



www.revistacontactototal.com

Nº. 36 | ENERO 31 - FEBRERO 14 DE 2018

Publicación Quincenal Gratuita

Fotografía: Shandrew Public Relations



# ANDRÉS ACHE

Talento mexicano  
Pisa fuerte en  
Estados Unidos

# CONTACTO total

"LA REVISTA QUE HABLA"

**GRATIS**



**SE CASÓ**  
**ELIAS BERMUDEZ**  
Gente en Contacto Total



**DREAMERS VS MURO**  
Punto de vista



**CELEBRANDO CON  
EL ENEMIGO**  
Primer plano



**MARIA EN LONDRES**  
Destinos



Like us on Facebook  
#TEAMFIMBRES



# ¿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 USTEDI!

Juan Raúl Fimbres  
480-593-6193



Prestamista de Hipotecas | [jfimbres@alliancehomeloans.com](mailto: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](http://alliancehomeloans.com/jfimbres)

**¡LLÁMENOS YA!**



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**



- \***Peticiones 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
- \***Peticiones Especiales**  
- Visa U (victimas de crímenes)/VAWA/y Mas!
- \***Residencia y Renovación de Residencia Ciudadanía**
- \***Permisos de Trabajo**

Law Offices of Daniel A. Rodriguez

**Tel: 623-404-2544**

1601 North 7th Street, Ste. 350

Phoenix, AZ 85006

# ¡Flu mortal!

Estamos en plena temporada de gripe, influenza o mejor de flu. Esa terrible e incómoda molestia que se hace presente cuando la temperatura baja y los virus suben y aparecen por todo lado. Siempre nos dijeron que había que tener cuidado. Protegerse, vacunarse e ir al doctor cuando sintiéramos una molestia mayor.

Esta vez las autoridades lanzaron una alerta diciendo que la temporada estaba desbordando la cantidad de casos. Dijeron que había que tener mucho más cuidado. Pero lo que no esperábamos era que tan pronto, hablaran de unas alarmantes cifras de personas que han perdido la vida 'aparentemente' por el flu.

Llama poderosamente la atención que muchos de ellos fueron al doctor y diagnosticados con flu, recibieron recomendaciones de ciertas medicinas de temporada y fueron regresados a sus hogares donde días después perdieron la vida. ¿Entonces qué paso? Mal diagnóstico, inexperiencia médica, descuido del paciente. ¿Qué decirle a los familiares de las víctimas? Muchas de ellas eran jóvenes y saludables.

¿Se salió de control el tema del flu o estamos ante virus o males imposibles de detectar por los médicos? El panorama luce complicado. Peor aún cuando se conocen cifras como la entregada por Health Freedom Idaho según la cual 7 de 8 personas afectadas por flu y que murieron habían sido vacunadas.

Según Eastern Idaho Public Health la efectividad de las vacunas solo alcanza cifras de entre 30 y 40 por ciento. Algo todavía más preocupante. No están cumpliendo su misión en el sistema inmunológico. Si es así, entonces en donde dejamos el repetitivo consejo de que lo mejor es vacunarse.

Con una situación de este tamaño, bien valdría la pena que las autoridades sanitarias del país se pronunciaran lo más pronto posible. Es importante saber qué está pasando. ¡Que digan la verdad! Porque o sino la angustia y preocupación de muchas personas irá en aumento de la misma forma que las víctimas fatales.

Será necesario recordarles, que ¡la salud es lo más importante de la vida y que sin salud no somos nada!

**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**. Asesor editorial: **RAFAEL TIRADO**. Fotografía: **LUZ A - FOTO Y VIDEO**. Colaboradores en esta edición: **LOURDES LERMA, PATRICK MALONEY, NOÉ SANJUAN, IMELDA HARTLEY, SALVADOR REZA, BLANCA CORNEJO, MARIA OSSA, DANIEL RODRIGUEZ Y SERGIO PÉREZ**. 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](http://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)



<b>PUNTO DE VISTA</b> Dreamers vs el muro	6
<b>CAMINO AL ÉXITO</b> Nuevas metas	8
<b>BUENA VIDA</b> La quínoa	12
<b>PARA CHUPARSE LOS DEDOS</b> El origen del San Valentín	14
<b>FAMOSOS DE AQUÍ Y ALLÁ</b> Andrés Ache	18
<b>DESTINOS</b> Lo mejor de Londres	20
<b>DE NUESTROS CONSULADOS</b>	22
<b>PRIMER PLANO</b> Celebrando con el enemigo	24
<b>PANORAMA LOCAL</b> Cuidado con el fraude al comprar un carro	28
<b>PUNTO DE VISTA</b> Por qué no votar por Arpaio	32
<b>SI SE PUEDE</b> Adios al café!	36
<b>GENTE EN CONTACTO TOTAL</b>	38
<b>¡PARE OREJA Y APUNTE!</b>	40
<b>A CHAMBEAR</b>	42
<b>PERDIDOS Y ENCONTRADOS</b>	45

## ¿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 ayudarle!*

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

ESCUCHAR



El clima migratorio en el país está que arde. Nadie quiere ceder. Y la gran pregunta es: ¿qué puede pasar?



# DREAMERS vs MURO

## en la frontera

Las negociaciones siguen en Washington D.C. sobre el destino de DACA y el Dream Act. El presidente Trump había acordado previamente firmar cualquier acuerdo bipartidista sobre DACA; sin embargo, rechazó el acuerdo bipartidista que se le presentó al día siguiente. Eso llevó a un cierre del gobierno sobre el destino de los "Soñadores" en este país. El gobierno se reabrió temporalmente, con una nueva propuesta de ley de financiación que debe aprobarse antes del 8 de febrero de 2018 para prevenir otro cierre - aproximadamente un mes antes de la fecha límite del 5 de marzo que el presidente dio a DACA.

El presidente Trump ha publicado su plan de inmigración de lo que aceptará el de un compromiso. Entonces, ¿qué quiere Trump a cambio de Dream Act y la legalización de potencialmente 1.8 millones de jóvenes? Él quiere: el muro fronterizo, más agentes de deportación, más detención de inmigrantes, limitar la capacidad de las personas para hacer peticiones a los miembros de la familia, y más deportaciones en general. ¿Es esta una buena oferta? Muchos activistas de inmigración ya han expresado su oposición a esta propuesta. Sin embargo, quienes realmente pueden terminar con esta posibilidad de compromiso no son los activistas, el Presidente o incluso el Senado, sino la Cámara de Representantes. Los republicanos en la Cámara de Representantes son más conservadores que los Senadores y ya se han opuesto a este compromiso.



Donald Trump, Presidente Estados Unidos

En un raro momento, los republicanos y los activistas de inmigración están de acuerdo: este compromiso no es suficientemente bueno. ¿Vale la pena el sacrificio de aceptar más deportaciones y menos derechos para los inmigrantes para legalizar potencialmente 1.8 millones de personas? ¡Y eso es si actualmente aplican, no se meten en problemas y mantengan un trabajo o educación durante los próximos 10-12 años!

Con todas las cosas malas que contiene este compromiso, ¿por qué habría algún apoyo a menos que también tengamos un acuerdo de reforma migratoria más amplia? Por supuesto, si los republicanos no están dispuestos a aceptar la legalización de hasta 1.8 millones de personas, no hay esperanzas de que acepten la legalización de aún más personas.

Chuck Schumer, Líder Demócrata

Si esto es todo lo que podemos obtener por el momento, la pregunta es: ¿no tener un acuerdo será mejor que aceptar esta pesadilla?



Mitch McConnell, Líder Republicano





# Super Especiales

Extracciones de muelas del juicio \$150



Limpieza profunda \$450

Rellenos naturales \$100 - \$130

Implantes (las 3 unidades) \$2,600

Gratiss

Examen, consulta y todas las radiografías.



¡Los Esperamos!

