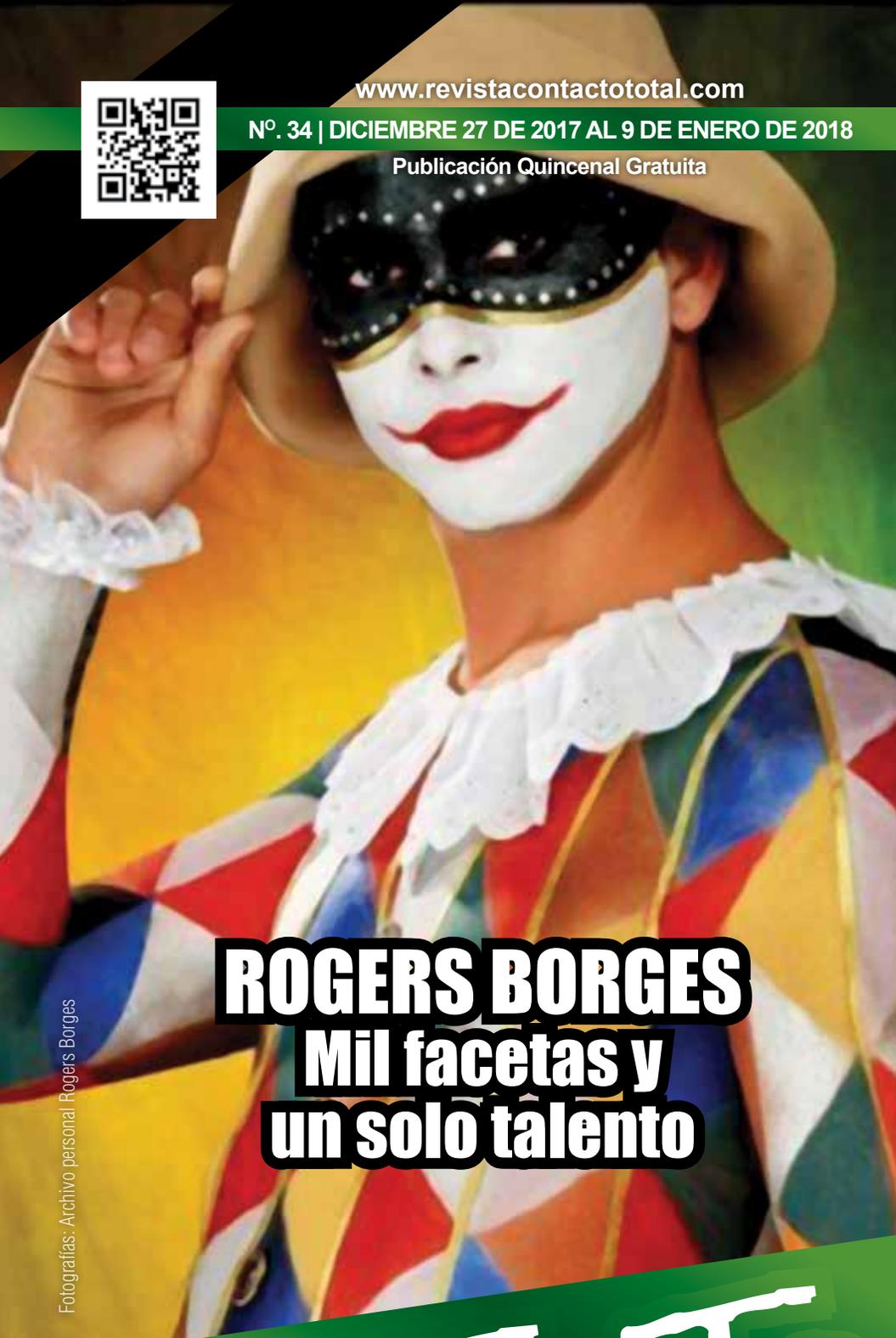


www.revistacontactototal.com

Nº. 34 | DICIEMBRE 27 DE 2017 AL 9 DE ENERO DE 2018

Publicación Quincenal Gratuita



ROGERS BORGES

Mil facetas y un solo talento

Fotografías: Archivo personal Rogers Borges

CONTACTO

"LA REVISTA QUE HABLA"

GRATIS



BIENVENIDO 2018

Adiós 2017



PROPÓSITOS DE AÑO NUEVO

Famosos de Arizona



CÓMO PELEAR SU FIANZA

Immigración



SABORES DE EUROPA

Destinos



Like us on Facebook
#TEAMFIMBRES



¿Pensando en comprar vivienda?

LLÁMEME Y LE AYUDO A CONSEGUIR EL PRÉSTAMO

- * AGILIDAD EN LOS TRÁMITES
- * COSTOS COMPETITIVOS
- * MAYOR FLEXIBILIDAD EN LA CALIFICACIÓN
- * PRÉSTAMOS CON PERMISOS DE TRABAJO
- * PROGRAMAS DE ASISTENCIA DISPONIBLES PARA SU ENGANCHE Y/O GASTOS DE CIERRE.
- * PRESTAMOS FHA DESDE 520 PUNTOS
(NO APLICA PARA PROGRAMAS DE ASISTENCIA, APLICAN RESTRICCIONES).

