www.revistacontactototal.com
Nº. 147 | SEPTIEMBRE 8 A 21 DE 2022
Publicación Quincenal Gratuita

Fotografía: Telemundo

Nos dice sus verdades
ALTAIR JARABO
Sobre "Juego de Mentiras"

Mes de la Herencia Hispana
ANA VALDEZ
¡Sabe todo sobre los latinos!

Fotografía: Cortesía Ana Valdez

Fotografía: Pitaya Entertainment

La voz de las víctimas de abuso sexual
MAURICIO MARTÍNEZ
"A mí también"

En el Congreso Estatal de Arizona
MARCELINO QUIÑONEZ
¡Se quiere quedar!

Contacto total

"LA REVISTA QUE HABLA"

AZ DENTAL

Dentista familiar y cosmético

Limpieza - Rellenos - Coronas
Puentes - Dentaduras - Implantes

¡Los Esperamos!

* PRESENTE LA REVISTA CON ESTE ANUNCIO PARA OBTENER LOS ESPECIALES

30% de descuento en cualquier tratamiento para pacientes sin aseguranza

Aceptamos la mayoría de aseguranzas

Planes de pago

United Health Care Community Plan

Phoenix

515 N 35th Ave. Ste 122
Phoenix, AZ 85009
(602) 455-0505

West Phoenix

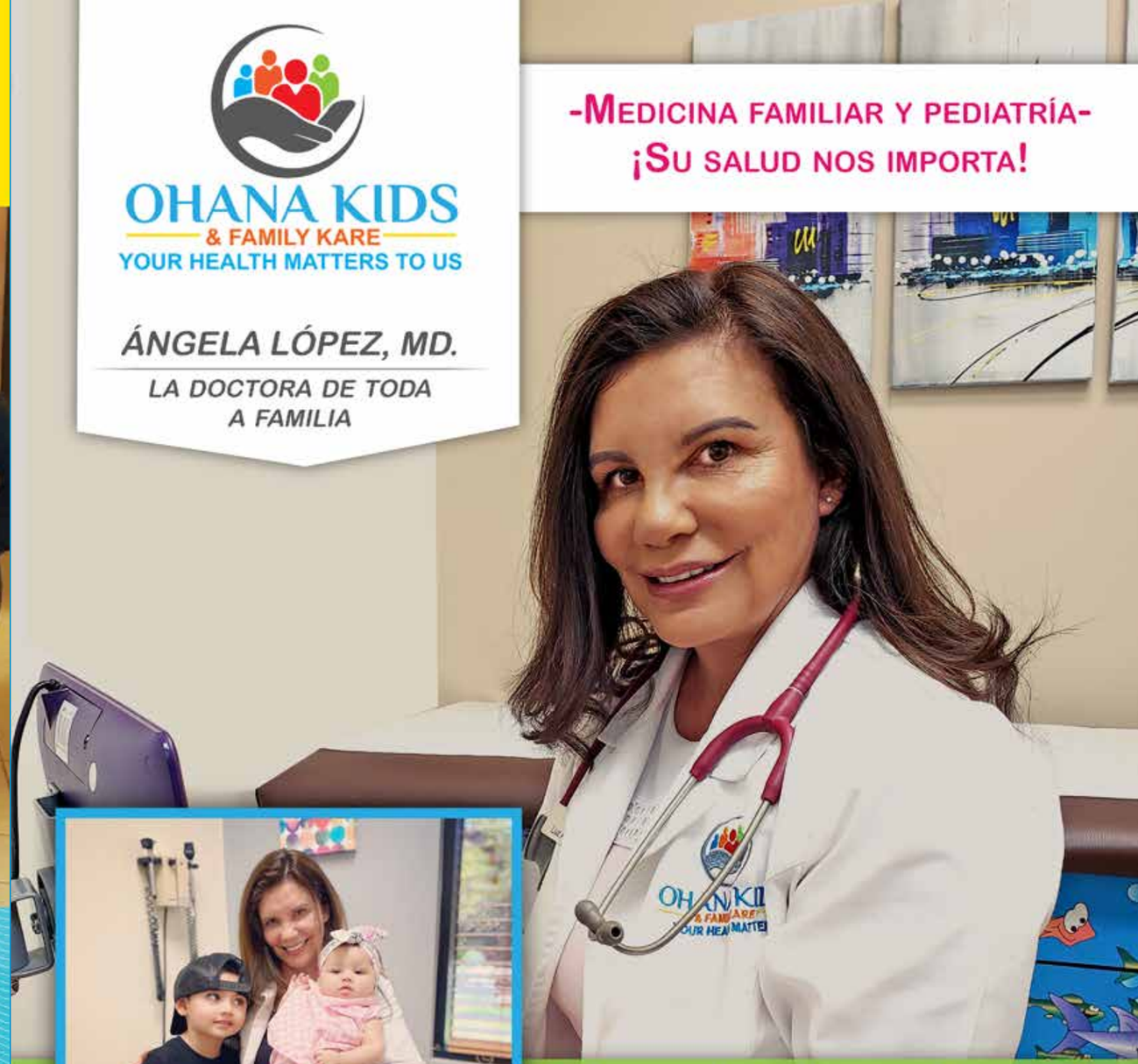
9014 W Thomas Rd. Ste 103
Phoenix, AZ 85037
(623) 872-9117

OHANA KIDS
& FAMILY KARE
YOUR HEALTH MATTERS TO US

ÁNGELA LÓPEZ, MD.

LA DOCTORA DE TODA A FAMILIA

-MEDICINA FAMILIAR Y PEDIATRÍA-
¡SU SALUD NOS IMPORTA!



MÁS DE 15 AÑOS SIRVIENDO A LA COMUNIDAD HISPANA

Estamos autorizados por el Servicio de Ciudadanía e Inmigración de los Estados Unidos para hacer todos los exámenes y pruebas que usted necesita para arreglar su situación migratoria

Tres localidades en el Valle del Sol

Baseline y Val vista
3130 E Baseline Rd
Suite # 103 Mesa, AZ

Calle 32 y Greenway
3305 East Greenway Road
Suite # 6 Phoenix, AZ

Avenida 35 y Bethany home
6211 N 35th Avenue , Suite #3 Phoenix, AZ

¡Haga su cita! (480) 539-7618

¡Así está la gente de bien!

EN MEDIO DEL FUEGO CRUZADO

Tiroteos a la orden del día

¡Cuidado! En cualquier momento usted puede ser la siguiente víctima. Los tiroteos y los enfrentamientos con todo tipo de armas han llegado a cifras que rompen los cálculos y las estadísticas en el área más poblada de Arizona.

Fotografía: Shutterstock

En el Valle del Sol, que cubre a Phoenix y su área metropolitana, hay víctimas a toda hora y en los lugares menos esperados. Disputas entre hermanos se resuelven a tiros, hijos atacan a sus padres y hermanos y acaban con su vida, asaltantes armados irrumpen en negocios y locales comerciales, en las fiestas las disputas al calor de unas copas de licor se resuelven sacando una arma y disparando a diestra y siniestra.

Esta es la cruel realidad. La gente de bien tiene miedo. Y se pregunta, ¿Por qué está ocurriendo esto? Las respuestas pueden ser muy variadas. Hay quienes dicen que ha llegado mucha gente de otros estados y que traen "las mañas", otros creen que el ambiente polarizado por el discurso del expresidente Trump ha caldeado los ánimos. Y un grupo, cada vez más grande, siente que la gente se está "armando hasta los dientes" por si acaso vienen restricciones al porte de las armas.

Es tan desolador y preocupante el panorama, que la propia fiscal del Condado de Maricopa, Rachel Mitchell tuvo que anunciar nuevas medidas para castigar a quienes participen en actos delictivos usando armas de fuego. Desde ahora, quienes cometan un crimen y "utilicen activamente un arma" tendrán que pasar tiempo en prisión. La fiscal dijo que "los crímenes con armas no serán tolerados en el Condado de Maricopa" La idea es que sean castigos más fuertes para ver si así los criminales desisten de sus acciones. ¡Amanecerá y veremos!

Y en medio de este caos, la policía parece brillar por su ausencia. Sólo llegan cuando ya han ocurrido los hechos. Sin duda se nota que no hay una verdadera estrategia para prevenir el crimen y hacer de los vecindarios lugares más seguros y tranquilos. ¿En el caso de Phoenix será por la interinidad en qué anda el Departamento de Policía?

¡A grandes problemas, grandes soluciones ! y quienes viven en el Valle del Sol esperan que sus autoridades las tomen antes de que sea demasiado tarde.

