

www.revistacontactototal.com N°. 108 | FEBRERO 11 A 24 DE 2021

Publicación Quincenal Gratuita



Si tiene DACA JUÁN RAÚL FIMBRES Le consigue un préstamo FHA

Estrenoen Pantaya BARBARA MORI Es "La negociadora"

CONTRACTOR OF THE PROPERTY OF

ccómo manejar la tragedia del coronavirus?

BOTOX Y RELLENOS
¡Acabe con las arrugas!

imás pésames, que

¿Está buscando un préstamo para renovar su vivienda?

Cuente con nosotros





Juan Raul Fimbres NMLS 282378 AZLO-0913974, pertenece a la Companía Western Alliance Mortgage AZ BR0949894 - NMLS 1788135





(para clientes calificados)

(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

¡Las pruebas son contundentes!

Y de poco servirá

o más seguro es que el expresidente Donald Trump saldrá bien librado del juicio político que se realiza en el congreso de los Estados Unidos. Es decir, no se conseguirán los votos necesarios para declararlo culpable del crimen que se le acusa: incitar a la insurrección a los manifestantes convertidos en terroristas domésticos que se tomaron el capitolio el pasado 6 de enero.

La verdad es que este juicio es más un hecho político que judicial. Quienes tienen en las manos el destino y la suerte del señor Trump son los 100 senadores. Para condenarlo se necesitan 67 votos. Los demócratas son 50 y es "casi imposible" que 17 senadores republicanos se unan para hacer lo que es justo. Lo que juraron cuando asumieron el cargo de senadores: respetar la constitución y que se haga justicia.

Y precisamente hacer justicia es lo que no ocurrirá. Aquí no van a importar las pruebas y la carga procesal. Ni como decía un juez en mi pueblo "A las pruebas me remito". Casi que literalmente, la inmensa mayoría de los republicanos se "pasarán por el Arco del Triunfo" los cientos de elementos probatorios que, una y otra vez, confirman que los criminales que se tomaron el capitolio lo hicieron movidos por el discurso "incendiario" del entonces presidente.



Las pruebas son contundentes. Los videos con sus imágenes, dejan en claro que el senador Mitt Romney se salvó de milagro. Los mismos videos confirman que el entonces vicepresidente Mike Pence era un objetivo de los terroristas. Los audios en los cuales claramente se escucha decir a los asaltantes que les entreguen a Pence porque es un traidor, no tienen discusión.

Todos estos elementos probatorios confirman que lo que Trump y sus seguidores querían era dar un golpe de estado. Si, así como lo está leyendo. Un golpe de estado donde Pence era la figura central. Como el vicepresidente no quiso participar se convirtió en centro de las críticas del entonces presidente y sus "seguidores"

Las pruebas lo confirman. Pero de poco servirá porque la decisión será "exclusivamente política". Trump manda y maneja a su acomodo a muchos en el senado. Una vergüenza y una mancha que nunca se borrará en la historia de este país que tanto se ufana de ser justo y transparente, pero que con este caso confirma que tiene mucho de una "República bananera"

Oue pena!

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. Diseñador Gráfico: CARLOS AGUILAR. Diseño: IN HOUSE MH. Web Master: DIVA PRODUCTIONS. Departamento Comercial: ZULMA LINZUAIN Fotografía: Angel Mena Photography Colaboradores en esta edición: MARTHA MUÑOZ, ERICK MONROY, BLANCA ERIVES, JUÁN RAÚL FIMBRES Y MARICARMEN RAMÍREZ Producción General: SANDRA CARMONA. Distribución: RED DE DISTRIBUCIÓN MEDIOS HISPANOS, MANUEL GIL E HILARIO ISLAS Community Manager: NICOLAS GUTIÉRREZ

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:



30

www.revistacontactototal.com	LOUUIIAI
CUIDE SU SALUD Las secuelas y síntomas del coronavirus que no se quieren ir	6
STREAMING Bárbara Mori regresa a la pantalla a protagonizar "La negociadora"	8
EN LA MIRA Los beneficiarios de DACA pueden comprar casa con préstamos FHA	12
DE NUESTROS CONSULADOS	14
ACTUALIDAD LOCAL Premios Esperanza está aceptando nominaciones de maestros latinos sobre	18 salientes
EN LA JUGADA En medio de la pandemia Lo que nos dejó un Super Bowl LV histór	20 rico

PRIMER PLANO 24
¡Más pésames que felicitaciones!

PRIMER PLANO 26 El duelo. ¿Cómo manejarlo en momentos de tragedia?

DE SU BOLSILLOQué hay de nuevo este año al presentar sus impuestos

PANTALLA GRANDE
¡No espere más para empezar la fiesta
bajo el agua con Patricio y Bob Esponja!

SALUD Y BELLEZA
Juvéderm vs Botox

36

¡PARE OREJA Y APUNTE!

A CHAMBEAR 42



¡ADIÓS A LAS VERRUGAS, LOS LUNARES Y LAS VENAS VARICOSAS!

Tratamientos de belleza sin anestesia, sin dolor y sin cirugía





* Tienen los equipos más avanzados en láser médico * Lo último en la tecnología de enfriamiento aprobado por la FDA. *Tratamientos con Botox.

Variedad de tratamientos con láser:

- Reducción permanente del vello en todo tipo de piel
- Eliminación de verrugas, manchas, estrías, cicatrices, venas faciales y venas de araña.
- Reafirmación de la piel, la flacidez y la pérdida de pulgadas.

Personal con experiencia y certificado.
Servicio 100% profesional y los mejores resultados.

Consulta gratuita 602-999-7891

5827 W Indian School Rd. Phoenix, AZ 85301

ILUZCA MÁS JOVEN PARA CELEBRAR EL DÍA DE SAN VALENTÍNI

PRECIOS DE LOCURA HAPPY HOUR
2 Y 16 DE FEBRERO DE 9AM A 12PM
PRECIOS ESPECIALES EN RELLENOS CON
JUVEDERM Y BOTOX

Las secuelas y síntomas del coronavirus que no se quieren ir

Aunque inicialmente se creía que el coronavirus era una enfermedad a corto plazo, que duraba entre una y tres semanas, está claro que una cantidad representativa de pacientes experimentarán síntomas más allá de eso y algunos pacientes sufrirán problemas de salud durante más de 12 semanas. De los pacientes que fueron inicialmente hospitalizados, más del 80% informó de al menos un síntoma que persistió más allá del primer mes.