\* PRESENTE LA REVISTA CON ESTE ANUNCIO PARA OBTENER LOS ESPECIALES

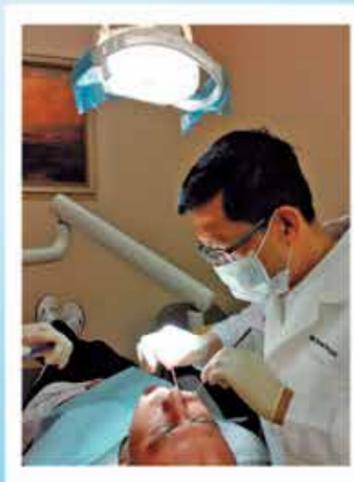
**AZ DENTAL**  
FAMILY DENTISTRY & COSMETIC

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**



Si no sabes cómo hacerlo  
ven y nosotros te asesoramos con todos los trámites necesarios  
PARA ESTAR AL DÍA CON TUS IMPUESTOS



VERDADERA ASESORIA EN IMPUESTOS  
**623 245 2424**

OFICINAS EN TODO EL VALLE DE PHOENIX  
AL SERVICIO DE LA COMUNIDAD HISPANA

WEST PHOENIX  
OFICINA PRINCIPAL  
5820 W. Thomas Rd.  
Phoenix, AZ 85031  
623 245 2424

MESA 1  
444 W. Main St. Suite 3  
Mesa, AZ 85201  
480 464 0101

MESA 2  
1116 S Stapley Rd.  
Suite 105  
Mesa, AZ 85205  
480 464 1414

NORTH EAST DE PHOENIX  
2819 N. 24TH St.  
Phoenix, AZ 85008  
602 224 0111

SOUTH  
925 W Southern Ave.  
Suite 122  
Phoenix, AZ 85041  
602 305 9700

EAST DE PHOENIX  
1811 N. 24TH St.  
Suite H  
Phoenix, AZ 85008  
602 275 8989

WEST  
3223 W Indian School,  
Suite 104  
Mesa, AZ 85205  
602 274 2525

GLENDALE  
6742 W Camelback Rd.  
Glendale, AZ 85033  
623 873 3838

OFICINA NUEVA  
3445 W Glendale Ave.  
Suite 8  
Glendale, AZ 85051  
602 249 7777

Buena Vida

ESCUCHAR



# La quínoa

## Motivos para consumir este alimento con poderosas propiedades

Este es un cereal que en los últimos tiempos ha tomado mucha relevancia gracias a sus beneficios nutricionales. Por ello, es importante que conozcas qué es y cuáles son sus propiedades.



Por  
**DR. PATRICK  
A. MALONEY**  
Director  
Clínico de  
Maloney  
Chiropractic  
Clinic

### Propiedades de la quínoa

La quínoa es un alimento que, por su contenido en ácidos grasos insaturados, puede ayudarte a reducir el colesterol y triglicéridos en la sangre.

Por otra parte, la fibra que posee también te ayuda a reducir la absorción de grasas y azúcares de los alimentos que consumes; esto ayuda a disminuir aún más el colesterol y los triglicéridos.

Asimismo, esta fibra es beneficiosa para tratar el estreñimiento. De igual modo, minerales como el zinc, el selenio, el manganeso y vitaminas como la E y la A, aportan beneficios antioxidantes que evita la acción nociva de los radicales libres. La vitamina E presente en la quínoa ayuda a la salud cardiovascular.

Esta acción antioxidante te ayuda a reducir tanto la aparición de enfermedades degenerativas, como la aparición prematura de arrugas en la piel.

Por último, la quínoa es un alimento con un alto contenido en hierro y proteínas, por lo tanto, es muy nutritivo; apropiado para dietas desequilibradas y disarmónicas.

La quínoa es un alimento con grandes nutrientes, que puede tratar diferentes problemas de salud, y además favorecerla. Recuerda que, la alimentación debe ser variada, armónica y completa.



### Tip general para preparar quínoa cocida:

Lavar bien la quínoa bajo el chorro del agua varias veces (durante unos dos minutos), para que así desaparezca una sustancia que está presente en su cubierta: la saponina, la cual es tóxica para el organismo.

Ya bien lavada la quínoa, ahora sí a cocerla.

Verter la quínoa lavada y escurrida en una olla con abundante agua hirviendo. Puedes calcular dos partes de agua por una de quínoa. Se cocina como el arroz.

Hay que tener cuidado de no cocerla demasiado, ya que se queda pastosa. Normalmente tarda de 15 a 20 minutos. Para asegurarse que se vaya cocinando bien, lo mejor que puede hacer es ir probando.

13530 W Van Buren St. | Ste A-104  
Goodyear - AZ, 85338  
Abierto desde las 6 a.m. hasta las 9 p.m.  
623-925-1061

Angel's Diner

RESTAURANTE FAMILIAR  
PLATILLOS MEXICANOS Y AMERICANOS

15% DESCUENTO EN LA CUENTA  
PRESENTANDO ESTE AVISO

**GARANTIA 30 DÍAS**

**FRANCO'S APPLIANCES**  
VENTA DE ELECTRODOMÉSTICOS USADOS

Refrigeradores DESDE <b>\$100</b>	Estufas DESDE <b>\$60</b>	Secadoras DESDE <b>\$60</b>
---	---------------------------------	-----------------------------------

Nuestros precios están 60, 70 y 80% por debajo de todas las tiendas

11701 N 91st. Ave. Peoria, AZ 85345. Teléfono 623-414-6940

• TRANSPORTE, ENTREGA E INSTALACIÓN DISPONIBLES •

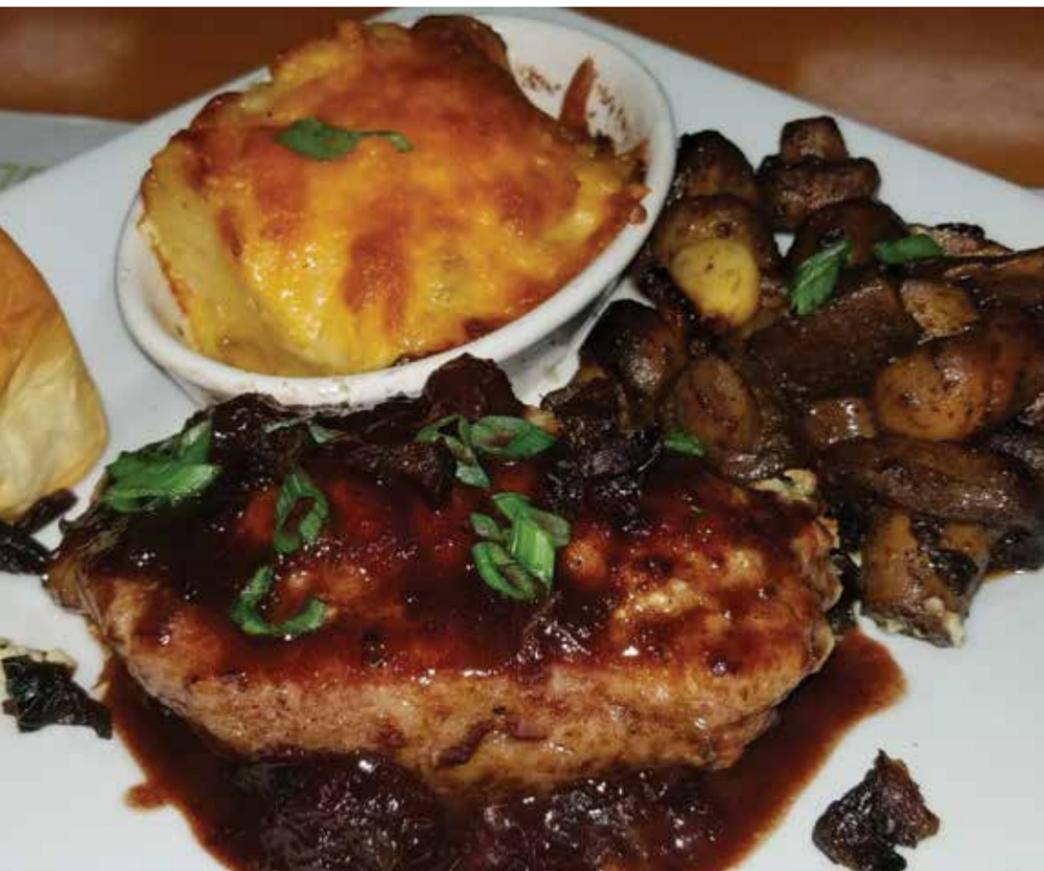
# “Para Chuparse los Dedos”

Por **NOE SANJUAN MEDINA**.- Chef La Merced Mexican Kitchen

ESCUCHAR 

## ¿Sabe el origen del día de San Valentín?

Conozca por qué se celebra el 14 de febrero. Además una excelente idea para deslumbrar a tu pareja con una deliciosa cena.



chuleta de puerco rellena

Cada 14 de febrero se celebra en varios países del mundo con gran entusiasmo y alegría el día de San Valentín. Una fecha muy especial para muchos donde se resalta la importancia de la amistad, el compañerismo y sobre todo el amor.