¡DIFERENTES OPCIONES PARA USTED!

Juan Raúl Fimbres
480-593-6193



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

¡LLÁMENOS YA!

Corporate NMLS# 142084 / Corporate AZ License # BK0909311 / Branch NMLS# 1117584 / Juan Fimbres NMLS# 262378 / Juan Fimbres FHA# 2458000001, FHA: 1.877.872.0817 / VA ID# 910224-0000
Alliance Financial Resources, LLC (DBA Alliance Home Loans) is not acting on behalf of or at the direction of HUD/FHA and/or Federal Government.

FLEXIBLE LIFE INSURANCE.



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

Sueña con todo, seguro.



John Herrera Agency
1513 W Thomas Rd
Phoenix, AZ 85015
(602) 795-4825
johnherreraagency.com



American Family Life Insurance Company
6000 American Parkway, Madison, WI 53783 008544 - Rev. 3/15 ©2015
Formulario de póliza ICC13-87 UL
Formulario de póliza L-97 UL (solamente AZ, ND, SD)



¿Qué nos espera en el 2018?

El panorama luce gris, especialmente para la comunidad inmigrante. No se trata de hacer predicciones ni mucho menos profecías o de ser pesimista; pero por lo que pudimos palpar en el 2017 es importante estar preparados para cualquier otro golpe que el presidente Trump quiera dar en lo que se refiere a inmigración. Estados Unidos termina el 2017 con DACA en el limbo tras el anuncio de acabarlo gradualmente y qué decir del programa TPS (Estatus de protección temporal). Ya es un hecho que finaliza para los nicaragüenses en enero de 2019 y también para los haitianos, a los beneficiarios hondureños se les dio una corta extensión y aún falta por definir el futuro de los tepesianos salvadoreños. Y aún los famosos 11 millones de indocumentados continúan en la incertidumbre.

A partir del 22 de enero entra en vigor el reglamento del Real ID, quienes no tengan una licencia aprobada por el gobierno no podrán subir a un avión ya que la licencia de conducir sólo podrán obtenerla ciudadanos, residentes y extranjeros legales en EEUU. La política migratoria del presidente Trump es muy clara. Aunque es una ley federal firmada por George W. Bush en 2005, ni él mismo ni Barack Obama dejaron que entrará en vigor gracias a la presión de los estados.

La situación será muy complicada, pero lo más importante es recibir el 2018 con optimismo. La comunidad inmigrante ha librado duras batallas desde hace muchos años y algunas se han logrado ganar. Las acciones antiinmigrantes y racistas no son novedad ni exclusivas del actual gobierno. Se sobrevivió a la SB1070 y a las acciones del Sheriff Arpaio y la vida sigue. No hay que temer. No hay de otra que seguir adelante y seguir luchando con la frente en alto. Tarde que temprano la justicia llegará.



CONTACTO TOTAL "LA REVISTA QUE HABLA" ES UNA PUBLICACIÓN QUINCENAL GRATUITA PRODUCIDA POR MEDIOS HISPANOS LLC.
 Directora general: DIANA GUALDRÓN. Editor General: GABRIEL VILLALOBOS. Directora Creativa: DORA INÉS VILLALOBOS A.
 Diseño: IN HOUSE MH. Web Master: DIVA PRODUCTIONS. Departamento Comercial: LAURA SEGURA, REBECA SALAS. Diseñador Gráfico: CARLOS AGUILAR. Asesor editorial: RAFAEL TIRADO. Fotografía: LUZ A - FOTO Y VIDEO. Colaboradores en esta edición: LOURDES LERMA, PATRICK MALONEY, RAZIEL GUTIERREZ, ARACELI VILLANUEVA, BLANCA CORNEJO, DANIEL A. RODRIGUEZ, BLANCA A. ERIVES Y SERGIO PÉREZ. Producción General: SANDRA CARMONA. Distribución: RED DE DISTRIBUCIÓN MEDIOS HISPANOS.
PARA ANUNCIARSE AQUI COMUNIQUESE AL TELÉFONO 602 751 2106
 CONTACTO TOTAL: PO BOX 2576 - GILBERT, AZ 85299. E-MAIL: contacto@revistacontactototal.com. TELÉFONO: 602 751 2106
www.revistacontactototal.com

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



EN LA MIRA	6
2018 Nuevo año de prosperidad	
DE SU BOLSILLO	8
Renueve su número ITIN	
DESTINOS	12
Sabores de Europa	
BUENA VIDA	14
A cuidar la salud	
PANORAMA MUNDIAL	16
"Selfitis"	
TALENTO LOCAL	18
Rogers Borges	
INMIGRACIÓN	22
LO QUE USTED TIENE QUE SABER	22
La fianza es una opción	
MUY PERSONAL	24
Propósitos para el 2018	
DE NUESTROS CONSULADOS	26
PANORAMA LOCAL	30
Conduce con cuidado para que llegues	
GENTE EN CONTACTO TOTAL	32
SI SE PUEDE	36
El poder de la clorofila	
¡PARE OREJA Y APUNTE!	40
A CHAMBEAR	42
PERDIDOS Y ENCONTRADOS	45

¿LASTIMADO EN UN ACCIDENTE?