Los síntomas del coronavirus prolongado pueden variar ampliamente, como tos, fiebre baja, fatiga, dolor de pecho, dificultad para respirar, dolores de cabeza, dificultades cognitivas, dolor y debilidad muscular, malestar gastrointestinal, erupciones cutáneas, trastornos metabólicos, depresión y otras afecciones de salud mental.

En el contexto de otros trastornos y síndromes, estos síntomas parecen tener un fuerte vínculo con un desafío al sistema inmunológico. Incluso las infecciones leves y la inflamación de bajo grado pueden causar depresión o fatiga persistente.

Hay varias propuestas para explicar la persistencia de estos síntomas de coronavirus a largo plazo desde la presencia de una carga viral baja y persistente y la reinfección, hasta los cambios en la actividad de las células inmunitarias y el daño tisular causado por la infección inicial.

Los investigadores han explorado los conocimientos obtenidos en las últimas décadas a partir de varios estudios a gran escala sobre el síndrome de fatiga crónica, la fibromialgia, la depresión y otros trastornos de salud mental que muestran anomalías inmunitarias.

Algunos de los síntomas del coronavirus prolongado, la depresión y otros problemas de salud mental están relacionados con la inflamación crónica de bajo grado. Como tal, las estrategias de tratamiento actuales para pacientes con depresión incluyen medicamentos antiinflamatorios.

Los factores psicosociales también son muy importantes para regular la activación inmunológica. Los investigadores consideran que las estrategias que abordan el nivel de estrés de un paciente con mayor apoyo social, ejercicio físico y una dieta ajustada también podrían ser útiles para controlar los síntomas a largo plazo relacionados con el coronavirus.





"Hay que temerle a una mujer que se ha cansado de ser buena", son las palabras de la negociadora más brillante en la dirección de antisecuestro y antiextorsión, Eugenia Velazco (Mori). Barbara Mori da vida a Eugenia, una encumbrada abogada criminalista, quién está a punto de enfrentarse al reto más complicado, donde el pasado regresa para atormentarla, ya que terroristas han sitiado la ciudad con bombas y tienen a decenas de rehenes en

su poder.

"Estamos encantados de asociarnos nuevamente con Pantaya y Claro Video para traer una serie imprescindible a sus hogares. Creemos que Negociadora' logrará un hito en el género por su gran producción, dirección, actuaciones, fotografía, guión y puesta en escena. Estamos muy felices por el regreso de Barbara a la televisión y también muy orgullosos por nuestro diverso elenco de actores y actrices de toda América Latina. Este programa es poderoso, fascinante e intrigante" dijo el productor ejecutivo Manolo Cardona de 11:11 Films & TV.

Para seguir la nueva serie busque en redes sociales: #LaNegociadoraSeries

Bárbara Mori regresa a la pantalla a protagonizar "La negociadora"

l servicio premium de transmisión en español Pantaya, lanzó la nueva serie original de crimen y suspenso: "La Negociadora" protagonizada por Barbara Mori, quien regresa a la televisión después de estar varios años ausente.

Luego del estreno de los primeros 3 episodios en los Estados Unidos y Puerto Rico el 11 de febrero, le seguirán 3 nuevos episodios cada jueves y estarán disponibles para hacer maratón de la serie el 4 de marzo con un total de 12 capítulos. Claro Video estrenará la serie en Latinoamérica de manera simultánea.



¿No has recibido tu estímulo?
¿No has renovado tu itin?
¿No has declarado tus impuestos?
¿Necesitas ayuda para abrir un negocio?
¡Ven a Casa Hispana Income Tax!

Tu casa para ayudarte a solucionar todos los problemas con el IRS

Más de 15 años de experiencia

602-434-22 26

515 N 35th Ave #106, Phoentx, AZ 85009

Abrimos todo el año

Lunes a viernes - 9am a 8pm Sábado - 9 a 6pm Domingo - 4 a 4pm

¡La temporada de impuestos ya empezó! ¡Aquí te esperamos!



Los más ricos, los más deliciosos.

Siempre frescos directo al paladar.



¡Donde se comen los mejores mariscos de todo el Valle del sol!



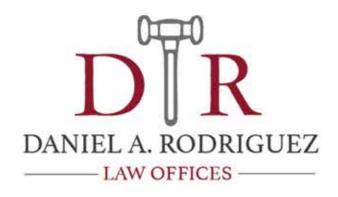


ABRIMOS TODOS LOS DÍAS

9201 S. Avenida del Yaqui Guadalupe, AZ 85283

480-839-2991

www.sandiegobayseafood.com



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.



*Peticiones de Familia
- Matrimonio/Visa de Prometido (a)/
Padres/Hijos/ Hermanos
*Perdones (1601 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

En la mira _____escuchar.))

¡Ya es una realidad!

Los beneficiarios de DACA pueden comprar casa con préstamos FHA

"Los jóvenes que se habían visto limitados para poder comprar su vivienda, ahora lo podrán hacer sin ningún problema"

uan Raúl Fimbres, profesional en préstamos de Western Alliance Mortgage, nos explica lo que significa que los dreamers sean elegibles, los beneficios y los requisitos de esta opción.

"Anteriormente, los beneficiarios de DACA solo tenían la opción de un préstamo convencional, que es más estricto en reglas que un préstamo FHA. Ahora tienen más posibilidades de poder calificar para el préstamo de una casa mediante el Programa de la Administración Federal de Vivienda conocido como FHA. Los jóvenes que se habían visto limitados para poder comprar su vivienda, ahora lo podrán hacer sin ningún problema" asegura Fimbres.

Según el experto en préstamos de vivienda, estos préstamos hipotecarios respaldados por la FHA son una muy buena opción para compradores por primera vez o primeros compradores.

Las diferencias más grandes entre convencional y FHA

"El préstamo convencional requiere un "score" de crédito arriba de 680 puntos y es muy estricto en cuanto a los porcentajes de deudas, que deben ser de no más del 45%, en comparación, FHA otorga un préstamo con 580 puntos y permite que los porcentajes de deuda sean de hasta el 55% en muchos casos"

En la mira

ESCUCHAR •))



Juan Raúl Fimbres - Profesional en préstamos de Western Alliance Mortgage.