**Esta fecha ha adoptando distintos nombres:** Día de San Valentín, día de los enamorados o día del amor y la amistad. Pero ¿cuál es el origen de esta celebración tan particular?

Esta festividad, asimilada por la iglesia católica, se remonta al siglo 111 en Roma donde un sacerdote llamado San Valentín se opuso a la orden del emperador Claudio 11, quien decidió prohibir la celebración de matrimonios para jóvenes considerando que los solteros sin familia eran mejores soldados, ya que tenían menos ataduras y vínculos sentimentales. Valentín comenzó a celebrar en secreto matrimonios para jóvenes enamorados. Desde ese momento se popularizó que San Valentín fuera el patrón de los enamorados. Al enterarse, Claudio 11 sentenció a muerte

a San Valentín el 14 de febrero del año 270, alegando desobediencia y rebeldía. Por este motivo se conmemora todos los años el Día De San Valentín, una oportunidad para demostrarle cariño a sus seres queridos, familiares, amigos y a su pareja sentimental.

**¿Cómo puede sorprender a su ser querido?** Con un regalo, chocolates, una película romántica, flores, una cena romántica a la luz de las velas y una botella de vino, decorando con flores rojas la mesa o pétalos de rosas en forma de corazón. Hacer algo muy especial para esta ocasión.

**Una buena idea es hacer una deliciosa cena. Hoy te voy a recomendar dos platillos:**

**1. Chuleta de puerco rellena** con dos tipos de queso (mozzarella rallado y queso crema), ciruelas pasas y bañada con una salsa de Merlot y ciruelas pasas (foto pld1- poner el pie de foto: chuleta de puerco rellena)

**2. Doble pechuga de pollo al horno** bañada con una salsa de manzana y vino blanco reducida a fuego lento. Se acompaña con panecillos. (foto pld 2-poner el pie de foto: Doble pechuga de pollo al horno)

Las dos cenas van acompañadas de papas gratinadas y hongos de lujo (Portobello, bottom y cremini). Además, una botella de vino blanco espumoso, o si prefiere, rojo o rosado, son el complemento ideal para cualquiera de las dos opciones.

Como postre recomendamos el “Vulcano Cake”. Irresistible en toda su palabra porque tiene la forma de pastel por fuera pero por dentro está relleno de chocolate caliente, como si fuera lava dentro de un volcán. Para hacerlo aún más especial le agregamos una bola de helado de vainilla, crema chantillí. (foto pld 3-poner el pie de foto: Vulcano cake)

A su ser amado nunca se le olvidará esta ocasión especial.

¡Feliz día del amor y la amistad!

**El Restaurante La Merced estará sirviendo estas exquisitas cenas el día 14 de febrero para que sorprendas a tu ser querido. Información y reservas 480-615-5820.**



Doble pechuga de pollo al horno





*¡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, 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



ALAMBRES



CHILAQUILES



ENCHILADAS



MOLE



DELICIOSOS POSTRES



REFRESCANTES BEBIDAS



COCHINITA PIBIL



# Andrés Ache

## Con los pies bien puestos en la tierra

Es actor, productor y modelo que vino desde México hasta Los Ángeles, no solo a continuar y crecer en su carrera actoral sino también a demostrar que los latinos, y en especial los mexicanos, son gente de bien, de trabajo. Entrevista EXCLUSIVA con Contacto Total, la revista que habla.

**Contacto Total: ¿Quién es Andrés Ache? ¿Qué le gusta hacer aparte de actuar?**

**Andrés Ache:** Nací en Querétaro y soy el menor de tres hermanos hombres y provengo de una familia muy unida y estable, con valores muy arraigados por parte de mis padres. Por lo tanto le doy mucha importancia a las relaciones familiares y de amistad. Trato de mantenerme siempre cerca de mis raíces; eso me hace estar arraigado y con los pies firmes sobre la tierra. Soy una persona muy apasionada y entregada en todo lo que hago. Me gusta mucho estar activo en todos los aspectos y tener una vida saludable, disfruto mucho de correr en la naturaleza, escalar y uno de mis pasatiempos favoritos, o quizá mi predilecto, es ir al cine a ver toda clase de películas y producciones diversas.



**CT: ¿Cuál es su papel en La Segunda Dama y que es lo que más destaca de esa actuación?**

**AA:** Interpreto al gerente de un bar en España, donde se desarrolla uno de los conflictos de los personajes principales. Mi personaje es manager de una cantante que se presenta en el bar donde trabajo y quiero hacerla pasar por una cantante famosa en México, que por un secreto dentro de la historia, tiene que desaparecer y yo trato de sustituirla por medio de ella.

**CT: Hollywood, Los Ángeles, ¿qué representan en su vida?**

**AA:** La raíz que terminó de despertar en mí y lograr la total convicción de que la actuación es mi pasión. Aquí se preparan muchos actores de todas partes del mundo para lograr un lugar dentro de la industria, lo cual hace que a pesar de la competitividad, se tenga una gran disciplina, respeto y pasión por la carrera. En Los Ángeles encontré le escuela indicada, donde creyeron

en mí para desarrollar mi talento y graduarme como actor, la cual es Stella Adler Academy. Los Ángeles marcó mi desarrollo artístico y actoral, definitivamente.

**CT: Llegar hasta donde está le ha representado muchos sacrificios: Dejar su carrera como asesor financiero en México, separarse de sus seres queridos y adaptarse a un nuevo estilo de vida sin lujos y comodidades. En este momento, ¿cuáles son los mayores retos y obstáculos para continuar con sus objetivos?**

**AA:** Seguir demostrando que los latinos, y en especial los mexicanos, somos gente de bien, de trabajo. Que tenemos el talento y las ganas suficientes para enfrentar lo que queramos. En lo personal vencer las barreras y etiquetas y demostrar que el arte, en especial la actuación es un lenguaje universal por medio del cual podemos contar historias universales.

**CT: ¿Hasta dónde quiere llegar? ¿Cuál es el mayor sueño en su carrera?**

**EO:** Quiero desarrollar por siempre esta pasión y vocación, mi máximo sueño es vivir toda mi vida de esto. Contar historias por medio de mis personajes, donde

toque el alma y el corazón de muchas personas que se identifiquen con una sonrisa o una lágrima que les pueda sacar, a través de mis interpretaciones.

**CT: En un lugar a donde llega tanto talento en busca de un mismo sueño, cómo se sobrevive y qué mensaje le envía a los jóvenes que algún día quieren estar allá?**

**AA:** Jamás perder su esencia y personalidad ya que es lo que te hace único y diferente entre los demás. Siempre prepararse mucho, la disciplina y el trabajo fuerte, es lo que te hace destacar en este oficio y principalmente en una ciudad como esta.

**CT: ¿Qué proyectos vienen en camino para este 2018?**

**AA:** Una película, opera prima del director Manuel F. Paz Ochoa, de la cual no puedo revelar aún muchos detalles pero es un guión magnífico y conmovedor. El guión ya ha recibido premios importantes como Semi-finalista en Orlando Film festival, Global Screenplay Challenge en Oaxaca Film Festival 2016, Nominated Best Drama and Best Original concept in Oaxaca Film Festival 2016 Official Selection Vancouver Lift-Off Film Festival 2016 y una película con 1inMM y más sorpresas.



Fotografía: Shandrewpr.com

@LaTienditaCafe | latientitacafe | latientitacolombianrestaurant

**La Tiendita**  
Colombian Restaurant

Comida y productos 100% colombianos

**480-898-5546**

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



**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



# LONDRES



London Bridge

**¡Bella, misteriosa, exótica y siempre espectacular!**

Acostumbrada al desierto y calor de Arizona, María Ossa, quiso tener unas vacaciones del otro mundo y se fue para Londres. Acompañada por su hijo Jaime y varios amigos de él, recorrieron, durante seis días, todos los rincones de esta legendaria capital y hoy comparte con los lectores de Contacto Total, la revista que habla, todo lo que sus ojos pudieron ver. ¡Un recuerdo para la eternidad!

**Torre de Londres (Tower of London)** En este lugar hay un museo y allí parte de la historia de la reina y su coronación. Me gusto mucho. Es un sitio muy visitado y muy limpio. Tiene restaurantes y diferentes tiendas. Cuando subimos a la parte más alta pudimos divisar toda la ciudad. Al salir pudimos comer un rico Oyster Ice Cream Sandwich.



