicos. Oscar. **602-486-4483**



## SOBADORA ATENDIENDOLE

\* Empachos \* Matriz \* Mollera  
\* Estrés \* Anginas \* Torceduras  
\* Dolor de cuello \* Cintura  
\* Nervio Clático \* Tendones  
Llamar al **602 621 9419**

**HARTLEY STUDIO**  
FOTOGRAFÍA Y VIDEO  
PARA TODA CLASE DE EVENTOS

623-216-0681 602-754-1118  
imeldahartley@gmail.com

Compañía de limpieza necesita URGENTE personal para trabajar en el horario de día. Llamar a Sandra o enviar un mensaje de texto con su información al **602-688-3594**

Se necesita chofer con experiencia para manejar grua Tiempo completo. Interesados llamar al **623-234-0512**

Se necesitan dos empleados para acomodar mercancía en una dulcería y además dos cajeras. Para mayor información llame al **602-578-4934**

**Puertas de garaje.** Mantenimiento, servicio, reparación y puertas nuevas para todos los presupuestos. **480-650-5936.**

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

**Tapicería Landín.** Tapicería para camos, motos, barcos y muebles de su casa o negocio. Pregunte por los especiales para clientes de la revista Contacto Total. Presupuesto gratis **(602) 505-6819.**

**Unión Pochteca L.L.C.** de vendedores ambulantes necesita dos personas con experiencia en caja registradora, y trabajo de bodega. Interesados acudir al 118 N. 27th Ave. Phoenix, AZ o llamar al **602-393-2659** o al celular **480-251-1190**

## Desert Mobile Homes Services

SERVICIO Y MANTENIMIENTO DE CASAS MÓVILES



Reparación de insolación, ductos, plomería, electricidad, prevención de moho y plagas y todo lo relacionado a su traila.

**602-758-7687**

**Servicios de impresión y productos de promoción.** Tarjetas de negocio, flyers, brochures, postcards, productos promocionales, catálogos, calendarios, banners, magnetos, imanes para autos y mucho más. Pregunte por Joe **602-437-0207**

**Restaurante mexicano de Mesa** busca meseras con experiencia. Preferiblemente bilingües. **(480) 615-5820.**

¿Necesita un plomero en su casa o negocio? Somos expertos en agua, gas, drenaje, calentador de agua. Servicio de emergencia las 24 horas. **480-389-7581**

Posición en limpieza comercial disponible. Diferentes horarios. Empieza \$11/hr. Áreas de Peoria (por las mañanas), Scottsdale (tardes) y Queen Creek (noche). Contratación inmediata. Excelente ambiente de trabajo. Más informes **480-518-0051.**

BUSQUE / OFREZCA TRABAJO Y/O SERVICIOS

**LOS CLASIFICADOS QUE ISI SE VEN**  
PARA ANUNCIARSE AQUI LLAME AL **602-751-2106**

¡Thrive to Five está CONTRATANDO! Estamos buscando a un entrenador de padres a tiempo completo. Aquí hay un enlace con la descripción del trabajo y la solicitud. Si conoce a alguien que podría ser una buena opción, cuénteles de esta oportunidad. Ya comenzamos las entrevistas. <https://jobs.tempehschools.org/thrive-to-five-parent-trainer-thew/job/9395305>

**Miguel's Lawn Care**

ESTIMADOS GRATIS  
Good quality for all your landscaping needs and much, much, more  
Servicio garantizado  
Landscape Miguel Soto  
**480-335-0711**

- Limpieza general
- Sistema de riego
- Poda de árboles
- Mantenimiento de jardines
- Instalamos "pavar" y pasto artificial
- Removemos concreto, árboles, palmas y basura.

**PACMAN Plumbing LLC**

• Gobbling up clogs since 2017 •  
PACMANPLUMBING.COM  
f w i g+  
Residential & Commercial  
**480-389-7581**  
24 HOURS EMERGENCY  
DRAIN WATER GAS

## PROTEJA SU EMPRESA

Cobertura para talleres y reparación de automóviles  
American Family cuenta con un paquete de protección de seguro adaptado a las necesidades de los dueños de talleres de reparación de autos.

John Herrera Agency LLC

**602-795-4825**

Su agente de seguros le explicará en detalle acerca de las coberturas disponibles para su tipo de negocio.

**AMERICAN FAMILY INSURANCE**

**LAWN SERVICE**  
MANTENIMIENTO DE CÉSPED  
Irrigación - limpieza de escombros  
poda de árboles y arbustos  
Irrigation - yard cleaning - tree and bushes trimming service  
Estimados GRATIS  
**Hilario 480-233-1113**

## DINOSAY PHOTOGRAPHY



Foto y video para bodas, quinceañeras, bautizos y más

**623-500-1420**

Búsnenos en **facebook**



Busco "Food truck" camión de comida para comprar. Bueno, bonito y en buen estado. Por favor llamar al **623-703-7469**.