"A largo plazo todos queremos tener un préstamo convencional. Alguien que ya está en un convencional no es lo ideal cambiar a un FHA. Sí se puede, pero no es lo ideal porque FHA cobra un seguro llamado Mortgage insurance. Entonces no vale la pena pagar ese seguro cuando un préstamo convencional da la opción, después de tener 20% de plusvalía, de ya no pagarlo".

Otras ventaias

El puntaje de crédito y los porcentajes de deuda no son los únicos beneficios según Fimbres: "FHA es más flexible, es un préstamo asegurado por el gobierno y por eso los bancos se sienten más cómodos mostrando este tipo de préstamos. Algo muy importante también es que FHA tiene los intereses más bajos. Por ejemplo, ahorita hay intereses de 2.1 por ciento, de 2.2 por ciento, que son excelentes intereses para primeros compradores"

Requisitos básicos

Los "Dreamers" deben cumplir con todos los demás requisitos hipotecarios de la FHA, que incluyen comprar una propiedad como residencia principal, poseer un número de Seguro Social válido y poseer documentos que certifiquen la elegibilidad para trabajar dentro de Estados Unidos. "Las reglas son las mismas para todos los aplicantes de préstamos FHA, la única diferencia es que el "dreamer" va a tener que mostrar su permiso de trabajo vigente" dice Fimbres.

Los demás requisitos importantes son:

- *Tener un historial de trabajo de dos años.
- *Tener trabajo actualmente.
- *Tener un puntaje de crédito de por lo menos 580
- *3.5% de "down payment". Aquí hay que destacar que existen programas de ayuda para ese pago inicial.

Los beneficiarios de DACA deben aprovechar esta oportunidad de adquirir su propia vivienda con préstamos federales y recuerde siempre estar asesorado por expertos en la materia.

Si desea más información o iniciar el trámite para comprar su casa comuníquese con Juan Raúl Fimbres, profesional en préstamos de Western Alliance Mortgage, al 480-593-6193





De nuestros consulados



Consulado de Colombia

Consulado de Guatemala

Apostilla en línea

Nuevas tarifas

consulado General de Colombia en Los Ángeles publicó en su página web las nuevas tarifas para varios de sus trámites.

Las tarifas para el año 2021 son las siguientes:

- Autenticación de copia de documentos de identidad (copias de cédulas o pasaportes): 22 dólares.
- Certificado de residencia para salida del país de menor de edad con residencia habitual en el extranjero: 36 dólares.
- Reconocimiento de firma en documento privado (autenticación de firma o poderes especiales): 17 dólares.
- Reconocimiento de firma para autorización de salida del país de menor de edad: 17 dólares.
- Reconocimiento de firma en documento privado para cobro de pensión ya concedida: sin costo.
- Registro civil: nacimiento, matrimonio, defunción: sin costo.



- **Tarjeta** consular: sin costo.
- Cédula de ciudadanía: vez primera renovación: sin costo.
- Cédula de ciudadanía: duplicado o rectificación: 46.05 dólares.
- Pasaporte ordinario: 110 dólares.
- Pasaporte ejecutivo (más páginas): 179 dólares.
- Pasaporte de emergencia (únicamente ante fuerza mayor o caso fortuito – tiene menos páginas): 116 dólares.



El Consulado General de Guatemala en Phoenix anunció el nuevo servicio que están ofreciendo en línea para facilitar este trámite a todos sus connacionales en el exterior.

A partir del primero de febrero se puede tramitar su apostilla en línea en https://apostilla.minex.gob.gt. Para estar enterado de las novedades en el consulado sigalos en su página de Facebook Consulado de Guatemala en Phoenix Arizona.



Una radiografía Gratis



PORCELANA Y METAL

TRATAMIENTO

DESCUENTO

REPARACIÓN **DE PLACAS**

BLANQUEAMIENTO 2X1

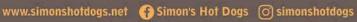
ACEPTAMOS AHCCCS Y LA MAYORÍA DE LAS ASEGURANZAS

Coronas · Endodoncias Puentes Flojos · Rellenos Limpiezas - Implantes Dentaduras · Parciales

1902 N. 16th St. Phoenix, AZ 85006



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





AZ DENTAL Dentista familiar y cosmético



Meso/Gilbert

Gilbert, AZ 85233

West Phoenix

Phoenix AZ 85037

(623)872-9117

1851 E. Baseline Rd 9014 Withomas Rd. Ste 103



Deje su auto en buenas manos ¡Lo esperamos!



¿Problemas con el aire acondicionado de su auto? ¡Nuestros especialistas le dan servicio rápido y accesible!

(A) Inspección gratuita para neumáticos y frenos

Cambio de aceite

X Tune ups completos

Servicio de mecánica en general

www.promechautomotive.com f @promechautomotive 480-464-7922

1050 E. Main Street, Mesa AZ 85203

Atendido por su propietaria Gabriela Pérez. Madre, empresaria, emprendedora y conocedora de la industria automotriz.

Actualidad local

Premios Esperanza está aceptando nominaciones de maestros latinos sobresalientes

Se otorgarán \$20,000 en premios en efectivo a cuatro maestros ganadores

hicanos Por La Causa, Inc. (CPLC) anunció que están aceptando nominaciones para la 22ª edición anual de los Premios Esperanza para maestros latinos presentados por Cox Communications y SRP.

Después de una búsqueda en todo el estado, cuatro maestros ganadores serán seleccionados y honrados en una ceremonia virtual de premios especiales el 28 de abril a las 4 PM. CPLC entregará un premio en efectivo de \$5,000 a cada homenajeado.

CPLC reconoce la importancia de una educación de calidad y cree que es crucial que todos tengan la oportunidad de obtener una base sólida que proporciona una educación. Creemos que los maestros están a la vanguardia para brindar este impacto duradero dentro y fuera del aula. Desde 1988, CPLC ha reconocido a cientos de maestros sobresalientes y elogiamos especialmente el esfuerzo que están haciendo hoy con los desafíos adicionales debido a la pandemia.

Los nominados para los premios de este año deben cumplir con los siguientes criterios:

- Inspirar a los estudiantes de todos los orígenes a aprender
- Desempeñar un papel activo en su escuela y comunidad
- Poseer un certificado de enseñanza válido de Arizona
- Enseñar en una escuela acreditada o aprobada por el estado en Arizona



CHICANOS POR LA CAUSA

Las nominaciones de todo el estado deben recibirse antes de las 5 p.m. el 28 de febrero de 2021. Los formularios se pueden descargar en cplc.org y enviar (junto con una carta de recomendación del director de la escuela) a Cathy.keppel@CPLC.org o por correo dirigido así:

Chicanos Por La Causa, Inc. Attn: Cathy Keppel 1112 E. Buckeye Road Phoenix, AZ 85034 Fax (602) 256-2740

Mi Tienda Latina Lunes a Domingo 9:30 a.m.- 9:00 p.m.