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: **LOURDES LERMA, MARCELINO QUIÑONEZ** 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: E-MAIL: contacto@revistacontactototal.com. **TELÉFONO:** 602 751 2106 **www.revistacontactototal.com**

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

En esta edición

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

FAMOSOS DE AQUÍ Y ALLÁ 6
ALTAÍR JARABO
Nos dice cuál será su juego en nueva serie

VIDA DE MASCOTA 8
Cómo cuidarse a sí mismo y a su familia cuando el mejor amigo de cuatro patas se ha ido al cielo

CALENDARIO DE EVENTOS 12
¡Apúntelo en su agenda! Eventos destacados en Arizona

EN LA MIRA 18
Sondeo revela las ciudades del país más propensas a ser infieles

PUNTO DE VISTA 20
Marcelino Quiñonez busca su reelección

ORGULLO HISPANO 24
Ana Valdez, una apasionada por empoderar a los latinos

PANORAMA LOCAL 26
Las muertes por accidentes de tráfico aumentan en 2021 a medida que más personas viajan

ZONA DIGITAL 30
Ziggy, la nueva palabra mágica

STREAMING 32
ENTREVISTA
Mauricio Martínez nos presenta "A Mí También"
La voz de las víctimas de abuso sexual y de poder

ENTÉRATE 36
"Ainbo: Spirit of The Amazon", La nueva temporada de 'Exatlón Estados Unidos' y los Premios Billboard de la Música Latina

¡PARE OREJA Y APUNTE! 40

A CHAMBEAR 42

ALTAÍR JARABO

Nos dice cuál será su juego en nueva serie

"Juego de verdades"

¿Villana, heroína o princesa? ¿Qué prefieres?
"Heroína"

¿Qué es lo mejor de estar casada?
"Ayyy, amanecer con tu mejor amigo"

¿Tu metes tu ropa a la lavadora o alguien lo hace por ti?
"Alguien lo hace por mí."

¿Cuál es tu desayuno favorito?
"Ayy Frederic hace un omelet riquísimo, sueño con ese omelet. De verdad, el cocina riquísimo"

¿Qué es lo malo de ser actriz?
"Ehhhh... Que, creo que nunca dejas de trabajar. Hasta un domingo que estás con el pelo parado y en pants y sales a la calle… Pues nunca dejas de tener tu trabajo encima de ti"

Desde los estudios de Telemundo en Miami, donde recién comenzaron las grabaciones de "Juego de mentiras", la actriz mexicana habló con la revista Contacto Total sobre esta nueva etapa en su carrera y si seguirá siendo la mala de las novelas.

Altair entra con el pie derecho a Telemundo porque además es su primer protagónico: "Todo ha sido un cambio, una aventura, un proceso de adaptación, pero feliz. Ha sido una experiencia bonita. Ha sido un tránsito en que me han hecho sentir muy valorada, muy consentida, muy apapachada porque estoy dentro de un equipo donde todo el elenco es de personalidades conocidas en latinoamérica, actores y actrices importantes, el equipo técnico y las instalaciones son de primera. Todos son elementos que me ayudan a hacer mi trabajo mejor"

¿Cuál será tu juego? ¿Ya no jugarás de villana? ¿Qué nos puedes adelantar de tu personaje Camila?
"Camila es un personaje que ama la verdad, que es un ser cristalino, bondadoso y noble, pero su familia es menos. Son un poquito truculentos a la hora de abordar el poder, el dinero, las relaciones… no comparten los mismos valores pero ella está aislada de toda la dinámica que traen, pero lo va a ir descubriendo y se va a llevar algunas desilusiones. Es un personaje amoroso, que se enamora, obviamente, del personaje que interpreta Arap Bethke, un gran actor. Así que hemos hecho escenas bien bonitas, bien divertidas y de mucho suspenso"

ESCUCHAR
Famosos de aquí y allá

Fotografía: Telemundo

¿Cuándo veremos Juego de mentiras en Telemundo?
"No tenemos fecha de aire ya confirmada porque es un año de mundial. No descarto que tarde un poquito. Pero me gustaría que salga en el momento óptimo. Que salga cuando tenga que salir. Yo se que Telemundo tomará la mejor decisión".

'Juego de Mentiras' es un thriller lleno de intriga, misterio, pasión y amor donde Altaír Jarabo comparte créditos junto a Arap Bethke y María Elisa Camargo.

La actriz mexicana interpreta a Camila, una joven liberal, que descubrió que había un mundo más allá de su vida acomodada cuando entró a la universidad, y se convirtió en una crítica de las normas tradicionales.

Ambientada en la ciudad de Los Ángeles y San Clemente California, 'Juego de Mentiras', es una historia llena de intriga, misterio, pasión y amor que sigue la vida de César Ferrer (Bethke), un hombre trabajador que siempre soñó con tener su propia familia, y que da la vida por su hija Noelia. Cuando su esposa desaparece, todas las pistas apuntan a él como el principal sospechoso.

Decidido a evitar que le arrebaten a su hija de ocho años, César se arriesga a investigar por su cuenta. Mientras busca pistas sobre los posibles motivos de la desaparición de su esposa, César descubre que Adriana llevaba una doble vida, y puede que no sea la persona que todos conocían, para bien o para mal.

La serie original también incluye la participación estelar de Rodrigo Guirao, Cynthia Klitbo, Eduardo Yáñez y Camila Nuñez. El elenco de reparto lo conforman Patricio Gallardo, Alicia Machado, Alberto Casanova, Pepe Gámez, Gabriela Vergara, Beatriz Valdés, María Laura Quintero y Bárbara Garófalo, con la participación especial de Aylín Mújica.

Altair Jarabo durante la entrevista vía Zoom con Contacto Total, la revista que habla.

ESCUCHAR

Vida de mascota

Fotografía: Rob Carreiro/Best Friends Animal Society

CÓMO CUIDARSE A SÍ MISMO Y A SU FAMILIA CUANDO EL MEJOR AMIGO DE CUATRO PATAS SE HA IDO AL CIELO

Hacer frente a la pérdida de un amigo cercano o un familiar puede ser uno de los desafíos más difíciles que enfrentamos. Perder a una mascota también representa un dolor inmenso para sus dueños. Por ello la organización líder de bienestar animal, Best Friends Animal Society, nos comparte maneras de ayudar a curar el dolor de la pérdida.

Una mascota se convierte en parte de nuestra familia y de nuestras vidas. El duelo por su muerte puede afectar a cada persona de manera diferente.

El dolor de la pérdida es real. Best Friends Animal Society aconseja recordar la compañía y el consuelo que estas mascotas nos proporcionaron.

En Estados Unidos, cada año se celebra el día de concientización sobre el duelo, el 30 de agosto. Una fecha que nos recuerda que el duelo es un proceso que tiene varias etapas que se pueden superar. Y que además no es un sentimiento exclusivo hacía los humanos, sino también a los animalitos de compañía que se han ido.

¿Cómo se debe hacer concientización sobre el duelo?

- Tómese el tiempo para disfrutar de los recuerdos de su mascota. Mire sus fotos y sonría al recordar los mejores y peores momentos.
- Considere visitar un albergue, si se siente preparado, y pase el tiempo siendo voluntario para ayudar con su adaptación.
- Reconozca su dolor y dese la oportunidad de expresarlo.
- No dude en comunicarse con otras personas.
- Visite recursos en línea o grupos de apoyo que pueden serle útiles. Best Friends ofrece esos recursos. https://resources.bestfriends.org/
- Si tiene un niño, le aconsejamos expresar el dolor y asegurarle a éste que sentirse triste es normal y no olvide ayudarlo con sus sentimientos.
- Llorar por la muerte de una mascota no es tonto, no preste atención si una persona le dice “era solo un animal”
- Si usted es una persona mayor, intente interactuar con amigos y familiares.
- Si se siente preparado, considere adoptar una mascota. Salve una mascota de su albergue local y transforme dos vidas.

Puede ser desgarrador hablar de las mascotas que hemos perdido. Busque una manera de honrar ese amor y no olvidarlo nunca. Ciertamente, su peludo no querría que usted estuviera triste y solo. Por eso le trajeron tanta alegría en la vida y le consolaron cuando más lo necesitaba. Adoptando un perro nuevo puede ser una excelente manera de honrar el amor.

Para obtener más información, visita la página salvaunamascota.org

ESCUCHAR

Vida de mascota

Fotografía: Best Friends Animal Society

AT
AVONDALE TOYOTA
10005 West Papago Freeway Avondale
AZ 85323

¡No olvide preguntar por nuestras camionetas!