**SE VENDEN EMPANADAS SONORENSES Y SEMITAS CON QUESO FILADELFA.** \$5 el paquete de 5. Llamar al **480-969-5979**. El dinero recaudado por las ventas lo ocupo para una cirugía en mis pies.

**DIVORCIO, MANUTENCIÓN, CUSTODIA, TUTELA, ADOPCIONES, CARTAS PODER**  
Consulte al abogado Daniel Rodríguez y su caso estará en buenas manos. Especializado en la práctica en derecho de familia.. **623-404-2544**

**ELECTRODOMÉSTICOS. REPARACIÓN Y VENTA.** Usados con garantía y excelentes precios. Estufas, lavadoras, secadoras y refrigeradoras. **623-414-6940**. Estamos en Peoria por la Avenida 91 y la Grand.

**Vendo trapeadoras, escobas y recogedores.** Soy Marco. Teléfono **602-315-2415**.

Somos distribuidores de los productos y aceites esenciales DoTerra. ¡Llámenos!. **602-460-8487**.

COMPRE / VENDA  
INTERCAMBIE / REGALE



## PROTEJA SU EMPRESA

**Cobertura para barberías y salones de belleza**  
American Family cuenta con un paquete de protección diseñado de acuerdo con las necesidades de los barberos y estilistas.



Su agente de seguros le explicará en detalle acerca de las coberturas disponibles para su tipo de negocio

### ¿YA SE VENCÍ SU ITIN?

Si su ITIN tiene alguno de estos números en medio:

**70 71 72 73 74 75 76 77  
78 79 80 81 82**



Necesita renovarlo desde ya para declarar sus impuestos en el 2018

**¡EN ABC TAXES LE AYUDAMOS!  
602-423-4883**

COMPRE / VENDA  
INTERCAMBIE / REGALE

### DULCERÍA IMPORTACIONES VALENTINAS.

Tres localidades. Mayoreo y menudeo. Dulces, piñatas, abarrotes, centros de mesa, productos oaxaqueños y **todo para sus fiestas.** **602-442-9487**

**20 palabras por  
10 dolares.  
¡Anunciate!**



**Vendo cajas de cartón de 12x12x12.** Casi nuevas y en perfecto estado. Tengo más de 400. \$0.50c cada una. Vendo de 10 en adelante. Perfectas para empaçar revistas, ropa, artículos delicados, etc. Resistentes para mudanzas. Enviar texto o llamar al **602-751-2106**

### FAJA CINTURA DE AVISPA

ideal para el Gym. Compre el combo acelerador con el gel de cafeína y el papel osmótico. Hace un efecto térmico y quema grasa a través del sudor. **480-665-8180**

TEL 623-271-7405 - FAX 623-271-9083

## COLOMBIA Express

SERVICIO DE NOTARIO  
ENVÍO DE DINERO  
RECARGAS  
ARTESANÍA COLOMBIANA  
TARJETAS DE NEGOCIOS  
COMIDA COLOMBIANA

SERVICIO DE PAQUETERÍA  
A TODO  
MÉXICO, COLOMBIA,  
CENTRO Y SUR AMÉRICA



12313 NW GRAND AVE SUITE D EL MIRAGE AZ 82335

## LLEGÓ A PHOENIX LA RECONOCIDA MARCA DE PRODUCTOS YANBAL.

Hermosa fantasía, deliciosas fragancias y lo mejor en maquillaje.



¡Los encuentras en Colombia Express!

**¡Únete al equipo!**

Llámanos al **623-271-9083**

[www.yanbal.com/us/gloriagallego](http://www.yanbal.com/us/gloriagallego)



**¿QUIERE TENER LA MEJOR FIESTA?** Decoración Venecia se encarga de TODO. Salón decorado, la música, el pastel, vestidos, fotografía y vídeo y la mejor comida. Además transmiten el evento por internet. Bodas, quinceañeras, bautizos y cualquier celebración especial. Precios muy favorables. **602-423-6295**

### VENDO DOS CAMAS CON COLCHONES INCLUIDOS.

Tienen cajones. Madera fina y gruesa. Solo 250 cada una. Solo personas interesadas enviar texto al **602-206-7584**.