**London Bridge** Estar aquí es como hacer que un sueño se haga realidad. Es imponente y majestuoso. Es muy turístico, se ve mucha gente



**La Rueda (London Eye)** Una de las más altas. Se llama London Eye. Es espectacular.



**El palacio de Buckingham** Con toda su tradición y belleza es impactante de principio a fin. Nos acompañó un poco de lluvia pero disfrutamos de un arco iris espectacular.



**Metro cable** Un lindo paseo para cruzar sobre lindos y multicolores ríos. Es muy cómodo por dentro. La verdad vale la pena disfrutar de este paseo.



**Medios de transporte** Hay opciones para todos. Me encantó la diversidad. El River taxi. Los buses son de dos pisos. Hay muchos taxis y carros antiguos.



**Comida** Una de las comidas favoritas es el pescado frito con papas fritas. Existen algunos restaurantes chinos con platillos muy exóticos. Hasta encontramos un restaurante colombiano "Leños y carbón" En todos muy buena la comida.



## DE NUESTROS CONSULADOS



Consulado de El Salvador



Consulado de Colombia

### Colombiano, tenga en cuenta el calendario para las elecciones este 2018

El Ministerio de Relaciones Exteriores de Colombia recuerda las fechas de votación para el 2018:

#### Marzo

**5 al 11:** Período de votación en el exterior (por una semana).

**11:** Elección Congreso de la República en Colombia.

**27:** Cierre de inscripción de cédulas para votar en las elecciones de Presidente y Vicepresidente de la República.

#### Mayo

**21 al 27:** Elección de Presidente y Vicepresidente en Colombia y en el exterior.

#### Junio

**17:** Dependiendo de los resultados, segunda vuelta para la elección de Presidente y Vicepresidente.

Para mayor información ingrese a la página de la Registraduría General de la Nación [www.registraduria.gov.co](http://www.registraduria.gov.co)



Consulado de Guatemala

### Sábado Consular

## DE NUESTROS CONSULADOS



Consulado de México

### jornada sabatina 10 de feb

## PUGA MASONRY & TILE

### ¡Las mejores opciones!

- TODO TIPO DE PISOS
- PAVERS EN CONCRETO O TRAVERTINO
- TODO EN REMODELACIÓN INTERIOR Y EXTERIOR
- COCINAS ➤ BAÑOS ➤ CHIMENEAS ➤ DRIVE WAYS

602 882 9225



Usted puede tener SU PROPIO PARAISO EN CASA ¡a precio razonable!

# CELEBRANDO CON EL ENEMIGO

## Perfil del abusador

Así es el perfil del abusador, inicia siendo el príncipe de tus sueños y termina siendo tu peor enemigo, tu peor pesadilla.

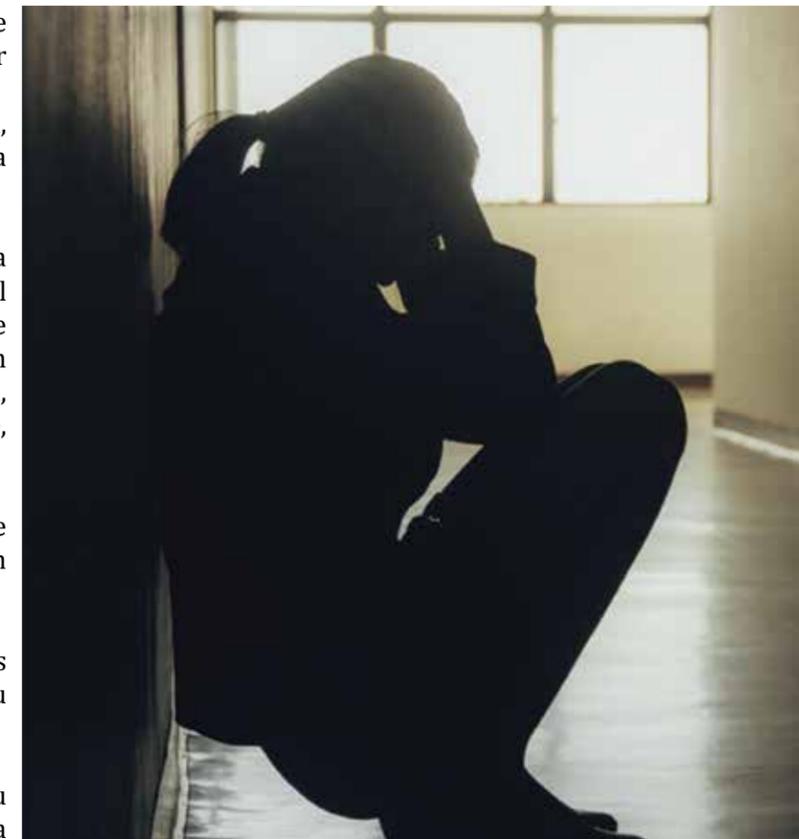
El abuso extremo puede ser psicológico, emocional, verbal, físico y sexual. Cualquiera de ellos termina creando un trauma para la víctima.

Con amenazas de hacer reporte a la policía, de llamar a inmigración, de quitarte a tus hijos convirtiéndose en el ser más temeroso de tu vida. Tu peor enemigo el que te demostraba ser aquella persona que te apoyaría en todo momento, el que estaría a tu lado hasta el final, se convierte en tu sobra acosándote, intimidándote, poniendo miedo y destrucción a tu auto estima.

La persona que te conoció siendo tú hermosa, llena de alegría, esperanza y sueños, ahora te ha convertido en una persona insegura y con miedos.

La persona que te dijo que juntos lograrían grandes metas y negocios terminó robándote lo más preciado tu identidad.

Si estás pasando por alguna situación de abuso por tu pareja, ¡háblanos! Estamos para ayudarte, no estás sola ni solo, el apoyo es necesario para poder recuperar lo que un día te robaron: tu identidad y tu propio amor. ¡CUÍDATE, PROTÉGETE... NO HAY EXCUSAS PARA LA VIOLENCIA DOMESTICA!



Por **BLANCA CORNEJO**  
BSW- Trabajadora Social  
blanca.cornejo@jfcsaz.org

**En la mayoría de los casos, al principio todo es color de rosa como en un cuento de hadas pero con el paso del tiempo todo se convierte en una historia de terror.**

**E**l noviazgo es una etapa hermosa donde las palabras, detalles y dulzura llenan toda una relación de seguridad y amor. Todo inicia cuando una persona para conquistarte te llena de halagos, de detalles hermosos, de tiempo de calidad, de palabras que siempre quisiste escuchar.

Pero al pasar el tiempo, la relación con la persona a la que le das tu cariño y amor se convierte en una pesadilla. Esa persona que te juró amarte y respetarte se convierte en tu peor enemigo. Inicia controlando con quien hablas, qué vistes, qué comes y termina con amenazas, golpes y en muchos casos, hasta en la muerte.



**Shelter With Out Walls**  
**Refugio Sin Paredes**  
**602-534-3087**  
**blanca.cornejo@jfcsaz.org**

Encuentros CREO LLC



**¡Año nuevo vida nueva!**  
Participa en nuestro pre-seminario (Gratis)  
Especial para matrimonios  
y futuros matrimonios  
**¡Llama y reserva tu lugar hoy!**  
(Cupo limitado)

¿Deseas mejorar tu vida matrimonial?  
¿Deseas un mejor futuro para tus hijos?  
¿Deseas encontrar la pareja ideal?  
Inicia este 2018 con nuestras pláticas,  
seminarios y entrenamientos.

**480-781-8496**

567 W. 10th St. Mesa, Arizona 85201

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

Horarios

Jueves y Viernes 7pm - 9pm | Sábados 12 - 2pm y 7pm-9pm



Búscanos en Facebook Encuentros CREO

## ¡ES TIEMPO DE ESTAR ALERTA!

¡Cuando se habla de deportaciones usted debe estar bien asesorado!



Si ha tenido problemas de DUI, violencia doméstica o casos de drogas usted está en la mira de inmigración.

## ¡EL ABOGADO RAFAEL TIRADO LE VA A AYUDAR!

- \* Citas gratis para quienes tienen familiares arrestados
- \* Plan de pagos
- \* Precios competitivos

También las oficinas legales de Rafael Tirado y Asociados van a pelear eficientemente en sus casos criminales.