Lunes a Domingo 9:30 a.m.- 9:00 p.m mitiendalatina@gmail.com 1811 N. 24th St, Ste E Phoenix, AZ 85008

PRODUCTOS DE SU PAÍS

- Argentinos Brasileros
- Colombianos
 Cubanos
 - Dominicanos

Guatemaltecos • Hondureños

- Peruanos
- Salvadoreños Uruguayos
 - Venezolanos

Teléfono

602 286 6422

Fax

602 286 0022

Aceptamos estampillas de comida

Paquetería a
México
y envio de
encomiendas a



En la jugada ESCUCHAR-))

En medio de la pandemia...

Lo que nos dejó un Super Bowl LV histórico



Por **ERICK MONROY** PERIODISTA DEPORTIVO @ERICKMONROY **ESPECIAL PARA CONTACTO TOTAL**

Los Tampa Bay Buccaneers se quedaron con el Super Bowl LV en casa al derrotar contundentemente a los Kansas City Chiefs por marcador de 31-9. Tom Brady lució y mostró su grandeza en la NFL para conquistar su séptimo anillo en su aparición número 10 del súper domingo.

He tenido la oportunidad de cubrir el Super Bowl en 12 ocasiones de manera consecutiva y siempre ha sido una verdadera fiesta. Cada año, las ciudades sede preparan lo mejor de lo mejor porque saben que vendrá una derrama económica que beneficiará a muchos, entre el hospedaje de hotel, alimentos, renta de vehículos y mucho más.

Se presentó algo histórico, era la primera vez que un equipo jugaba el Super Bowl en su propia casa, nunca antes se había visto algo así. Los Buccaneers sabían que tenían que dar lo mejor para poder quedarse con el tan anhelado trofeo Vince Lombardi.

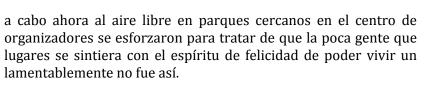
Pero llegó la pandemia y todo cambió. La NFL, quién es la liga más poderosa del mundo anunció con anticipación que había muchísimas restricciones por el tema del virus, incluso sólo podían ingresar al estadio un total de 22,000 mil personas de las cuales 7,500 fueron invitados por el comisionado Roger Godell al trabajar en la primera línea en los servicios de salud combatiendo este mal y que ya estuvieran vacunados. El resto del boletaje se vendió de manera tradicional.

Al llegar al aeropuerto, se podía respirar ya algo diferente. Existía un grupo del comité organizador que le daba la bienvenida a todos los viajeros, y al estar en la ciudad todo cambió.

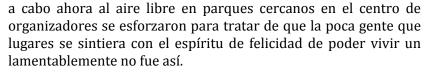
Se veía desolado, muy poca gente en los bares, en los restaurantes había muchas mesas vacías, casi no había gente caminando por las calles, el centro de medios que año con año alberga a miles de colegas lucía como un pueblo fantasma y la gente que caminaba por las calles, en su mayoría, no utilizaba cubiertas faciales.

El tradicional Radio Row es un área dentro del centro de medios en donde transmiten los programas de radio tanto a nivel nacional como internacional de diferentes estaciones, ahora eran mesas alejadas unas de otras, con muy poco talento al aire divididos por mamparas.

El tradicional "NFL Experience" que se realiza año con año en el Centro de Convenciones de cada ciudad, se llevó



Al final, la satisfacción para los residentes de la ciudad de Tampa del Super Bowl LV a su equipo al derrotar a Kansas City con un











PROFESIONALES DE IMPUESTOS

Le preparamos sus taxes personales y de negocios

W2 -1099 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



LÍDERES HISPANOS EN LA CIENCIA

cuándo: Todos los Jueves de Febrero de 3-4pm

DÓNDE: Univision Facebook Transmisión En Vivo

facebook.com/UnivisionArizona

¿Quisieras saber cómo un jugador de futbol llego de la cancha a la ciencia? ¿Cómo una joven de Colombia ahora está en las primeras filas combatiendo e investigando el Covid-19? o ¿Cómo una joven de Tijuana ahora es una líder como Farmaceuta Clínica en América Latina

Únete a nosotros para una serie de presentaciones donde puedes hacer preguntas e interactuar con líderes extraordinarios en la ciencia y aprender como empezaron sus respectivas carreras. **Feb. 4 - El COVID y la Ciencia** Los Latinos han sido una de las comunidades más afectadas por la pandemia del Covid-19 en Estados Unidos. Escucha a expertos en la ciencia de epidemiologia y educación para aprender más sobre la ciencia del Covid-19 y haz tus preguntas en vivo.

Feb. 11 - Los Deportes y la Ciencia Muchos aspiran a ser deportistas profesionales, pero ¿Qué pasa cuando ese sueño se frustra? Escuche las historias de varios profesionales en la ciencia que convirtieron su intento fallido en el deporte profesional en una exitosa carrera en el mundo de la ciencia deportiva.

Feb. 18 - El Espacio y la Ciencia Si miras hacia las estrellas y sueñas con un día poder explorarlas, entonces no te pierdas la oportunidad de conocer a varios profesionales Latinos en la industria de la ciencia espacial y aprende sobre como eligieron esa carrera y como hasta iviajaron al espacio!

Feb. 25 - Mujeres en la Tecnología ¿Sabías que también hay mujeres que son líderes en la tecnología? Aunque se habla de Bill Gates y Steve Jobs, entre otros, en esta industria, hay muchas mujeres que también han triunfado y nos estarán hablando de su experiencia.

MODERADORES: Daniela Zavala, Felipe Corral, Liliana Salgado y Heidi Renpenning del equipo de Noticias Univision Arizona y Edición Digital Arizona.











que felicitaciones!

Primer plano

La cruel realidad en que nos pone el coronavirus

La pandemia nos ha puesto frente a la verdadera magnitud de lo que estamos viviendo. Con casi 500 mil muertos y millones de contagiados, es cotidiano estar hablando de muerte. Familiares, conocidos, amigos, compañeros han caído por el maldito virus. La tragedia está cada vez más cerca, si es que ya no ha tocado su puerta. Esto ha desencadenado en un estado mental de desesperanza, incertidumbre y mucho dolor. ¿Pero cómo manejar esta situación? Cada caso es diferente y son muchas las cosas que pasan por la cabeza de la gente.