COMPRE / VENDA  
INTERCAMBIE / REGALE



**QUESO MENONITA**  
de Casas Grandes,  
Chihuahua.

**Lydia**  
**602-810-6241**

**¿TUVO UN ACCIDENTE?** En las oficinas legales de Rafael Tirado & Associates le ayudamos. ¡Llámenos hoy! **602-266-0292 Consulta GRATIS.**

## EL MEJOR REGALO PARA ESTAR PROTEGIDO



Un plan de vida para sus niños. Porque el futuro es incierto, las decisiones no deben aplazarse, mañana puede ser muy tarde.

John Herrera Agency LLC

**602-795-4825**



## VALENTINA'S MATTRESS COLCHONES

Tenemos diferentes estilos, calidad y marcas. Bodega.

**480- 282- 3270**  
**602- 718-0816**



# GÁNATE 1 BOLETO PARA 2 PERSONAS PARA LA FUNCIÓN AVANZADA DE:

# NIGHT SCHOOL

ENVÍA TEXTO AL  
**602-751-2106**  
CON LAS PALABRAS  
"NIGHT SCHOOL"

EL MIÉRCOLES 26 DE SEPTIEMBRE A LAS 7:30PM

**AMC WESTGATE 20**

9400 W.HANNA LN, GLENDALE, AZ 85305



ESTA PROMOCIÓN ES VALIDA HASTA AGOTAR EXISTENCIA.

# NIGHT SCHOOL

SEPTEMBER 28

HART

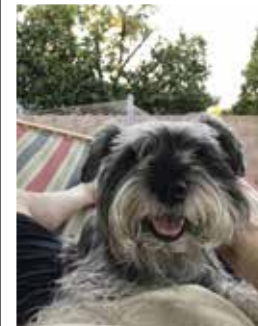
HADDISH



## Perdidos y Encontrados

### PERDIDOS

#### SCHNAUZER DESAPARECIDA



Se perdió por el área de Dobson y Guadalupe alrededor del Parque Palo Verde. Es una Schnauzer gris. Su collar está apagado, así que por favor llámeme si lo encuentra al **480-430-1319**. Ella es nuestra dulce mascota familiar y mis hijos están devastados por su ausencia. Gracias.

Se extraviaron mis documentos a nombre de Norma Acuña León. Residencia, licencia de manejo y tarjetas de banco. Quien

#### PERDIDA HUSKY HEMBRA EN AVONDALE!



Es de color blanco y negro. Ella tiene ojos marrones y debe tener un collar rosa. Su nombre es "Duchess". Estamos por la North Dysart Rd y Mc Dowell. Por favor si la encuentra no dude en llamarme. Gracias.

**623-628-4675**

los haya encontrado por favor comuníquese conmigo al **602-687-2572** ¡Muchas gracias!

Si algo se le perdió... búsquelo aquí;  
Si algo se encontró...

**¡ANÚNCIELO GRATIS!**  
SÓLO EN ESTA SECCIÓN

#### BULLDOG INGLÉS DESAPARECIDO

Es blanco y marrón. Se salió de mi jardín cerca de la 47th avenida e Indian School. Si lo encuentra, por favor déjeme saber. Es nuestro perro de familia y no queremos que le pase nada malo. **602-515-2435** o **602-525-2151**



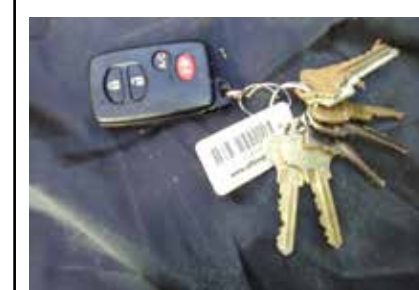
#### PERRITO ENCONTRADO EN GILBERT

Este animalito necesita regresar a su hogar. Fue encontrado por el área de Jensen and Gilbert. Si esta mascota es suya por favor comuníquese conmigo al **480-430-8825**



#### ENCONTRÉ ESTE JUEGO DE LLAVES

En medio de la calle entre Weber y Curry Road en Scottsdale Road frente a Carl's Junior. Tiene muchas llaves, incluida una llave de caja registradora con una etiqueta LA Fitness. Si usted es el dueño llame al **602-315-2420** y demuestre que son suyas.



#### 2 PERROS ENCONTRADOS

Parecen de la raza yorkie o silky terrier. Estaban alrededor de avenida 84 entre Glendale y Bethany Home. Muy buenos perros. Por favor llame al **602-312-9461**.