602-348-5050
Enrique Moreno
Conmigo siempre tendrán
BUENOS PRECIOS Y BAJOS INTERESES
ES UN LUJO TENER A ENRIQUE MORENO COMO ASESOR AUTOMOTRIZ

TODO ARIZONA ESTÁ EN

CONTACTO total

Lunes a Viernes
11 a.m. - 1 p.m.
por la Onda 1190 AM
y la 107.5 FM

16 AÑOS
CON LA COMUNIDAD

El programa preferido por la Comunidad Hispana

¡INFÓRMESE, ENTRETÉNGASE Y PARTICIPE!

| NO MANCHES | PARE OREJA Y APUNTE | A CHAMBEAR |
| RONCO PECHO | SUELTE LA LENGUA | SERVICIOS GRATIS |

Al aire en cabina
602-759-1910

Escúchenos en vivo
DESDE SU RADIO 1190-AM
A TRAVÉS DE INTERNET tunein RadJo
www.contactototalradio.com

Síganos
Contacto total radio Medios Hispanos

¡Nuestros patrocinadores ratifican sus excelentes resultados!

ANÚNCIESE 602-751-2106

¿INVOLUCRADO EN UN ACCIDENTE?

¡LLÁMENOS!

Abogados expertos en lesiones personales:

**Accidentes de autos y motocicletas*
**Resbalones y caídas*
**Mordeduras de perros*
**Reclamos por muerte por negligencia*
**Reclamos por responsabilidad por productos defectuosos y negligencia médica.*

Si otra persona lo lastimó, podemos ayudarlo a obtener el dinero que se merece.

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

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

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

¡VÁYASE A DISFRUTAR “MEXICO IN A BOTTLE”!

Domingo 18 de septiembre de 2022
4:00 PM a 7:00 PM

Fotografía: Mary West

La degustación de mezcal más grande de EE. UU. llega al centro de Phoenix. Este es un festival itinerante de mezcal con una lista A de marcas de mezcal. Un evento que celebra todo tipo de licores de México, la cultura detrás de ellos y la comida mexicana.

Más de 40 marcas compartiendo más de 150 expresiones de agave y espíritus artesanales mexicanos estarán disponibles, compartiendo las historias e invitándonos a saborear sus elixires. También habrá arte, música y restaurantes, programas especiales y más. Para adquirir sus boletos ingrese a https://www.seetickets.us/event/Mexico-inaBottle/493492

Mexico in a Bottle es una producción de Mezcalistas. Fundada por Susan Coss y Max Garrone en 2012, Mezcalistas es una empresa de medios, eventos y consultoría, dedicada a la sensibilización sobre el mezcal en los Estados Unidos.

Lo que comenzó como un evento para contar y celebrar la historia del mezcal, Mexico in a Bottle ha evolucionado para mostrar la creciente escena de bebidas artesanales en México. Mexico in a Bottle fue fundado en 2014 por mezcalistas. A lo largo de los años, el evento ha llegado a diferentes ciudades de los Estados Unidos. En 2022 estarán en San Diego, Chicago, Denver, Phoenix, Washington DC y San Francisco. Visite www.mezcalistas.com/mexico-in-bottle/ para más información del evento.

Walter Studio - 747 West Roosevelt St, Phoenix, AZ

“HISPANIC FAMILY FIESTA EN CHASE FIELD”

Sábado 22 de octubre de 2022
11:00 AM

Aparte esta fecha para celebrar la hispanidad en el estadio Chase Field.

Los boletos para Hispanic Family Fiesta en Chase Field ya están en venta. Todos aquellos de cualquier edad son bienvenidos a celebrar y disfrutar la cultura Hispana a través del arte, la comida, el entretenimiento y la música todo el día.

Busque sus entradas en este enlace www.ticketmaster.com/event/19005D10ACD622AC. El boleto incluye entrada al evento y acceso a todo el entretenimiento.

Este evento, celebrado en el Valle por primera vez, destacará actividades para personas de todas edades e incluye auténticos platillos mexicanos y también música en vivo con Freddy Vega Jr. y la banda popular Marca Registrada. Originarios de Sinaloa, México, Marca Registrada están creando un gran seguimiento y cuentan con uno de los videos musicales más vistos en YouTube, México. Uno de sus videos populares, “El Rescate”, se estrenó en YouTube el mes pasado y ya cuenta con casi 24 millones de vistas.

Las ganancias del evento beneficiarán al Arizona Diamondbacks Foundation y también los programas deportivos para jóvenes.

Para más información visite dbacks.com/events.

Chase Field - 401 E Jefferson St, Phoenix, AZ 85004.

Calendario de eventos ESCUCHAR

LOS REYES DE LA RISA EN PHOENIX

Sábado 17 de septiembre
8:00 PM

¿Listos para reir sin parar? Teo Gonzalez & Jorge Falcon juntos están recorriendo Estados Unidos en lo que también marca “la gira del adiós” del comediante Jorge Falcon, quien a sus 70 años anunció que con estas presentaciones se despide de los escenarios.

Al parecer, los casi 50 años de carrera artística ya lo tienen agotado. ¡Así que a disfrutar del show!

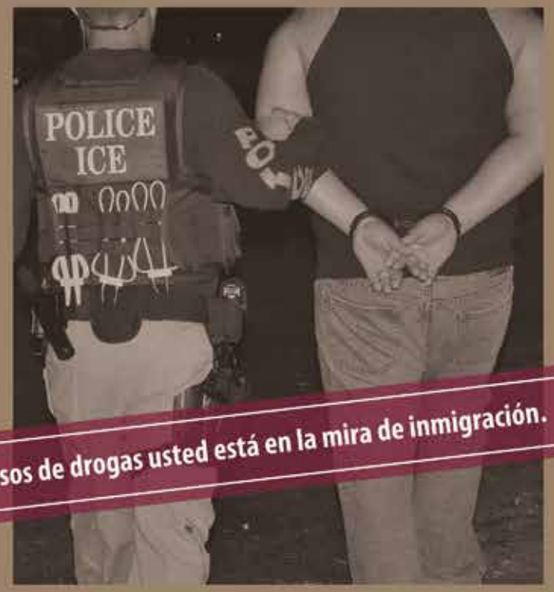
Para mayor información y boletos visite www.celebritytheatre.com

Celebrity Theatre - 440 N 32nd St, Phoenix, AZ 85008.

TEL 623-271-7405 - FAX 623-271-9083
COLOMBIA Express...
SERVICIO DE NOTARIO
RECARGAS
ARTESANÍA COLOMBIANA
TARJETAS DE NEGOCIOS
COMIDA COLOMBIANA
SERVICIO DE PAQUETERÍA A COLOMBIA, MEXICO, GUATEMALA Y OTROS PAÍSES.
12313 NW GRAND AVE SUITE D
EL MIRAGE AZ 82335
PRESENTE ESTE AVISO Y RECIBA 5% DE DESCUENTO

¡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

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

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

LO QUE NO NOS DICEN... DE LAS COMPAÑÍAS DE GAS EN ARIZONA

Southwest Gas, una de las empresas de servicios públicos de gas más grandes del país, está buscando otro aumento de tarifas grande, su segundo aumento en dos años para los clientes de Arizona. La empresa de servicios públicos quiere que los clientes paguen un 11.5 por ciento más en sus facturas de gas.

Como parte del caso tarifario, Southwest Gas quiere que sus clientes paguen la cuenta cuando los desarrolladores quieran extender las líneas de gas a propiedades residenciales y comerciales.

La compañía quiere incluso que los clientes paguen la cuenta de $664.596 por las cuotas de membresía para la Asociación Americana de Gas (AGA) de 2021. AGA ha coordinado esfuerzos legislativos en oposición a la electrificación, incluyendo en Arizona.

La Comisión de Corporaciones de Arizona (ACC por sus siglas en inglés) debe decir "NO" a la propuesta de Southwest Gas para subir la tarifa a dos dígitos.

Arizona PIRG | Education Fund

ArizonaPIRGEdFund.org

Ahora sí...
¡A comprar carro!

FESTIVAL DE ESPECIALES

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

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

Las familias fuertes no se separan pero si se transforman.

Con Daniel Rodríguez, un abogado con experiencia, pasión y confianza, su caso estará en buenas manos y el mejor interés de su familia será protegido.