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



DR. PATRICK MALONEY - DIRECTOR CLINICO



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

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

MALONEY
 CHIROPRACTIC CLINIC
 Competence · Integrity · Solutions

2525 E Thomas - Suite #1
 Phoenix, AZ 85016

Estamos para ayudarle!

www.maloneychiropractic.net
(602) 955-2858

TERAPIAS ALTERNATIVAS

Sergio Pérez
lo atiende en Phoenix



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

Clases, seminarios, certificaciones,
talleres y conferencias.

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

Citas al teléfono

210-322-7385

2018

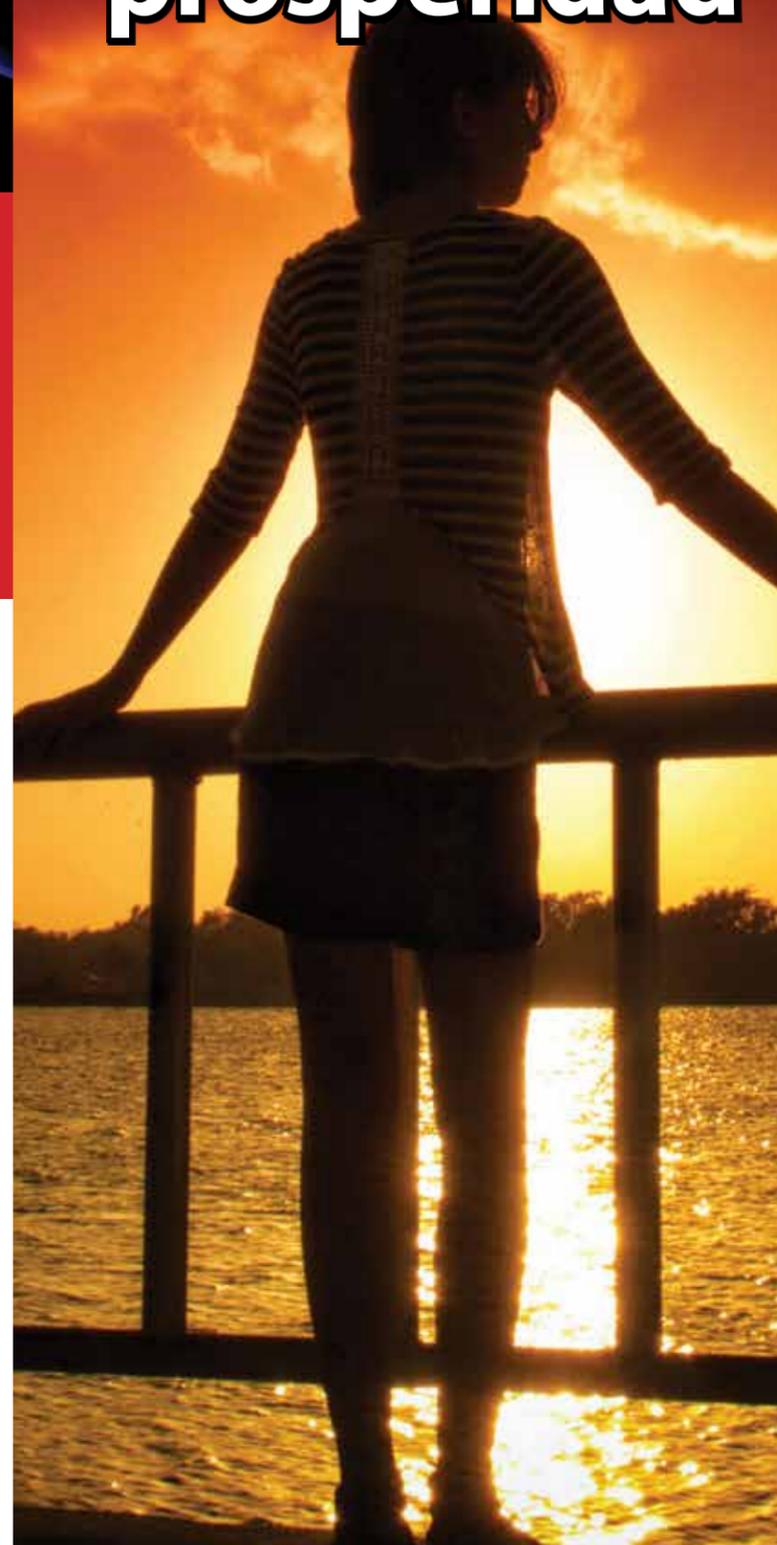
Si pensamos y
analizamos en que área
de nuestra vida nos
gustaría prosperidad,
¿cuál sería?