**RAFAEL TIRADO & ASSOCIATES**  
INMIGRACIÓN • ACCIDENTES  
CASOS CRIMINALES

**602-266-0292**

3101 N. Central Avenue, Suite 800. Phoenix, AZ 85012 | [www.tiradolaw.com](http://www.tiradolaw.com)

24 HORAS AL DÍA /  
7 DÍAS A LA SEMANA  
**ATENCIÓN  
PERSONALIZADA**



**¡USTED NO ESTA SOLO, RAFAEL TIRADO LE RESUELVE SUS PROBLEMAS LEGALES!**  
INMIGRACIÓN | DEFENSA CRIMINAL | ACCIDENTES



## 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



**¡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](mailto:abcontinental@gmail.com)

# ¡Tenga cuidado con el fraude!

**ADOT Sigue advirtiéndolo: Si va a comprar un carro, asegúrese de seguir estos pasos:**



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

## Verifique la información del vendedor

1. El comprador debería pedirle al vendedor que le muestre su identificación con foto y la documentación del vehículo. Un vendedor legítimo no tendrá problema en proporcionarle su identificación. Es importante verificar que el propietario de ese vehículo es quien está vendiéndolo, si tuviera un problema con el vehículo o no puede transferir el título por alguna razón usted debe saber a quién reclamarle o cómo recuperar su dinero.

2. Verifique que al reverso del título se encuentra la firma del vendedor y la firma y sello del notario público. Si el título tiene más de un propietario eso estará indicado en la parte de enfrente del título bajo "legal status". Si está escrito "AND" o "AND/OR" significa que es necesario tener la firma de TODOS los propietarios para poder transferirse ese título. Si tiene la palabra "OR" entonces solamente uno de los propietarios deberá firmar.

## Verifique la información del vehículo

1. Verifique que el número de identificación del vehículo (VIN por sus siglas en inglés) que se encuentra en el tablero (cerca del parabrisas) coincide con el VIN de la etiqueta o calcomanía que se encuentra al lado de la puerta del conductor. Si son diferentes, existe la posibilidad de que ese vehículo sea robado o tenga partes de otro vehículo.
2. Examine el título; éste no debe estar alterado.
3. Verifique que la descripción del vehículo en el título coincide con el vehículo actual. (VIN, marca, modelo, etc.).

## Verifique la información del odómetro o cuenta millas

1. Revise cuántas millas tiene registrado el odómetro del vehículo. Lea cuántas millas están reportadas en el reverso del título.

Nota: Un vehículo se conduce en promedio 15,000 millas al año. Si el vehículo indica muchas millas menos del uso normal de 15,000 millas por año pudiera ser que ese odómetro fue alterado. Una de las razones por la que los delincuentes alteran un odómetro es porque quieren vender el vehículo mucho más caro del valor actual del vehículo. **ES UN DELITO ALTERAR UN ODÓMETRO.**

**Revise si el título tiene el nombre de un prestamista o lienholder (Esa información la encuentra en la parte de abajo del título)**

1. Si en el espacio del "lienholder" tiene algún nombre escrito entonces el vendedor debe tener un recibo notariado/notariado indicando que la deuda quedó saldada. El recibo debe coincidir con toda la información del vehículo.

## Inspeccione el vehículo

1. Además de inspeccionar el vehículo de manera visual es muy recomendable que lo revise un mecánico de su confianza.

Si después de revisar todos los puntos anteriores decide comprar el vehículo, se recomienda que junto con el vendedor vaya a una oficina de MVD o Proveedor Independiente Autorizado para hacer la transferencia del título; de esa manera, si se presenta alguna situación inesperada con la documentación no perderá su dinero.

## Otros puntos muy importantes son:

- Con el VIN del vehículo usted puede revisar su historial ingresando en: <https://www.azdot.gov/motor-vehicles/VehicleServices/BuyingSellingYourVehicle>

- Tenga cuidado de no comprar un vehículo que estuvo en una inundación. Los estados de Texas y California desafortunadamente han sufrido inundaciones y pudiera ser que vehículos de esos lugares lleguen a nuestro estado para estar a la venta. Para asegurarse que ese vehículo no estuvo inundado, revise los cinturones de seguridad, al estirar el cinturón pudiera tener lodo seco; también busque un olor a humedad en la alfombra o asientos, un mecánico puede revisar la parte de abajo del vehículo y fijarse si no tiene partes oxidadas.

- Nunca pague por un vehículo si es que NO le entregan el título. No haga caso cuando le digan que se lo enviarán por correo, es muy probable que nunca lo reciba y no podrá transferir el vehículo a su nombre.

- Y por último, recuerde que como comprador usted tiene todo el derecho de hacer TODAS las preguntas referentes al vehículo, y el vendedor debería responderlas.

Si tiene más preguntas sobre este tema comuníquese conmigo al 602-712-8989.

# 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

## Cerrajería Garza ya abrió La casita de las llaves



3520 W. Coronado Rd. - Phoenix, AZ 85009

35 Avenida, dos calles al norte de McDowell.

602-633-2075

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, ENTRETÉNASE 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.az1190am.com

A TRAVÉS DE INTERNET  
**+tunein** Rad.io  
www.contactototalradio.com

Siganos

**f**  
Contacto total radio  
Medios Hispanos

¡Nuestros patrocinadores ratifican sus excelentes resultados!

**ANÚNCIESE 602-751-2106**



**LOS MÁS RICOS Y  
DELICIOSOS DE TODO  
ARIZONA**  
AHORA EN TRES LOCALIDADES



Dysart y Van Buren  
350 N. Dysart suite 201  
Goodyear, AZ 85338  
623-925-8200

Calle 32 y Mc Dowell  
3275 E. McDowell Rd  
Phoenix, AZ 85008  
602-464-9686

Avenida 75 y McDowell  
1820 N. 75th Ave Suite 108  
Phoenix, AZ 85035  
623-235-6900

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**



Y DISFRUTA DE FABULOSOS BENEFICIOS

- Obtienes tu tarjeta de Suscriptor
- Recibes nuestra revista en tu casa
- Descuentos adicionales con nuestros anunciantes
- Tarifas especiales para anunciarte en la revista
- Concursos y premios exclusivos para suscriptores

\* SOLO PAGAS GASTOS DE ENVIO  
\* Por 24 ediciones de la revista



**SUSCRÍBETE** En nuestra web [www.revistacontactototal.com](http://www.revistacontactototal.com)  
Llamando al 602-751-2106 o enviando el formato que aparece aquí.  
Recibirás tu tarjeta como socio del Club de Suscriptores de CONTACTO TOTAL, LA REVISTA QUE HABLA.

ENVÍA SÓLO \$ 49.00 A MEDIOS HISPANOS LLC.  
PO BOX 2576 - GILBERT, AZ 85299  
FORMAS DE PAGO: CHEQUE  MONEY ORDER

DATE / FECHA

NOMBRE Y APELLIDO DEL SUSCRIPTOR \_\_\_\_\_

DIRECCIÓN EN LA QUE QUIERE RECIBIR LA REVISTA \_\_\_\_\_ CIUDAD \_\_\_\_\_ CÓDIGO POSTAL \_\_\_\_\_

TELÉFONO \_\_\_\_\_ E-MAIL \_\_\_\_\_

POR FAVOR ESCRIBE EL CHEQUE O EL MONEY ORDER A NOMBRE DE MEDIOS HISPANOS LLC.