DANIEL A. RODRIGUEZ
LAW OFFICES

CON NOSOTROS, ERES FAMILIA

Práctica en Derecho de Familia

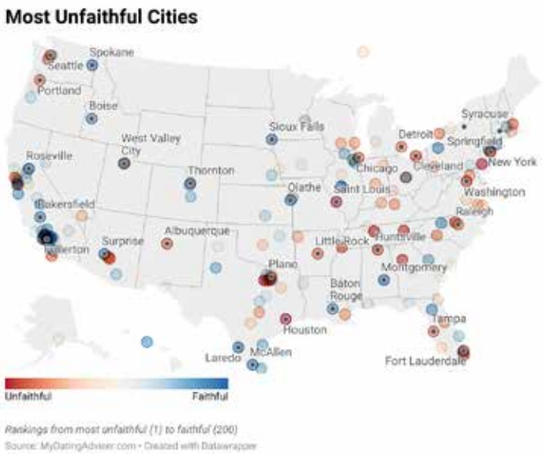
- Divorcio
- Custodia
- Manutención de niños
- Tutela
- Adopciones
- Cartas poder

Law Offices of Daniel A. Rodriguez

Tel: 623-404-2544

3800 N Central Ave #830
Phoenix, AZ 85012

Sondeo revela las ciudades del país más propensas a ser infieles



Imágen: MyDatingAdviser.com

La plataforma de emparejamiento MyDatingAdviser.com se dió a la tarea de elaborar este curioso ranking. En el estudio de 200 áreas metropolitanas, las ciudades de Arizona donde es más probable que las personas "pongan los cuernos" son: Phoenix, en el puesto 37, Chandler en el 47, Gilbert 52, Mesa 59 y Scottsdale un poquito más lejos en el lugar 61. Su investigación también identificó las ciudades más fieles del estado, que para sorpresa de muchos, incluyen Surprise (en el puesto 16) y Tucson en el 54. La encuesta comparó 200 de las ciudades más grandes de los EE. UU. en las siguientes categorías: satisfacción con la relación, satisfacción con la vida, intento de engaño y actividades amorosas. Además, analizó puntos de datos como la tasa de matrimonios, la tasa de divorcios, la tasa de separaciones, la cantidad de cafés y bares, y la frecuencia con la que las personas buscan sitios web de encuentros sexuales en Google.

En general, hay algunos actos que las personas universalmente consideran son infidelidad porque cruzan los límites de la intimidad emocional y romántica: acariciarse, besarse, acercarse emocionalmente a alguien que le atrae y, por supuesto, tener relaciones sexuales de cualquier tipo. A veces, la infidelidad ocurre por el temperamento de alguien o por problemas para confiar en las relaciones. Otras veces, la infidelidad nace del resentimiento hacia su pareja, la decepción porque sus necesidades no están siendo satisfechas o el aburrimiento. Engañar sucede por causa del desamor, por situaciones donde se sienten más como amigos que tienen relaciones sexuales que como parejas. O tal vez ya no hay atracción por su pareja.

Amy Pritchett, editora en jefe de MyDatingAdviser.com, dijo: "Usando datos de la Oficina del Censo de EE. UU., calculamos algo que llamamos Índice de infidelidad para 200 ciudades importantes de EE. UU.

"Si bien la mayoría asumiría que las ciudades más grandes probablemente producen más infieles per cápita, estos datos nos muestran lo que ya sabíamos; los tramposos están en todas partes, y la infidelidad puede ocurrir en cualquier lugar, en ciudades grandes y pequeñas. No es exclusivo de Florida, ni está alejado de estados más tranquilos como Pensilvania o Arizona. Y si sirve de algo, el engaño se presenta de muchas formas y puede parecer diferente para una persona que para otra. Puede suceder en matrimonios, emocionalmente y solo por circunstancias repentinas… que tienen poco que ver con la relación actual de esa persona".

Las 10 ciudades más infieles de Estados Unidos están aquí: Dallas, Texas; Fort Worth, Texas; Houston, Texas; San Luis, Misuri; Nashville, Tennessee; Filadelfia, Pensilvania; Nueva York, Nueva York; Knoxville, Tennessee; Atlanta, Georgia; Washington, Distrito de Columbia. Puede encontrar más detalles del estudio sobre las ciudades más infieles de EE. UU. aquí: https://mydatingadviser.com/most-unfaithful-cities/

MyDatingAdviser.com es un sitio web de citas de EE. UU. comprometido a ofrecer consejos y reseñas para solteros. Amy Pritchett comenzó su sitio web en marzo de 2019 y le apasiona brindar a las personas consejos sobre el amor y las relaciones.

7 señales sorprendentes de que tu cónyuge podría estar engañándote

Cambios en la comunicación. Una falla en la comunicación nunca es una señal positiva. Si no puede lograr que su cónyuge se comunique (o incluso pelee) con usted, ya no comparte su día con usted o ya no pronuncia las palabras "Te amo", es probable que haya un problema subyacente.

Apariencia y aficiones. De hecho, cuidarse y dedicarse a nuevos pasatiempos y pasiones o incluso a su trabajo puede ser positivo. Aún así, cuando se combinan con otros comportamientos sospechosos, los siguientes cambios pueden causar preocupación.

Cambios de actitud. Su cónyuge puede experimentar estrés laboral o problemas con otras relaciones que pueden conducir a cambios de actitud.

Mentir y evasión. La deshonestidad en un matrimonio es una bandera roja.

Indiferencia. Cuando su cónyuge muestre apatía o falta de interés en las cosas que solía amar, comuníquese con él para ver si hay otra razón para el cambio de compromiso. Pero si también sospechas de una infidelidad, estos cambios pueden indicar aún más una aventura.

Cambios en la vida sexual. No es raro que haya fluctuaciones en la frecuencia de las relaciones sexuales en su matrimonio. Pero estos signos pueden indicar la posibilidad de una aventura.

Un cambio en el uso de la tecnología. La infidelidad a menudo se revela en línea, en mensajes de texto o en mensajes telefónicos. Estos cambios tecnológicos pueden justificar preocupación.

Fotografía: Shutterstock

"El voto es la voz, es imperativo que toda persona vote"

El trabajo no está terminado

Fotografía: Cortesía Marcelino Quiñonez

Por MARCELINO QUIÑONEZ
Representante Estatal AZ - Distrito 11

En diciembre del 2021 tuve el privilegio de ser nombrado Representante Estatal en Arizona. Como inmigrante en este país comparto este logro con cada persona que llegó a Estados Unidos con la esperanza de ser algo de su vida.

Durante mi primera sesión desde enero hasta junio ocurrieron muchas cosas que me causan alegría y orgullo. Pasamos un presupuesto bipartidista que otorga más dinero a nuestras escuelas, invirtiendo dinero para personas con dificultades de renta y también haciendo una inversión histórica a las artes. Además, pasamos una propuesta que invierte en la sequía de Arizona. Esta propuesta asegura que cada persona tome riendas en este asunto tan importante.

Sin embargo, el trabajo no está terminado. Tengo más cosas que hacer, es por eso que me postule este año para mantenerme en el congreso estatal de Arizona. Aún existen muchas personas que enfrentan la posibilidad de quedarse sin un hogar, el sistema escolar necesita leyes que den esperanza a los maestros y a nuestros padres, las decisiones de salud médica, que incluyen el derecho a una persona a un aborto, necesitan mantenerse en las manos de cada persona, y finalmente necesitamos leyes de armas sensibles que aseguren que una persona con un historial de violencia no tengan acceso a las armas. Esas son unas de las cosas en las cuales me voy a enfocar si tengo el derecho de regresar.

Para poder estar en la legislatura en Arizona en enero del 2023 también tengo que trabajar para que cada persona con el privilegio de votar vaya a las urnas este noviembre o si una persona vota por correo que voten cuando su boleta llegue en octubre. Por mucho tiempo hemos escuchado que el voto es la voz, es imperativo que toda persona vote.

Espero se unan a mis esfuerzos y me dejen saber también de que manera puedo yo representarlos mejor.