> La situación de que tal vez no se ha perdido un ser querido a causa de la pandemia. Algunas personas en algunos casos, muy comunes, piensan que eso está muy alejado de su realidad y que seguramente es algo que no pasará cercano a ellos.

Se puede entrar en una etapa de negación de esta realidad mundial en la que se carece de empatía hacia las personas que lo han vivido o lo están viviendo durante este momento.

Por otro lado, existe la situación en la que, aunque no se ha perdido a nadie, el bombardeo de los medios de comunicación acerca de la pandemia, que se enfocan más sobre lo negativo: muertes, contagios, falta de medicamento, escasez de vacunas y mucho más; puede traer un estrés constante que se puede desencadenar en ansiedad, pánico y depresión.

Cómo poder evitar este estado emocional

Primero se debe evitar estar escuchando constantemente noticias negativas, que algunas veces son repetitivas durante todo el día y que se estacionan en nuestro cuerpo emocional y a la larga viene el estrés que se desencadena en un estado emocional nocivo para la salud mental.

Se debe implementar una rutina donde se cuide nuestra persona de una manera integral: Hacer algo de ejercicio al aire libre, cuidar nuestra alimentación incluyendo mucha fruta y vegetales, y evitar sobretodo alcohólicas o el uso de drogas, que pueden dar un estado de relajación que es pasajero pero mucho más estrés.



SALUD MENTAL

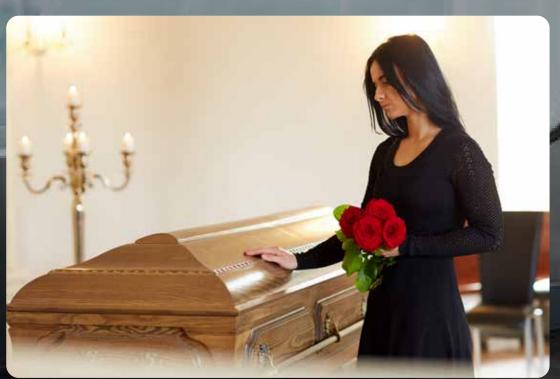
Cuidar mucho qué programas televisivos

se miran, pues estos pueden influir en nuestro estado emocional de manera negativa si no se tiene cuidado de escoger adecuadamente.

Cuando se tienen niños buscar actividades en familia que les ayuden a tener una interacción sana, como juegos de mesa o implementar "noche de familia" donde se eligen películas familiares que los motive familiarmente.

Otra cosa que se puede hacer es hablar del tema de la pandemia de una manera realista y enseñar a los niños que toda crisis tiene un final y que nuestra parte es hacer lo que nos corresponde cuidándonos adecuadamente y seguir las recomendaciones de las personas que están a cargo de cuidar nuestra salud como es el equipo médico y no esperar que el gobierno de la orden de cuidarnos.

(Continúa en la página 26)



IMás

pésames

Fotografía: Anthony Tran

EL DUELO

¿Cómo manejarlo en momentos de tragedia?

uando un familiar, amigo, cónyuge o pareja muere, su mundo cambia. Usted está de luto y siente dolor y pena por la pérdida. Puede sentirse aturdido, agobiado y atemorizado. Puede sentirse culpable por ser el que todavía está vivo.

En algún momento, es posible que hasta se sienta enojado con su cónyuge o familiar por haberlo dejado. Todos estos sentimientos son normales. No hay reglas sobre cómo debe sentirse. No hay una forma correcta o incorrecta de estar de duelo. En estos tiempos es más común que antes oír constantemente que murió algún amigo, conocido e incluso tal vez algunos hemos perdido a alguien muy querido.

Tradicionalmente se acostumbra dar el pésame o condolencias a la familia. Sin embargo, la muerte de un ser humano ya es más un asunto de la vida diaria que el pésame o condolencias se ha vuelto algo tan pesado. Ya no sabemos si al llamar a las personas es de consuelo o sea solo el revivir la herida, especialmente a esas personas que perdieron a más de un ser querido.

El duelo por la pérdida de un ser querido puede ser especialmente difícil durante la pandemia del COVID-19. Debido a las pautas de distanciamiento social, la posibilidad de que los amigos y los familiares puedan reunirse en persona y llorar juntos como se solía hacer. Desafortunadamente hoy en día no es así.

Por otro lado el ser humano es altamente adaptable y siempre encontrará armas para poder procesar situaciones de dolor o incomodidad. Un arma muy poderosa y que si se usa adecuadamente es de gran ayuda, es el uso de la tecnología. Un mensaje, un pensamiento positivo, una palabra de aliento o de afecto podrían ser de gran ayuda para las personas en situación de duelo.

También se pueden implementar grupos de apoyo por medio de las diferentes plataformas de internet y procesar el dolor. Lo importante es no perder esa empatía humana que nos caracteriza y se debe mostrar apoyo no importa de la forma que sea.

La familia y los amigos compasivos pueden ser un gran apoyo. Ellos también están tristes y pueden descubrir que compartir recuerdos es una forma de ayudarse mutuamente. También a veces, las personas encuentran que la consejería para el duelo hace que sea más fácil superar su dolor, especialmente en estos tiempos. Esta se podría encontrar en línea o tal vez hablando con un consejero que esté en este momento atendiendo presencial, que sería lo más recomendable.

La psicoterapia regular con un consejero o terapeuta de duelo puede ayudar a las personas a aprender a aceptar una muerte y, con el tiempo, comenzar una nueva vida.

YCCIDENLES TYSLIMYDO EN AN

Primero llame al Dr. Maloney para que dirija su caso Mo necesita lopistogis





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



Competence Integrity · Solutions



www.maloneychiropractic.net (602) 955-2858



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.



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



Qué hay de nuevo este año al presentar sus impuestos



BLANCA ERIVES, PROFESIONAL DE IMPUESTOS DE ABC TAXES. ás tarde de lo acostumbrado comenzó la temporada de declaración de impuestos. A partir del 12 de febrero de 2021 usted puede hacer y presentar sus impuestos del año tributario 2020 y más vale estar bien informado sobre las novedades.