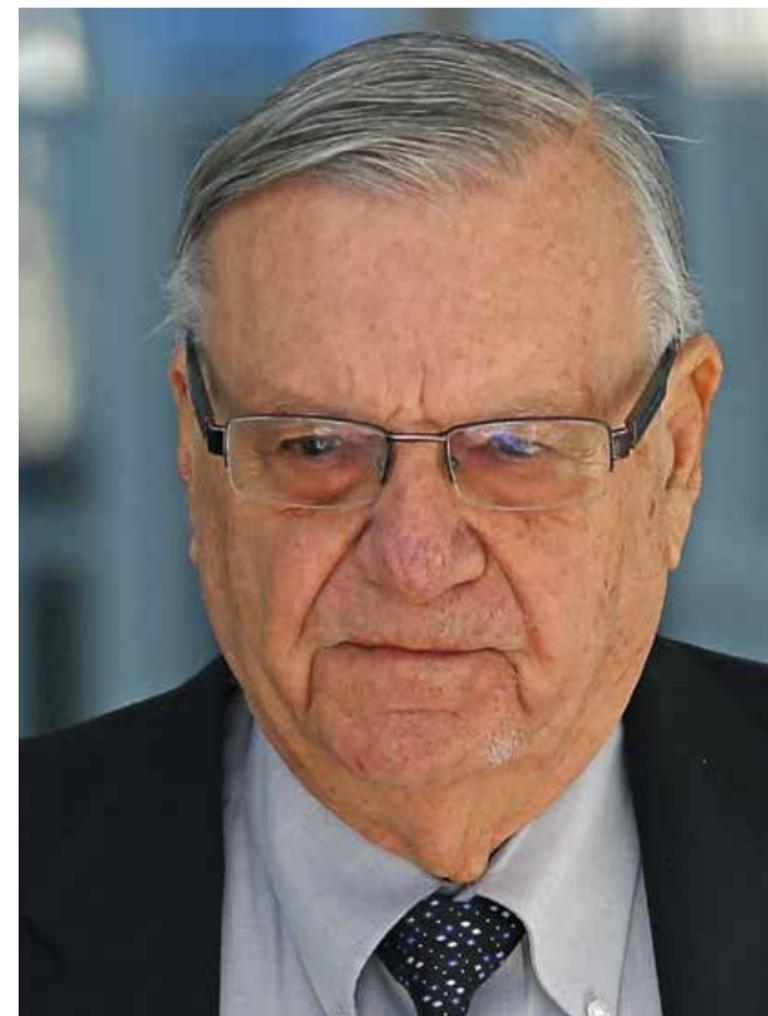
ESCUCHAR

# Arpaio sería un voto más a nuestra deportación

No podemos menospreciar la candidatura de Joe Arpaio al senado de los Estados Unidos. Ya lo hicimos con Donald Trump y no podemos cometer el mismo error. Si puede votar como republicano vote en contra. Si es demócrata con más razón. Si es independiente no se confíe. Las elecciones no resuelven nuestros problemas si no defendemos nuestros intereses como familia, como organización, como pueblo organizado.

### 5 razones por las que Arpaio no debe ser elegido:

1. Arpaio es un criminal convicto. El perdón no quita el crimen.
2. Arpaio nos ha costado más de doscientos millones de dólares en gastos públicos.
3. Arpaio fue perdonado por Donald Trump, al ir al congreso sería un voto más contra los migrantes.
4. Su agenda sería una agenda supremacista blanca.
5. Nos costaría millones de dólares a los contribuyentes y recortará los servicios de salud y bienestar social.



# AUTO TITLE LOANS

LA FORMA INTELIGENTE DE HACER UN PRÉSTAMO SOBRE EL TÍTULO 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



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.



**DIR**

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



**¡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

www.simonshotdogs.net  Simon's Hot Dogs  simonshotdogs



**Garage Doors, LLC.**  
VENTAS, SERVICIO Y REPARACIONES.

- 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**



SERVICIO **24/7** SOLO EMERGENCIAS

ACEPTAMOS LA MAYORÍA DE LAS TARJETAS DE CREDITO



Amamos el café, lo adoramos, el que más nos gusta es el expreso, esa clase realmente fuerte, oscuro y potente que estimula incluso más que las anfetaminas. La comparación con una droga ilegal es adecuada por que la trimetilxantina (cafeína) también es adictiva y su abuso provoca dolores de cabeza, insomnio, nerviosismo y ansiedad. Al igual que las anfetaminas, el café te produce un "subidón" y la ilusión de la energía. Pero pocas horas después caes en la necesidad de otra dosis que te permita resistir. Por lo tanto, aunque ocasionalmente bebamos café, procuremos no convertirlo en un hábito cotidiano y empecemos por reemplazar nuestras rutinas alimenticias.



Por **SERGIO PÉREZ**  
PSICOTERAPEUTA  
Director y fundador de la  
Organización Despertando en Amor

WWW.PARAVIVIRMEJORCONSERGIO.COM  
WWW.DESPERTANDOENAMOR.ORG



### Los jugos que revitalizan

La ingestión de jugos crudos representa un excelente y rápido régimen de desintoxicación además sirve para recuperar las vitaminas, los minerales y los micro-elementos perdidos, para la prevención de las enfermedades degenerativas y la energización, la regeneración y rejuvenecimiento del cuerpo. Esta es la dieta de la buena vida te proporcionará cuanto necesitas para continuar en el buen camino y es, además un estilo alimenticio que satisface los sentidos y nutre el cuerpo de modo que funciona constantemente con el máximo de eficiencia.

Aquí les presentamos algunos de los jugos y combinaciones que te pueden llevar a vivir mejor.

#### Alfalfa padre de todos los jugos.

Para la salud del pelo, nada mejor que un jugo de germinado de alfalfa y zanahoria.  
- 4 a 5 zanahorias  
- 1 taza de germinado de alfalfa.  
Extrae el jugo al modo habitual, agrégale perejil picado y bébelo.

**¡Sí se Puede!** 

# Adiós al café

## Bienvenidos los hábitos para una buena salud

#### Amigo verde

3 manzanas enteras 2 a 3 hojas de diente de león o un par de hojas de col o remolacha  
Unas hojitas de menta

#### Anti-tensión

- 1 manzana verde grande, entera  
- 8 a 10 hojas de lechuga  
- 2 tallos de apio  
Extrae el jugo como de costumbre y bébelo antes de acostarte, o cuando te sientas especialmente tenso.

#### Buenos días, energía

- 1 manzana  
- 1 tallo de apio.  
- 2 zanahorias  
- Leche de soya al gusto.

#### Chirivía

También conocida como zanahoria anémica, es célebre por su capacidad para fortalecer el pelo, la piel y las uñas, puede proteger contra la caída del cabello.  
- 2 chirivías  
- 1 remolacha  
- 3 zanahorias

#### Clorofila plus

Este jugo ofrece grandes beneficios al sistema digestivo.  
- 1 puñado de hojas de diente de león  
- 1 manzana entera  
- 1 manojo de perejil  
- 1 racimo pequeño de uvas  
- 1 manojito de espinacas.

#### Delicia de remolacha.

Profundamente poderoso, te dará aguante energético para todo el día.  
- ½ remolacha entera  
- 1 tallo de apio (con sus hojas si es posible) 3cm. de pepino  
- 2 zanahorias  
- 1 manzana

#### Diablo rojo

Esta receta es un verdadero tónico para la sangre y una gran fuente de vitaminas A, B, C y D, beta-caroteno, vitaminas K y E, así como calcio, hierro, potasio, magnesio, manganeso, azufre, yodo y cobre. También es útil para curar infecciones del tracto urinario y estómagos irritados.  
- 3 zanahorias  
- 1 remolacha  
- 3 tallos de apio  
Pasa primero por el extractor las zanahorias y el apio, agrega después la remolacha.

#### Viagra natural.

- 1 manojo de espinacas chico  
- 1 taza de nopal  
- 3 tallos de apio  
- 8 hojas de chaya o extracto  
- 6 ramitas de perejil  
- 1 cebolla cambray chica  
Se licua y se toma como agua de uso. (Solo si es delgado agregue piña y miel)

Nota: Como respuesta a la desintoxicación que se está llevando dentro de su organismo puede presentar síntomas como hinchazón, diarrea, dolores de cabeza, cambio de humor, cansancio y aburrimiento, catarro o sudor y no deberá alarmarse.

Amigos, si acostumbramos introducir en nuestra dieta diaria, las frutas y verduras, mejorará nuestra vida en todos los aspectos (físico, mental y espiritual). ¡Inténtelo y verá los excelentes resultados. Nos vemos hasta la próxima y ¡que las bendiciones sean!

#### Las buenas maneras en la mesa.

Solemos pensar que comer y beber son actividades correlacionadas. En general lo hacemos simultáneamente a la hora de las comidas, sin preocuparnos, remojamos el alimento masticado que desciende por nuestro esófago al tiempo que nos llevamos el siguiente bocado a la boca. Comemos con demasiada velocidad, nos llenamos la boca con comida y la hacemos pasar con generosos sorbos de alguna bebida. Aunque sabemos que esta manera de comer es incorrecta y probablemente obstaculiza la digestión no hacemos nada por modificarla. Y cuando sufrimos de indigestión nos quejamos de lo mal que estaban los alimentos en lugar de criticar el modo en que los comemos.

## ¡Los 40 de Lety!

Una espectacular celebración, al mejor estilo de Hollywood, organizó Camerino Pérez para su amada y querida esposa Lety con motivo de su cumpleaños.



La familia Pérez brillando con luz propia. Andrew, el jefe Camerino, Lety la cumpleañera, Diana, Brenda, acompañados por Cristian el hijo menor y sus nietos Daniel y Gabriel. ¡Qué bonita familia!

## Premio para Valeria



Fotografía: Drew Bird www.drewbirdphoto.com



Fue una velada llena de amor, sentimiento, bellos detalles y mucha amistad. Aquí Lety y su grupo de más cercanas amigas posando para los fotógrafos y camarógrafos.