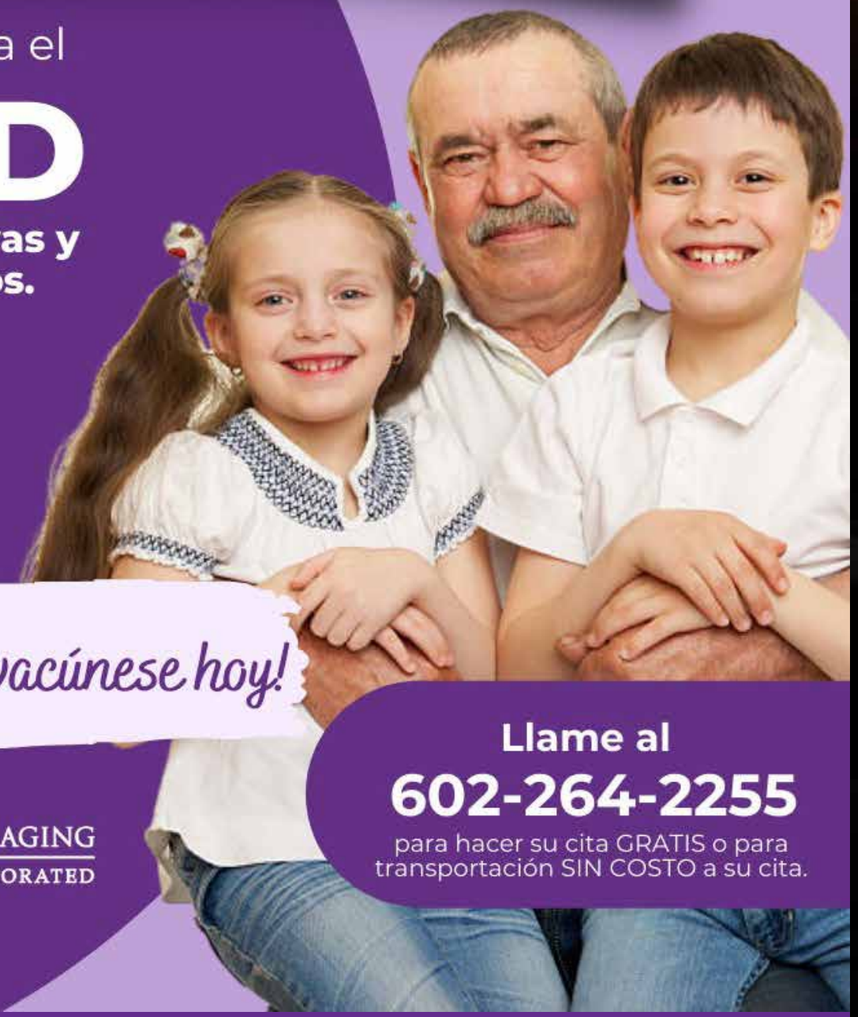
¡PRÓTEJASE Y PROTEJA A SUS SERES QUERIDOS!

Las vacunas contra el

COVID

Son seguras, efectivas y nos protegen a todos.

COVID podría ser más grave para las personas mayores de 65 años, evite ser hospitalizado.



¡Nunca es tarde, vacúnese hoy!

AREA AGENCY ON AGING
REGION ONE, INCORPORATED

Llame al
602-264-2255
para hacer su cita GRATIS o para transportación SIN COSTO a su cita.

OAXSON ENTERTAINMENT PRESENTA

TRIBUTO A HÉROES DEL SILENCIO

LINORBITA

EXPERIENCIA PARASIEMPRE

INVITADO ESPECIAL DESDE ESPAÑA. GUITARRISTA HDS TOUR 2007:

GONZALO VALDIVIA

BandoLeros Night Club

VIERNES 16 DE SEPTIEMBRE

PHOENIX, AZ 3613 E VAN BUREN STREET PHOENIX, AZ 85008

ADEMÁS **PLANETA** BANDA INVITADA

Boletos en tickéri.com Más información al 623.206.7973

ANA VALDEZ: Una mujer apasionada por empoderar a la comunidad latina en Estados Unidos

Fotografías: Ana Valdez

Orgullosamente mexicana y americana, es la directora ejecutiva de The Latino Donor Collaborative (LDC), una organización no lucrativa donde se ha propuesto reformular y promover las contribuciones significativas que los latinos estadounidenses hacen a la sociedad y así romper falsos estereotipos. "En LDC creamos reportes y creamos investigación acerca de las contribuciones económicas que los latinos están haciendo a Estados Unidos y los números son espectaculares"

En el mes de la herencia hispana queremos destacar la labor de Ana Valdez y su exitosa carrera como consultora estadounidense de marketing, medios y política, líder de pensamiento y con gran experiencia en el mundo corporativo y los medios de comunicación. Desempeñó importantes cargos en el gobierno de Clinton y también en las Naciones Unidas. Además ha recibido innumerables reconocimientos como mujer latina influyente, líder y poderosa. Nació y creció en la Ciudad de México y llegó a los Estados Unidos para quedarse y representar positivamente a los latinos.

Estudió Negocios y Mercadotecnia en el Tecnológico de Monterrey y al terminar la carrera se mudó a Ciudad de México para trabajar en Nielsen, la compañía de mercadotecnia más grande del mundo "Tuve la suerte de ser una de las primeras mujeres en ser contratadas para el departamento de ejecutivos". Después trabajó para Banamex y luego se fue a hacer una maestría en España. "A partir de ahí ya no regresé. Trabajé en Suiza y después en Estados Unidos y cuando vine a Estados Unidos me di cuenta que la comunidad latina, los inmigrantes latinos estaban trabajando muchísimo y le estaban dando a sus hijos una vida extremadamente positiva, sacrificando todo y han creado una generación de gente latina espectacular, de la que nunca se habla, hablamos mucho de las carencias que hay en la comunidad latina (que es importante hablar de ellas) pero no se habla de los éxitos que hay"

¿De qué manera sigue conectada con sus raíces y qué la hace sentirse orgullosa de ser latina?

"Toda mi familia está en México, yo soy la única que vive aquí, así que estoy conectadísima con mis raíces. Yo soy una mexicana orgullosísima, ahora también soy una americana muy orgullosa, pero para mi no hay conflicto. Mi marido siempre dice: nosotros somos 200 por ciento americanos y 200 por ciento mexicanos, porque estamos orgullosos de las dos y nos hace mejores tener estas dos culturas y estos dos idiomas y podemos tener dos puntos de vista que son muy importantes. Yo voy muchísimo a México a ver a mi mamá, a mi familia y a mis hijos les he enseñado español desde chiquitos, entonces ellos se han pasado veranos completos allá. Para mí ser mexicana es una bendición absoluta"

¿Qué obstáculos ha tenido en Estados Unidos por ser latina?

"Para mi el obstáculo más importante, y por eso hago lo que hago, es la narrativa de lo que son los mexicanos y de los latinos en general. El estereotipo es terrible… poder ver que hay una persona que se volvió presidente que lanzó su campaña diciendo que todos los mexicanos eran unos violadores y unos criminales. Y me me gusta mi trabajo porque es decir, los datos, los hechos, los números que demuestran lo exactamente lo contrario"

¿En este momento de su vida cuál es su mayor sueño?

"Es ver que estas historias y todas las que no tienen que ver con estereotipos, se cuenten en los medios y se cree una narrativa real de quienes son los latinos en este país"

Díganos tres maneras en que los estudios de The Latino Donor Collaborative benefician a los latinos

"Estos números son buenos y muy importantes para nosotros. Saber que si fuéramos una economía, seríamos la séptima economía más grande del mundo. La segunda es para que la gente que toma decisiones importantísimas en este país sepa quiénes somos. Te imaginas estar ignorando una población del 20 por ciento nada más porque piensas que todos son criminales y son pobres. Ser pobre no tiene nada de malo, el problema es que no todos somos pobres. De acuerdo al censo nada más el 15 por ciento de los latinos viven en la pobreza. Y una tercera es que entre más podamos integrar este concepto de que nosotros estamos trayendo tantísimo dinero a este país, más va crecer el país en sí. Estos números no son solamente para los latinos, son para todos los americanos. Los latinos en esta era son el sueño americano, el sueño americano siempre ha sido un

Fotografías: Ana Valdez

inmigrante y los inmigrantes de esta era son los latinos "

¿Desde el punto de vista de Inmigración, de alguna manera estos números podrían ayudar a convencer a los congresistas de que es inminente una reforma migratoria?

"Ya los convencimos, nuestra información está en el Joint Economic Council del Congreso. El problema es este grupo anti inmigratorio que dice mentiras. El problema de inmigración es mucho más grande que unos datos. Es político, racista, tiene muchos otros matices. Nosotros contribuimos con los datos para que los activistas de inmigración puedan usarlos para convencer a la otra parte"

Para conocer en detalle los estudios y las interesantes y sorprendentes cifras que ellos arrojan, visite www.latinodonorcollaborative.org

LAS MUERTES POR ACCIDENTES DE TRÁFICO AUMENTAN EN 2021 A MEDIDA QUE MÁS PERSONAS VIAJAN

Fotografía: CT

Por LOURDES LERMA
llerma@azdot.gov
Vocera del Departamento de Transporte de Arizona (ADOT) y su División de Vehículos Motorizados (MVD)

El comportamiento del conductor, incluyendo el exceso de velocidad y el conducir bajo la influencia del alcohol, drogas o medicamentos recetados son factores principales, ya que 1180 personas murieron en accidentes automovilísticos en Arizona.