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

¿Será prosperidad económica? Que todas tus finanzas sean abundantes, que no tengas carencias de dinero, que tengas mucha finanza para poder cubrir todos tus gastos y aun tener más que suficiente para poder comprar todo lo que tú quieras.

Nuevo año de prosperidad



Pero qué tal si pensamos en la prosperidad social, que el cariño y amor siempre estén en tu hogar o, si estas soltera o soltero, que este nuevo año 2018, puedas encontrar la persona indicada para ti. Que el amor y la amistad crezcan abundantemente al punto de nunca sentirte sola o solo.

Pensando en prosperidad en salud, que durante este nuevo año 2018 no tengas ninguna enfermedad, que tu cuerpo se mantenga fuerte, saludable, con energía, que tu salud sea abundante, que no te duela ni un músculo, que la migraña y el diabetes ya no invadan tu cuerpo, que ni el cáncer ni el HIV puedan tocar tu cuerpo. Que ningún dolor ni malestar te puedan alcanzar.

Ahora es tu turno. Cierra los ojos y ponte a pensar en qué área o áreas de tu vida quieres prosperidad, empieza a imaginar esa área o esas áreas llenas de prosperidad, siente como esa área empieza a llenarse de vida y de abundancia. Empiezas a sentir en tu cuerpo alegría de pensar que esas áreas ya están en abundancia.

Te invito a que empieces a hablar y a pensar como si ya tuvieras esa prosperidad. Yo lo hice, yo empecé a hablarle a mi vientre y a declarar que una nueva vida estaba ahí. Dios escucho mi petición y ahora muy pronto voy a ser mamá nuevamente.

Te invito a que tú lo hagas también. Empieza a declarar en tu vida lo que tú quieres para este año que comienza. Que el 2018 este lleno de todo lo que anheles.



Shelter With Out Walls
Refugio Sin Paredes
602-534-3087

blanca.cornejo@jfcsaz.org

ESCUCHAR

EN LA MIRA

Tome acción y renueve su número ITIN ahora para evitar demoras

El IRS ha hecho cambios al programa de números ITIN como resultado de la ley de protección para los estadounidenses contra el aumento de los impuestos (sigla en inglés PATH).



Por **BLANCA A. ERIVES**
Agente Tramitador
Certificado para ITIN

PASOS PARA RENOVAR

Enviar por correo una solicitud de número de identificación Personal del contribuyente - Forma W7

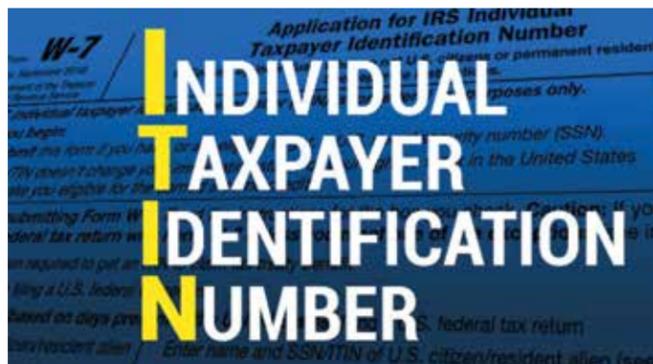
Esta solicitud deberá ir acompañada de una forma de identificación y un acta de nacimiento, el documento que cumple con ambos requisitos es el Pasaporte. El IRS requiere que los documentos sean los originales, los revisará y se los devolverá en 60 días.

Otra opción es acudir a un agente tramitador certificado para la renovación de ITIN, nosotros revisaremos sus documentos y usted podrá conservar los originales. Los agentes tramitadores estamos autorizados para enviar solamente copias.

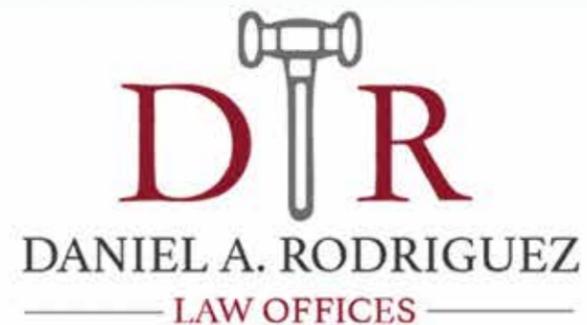
La tercera opción es acudir a un Centro de ayuda al Contribuyente del IRS

Si Usted envía una declaración de impuestos con un número de ITIN expirado tendrá una demora en el proceso de sus impuestos, además podría perder algunos créditos, si no ha renovado para abril 15 de 2018.

Los números de ITIN que fueron emitidos antes del 2013 y que tengan los dígitos de en medio 79, 78, 70, 71, 72 y 80 por ejemplo (XXX-70-XXXX) se vencerán en diciembre 31, 2017. Las personas que tengan estos números deberán renovarlos para poder presentar la declaración de impuestos en 2018. Adicionalmente los ITIN que no han sido usados en por lo menos una declaración en los últimos tres años (2014, 2015 y 2016) también deberán ser renovados.