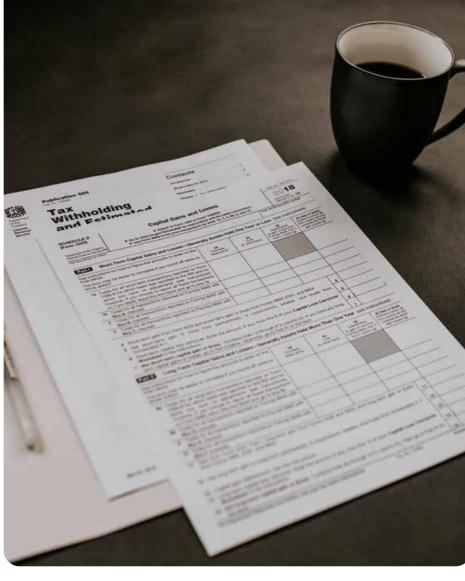
Consultamos a Blanca Erives, profesional de impuestos de ABC Taxes, para que nos cuente acerca de los créditos y los beneficios que los contribuyentes pueden obtener este año como consecuencia de la pandemia por Covid 19.

Los siguientes son algunos de los cambios que el Servicio de Impuestos Internos, IRS, anunció:

• Hay un nuevo formulario disponible para que los trabajadores independientes elegibles reclamen créditos tributarios por licencia por enfermedad y familiar bajo la Ley de Respuesta al Coronavirus de Familias Primero (FFCRA, por sus siglas en inglés).

Las personas elegibles que trabajan por cuenta propia determinarán sus créditos tributarios equivalentes por licencia familiar y por enfermedad con el nuevo Formulario 7202 del IRS.

La FFCRA, aprobada en marzo de 2020, permite a los trabajadores independientes elegibles que no pudieron trabajar o teletrabajar o que tuvieron que cuidar a miembros de su familia debido al COVID-19, reclamar créditos tributarios reembolsables para compensar su impuesto federal sobre sus ingresos. Los créditos equivalen a su licencia por enfermedad calificada o al monto equivalente de licencia familiar, según las circunstancias.



"Este crédito por días de enfermedad es solo para personas con "self employment" es decir, trabajadores independientes que se enfermaron del Covid o cuidaron a un familiar enfermo por Covid" resalta Banca Erives.

2 • Según el IRS, este año los contribuyentes pueden optar por usar sus ingresos del trabajo de 2019 para calcular el Crédito Tributario por Ingreso del Trabajo (EITC o EIC, por sus siglas en inglés) si sus ingresos del trabajo de 2019 son mayores que sus ingresos de 2020. Para obtener más detalles, consulte la Publicación 596 (SP), Crédito por ingreso del trabajo en el website https://www.irs.gov. Los contribuyentes también tienen la opción de usar sus ingresos de 2019 para calcular el Crédito Tributario Adicional por Hijos para 2020.

"El ingreso del desempleo no se utiliza para el cálculo de los créditos de los niños, solo se utiliza lo que ganaste con trabajo. Entonces este año están dando la opción de que si tu ingreso del 2019 fue mayor que el del 2020, el cálculo de los créditos de los niños te los hagan con los

ingresos del 2019. Claro está, si te conviene" Es importante que junto con su preparador analicen si califica y cuál crédito le conviene más.

De acuerdo al IRS, millones de estadounidenses recibieron compensación por desempleo en 2020, muchos por primera vez. Esta compensación está sujeta a impuestos y debe incluirse como ingreso bruto en su declaración de impuestos.

Si no recibió el pago de impacto económico completo o recibió un monto menor que el total, puede ser elegible para reclamar el crédito de recuperación de reembolso, incluso si normalmente no presenta declaración de impuestos.

"Los contribuyentes que no hayan recibido el estímulo económico y sean elegibles, podrán reclamarlo en su declaración de impuestos. Hay que tener en cuenta que los estímulos no son taxables pero van a servir para calcular si es que le faltó algún estímulo"

Blanca Erives afirma que en este tema del pago del estímulo hay una situación muy importante: "Es el caso de las familias mixtas, donde uno de los contribuyentes tiene seguro y el otro no. Esas familias mixtas no recibieron la primera

ayuda. Con el segundo paquete de estímulo esta vez sí le está dando el pago únicamente a miembros de estas familias mixtas que tengan número de seguro social, mas no a los que tienen itin".

Recuerde que es muy importante que hable con su preparador de impuestos acerca de estos cambios y que le explique si usted califica para alguno de ellos.

Recuerde que la fecha límite del jueves, 15 de abril y que el IRS recomienda que la manera más segura, precisa y rápida de obtener un reembolso es presentar su declaración electrónicamente y elegir el depósito directo. Depósito directo significa que cualquier reembolso de impuestos se deposita electrónicamente de forma gratuita en la cuenta financiera del contribuyente.

Para mayor información contacte a Blanca Erives de ABC Taxes 602-423-4883

ino espere más para empezar la fiesta bajo el agua con Patricio y Bob Esponja!

"The Spongebob Movie: Sponge On The Run" estará disponible el 4 de marzo **On-Demand**

SpongeBob SquarePants, su mejor amigo Patrick y la pandilla de Bikini Bottom protagonizan su película de aventuras más épica hasta el momento! Cuando Gary, el querido caracol mascota de SpongeBob, desaparece, un rastro de pistas conduce a SpongeBob y a Patrick hasta el poderoso rey Poseidón, que tiene a Gary prisionero en la Ciudad Perdida de Atlantic City. En su misión para rescatar a Gary, SpongeBob y sus amigos se unen en un viaje heroico y divertidísimo donde descubrirán que nada es más fuerte que el poder de la amistad.

"The Spongebob Movie: Sponge On The Run" estará disponible desde el 4 de marzo para Premium Video-On-Demand durante un tiempo limitado en EE.UU, y también estará disponible en Paramount + desde este mismo día. Además del largometraje, el alquiler incluirá una nueva mini-película de SpongeBob SquarePants después de los créditos.

La canción "Agua", de Tainy y JBalvin, es el soundrack oficial de la película. ¡Únete a Patricio y Bob Esponja en esta aventura al ritmo de la música bajo el agua!