### ENCONTRADOS

Por la Ave 67 e Indian School **encontré un permiso de trabajo** a nombre de Mario Zacarías Chávez, al parecer es de Guatemala. Si lo conoce o es el dueño de este documento llame al **602-697-4716**

**Tarjeta de residente permanente encontrada.** El domingo primero de Julio de 2018 por las calles Central y Southern en Phoenix nos encontramos este documento a nombre de Juan Balderas. Si usted es o conoce a esta persona, por favor mandar mensaje con el segundo apellido para verificar y hacer arreglos para su devolución. **916-293-2463**

#### ENCONTRADO YORKSHIRE TERRIER EN LAVEEN.

Es muy pequeño de color café claro en la cara y el cuerpo gris. No tenía collar. Si usted es realmente su dueño, por favor llame lo antes posible al **281-826-4625**.

**¡EN CINES EL 28 DE SEPTIEMBRE!**

Se impondrán todas las regulaciones federales, estatales y locales. La persona que reciba el premio asume todos y cualquiera de los riesgos asociados con el uso del premio y acepta cualquier restricción exigida por el proveedor del premio. Universal Pictures, Revista Contacto Total y sus filiales no aceptan ninguna responsabilidad u obligación con respecto a cualquier pérdida o accidente causado en relación con el uso de un premio. El premio no puede ser completo o en parte ser intercambiados, transferidos o canjeados por dinero en efectivo. No somos responsables si, por cualquier razón, el ganador no puede usar su premio por completo o en parte. No somos responsables por premios perdidos, demorados o enviados al lugar incorrecto. El ganador es responsable de todos los impuestos federales y locales. Nulo allí donde lo prohíba la ley. Compra no es necesaria. Patrocinadores, sus empleados, miembros de la familia y sus agencias no son elegibles. El premio de esta promoción son cuatro boletos para la función avanzada de Night School. Una entrada por persona. Los asientos serán asignados por orden de llegada. Las entradas duplicadas serán descalificadas. Los ganadores serán notificados por correo electrónico y/o teléfono. Esta promoción termina al agotar existencia.





**VENTA AL MAYOREO Y MENUDEO  
TODO LO QUE NECESITA PARA SUS FIESTAS**

**DULCES  
PARTY SUPPLIES  
DECORACIONES  
PARRILAS  
JUGUETES  
ESPECIES  
CAZOS**



**TRES LOCALIDADES EN EL VALLE DEL SOL**

CALLE 24 Y MCDOWELL  
2454 E MCDOWELL RD  
PHOENIX, AZ 85008  
**(602) 275-2232**  
LUNES A SÁBADO  
8:00AM A 7:00PM  
DOMINGO  
1:00PM A 5:00PM

AVENIDA 35 Y VIRGINIA  
2540 N 35TH AVE #2  
PHOENIX, AZ 85009  
**(602) 442-9487**  
LUNES A SÁBADO  
7:00AM A 8:00PM  
DOMINGO  
9:00AM A 5:00PM

AVENIDA 43 Y CACTUS  
4322 W CACTUS RD,  
GLENDALE, AZ 85304  
**(602) 595-0880**  
LUNES A SÁBADO  
8:00AM A 8:00PM  
DOMINGO  
9:00AM A 5:00PM



Las familias fuertes no se separan pero si se transforman.  
Con Daniel Rodríguez, un abogado con experiencia, pasión y confianza, su caso estará en buenas manos y el mejor interés de su familia será protegido.



**DANIEL A. RODRIGUEZ**  
— LAW OFFICES —

*CON NOSOTROS, ERES FAMILIA*

**Práctica en Derecho de Familia**

**Divorcio**

**Custodia**

**Manutención de niños**

**Tutela**

**Adopciones**

**Cartas poder**

**Law Offices of Daniel A. Rodriguez**

**Tel: 623-404-2544**

**1601 North 7th Street, Ste. 350  
Phoenix, AZ 85006**



# Union Home

## MORTGAGE

¿Pensando en comprar vivienda?

LLÁMEME Y LE AYUDO A CONSEGUIR EL PRÉSTAMO

- Agilidad en los trámites
- Costos competitivos
- Mayor flexibilidad en la calificación
- Préstamos con permisos de trabajo
- Programas de asistencia disponibles para su enganche y/o gastos de cierre
- Prestamos FHA desde 520 puntos (no aplica para programas de asistencia, aplican restricciones)

¡DIFERENTES OPCIONES PARA USTED!



**JUAN RAÚL FIMBRES**

Branch Manager/Loan Officer

F: 480.459.4367

C: 480.868.7236

[jfimbres@unionhomemortgage.com](mailto:jfimbres@unionhomemortgage.com)

[UnionHomeMortgage.com/JFimbres](http://UnionHomeMortgage.com/JFimbres)

LO NMLS: 282378 | AZ 0913974 | 325 S. Higley Road | Suite 120 | Gilbert, AZ 85206