ABC Taxes
602-423-4883
1513 W Thomas rd
Phoenix AZ 85015
Citas disponibles los 7 días de la semana



DESPACHO LEGAL DE INMIGRANTES, PARA INMIGRANTES.

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

CASOS DE INMIGRACIÓN CITAS GRATIS, SIEMPRE CON EL ABOGADO

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



Law Offices of Daniel A. Rodriguez

Tel: 623-404-2544

1601 North 7th Street, Ste. 350

Phoenix, AZ 85006



Super Especiales



¡Los Esperamos!

* PRESENTE LA REVISTA
CON ESTE ANUNCIO PARA
OBTENER LOS ESPECIALES

Extracciones de
muelas del juicio
\$150

Limpieza
profunda
\$450

Rellenos
naturales
\$100 - \$130

Implantes
(las 3 unidades)
\$2,600

G r a t i s

Examen, consulta y todas las radiografías.

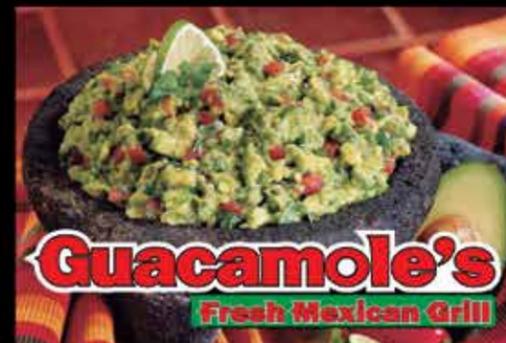
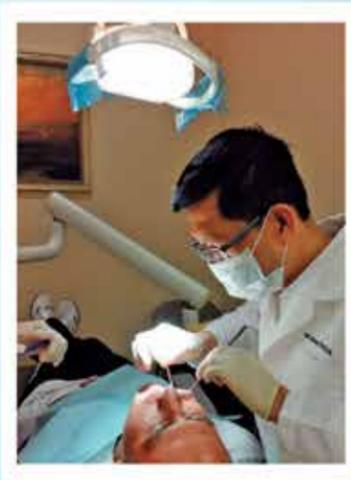
AZ DENTAL
FAMILY DENTISTRY & COSMETIC

PHOENIX: 515 N. 35th AVE. - Suite 122 | Phoenix, AZ 85009.

602-455-0505

WEST PHOENIX: 9014 W. Thomas - Suite 103 | Phoenix, AZ 85037.

623-872-9117



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

www.guacamolesgrill.com

Comida típica de Acapulco, Guerrero, con sabor casero.



* SOPAS
Caldo de res
Menudo
Pozole

* MARISCOS
7 mares
Ceviche de camarón
Campechana
Mojarra frita

* BARBACOA DE RES



* Aguas
Frescas
con
Fruta
Natural



* Jugos de
Frutas y
Verduras
Frescas

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



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

¡Venga y disfrute de nuestra gran variedad de platillos!

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

LOS SABORES DE EUROPA



Raziel Gutiérrez, chef de Cornish Pasty Co. y su esposa Araceli Villanueva, propietaria de la compañía aRAZando Dance Co de Arizona, se fueron de paseo por Europa. Sin duda el viaje de sus sueños. Conocieron y comieron como tenía que ser. Sus paladares probaron muchos platillos y compartieron con los lectores de Contacto Total, la revista que habla, los que hay que llevarse a la boca cuando se visite el viejo continente.



Después de caminar y caminar y tomar fotos, en Barcelona fuimos al Restaurante Salamanca y ordenamos la paella. Es un platillo tradicional español que todo el mundo debe probar. Las mezclas de mariscos con el arroz y las salsas la hacen un platillo único. Delicioso, suave y riquísimo.



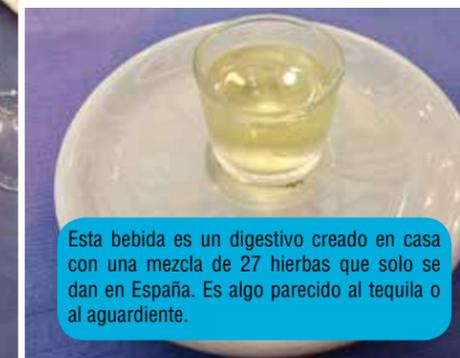
Esta delicia se puede complementar con camarón y calamari



Por si aún nos quedaba espacio y diente para algo dulce, con esto culminamos nuestra merienda.



A este jamón le llaman Jamón de pata negra. Es de un puerco familiar del puerco espín y del puerco doméstico que conocemos nosotros. La verdad era una delicia de jamón. Estaba curado y al mismo tiempo ahumado. ¡Delicioso!



Esta bebida es un digestivo creado en casa con una mezcla de 27 hierbas que solo se dan en España. Es algo parecido al tequila o al aguardiente.