A medida que más personas comenzaron a volver a viajar en 2021, la cantidad de muertes por accidentes de tráfico aumentó por segundo año consecutivo a sus niveles más altos en 15 años, según el Informe de Datos de Accidentes Automovilísticos de Arizona más reciente, conocido en inglés como Arizona Motor Vehicle Crash Facts (Arizona Motor Vehicle Crash Facts report) y publicado el miércoles 7 de septiembre.

El número de muertos en colisiones de tráfico aumentó de 1,054 en 2020 a 1,180 en 2021, un aumento del 12 %. El número total de accidentes de tráfico también aumentó en un 22 % debido a que las personas condujeron aproximadamente 8,100 millones de millas más el año pasado que en 2020.

El Departamento de Transporte de Arizona produce el informe anual de "Datos de Accidentes Automovilísticos de Arizona", que es una compilación de los choques de tráfico reportados por las agencias de policía en todo el estado. El documento refleja los datos reportados sobre los accidentes que sucedieron en todas las carreteras de Arizona, incluyendo las calles de la ciudad, las carreteras del condado, las carreteras de las reservaciones indígenas y las carreteras estatales.

El informe de 2021 muestra un aumento en todas las categorías en términos del número de accidentes, lesiones y muertes a medida que más personas comenzaron a viajar nuevamente al trabajo, la escuela y otros lugares. Un desglose mes por mes en el informe de accidentes muestra un aumento general en la cantidad de accidentes a medida que avanzaba el año, siendo octubre el mes con más accidentes. Las muertes son causadas principalmente por el comportamiento del conductor. La velocidad fue un factor en el 30 % de todas las muertes el año pasado, y el conducir bajo la influencia del alcohol, drogas o medicamentos recetados fue un factor en casi un tercio de todas las muertes de tráfico en 2021. No usar cinturones de seguridad fue un factor en casi una cuarta parte de todas las muertes. Esto ilustra que el cambio real debe comenzar en el asiento del conductor.

El reducir los accidentes, las muertes y lesiones no lo pueden lograr únicamente las agencias estatales ya que más de dos tercios de los accidentes ocurren en caminos que no son carreteras estatales.

Los accidentes relacionados con el alcohol aumentaron considerablemente en 2021 con 5,620 choques, un número no visto desde 2009, que tuvo 5905 accidentes. La cantidad de muertes relacionadas con el alcohol también experimentó un ligero aumento con 243 muertes en 2021 en comparación con las 228 en 2020, un aumento del 6,5 % que revierte las recientes tendencias a la baja en las muertes relacionadas con el alcohol entre 2017 y 2020.

Las muertes relacionadas con bicicletas también aumentaron considerablemente con 45 muertes en 2021, un aumento del 41 % con respecto a las 32 muertes en 2020. Las muertes relacionadas con bicicletas han aumentado cada año desde 2018.

El Informe de Datos de Accidentes Automovilísticos de Arizona está disponible en azdot.gov/CrashFacts.

16 AÑOS

ON AIR

ANIVERSARIO

LA ONDA

1190 AM 107.5 FM

Noticiosa | Informativa | Independiente

¡Gracias por seguir creciendo con nosotros!

BUNDLED IS BETTER

Just ask Drew and Jonathan

AUTO + HOME = UP TO 23% SAVINGS*

Like the Scott Brothers — some things are just better in pairs.

Another great pairing? Bundling your auto and home policies for **up to 23% in savings.***

Plus, the more you bundle — the more you can save!

Contact me today to get a quote and start saving.

John Herrera, Agent

John Herrera Agency, LLC

(602) 795-4825

jherrer1@amfam.com

(602) 795-4825

*Customers who bundle auto and home insurance policies with American Family Insurance may save up to 23% on both policies together (as of October 2021). Discounts may not apply to all coverages on an auto or property policy. Discounts do not apply to a life policy.

AMERICAN FAMILY INSURANCE

American Family Mutual Insurance Company, S.I. & its Operating Companies. Life insurance underwritten by American Family Life Insurance Company, 6000 American Parkway, Madison, WI 53783 ©2021 019569 – Rev. 1/22 – 16605135

ZIGGY, LA NUEVA PALABRA MÁGICA

Si le apasiona estar al día con la tecnología le tenemos noticias de Alexa en Español y Fire TV. Amazon Devices acaba de anunciar nuevas funciones que harán su hogar aún más inteligente.

***Comparta su lista de compras:** los clientes ahora pueden compartir sus listas de compras con sus contactos, a través de la aplicación Alexa o dispositivos Echo compatibles. Simplemente diciendo: "Alexa, envía mi lista de compras a _", Alexa identificará el contacto y confirmará que es la coincidencia correcta para compartir. Luego, Alexa enviará un mensaje directamente a la cuenta de Alexa del destinatario con una copia de la lista de compras. Esta característica podría ser particularmente útil para aquellos que pueden estar cuidando a sus seres queridos que no pueden ir al supermercado por sí mismos o para aquellos que tienen problemas visuales o motores y necesitan más flexibilidad para ayudar a crear y compartir sus listas de compras con otros. Para usar esta función, los clientes deben tener un dispositivo habilitado con Alexa, configurado para Comunicación y la aplicación Alexa instalada en su dispositivo móvil.

***Subtítulos en llamadas:** con esta nueva función, Alexa puede mostrar el texto de lo que dice la otra persona casi en tiempo real durante las llamadas individuales de vídeo y audio de Alexa y las llamadas por Drop-In, lo que ayuda a los usuarios con alguna debilidad auditiva o en ambientes ruidosos. Los subtítulos de llamadas están disponibles en todos los dispositivos Echo Show.

***Fire TV- Panel de Smart Home**: Ahora se puede ver y controlar los dispositivos conectados en toda su casa. Simplemente diga: "Alexa, muéstrame el panel de casa inteligente" y Fire TV mostrará las luces, los enchufes y los interruptores inteligentes que haya conectado, cuyo estado puede verificar (encender/apagar) y controlar con el control remoto. También hay una nueva fila dedicada específicamente a las cámaras inteligentes, de las que puede ver las transmisiones. Además, ahora se pueden verificar los dispositivos inteligentes que haya marcado como favoritos desde la aplicación de Alexa. Smart Home Dashboard también permite termostatos y más adelante este año se añadirán grupos de Smart Home.

***La nueva palabra de activación:** Los clientes que utilizan Alexa en Español en Estados Unidos ya pueden probar una nueva palabra de activación para sus dispositivos Echo: **Ziggy**.

Estas nuevas funciones de Alexa y Fire TV harán su vida aún más sencilla. Con la nueva palabra de activación, **Ziggy**, podrá tener mayor control de sus dispositivos de casa inteligente.

Para cambiar la palabra de activación, visite la aplicación Alexa y seleccione una de las palabras de activación disponibles: Alexa, Echo, Amazon y ahora **Ziggy**.

Todas las palabras de activación se pueden utilizar con cualquier opción de voz, incluida la nueva que se anunció el año pasado.

Fotografías: Amazon

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

Fotografía: Pitaya Entertainment

ESCUCHAR

Streaming

Entrevista

Mauricio Martínez nos presenta “A Mí También” La voz de las víctimas de abuso sexual y de poder

Se trata de un nuevo podcast de Pitaya Entertainment sobre casos de abuso sexual y abuso de poder en el mundo hispano. Hablamos con el actor y cantante mexicano y ahora conductor de “A mi también”, quien nos explicó cómo su caso personal trascendió a este podcast y a quiénes va a ayudar.

Mauricio Martínez denunció públicamente, hace unos meses, al famoso manager Antonio Berumen de abusar sexualmente de él cuando comenzaba su carrera como cantante y eso desató decenas de acusaciones y varias denuncias en contra de Berumen. Hoy se cristaliza este proyecto que da voz a las víctimas de abuso sexual y abuso de poder no solo en el medio del entretenimiento. El saber que no estaba solo y que no fue la única víctima de Berumen llevó al nombre del podcast, muchos de los afectados contactaron a Mauricio y todos coincidían en algo: “A mí también”.

Mauricio Martínez durante la entrevista con Contacto Total desde su casa en Nueva York via Zoom.

¿Cómo surge la idea de hacer el podcast? ¿En qué momento decide hacerlo?