Tapicería Landin

2228 N.16 st. Phoenix, AZ 85006. (Calle 16 y Oak)



Tapicería Landín 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











LÍDERES HISPANOS EN LA CIENCIA

Espacio y la Ciencia

CUÁNDO.... Jueves, 18 de Febrero, 3:00 - 4:00 PM

DÓNDE Univision Facebook Transmisión En Vivo facebook.com/UnivisionArizona

Si miras hacia las estrellas y sueñas con un día poder explorarlas, entonces no te pierdas la oportunidad de conocer a varios profesionales Latinos en la industria de la ciencia espacial y aprende sobre como eligieron esa carrera y como hasta iviajaron al espacio!

Jose Hernandez

Astronauta, NASA y Tierra Luna Engineering. José es un ex astronauta de la NASA e ingeniero estadounidense.

Hernández fue asignado a la tripulación de la misión del transbordador espacial STS-128. También se desempeñó como jefe de la rama de Materiales y Procesos del Centro Espacial Johnson.

Jose Morey

CEO y fundador de Ad Astra Media LLC y miembro de Eisenhower. Orador

principal de salud y tecnología, autor y consultor de la NASA, Forbes, MIT y la Oficina de Ciencia y Tecnología de la Casa Blanca.

Marilé Colón Robles

Marilé Colón Robles es la científica del proyecto NASA GLOBE Nubes y una especialista en educación en

el centro de investigaciones Langley de la NASA con SSAI.





Liliana Salgado,
Periodista Multimedios
de Noticias Univision
Arizona



véderm

La marca Juvéderm es un relleno (filler) que está hecho de ácido hialurónico (HA), el cual actúa como una esponja, capaz de retener grandes cantidades de agua en la piel, aporta volumen y además reduce las arrugas y disimula las líneas de expresión. El ácido hialurónico también es un componente presente de forma natural en nuestras articulaciones, cartílagos y piel.

Las invecciones de Botox (toxina botulínica) relajan temporalmente los músculos faciales. El botox actúa a nivel muscular para que las arrugas de expresión se relajen, alisando la piel para que se vea más joven.

Maricarmén Ramírez, experta en el tratamiento de la piel de Aurora Laser Medical and Spa Center, nos explicó sobre el uso de estos dos productos.

Juvéderm y Botox son tratamientos relativamente rápidos, que toman solo unos minutos para completarse. Las áreas más grandes de la piel pueden tardar más en función de la cantidad de invecciones necesarias.

En cuanto a la eficacia de estos dos procedimientos, Ramírez nos dice que ambos tratamientos se consideran efectivos aunque Juvéderm actúa más rápido y dura más. El Botox puede tardar unos días en surtir efecto y

Dos tratamientos de belleza muy populares que se utilizan principalmente para tratar las arrugas

los resultados desaparecen después de unos meses. "El Otra de las ventajas que destaca Maricarmen es que los Juvederm pierde su efecto al año, y si a la persona le dos procedimientos no se sienten al aplicarlos porque se gustó, pues regresa a ponerlo y el botox dura de cuatro usa una anestesia tópica. a seis meses"

"Por lo general, el Juvederm se usa en las líneas de afirma que estos productos no se pueden aplicar a expresión que se forman al lado de la boca cuando estas menores de edad ni a mujeres embarazadas. líneas están muy marcadas. El botox, por su parte, sirve para las arruguitas que se hacen en la frente y alrededor de los ojos, pero el botox no es relleno, es para relajar la piel y ayuda a que no se marque la piel"

El uso más común del Juverderm es en labios, mejillas y pómulos mientras el botox es más adecuado para usar en la frente y alrededor de los ojos. Para rellenar los pómulos la marca Juvederm tiene un producto exclusivo para esta zona de la cara llamado voluma y dura dos años. La solución voluminizadora viene en diferentes fórmulas para tratar diferentes tipos de arrugas en adultos.

Los dos tratamientos se pueden aplicar al mismo tiempo. "Si hay líneas muy finas donde está la línea de expresión, el botox puede ayudar; pero si están muy marcadas te va a ayudar el Juvederm" Siempre es mejor consultar a un experto que le diga cuál procedimiento es más adecuado para cada parte del rostro.

En cuanto a las contraindicaciones, Maricarmen Ramirez





·Tarjetas Personales · Banderas Gigantes

•Tarjetas Festivas • Items Promocionales

·Imanes de Refrigerador · Tarjetas Postales ·letras en vinilo ·lmanes de Auto

Rótulos magnéticos

ENTRA PARA TU **CALENDARIO GRATIS**

ARIZONAPRINTSHOP.COM 1533 N ALMA SCHOOL RD MESA AZ 85201



REPARACIONES EN CUALQUIER **TIPO DE PUERTAS DE GARAJE**

SERVICIO EL MISMO DÍA **GARANTIZAMOS NUESTRO TRABAJO**

¿Paneles, Resortes o Cables Rotos?

Tenemos todo lo que necesitas para tu puerta de garaje

602-367-9316

¿Está buscando un préstamo para vivienda? CUENTE CON NOSOTROS





JUAN R. FIMBRES / Loan Officer

480-593-6193

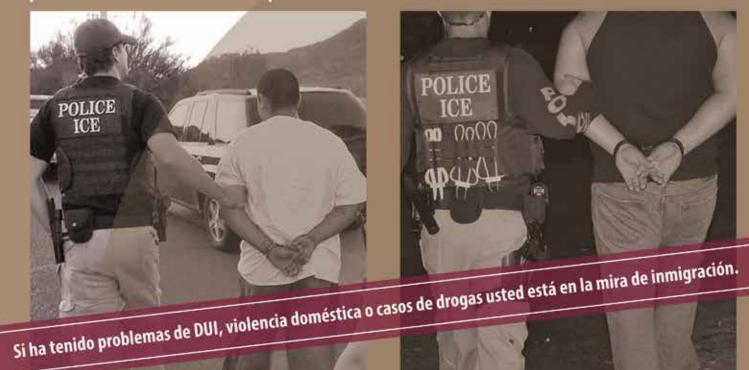


1645 E Bethany Home Rd, Phoenix, AZ 85016 www.westernalliancemortgage.com

Juan Raúl Fimbres NMLS 282378, pertenece a la compañía Western Alliance Mortgage AZ BR0949894 - NMLS 1788135

¡ES TIEMPO DE ESTAR ALERTA!

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



¡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.



602-266-0292



3101 N. Central Avenue, Suite 800. Phoenix, AZ 85012 | www.tiradolaw.com

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

Pare Oreja y Apunte



Pare Oreja y Apunte (1971)

PREGUNTE POR LAS

BOCINAS, VIDEOJUEGOS

Y ACCESORIOS PARA

CELULARES.