De nuestro paseo por Italia nos impacto el Coliseo, un lugar sorprendente lleno de historia y cultura y también Fontana de Trevi



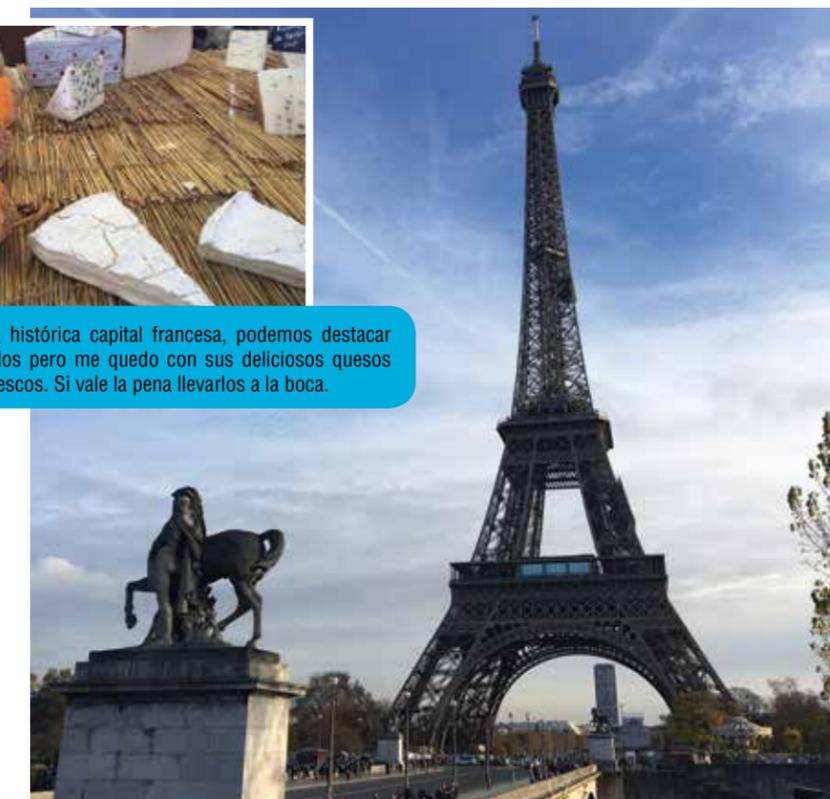
Y claro que había que probar la Lasagna. Esta es con pasta hecha a mano. La salsa marinada está hecha de vegetales orgánicos. Estaba deliciosa. ¡Muy exquisita!



De París, la histórica capital francesa, podemos destacar varios platillos pero me quedo con sus deliciosos quesos caseros y frescos. Si vale la pena llevarlos a la boca.



Otra de las delicias que vale la pena probar es el mozzarella hecho en casa. Es dulce pero delicioso. ¡Sencillamente exquisito!



Cerrajería Garza ya abrió
La casita de las llaves
 COPIAS - CONTROLES - SWITCHES



3520 W. Coronado Rd. - Phoenix, AZ 85009
 35 Avenida, dos calles al norte de McDowell.

602-633-2075

Encuentros CREO LLC



¡Únete a nuestro grupo
 y acude a las pláticas
 de información!

Seminarios y
 entrenamientos para
 matrimonios y
 futuros matrimonios.

No hay un mejor matrimonio
 que sea
 verdadero y armonioso



480-781-8496

567 W. 10th St. Mesa, Arizona 85201

Llame y pregunte por los pre-seminarios (gratis)
 Cupo limitado

Horarios

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



Búscanos en Facebook Encuentros CREO

¡Ojo! Estudios recientes y sicólogos aseguran que la necesidad compulsiva de hacerse "selfies" y publicarlas en las redes, pueden ser un signo de una condición mental que ya tiene nombre propio

Se trata de la "selfitis" que según un estudio reciente realizado por la Nottingham Trent University y la Thiagarajar School of Management es catalogada oficialmente como una enfermedad. Aunque el término no es nuevo, teniendo en cuenta que desde el 2014 empezó a usarse de manera "informal", los sicólogos Mark D. Griffiths y Janarthanan Balakrishnan se dieron a la tarea de tomar en serio este tema y publicaron un artículo en el "International Journal of Mental Health and Addiction" en el que argumentaron que la condición ya es real.

Así mismo, con el fin de evaluar la severidad de la condición, desarrollaron una escala que establece varios niveles de gravedad, desde "límitrofes" hasta "agudos" e incluso "crónicos". Siendo este último el que significa que los afectados "no pueden controlar el impulso de tomarse fotos a sí mismos todo el tiempo".

La escala establece tres estadios de gravedad. El primero es el más leve, donde están las personas que se hacen al menos tres fotos de este tipo al día sin colgarlas en ninguna red social. En el nivel agudo están quienes se hacen ese mismo número de selfies pero además las suben. Y, por último está la 'selfitis crónica'. Son los casos más severos en los que se hacen fotos de manera compulsiva y las publican al menos seis veces al día.