“Surge a través de la gente de Pitaya que me busca (yo llevaba como dos meses de haber iniciado la lucha después de haber denunciado públicamente a través de un tweet y luego de viajar a México y realizar la denuncia por la vía legal) y ellos me dicen no hay una plataforma para darle voz en el mundo hispano a las víctimas de abuso sexual, de abuso de poder y nos gustaría mucho invitarte a que tengas un podcast en el que tú decidas con quien compartir y a quien entrevistar… lo pensé. Dije, denme un par de semanas. Tenía miedo la verdad, dije no quiero convertirme en referencia, que mi nombre esté ligado a la persona que abusó de mí. No queremos que se relacione por el resto de nuestras vidas con nuestro agresor, pero hay que entender que cuando suceden este tipo de cosas cuando tienes la valentía de contarlas y de buscar justicia, ya no se trata de tí, ya elevaste tu sufrimiento, tu abuso y tu caso y se vuelve público, entonces cómo ayudas a más personas a que esto ya no suceda. Pienso en los hijos de mis hermanas, de mis amigos y digo lo hago por ellos, cómo les dejo un mundo mejor. Esto es una responsabilidad social que tengo, una responsabilidad como ser humano… y por eso acepté”

Cada semana, Mauricio disecciona diferentes casos de abuso acompañado de sobrevivientes y especialistas en el tema y otros invitados especiales: “Es importante tener un equipo que me cobije, que me ayude, abogados, psicólogos para poder darle la seriedad que requiere un tema tan importante, pero tan necesario. Estamos necesitados de plataformas como esta en el mundo hispano. No estamos acostumbrados a hablar de abuso en el mundo en español”

Mauricio ha dejado muy claro que la actuación y la música son su sueño y su prioridad, pero ahora que se estrena como podcaster transmitiendo desde su casa en New York “A mí también”

¿Cómo ha sido la experiencia de hacer podcasts por primera vez? “Ha sido interesante, desde tener tu propio estudio en tu casa y tu micrófono y también decidir a quién vas a entrevistar, estudiar los casos… ha sido muy enriquecedor. Poder platicar con otras víctimas, con expertos en el tema, comparar los sistemas de justicia en diferentes países y comparar casos. Tenemos a muchísimas personas (víctimas) que están dispuestas a hablar, que están necesitadas de hablar y es para poder ayudar a más personas, esa es la misión. Acompañar a más víctimas porque yo sé lo que se siente, yo también lo viví, es un camino muy solitario y por eso lo estoy haciendo”

Hablando de tu caso personal, te callaste por 20 años hasta que por fin decidiste contarlo todo públicamente. *¿Cómo fue ese momento en el que decidiste publicar el tweet, dudaste mucho antes de dar click?* “Dude muchísimo, estaba aquí en la sala de mi casa, me acuerdo que una amiga me mandó el hilo de Sasha (Sokol)que leí, que fue el que me inspiró y me conmovió tanto, me atreví, algo sentí en mi interior que dije este es el momento de hacerlo y escribí el tweet. Obviamente dude, lo guardé, dije lo aviento, no lo aviento, me tome una copa de vino, yo estaba llorando, estaba muy nervioso, no lo consulté con nadie y dije click, sent y me fui a dormir y al día siguiente desperté y ya había estallado una bomba… pero gracias a eso empecé a conectar con más víctimas. También gracias a que fui revictimizado en medios por comunicadores importantes, más víctimas se sintieron identificadas conmigo”

“No podemos cambiar el pasado, tampoco nos vamos a clavar mucho en lamentar, vamos a ver como cambiamos el futuro, cómo podemos ayudar a los que vienen detrás”

El podcast “A mí también” se puede escuchar directamente en la página de Pitaya www.pitaya.fm y en diferentes plataformas como Amazon Music, Apple podcasts, Spotify, IHeart Radio y Youtube.

¿Necesita ayuda con sus pagos mensuales de Medicare?

SHIP
State Health Insurance Assistance Program
Navigating Medicare

PODRÍA TAMBIÉN CALIFICAR PARA RECIBIR ASISTENCIA CON LOS COSTOS PARA MEDICAMENTOS RECETADOS.

Un consejero de SHIP le dará más información sobre los programas que le podrían ayudar a reducir sus costos de Medicare.

LLAME HOY A LA LÍNEA GRATUITA Y CONFIDENCIAL DE AYUDA EN ARIZONA PARA BENEFICIARIOS DE MEDICARE AL

602.280.1059

Este proyecto ha sido apoyado en parte por la subvención número 1801AZMIAA y 1801AZMISH de la Administration for Community Living del Departamento de la Salud y Servicios Humanos de los E.E.U.U., Washington, D.C. 20201

6 AÑOS

Contacto total

"LA REVISTA QUE HABLA"

CONTACTO TOTAL, LA REVISTA QUE HABLA, SE PUBLICÓ POR PRIMERA VEZ EL 7 DE SEPTIEMBRE DE 2016. HOY CELEBRAMOS NUESTRO SEXTO AÑO CON LA SATISFACCIÓN DE QUE ESTAMOS CUMPLIENDO NUESTROS OBJETIVOS Y CON LA CONVICCIÓN DE QUE CADA DÍA SEGUIREMOS DANDO LO MEJOR DE NOSOTROS PARA LLEGAR A NUESTROS LECTORES, NO SOLO EN ARIZONA SINO EN TODO EL MUNDO.

¡GRACIAS! ¡MUCHAS GRACIAS A TODOS NUESTROS LECTORES!

SEGUIREMOS FIRMES ENTREGANDO VALIOSA INFORMACIÓN, ENTRETENIMIENTO, TALENTO LOCAL, CONCURSOS, EVENTOS Y, POR SUPUESTO, LOS SERVICIOS Y PRODUCTOS EN LOS QUE PUEDE CONFIAR.

¡INFINITAS GRACIAS A TODOS Y CADA UNO DE NUESTROS PATROCINADORES PORQUE HAN SIDO PIEZAS VITALES PARA NUESTRA REVISTA

A TODO NUESTRO EQUIPO DE TRABAJO GRACIAS POR EL COMPROMISO, DEDICACIÓN Y PROFESIONALISMO QUE "IMPRIMEN" EN CADA EDICIÓN.

Fotografía: Christopher Esqueda

"AINBO: SPIRIT OF THE AMAZON" POR FIN EN USA

Fotografía: Shout Factory Kids

La coproducción peruana-holandesa que debutará el 29 de noviembre en DVD, Digital y bajo demanda, cautivará a grandes y chicos.

La espectacular aventura cinematográfica de dibujos animados, dirigida por José Zelada Y Richard Claus, nos lleva de viaje a un paraíso tropical de Sudamérica y a sentir el embrujo de la emocionante aventura de la pequeña y atrevida Ainbo y el esplendor del Amazonas con su fragante flora, animales exóticos y árboles ancestrales que cuelgan desde arriba.

Ainbo: Spirit Of The Amazon nos inspirará sobre la importancia de proteger nuestro medio ambiente y la diversidad de especies del Amazonas.

La película cuenta con un talentoso reparto vocal que incluye a Lola Raie (Cheaper by the Dozen), Naomi Serrano (New Amsterdam), Dino Andrade (Batman: Arkham Asylum), Joe Hernández (Transformers: War for Cybertron Trilogy), Alejandra Gollas (Quinceañera), Bernardo De Paula (Carmen Sandiego), Thom Hoffman (Black Book), Yeni Álvarez (Pinocchio), Susana Ballesteros (The House of Flowers), René Mujica (Elena of Avalor), Gerardo Prat (The Barrier) y Rico Sola.

Ainbo: Spirit Of The Amazon reventó las taquillas en España y cosechó éxitos de taquilla internacionales en Francia, Australia, Nueva Zelanda y América Central.

ESTRELLAS Y MÁS ESTRELLAS EN LOS PREMIOS BILLBOARD DE LA MÚSICA LATINA

Fotografías: Telemundo

Las actuaciones musicales de Alejandra Guzmán, Ángela Aguilar, Calibre 50, Elvis Crespo, Farruko, Los Ángeles Azules, Ozuna y Piso 21 se integran a la noche más prestigiosa de la música latinaque ya había anunciado las presentaciones de Camilo, Carlos Vives, Chayanne, CNCO, Eslabon Armado, Grupo Firme, Maluma, Pablo López, Pepe Aguilar, Raphaely Tini.