La reconocida periodista Valeria Fernández se ganó el premio de periodismo American Mosaic Journalism Prize entregado por Heising-Simons Foundation. Como reconocimiento a la excelencia en su trabajo contando historias de los protagonistas de la realidad de hoy en el país, la periodista recibió cien mil dólares. Valeria se considera una persona privilegiada de ser testigo y poder transmitir toda esta realidad. ¡Muy merecido y que vengan más!

## ¡Se casó Elías Bermúdez!

El reconocido activista y empresario volvió a dar el SI y dejó la soltería después de 10 años de divorciado. "En el ocaso de mi vida no quiero morir solo" Su nueva esposa es María de Lourdes Blancas ahora Bermúdez.



¿Por qué se casó Elías Bermúdez?  
"La biblia dice que el hombre no debe estar solo. DIOS me dio 2 buenas esposas. Yo les fallé. Ahora tengo una nueva oportunidad de rehacer mi vida y amar y cuidar a la última"



En una ceremonia muy privada los novios dieron el SI. Según Elías "Después de una linda amistad de 3 años le propuse matrimonio el 25 de diciembre de 2017"



Muy feliz, Elías le dijo a los lectores de Contacto Total que es lo que más le gusta de su nueva esposa: "Primero es una persona muy espiritual. Segundo me gustó su sinceridad y el deseo de triunfar. Tercero su carácter y buen sentido del humor y porque se ríe de mis chistes tontos. Su sonrisa alumbró el lugar donde esta".

El regalo perfecto para el Día de San Valentín es una

# GORRA BLUETOOTH

Esta moderna gorra te permite escuchar tu música favorita y todo lo que quieras, o recibir y hacer llamadas con una excelente calidad de sonido.

Solo conéctala vía bluetooth a tu tablet o a tu teléfono inteligente y listo.

Por sólo...

**\$24<sup>99</sup>**

y la entrega es GRATIS\*  
\*ÁREA METROPOLITANA DE PHOENIX



Ordénalas en  
[www.tiendacontactototal.com](http://www.tiendacontactototal.com)  
o llamando al 602-751-2106

## OPORTUNIDAD DE INVERSIÓN

Se vende edificio de 400 pies cuadrados. Thomas y calle 16. Perfecto para poner cualquier negocio: Panadería, tienda de ropa, centro de distribución, restaurante, oficinas, etc. Mayor información llame al **602-688-0230**

Vendo café colombiano "Costal Café Trade". Distribuidor autorizado. Mayor información: **Olga Zapata**.  
**480-201-4189**  
Email: [olgazapata85@hotmail.com](mailto:olgazapata85@hotmail.com)

## 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



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

## GNC Bazaar

La tienda de liquidación donde encuentra todo lo que necesita para su hogar. Artículos de plomería, herramientas, puertas, electrodomésticos, luces y mucho más. Descuentos del 35% hasta el 75%. Visítenos en 3302 W. Van Buren St. Phoenix AZ. (en la plaza de la Ave 35 y Van Buren).  
**602-278-0868**



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**

**TALLER DE JOYERÍA.** Reparación de oro y plata al instante. Reparamos relojes. Baterías para relojes y para alarmas de autos. El Centro Mercado latino. 43 Ave e Indian School. **602-921-2791**

**EMBROIDERY GRAPHIC DESIGN**

Business Cards - Flyers  
Banners - Stickers - Magnets  
Car Graphics - Floor Graphics  
Windows Graphics - Wall Graphics

**602 388 2306**  
**480 371 0694**

Disenos Bordados

Mercado de los Cielos - 7537 W Thomas Rd - Store C7-C14 - Phoenix, Arizona - 85033

**SE VENDEN VITRINAS PARA NEGOCIO.** Perfectas para joyería o tienda de celulares. Tienen luces y amplio espacio para almacenamiento. **602-380-9456**

**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. Enviar texto o llamar al **602-751-2106**

**SE VENDE CÁMARA PROFESIONAL DE VÍDEO.** Marca Panasonic. Referencia AG-HVX 200 AP. Incluye tarjeta de memoria. En perfecta condición y en su caja original. Muy poco uso. Enviar texto o llamar al **602-751-2106**

## NOSOTROS IMPRIMIMOS

ARIZONA PRINTSHOP & CUTTERY

- Tarjetas Personales • Banderas Gigantes
- Tarjetas Festivas • Items Promocionales
- Imanes de Refrigerador • Tarjetas Postales
- letras en vinilo • Imanes de Auto
- Rótulos magnéticos

VENGA AQUÍ HOY POR SU GRAN CALENDARIO 2018 GRATIS!

**480.302.1064** VISA MASTERCARD DISCOVER

ARIZONAPRINTSHOP.COM 1533 N ALMA SCHOOL RD MESA AZ 85201

Raw & Unfiltered

## Gold Bee

MIEL DE ABEJA  
BEE HONEY  
PURE NATURAL

PRODUCT OF USA

AUTHORIZED DISTRIBUTOR

[S.elandariago@live.com](mailto:S.elandariago@live.com) **602-621-9419**

¿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**



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

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

**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**

**FAJAS Y JEANS COLOMBIANOS ORIGINALES.** Moldea, realiza tu figura y reduce tallas. Pregunta por el especial de la cinturilla. **480-665-8180**



**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**

**Preparadora de impuestos con experiencia mínima de 1 año.** Carta de recomendación – referencias, que pueda trabajar legalmente en el país, que tenga PTIN o lo pueda tramitar, disponibilidad de horario, bilingüe. Interesadas favor de hablar para entrevista al **602-348-6608**

**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**

**Operadores de Autobuses en Scottsdale.** Estamos buscando conductores cuidadosos, puntuales y amables. Trabajo de tiempo completo. No hay que cobrar tarifa. Es un servicio gratis. Buenas condiciones laborales, 401K y tiempo libre pagado. Se requiere CDL y experiencia con pasajeros. Interesados llamar a Jorge al 801.819.3691

**Necesito personal** o maestros albañiles que sepan hacer chimeneas, poner piedra, estaco, bardas, todo tipo de albañilería. Sueldo según experiencia. Buena aptitud y disponibilidad inmediata. También se necesitan grupos para poner pavers. Trabajo de tiempo completo. Favor de llamar al **602-882-9225**. Preguntar por Miguel Hernández.

**Fotografía y video para todas las ocasiones.** Quinceañeras, Bodas, Cumpleaños, etc. Servicio profesional y los mejores precios. **(602) 434-3210**.

**Handyman con experiencia en:** Pintura, "drywall", textura, estuco, plomería, carpintería, baldosa, acabados en concreto, pisos laminados y de madera y más. Teléfono **623-225-5140**.

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**

**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 Valle. Llame ya **(480) 297-2738**.

**Tapicería Landín.** Tapicería para carros, 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**.

Estamos contratando personal para **landscaping**. Experiencia en jardinería y/o construcción. Tiempo completo. Buen ambiente de trabajo. Everify. Aplicar enviando resume a [gothic.jobs@gothiclandscape.com](mailto:gothic.jobs@gothiclandscape.com) o llamando a **602-451-9619**.

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

**Se necesitan pintores de tiempo completo.**

Compañía de construcción local busca pintores con experiencia en rollo y spray. Mínimo con dos años de experiencia, por favor. Aplique en línea en nuestro sitio web **Pride Development and Construction, Inc** o también puede llamar a Bob al **602-999-0899**. El pago comienza en \$ 12 a \$ 20 dependiendo de la experiencia. Solamente interesados.

**Se busca persona para trabajar unas horas en las tardes** de lunes a sábado. Para cuidar a una persona mayor que está en silla de ruedas **602-433-1141**

**Compañía de limpieza busca personal** con experiencia para limpieza de cocinas de restaurantes. Comuníquese al **602-487-6758**

**Handyman. Reparaciones y construcciones.** pequeñas o grandes en casas o negocios. Tile, electricidad, plomería, drywall, carpintería, techos, etc. 30 años de experiencia. Precios módicos. Oscar **602-486- 4483**

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

**Plomería comercial y residencial.** Somos expertos. Servicio de emergencia las 24 horas. **480-389-7581**.



**SOBADORA ATENDIENDOLE**

- \* Empachos \* Matriz \* Mollera
- \* Estrés \* Anginas \* Torceduras
- \* Dolor de cuello \* Cintura
- \* Nervio Ciático \* Tendones

Llamar al **602 621 9419**

BUSQUE / OFREZCA TRABAJO Y/O SERVICIOS

**LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!**

PARA ANUNCIARSE AQUI LLAME AL 602-751-2106

Reparación profesional automotriz Elevadores eléctricos-Luces de autos, trocas y trailas-Cortos- Tableros-Amortiguadores-Bombas de agua y gasolina-Flechas-Bandas y cadenas de tiempo-Calentamientos-Alternadores-Marchas-Tune ups-Columnas quebradas. Diagnóstico por computadora.