Este sistema de medición se puso a prueba con una encuesta realizada entre 400 participantes de la India, el país con más usuarios de Facebook y donde se registran más muertes por intentar hacerse autoretratos en lugares complicados.

Actualidad Mundial

ESCUCHAR

"Selfitis"

La adicción a tomarse autoretratos ya es considerada un trastorno mental

Según el doctor Janarthanan Balakrishnan, del Departamento de Psicología de Nottingham Trent, la gran mayoría de personas que están sufriendo de esta condición "sufren de falta de confianza en sí mismas y buscan 'encajar' con quienes las rodean".

Ahora que se confirma médicamente la existencia de la "selfitis", Balakrishnan también dice que espera que se lleven a cabo más investigaciones para comprender más acerca de cómo y por qué las personas desarrollan este comportamiento potencialmente obsesivo y qué se puede hacer para ayudar a las personas que son las más afectadas".

Pero Mark Salter, portavoz del "Royal College of Psychiatrists" no está de acuerdo con el informe alegando que es "peligroso" sugerir que tal condición realmente existe. "Existe una tendencia a tratar de etiquetar toda una gama de comportamientos humanos complejos con una sola palabra", declaró. "Pero eso es peligroso porque puede dar realidad a algo que no la tiene".





LOS MÁS RICOS Y DELICIOSOS DE TODO ARIZONA

AHORA EN TRES LOCALIDADES



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

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

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

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



VERDADERA ASESORIA EN IMPUESTOS
623 245 2424

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ROGERS BORGES

"CASUALIDAD O DESTINO, AQUÍ LLEGUÉ"

El joven actor ya se ha robado el corazón del público con varios de sus personajes en obras de teatro del grupo Matices. En entrevista con Contacto Total, la revista que habla, nos cuenta detalles desconocidos de su vida.

Contacto Total: ¿Por qué actor?

Rogers Borges: una amiga de mi mamá llamada Daysi Pettit un día me vio y le dijo a mi mamá que me llevaría a un casting y de allí empezó todo este gran sueño.

CT: ¿Por qué llega a Phoenix?

RB: La situación de libertad de expresión en mi país y agresiones contra los medios de comunicación me obligaron a emigrar a otros horizontes y pues cerraron el canal de televisión donde trabajaba, casualidad o destino aquí llegué.

CT: ¿Quién es Rogers Borges?

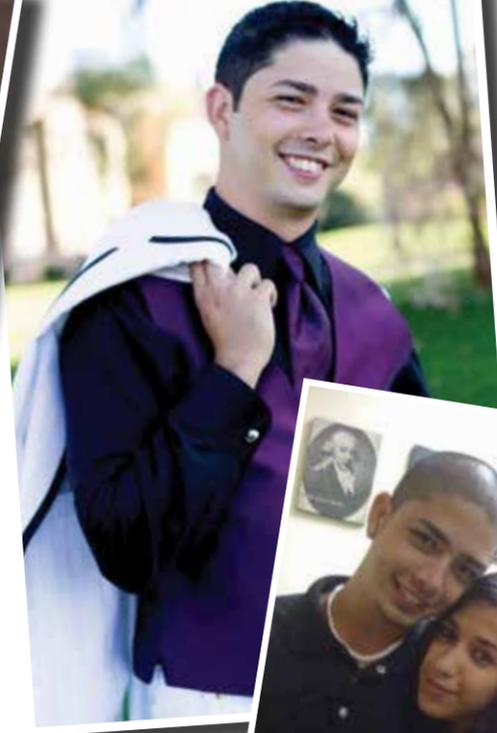
RB: Nací en Caracas Venezuela, estudié la prepa en Venezuela y también estudié actuación en una de las escuelas más reconocida en mi país: Escuela De Artes Escénicas Juana Sujo. Soy divorciado y sin hijos.

CT: ¿Qué se necesita para ser buen actor?

RB: Constancia, dedicación, tesón y mucho compromiso

CT: ¿Su mejor papel hasta ahora?

RB: Creo que es a criterio del público, Escuché muchos comentarios en mi papel como Pablo en Los Etcétera y Alberto en Historias Secretas. Pero uno de mis mayores retos fue Romeo de la obra Romeo y Julieta, bienvenidos al sigloXXI pues tuve que rebajar como 30 libras y estudiar mucho. Igualmente el papel de Serrucho en la obra navidad??? ha sido un gran reto.



CT: El teatro no da dinero, de que vive?

RB: Tengo mi trabajo de mesero en Olive Garden.

CT: La comedia, el drama o la acción. ¿Dónde se siente mejor?

RB: En todos me siento cómodo. La verdad la comedia es más difícil porque no es fácil hacer reír. Pero creo que el drama me gusta más.

CT: Cómo un actor de teatro se aprende todo lo que tiene que decir en una obra. ¿Memoria o técnica?