ABOGADO DE DEFENSA CRIMINAL.

Casos de DUI, drogas, robo de identidad, violencia doméstica, asalto, robo, entre otros. 602-266-0292

¿TUVO UN ACCIDENTE?

En las oficinas legales Rafael Tirado & Associates le ayudamos. ¡Llámenos hoy! 602-266-0292 **CONSULTA GRATIS.**

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. REPARA-CIÓN 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.

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**

COMPRE / VENDA INTERCAMBIE / REGALE



PROTEJA SU EMPRESA

Cobertura para mantenimiento de jardines, césped y áreas

Seleccione un paquete de seguros que se ajuste a las necesidades de su compañía.

Su agente de seguros le explicará en detalle acerca de las coberturas disponibles para el trabajo y los equipos de cuidado de céspedes.



¿YA SE VENCIÓ SU ITIN?

Si su ITIN tiene alguno de estos números en medio:

83 84 85 86 87

Necesita renovarlo desde ya para declarar sus impuestos en el 2020

> **iEN ABC TAXES LE** AYUDAMOS! 602-423-4883

COMPRE / VENDA INTERCAMBIE / REGALE

DULCERÍA **IMPORTACIONES** VALENTINAS.

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

> 20 palabras por ,10 dolares.\ !Anunciate!





Gloria Gallego (623) 703-7469

El primer trailer de comida colombiana en Arizona se va de vacaciones y estará de regreso en Febrero de 2021. ¡Gracias por seguirnos! ¡Nos vemos pronto!

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

SERIVCIO DE NOTARIO RECARGAS

ARTESANÍA COLOMBIANA TARJETAS DE NEGOCIOS COMIDA COLOMBIANA EMPAQUETADA Y CONGELADA

SERVICIO DE PAQUETERÍA A COLOMBIA, GUATEMALA Y OTROS PAÍSES.

12313 NW GRAND AVE SUITE D EL MIRAGE AZ 85335



QUESO MENONITA

de Casas Grandes, Chihuahua.

Lydia 602-810-6241



CAMAS A PRECIOS DE FÁBRICA EN TODOS LOS **TAMAÑOS**

Incluven: base (box spring), colchón (mattress) y marco (bed frame)

602-475-4515





Venta de gallinas

Gallinas ponedoras y para lo que el cliente las quiera. Para caldo o mole. \$15 cada una. Solo vivas. 4641 W. Waltann Ln. Glendale AZ 85306.

Para más información llame al 602-460-3276.



A Chambear ______



, A Chambear 📉



Necesito costurera/costurero para reparaciones de todo tipo de ropa/ alteraciones.

Tiempo completo o medio tiempo. Estamos ubicados en Scottsdale. por la McDowell & Scottsdale Rd. Interesados pueden llamar o enviar texto a Silvia 602-510-8051



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.

SOBADORA ATENDIENDOLE

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

Llamar al 602 621 9419



LAWN SERVICE MANTENIMIENTO DE CÉSPED

Irrigación - limpieza de escombros

poda de árboles y arbustos

Irrigation o yard Gleaning o tree and bushes trimming service

Hilario 480-233-1113

¿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

Necesito costurera para alteraciones.

Para la tienda Rosy's tuxedos. Estamos en el Desert Skv mall. 75 ave y Thomas. También necesito una persona para atender a los clientes en la misma tienda. Si gustan venir a la tienda o llámar al 623-388-1105 para más información. Preguntar por Rosa.

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

Computadoras Reparación y venta de computadoras, laptops v de escritorio. Limpieza de virus, lentas, formateo, cualquier problema. A domicilio o en el taller. No cobro por checar. Sr. Manuel 602-299-6135.

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

Puertas para perros y gatos LLAME A BERNIE

Instala puertas en todo tipo de paredes, puertas y hasta bloque.

(480) 332-3204 Mùy recomendado en Yelp -5 estrellas



Somos los expertos en TECHOS Instalación y toda clase de reparaciones

480-828-3040

Estimados gratis

ROC # 314230 Con licencia. autorizado y asegurado.

SE BUSCA COCINERO PARA TRABAJAR EN LA TARDE. Experiencia trabajando la línea durante el servicio. Indian School y Scottsdale Rd. Ambiente familiar. Mande mensaje al 480-452-6072

Express Glass & Mirrors LLC.

Reemplazo de vidrios. Servicio Comercial v residencial. Puertas de ducha personalizadas, espejos, cubiertas para mesa, ventanas, puertas, mosquiteros y mucho más.

Estimados gratis. 602-689-7952





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



PROTEJA SU EMPRESA

Cobertura para servicios de mantenimiento y limpieza American Family cuenta con un paquete de protección diseñado de acuerdo con las necesidades de las empresas de limpieza.

John Herrer 602-79

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





DESPUES

Palafox carpet cleaning

480-580-1406

Bright Glass LLC.

Reparación de ventanas. Venta e instalación de: *Vidrios para *Puertas de baños ventanas *Protectores solares *Puertas corredizas *Cubierta para mesas *Vitrinas.

6 0 2 - 6 9 7 - 3 4 1 7 -Servicio comercial y residencial-.

DESEA REEMPLAZAR SU TECHO, TIENE QUE REHACERLO O HAY QUE CAMBIAR UNA SECCIÓN?



Somos los expertos en TECHOS

Instalación y toda clase de reparaciones

480-828-3040 ESTIMADOS GRATIS

Tenemos licencia y los seguros que pide el estado ROC # 314230

Mejoramos cualquier presupuesto



¡Nuestros patrocinadores ratifican sus excelentes resultados! ANÚNCIESE 602-751-2106





Starting a business takes long days, late nights, and often, a flying leap into the unknown. You know, because you've been there. American Family Insurance is focused on protecting the dream you've worked hard to build.

Let's talk about the business you've built and how I can help protect it.



John Herrera, Agent John Herrera Agency, LLC Bus: (602) 795-4825 1513 W Thomas Rd Phoenix, AZ 85015 Se Habla Español



SCAN THIS CODE TO START YOUR **BUSINESS INSURANCE QUOTE NOW**















Law Group

ACCIDENTADO?



Hablamos Español

Abogados de Accidentes

623-225-5635

MDK

Law Group

ACCIDENTADO?



SEA COMPENSADO

Hablamos Español

Abogados de Accidentes

623-225-5635