Mantenimiento preventivo y correctivo

Problemas eléctricos y mecánicos

**RAFAEL GARCÍA. 40 AÑOS DE EXPERIENCIA. 480-469-1208**

**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**

**PACMAN Plumbing LLC**

• Gobbling up clogs since 2017 •  
PACMANPLUMBING.COM

f t g+

Residential & Commercial

**480•389•7581**

**24 HOURS EMERGENCY**

DRAIN WATER GAS

**HARTLEY STUDIO**

FOTOGRAFÍA Y VIDEO  
PARA TODA CLASE DE EVENTOS

623-216-0681 602-754-1118  
[imeldahartley@gmail.com](mailto:imeldahartley@gmail.com)

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

BUSQUE / OFREZCA TRABAJO Y/O SERVICIOS

**LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!**

PARA ANUNCIARSE AQUI LLAME AL 602-751-2106

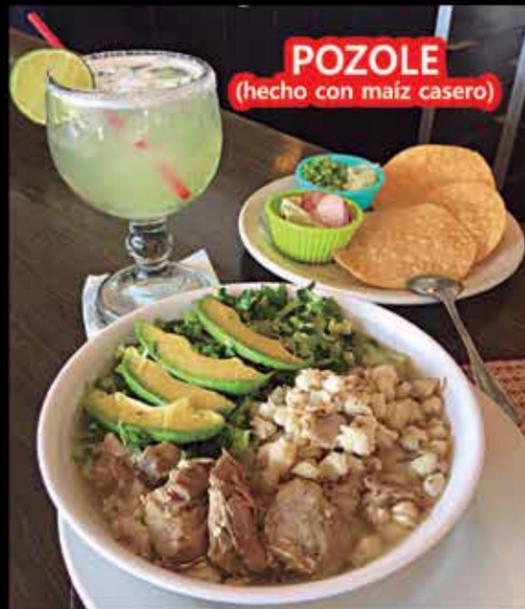
# Perdidos y Encontrados



101 E. McDowell Rd. Phoenix AZ 85004  
(McDowell y Central)  
602-253-0803

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

Comida típica de Acapulco, Guerrero, con sabor casero.



**POZOLE**  
(hecho con maíz casero)

- \* **SOPAS**  
Caldo de res  
Menudo  
Pozole
- \* **MARISCOS**  
7 mares  
Ceviche de camarón  
Campechana  
Mojarra frita
- \* **BARBACOA DE RES**



**SIETE MARES**

\* Aguas Frescas con Fruta Natural



**BEBIDAS**

\* Jugos de Frutas y Verduras Frescas



\* **DESAYUNOS:**  
Chilaquiles, Huevo con chorizo, Huevos rancheros.



**LICORES Y COCTELES**



**CEVICHE**

\* **ANTOJITOS MEXICANOS:** Tamales en hoja de plátano, Fajitas de pollo, de res y de camarón.

¡Venga y disfrute de nuestra gran variedad de platillos!

Abrimos todos los días: Lunes-Sábado 8 a.m. - 9 p.m. | Domingo 9 a.m.-7 p.m.

## PERDIDOS

### PERRO DESAPARECIDO EN SCOTTSDALE

Por favor ayúdenos a perro de mezcla terrier. Desapareció cerca de la esquina suroeste de las calles Hayden y Via Linda; cerca de los lagos. Él está usando un collar rojo. Es un perro súper pequeño, dulce y tímido que se conoce con el nombre de Sparky. De pelo gris y canela con parches de color blanco y una "barba" blanca. Comuníquese por texto o teléfono si tiene alguna información. **480-603-6977**



**Pastor Australiano Blue Merle** desapareció desde el 19 de noviembre. Tiene aproximadamente 2 años, está castrado.

### YORKIE PERDIDA POR LA 27 AVE Y UNION HILLS

Tika ha estado desaparecida desde el 18 de diciembre. No tenía el collar puesto. Es una yorkie marrón rojiza. Se ofrece recompensa si la encuentran. Ella desapareció alrededor de la avenida 27 y Union Hills. **602-488-8779**



Mi perro se perdió en el área de Maryvale / West Phoenix. Agradecería enormemente cualquier ayuda que pueda obtener para encontrarlo. **602-763-1062**

### PERRO DE LA RAZA BEAGLE

En el día de Acción de Gracias alrededor de las 10:00 am se encontró este perro por el área de Gilbert High School. Si usted es el dueño o conoce a sus dueños comuníquese al **602-689-0926**.



### PERRO ENCONTRADO

Encontré este perrito de raza Yorkie en el patio de mi casa. El perro es macho y no tiene etiquetas. Si lo reconoce, envíe texto por favor al **623-523-1716**. Espero encontrar pronto a sus dueños.



### PERRITA CHIHUAHUA ENCONTRADA

Fue encontrada el viernes 7 de julio por Stapley y University. Ella es negra con algunas marcas de bronceado y pelos grises a lo largo de su espalda. Es muy cariñosa. No tenía un collar o microchip. **480-202-7881**.

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

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

### Tarjeta EBT perdida

Se me perdió en el parque Hudson de la ciudad de Tempe el sábado 4 de noviembre en la tarde. Si la encuentra, por favor regrémela. **Llame al 480-207-9066**. Puedo decirles qué nombre aparece en la tarjeta. Gracias y que Dios los bendiga!

### Llaves perdidas en el Lago Saguario.

El domingo 20 de agosto se me perdieron las llaves de mi bote en el área de la rampa 1 de "Saguaro Lake". Si usted las encontró, le agradezco me las regrese. **602-570-3010**.

### 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

**Loro verde encontrado** por la avenida Highland y calle 16 cerca del distrito de Biltmore. Si ha perdido un loro mascota, llame para describirlo. **602-819-4753**

### PERRO PEQUEÑO ENCONTRADO

Cerca de Higley y Queen Creek. Ahora está seguro con Friends for Life. No tenía microchip ni collar.

Llámenos al **480-497-8296** si este es su perro!



# 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  
Phoenix, AZ 85015  
jherrer1@amfam.com



American Family Life Insurance Company,  
6000 American Parkway, Madison, WI 53783 008544 - Rev. 2/15 ©2015 - 7126881  
Formulario de póliza ICC13-97 UL  
Formulario de póliza L-97 UL (solamente AZ, ND, SD)



# Ahora sí... ¡A comprar carro!

## FESTIVAL DE ESPECIALES

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



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



**CAMRY 2018**  
**1.9 % de financiamiento**  
**por 72 meses**

(para clientes calificados)



**COROLLA 2018**  
**1.9 % de financiamiento**  
**por 72 meses**

(para clientes calificados)



**AVONDALE TOYOTA**  
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**



## **VALENTINAS AYUDANDO A SAN VALENTÍN EL DÍA DE LOS ENAMORADOS**

**TE OFRECE GRAN SURTIDO PARA EL AMOR Y LA AMISTAD**

- OSOS DE PELUCHE
- ANIMALES DE PELUCHE
- ROSAS ARTIFICIALES Y NATURALES
- CAJAS DECORATIVAS
- BOLSAS DECORATIVAS

New Times  
**BEST OF 2017**  
**PHOENIX**  
GHARMED CITY

Best Mexican Candy Shop

PRESENTED TO

Dulcería Importaciones  
Valentinas

- ROLLO DE PAPEL CELOFAN
- PAPEL METÁLICO
- MOÑOS
- VARIEDAD DE CHOCOLATES
- BASES DE VIDRIO
- VARIEDAD DE GLOBOS

## **TRES LOCALIDADES EN EL VALLE DEL SOL**

AVENIDA 35 Y VIRGINIA  
2540 N 35TH AVE #2  
PHOENIX, AZ 85009

**(602) 442-9487**

CALLE 24 Y MCDOWELL  
2454 E MCDOWELL RD  
PHOENIX, AZ 85008

**(602) 275-2232**

AVENIDA 43 Y CACTUS  
4322 W CACTUS RD,  
GLENDALE, AZ 85304

**(602) 595-0880**

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