Con esta lista de artistas de primera línea, la gran gala que se transmitirá en vivo por Telemundo el jueves, 29 de septiembre a las 7pm/6c desde el Watsco Center de Miami, Florida. Los Premios Billboard de la Música Latina también se emitirán simultáneamente en el canal de cable hispano de entretenimiento, Universo, el servicio de streaming Peacock, la aplicación de Telemundo, y a través de Latinoamérica y el Caribe por Telemundo Internacional. La premiación coincide con la Semana de la Música Latina de Billboard, que regresa a Miami del 26 de septiembre al 1 de octubre de 2022, celebrando la música, la cultura y el entretenimiento latino durante toda la semana con presentaciones exclusivas, conversaciones únicas, talleres, eventos y experiencias exclusivas para fans. Para más información sobre la Semana de la Música Latina de Billboard visite billboardlatinmusicweek.com.

Para obtener las últimas noticias sobre Premios Billboard de la Música Latina, puedes seguir el evento en Telemundo.com/PremiosBillboard y a través de las redes sociales @LatinBillboards.

LA NUEVA TEMPORADADE'EXATLÓN ESTADOS UNIDOS'

Regresa a Telemundo el reality de competencia con una sorprendente edición mundial y se estrena el martes, 27 de septiembre a las 7pm/6c.

Nuevos héroes de nivel mundial pondrán a prueba sus habilidades físicas y mentales en una nueva serie de circuitos y desafíos, pero el reto más grande será todo el drama de la convivencia durante su aislamiento en su sueño de alcanzar la victoria. Esta nueva edición estará conducida por Frederik Oldenburg al lado de Marisela "Chelly" Cantú como comentarista deportiva.

La séptima temporada viene en grande con una sede completamente rediseñada de última generación donde el drama de convivencia será uno de los principales protagonistas. Tanto en la versión lineal como en Telemundo.com, los fanáticos podrán entrar al mundo detrás de la competencia y conocer a fondo al ser humano detrás de cada atleta, entre otras novedades para el disfrute de toda la familia.

Próximamente Telemundo anunciará la nueva generación de los integrantes del Equipo Famosos (Equipo Rojo) y el Equipo Contendientes (Equipo Azul) que darán todo por llevarse el título de campeón, mientras viven desconectados del mundo exterior en las arenas de Exatlón Estados Unidos.

La audiencia puede disfrutar Exatlón Estados Unidos en familia de lunes a viernes en vivo a las 7pm/6c, ponerse al día a través de la app Telemundo o visitar Telemundo.com.

¡Los más deliciosos Corn Dogs Coreanos!

SEOUL Two Hands Two Hands Hot Dogs

Ahora en el Centro Comercial Arizona Mills
-A un lado de la plazoleta de comidas.

¡Pide el que más te guste
o pruébalos todos!
TWO HANDS DOG
SPICY DOG
POTATO DOG
CRISPY RICE DOG
CLASSIC DOG
AMERICAN CLASSIC DOG
INJEOLMI DOG

¡Para todos los gustos!
-100% Beef Sausage-
-Half Sausage/Half Mozzarella-
-Whole Mozzarella-
-Half Mozzarella/Half Cheddar-
-Spicy Beef Sausage-
-Vegan Sausage-

5000 S. Arizona Mills Cir # 682 Tempe, AZ 85282
(480) 698-7058

DR
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
3800 N Central Ave #830
Phoenix, AZ 85012

ABOGADO DE DEFENSA CRIMINAL. Casos de DUI, drogas, robo de identidad, violencia doméstica, asalto, robo, entre otros. **602-266-0292**

¡NO SE DEJE ATRAPAR POR UNA PESADILLA!
Llame a MDK Law Group
Abogados de accidentes de Phoenix
Le ayudamos a recibir la compensación a la que tiene derecho según la ley.
(623) 225-5635

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.

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

LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!
PARA ANUNCIARSE AQUI
LLAME AL 602-751-2106

PROTEJA SU EMPRESA
Cobertura para mantenimiento de jardines, césped y áreas verdes
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.
John Herrera Agency LLC
602-795-4825
AMERICAN FAMILY INSURANCE

¿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

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

COMPRE / VENDA
INTERCAMBIE / REGALE

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

20 palabras por 10 dolares. ¡Anunciate!

Comida Típica Colombiana
Cater Food Trailer
E-mail:wowquerico@hotmail.com
wowquericocol
wowquericocol
Wow ...Que Rico COLOMBIAN FOOD
Comida Típica Colombiana
Gloria Gallego
(623) 703-7469

¡El primer trailer de comida típica colombiana en Arizona!
Con los platillos más deliciosos: Arepas, empanadas, bandeja paisa, arroz con pollo y mucho más…

TEL 623-271-7405 - FAX 623-271-9083
COLOMBIA Express…
SERIVCIO DE NOTARIO
RECARGAS
ARTESANÍA COLOMBIANA
TARJETAS DE NEGOCIOS
COMIDA COLOMBIANA
EMPAQUETADA Y CONGELADA
PREGUNTE POR LAS BOCINAS, VIDEOJUEGOS Y ACCESORIOS PARA CELULARES.
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

LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!
PARA ANUNCIARSE AQUI
LLAME AL 602-751-2106

CAMAS A PRECIOS DE FÁBRICA EN TODOS LOS TAMAÑOS

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

602-475-4515

Los precios bajos se mantienen hasta agotar existencias.

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.

20 palabras por 10 dolares. !Anunciate!

SE BUSCA PERSONAL PARA LIMPIEZA DE COMERCIOS CON HORARIO FLEXIBLE
Durante las mañanas. Área de Goodyear, Litchfield y freeway 10; y Ciudad de Surprise, Bell rd y 144 avenida. Para más informes 480-518-0051 Laura - Texto o llamada.

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

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**

¿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**

Servicio de Herrería / Welding Services and door repair.
Servicio de herrería y reparación de puertas. Todo tipo de trabajos de soldadura. Hacemos puertas y rejas. Presupuesto sin compromiso. **602-814-2084**

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

Computadoras Reparación y venta de computadoras, laptops y 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
Muy recomendado en Yelp -5 estrellas

REYES ROOFING LLC
GENERAL CONTRACTOR
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 y residencial. Puertas de ducha personalizadas, espejos, cubiertas para mesa, ventanas, puertas, mosquiteros y mucho más. **Estimados gratis. 602-689-7952**

Se solicita empleado/a para una tienda de celulares en el área de Avondale. No necesita tener experiencia pero tiene que ser bilingüe. Favor de comunicarse al **602-380-9456**

LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!
PARA ANUNCIARSE AQUI
LLAME AL 602-751-2106

20 palabras por 10 dolares. !Anunciate!

LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!
PARA ANUNCIARSE AQUI
LLAME AL 602-751-2106

Bright Glass LLC.
Reparación de ventanas. Venta e instalación de: *Vidrios para ventanas *Puertas de baños *Protectores solares *Puertas corredizas *Cubierta para mesas *Vitrinas.
6 0 2 - 6 9 7 - 3 4 1 7 .
-Servicio comercial y residencial-.

PHOCHELLA

art&culture music festival

featuring

AMBAR LUCID

LUNA LUNA - THE BROWN BOYZ - LA DOÑA
PRIME SOCIETY - JASON CHU - DJ AWDRE - SONRIZAS

SAt. SEPt. 24

$15 - Doors open at 3 PM
Rancho Ochoa
6638 W Broadway Rd
Phoenix, AZ 85043
Wristband 21+

phochella.com

Fuerte · The Funky Latina · ONE ARIZONA

VALENTINAS PARTY WORLD

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

OFERTA ESPECIAL
DOS PIÑATAS DE 9 PICOS, UN COMBO DE DULCES Y EL PALITO PARA LA PIÑATA POR SOLO $29.99.

BANDERAS
ZARAPES
SOMBREROS
MARACAS
REBOSOS
PAPEL PICADO
CAMPANAS DE PAPEL
TRENZAS
MATRACAS

OLLAS DE BARRO
JARRITOS JAIBOLEROS
TORTILLEROS
MOLCAJETES
ALCANCÍAS
BOLSAS DE JERSEY
GLOBOS
PIÑATAS

TRES LOCALIDADES EN EL VALLE DEL SOL

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

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

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

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

ABC Taxes

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 2022

¡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

UNO Mortgage
¿QUIERES COMPRAR, RENOVAR O REFINANCIAR UNA PROPIEDAD?
LOS PRIMEROS Y LOS MEJORES
(480) 593-6193
JUAN RAÚL FIMBRES
Loan Officer NMLS 282378
juan@unomtg.com
HOMESTYLE
PROGRAMA DE REFINANCIAMIENTO HIPOTECARIO
Incluye fondos para reparar o renovar
Funciona como un préstamo convencional
Programa exclusivo de Fannie Mae
2942 N 24th Street Suite 203 Phoenix, AZ 85016
AZ Lic MB-BR-1027710 NMLS #1752164 Equal Housing Lender