RB: Depende del momento, por eso hay que estudiar porque todo lo que vas aprendiendo lo vas guardando en tu memoria y luego cuando te dan un personaje buscas lo que necesitas para crear ese personaje. Hay muchas técnicas pero definitivamente tienes que usar la memoria.

CT: ¿A qué actores o actrices admira. Con cuales se identifica?

RB: Mis favoritos son Gary Oldman, Robert Downey Jr. y Jonny Deep.

CT: ¿Hasta dónde quiere llegar?

RB: Esto es un sueño grande de mucha constancia y mi meta es compartir una película con las estrellas de Hollywood, poner el nombre de Venezuela donde están los más grandes esa es mi meta.

Respuestas breves y muy personales

CT: Teatro, cine o televisión. ¿Qué prefiere?

RB: Cine

CT: En pijama o desnudo. Como se duerme mejor?

RB: Desnudo. ¡Hace mucho calor!

CT: ¿A qué le tiene miedo?

RB: De muy chico a la oscuridad. Ahora de grande creo que es a perder a mis padres (no estoy listo)

CT: ¿Qué prefiere unos pechos grandes o unas buenas caderas?

RB: Creo que la experiencia lo lleva a buscar algo más en una mujer.

CT: ¿La arepa o el taco?

RB: Obviamente la arepa y con bastante mantequilla

CT: ¿Quién le quita el sueño?

RB: Creo que la única mujer que me ha quitado el sueño es mi mamá y a la única que se lo permito jajajajaja

CT: ¿El poder para qué?

RB: Me gustaría tener el poder de que todos los seres nos viéramos realmente como iguales. Así no habría tanta maldad en el mundo. Ni racismo ni clasistas. Creo que nos hace falta ver más de nosotros mismos en el prójimo. Eso haría la diferencia.



Garage Doors, LLC.
VENTAS, SERVICIO Y REPARACIONES.

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



480-650-5936
602-550-3648



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



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

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

Hay pocos casos con más urgencia que tener un familiar en detención de inmigración. La mayoría de las personas son transferidas a la custodia de inmigración después de ser arrestadas por tráfico o una ofensa criminal. Es crítico actuar rápido para lograr que tu familiar salga bajo fianza y todos los días de inacción pueden tener un impacto negativo en su caso migratorio. Pero ¿cómo puede alguien salir bajo fianza cuando está en custodia de inmigración?



Por **DANIEL A. RODRÍGUEZ ESQ.**
Abogado de Inmigración y
casos de familia
623 404 2544

Inmigración

lo que usted debe saber

CUANDO LA FIANZA ES UNA OPCIÓN



No todos son elegibles para una fianza. Para aquellos que sí lo son, es el oficial de deportación el que fija la cantidad inicial de fianza. Sin embargo, esta determinación inicial de fianza típicamente es muy alta. Por lo tanto, una persona tiene derecho a solicitar una audiencia de fianza ante un juez de inmigración para tratar de reducir la cantidad de la misma.

Dos factores que impactan enormemente si podemos reducir una fianza son 1) si la persona es un peligro para la comunidad y 2) si la persona tiene un riesgo de fuga. Ser un peligro para la comunidad generalmente depende de su historial criminal. Si lo han arrestado en el pasado. La razón por la que fue transferido(a) a la custodia de inmigración ahora. Hay dos casos penales que pueden tener un impacto extremadamente negativo en conseguir una fianza: los DUI y delitos de violencia doméstica.

Si alguien está en riesgo de fuga depende de varios factores, que incluyen: la duración de la residencia en los EE. UU., familiares ciudadanos o residentes legales, historial de empleo y otros.

Un factor muy importante es si usted tiene algún alivio de inmigración, lo que significa si usted tiene algún caso para luchar en un tribunal de inmigración que le permita permanecer en el país. En pocas palabras, el juez pensará: "si dejo a esta persona en libertad, ¿qué motivación tiene de regresar si no tiene un alivio migratorio?"

Como puede ver, obtener una fianza no es tan fácil como solicitarla. Además, a veces no se recomienda solicitar una fianza inmediatamente. A veces tenemos que tomar un poco de tiempo para revisar el caso. Si es un caso complicado, preparar documentos que pueden mostrar por qué debe obtener una fianza y también evaluar su caso para evitar la deportación.

Cada minuto cuenta, y cada acción es importante. Tener un equipo legal que pueda ubicar inmediatamente a su familiar, visitarlo en detención, preparar una buena solicitud de fianza e investigar si su familiar puede luchar contra su deportación hace la diferencia de si usted y su familia se mantendrán separados o si estarán juntos de nuevo. ¡No espere, actúe rápido!

Muy personal

ESCUCHAR

Bienvenido



Llega el nuevo año y con el muchos propósitos, sueños por cumplir, metas por alcanzar. ¿Qué tienen en mente varias de las caras más conocidas de Arizona? Aquí nos compartieron lo que desean que se convierta en realidad en sus vidas.



Arlety González
Conductora y reportera
Telemundo Arizona

Crecer como periodista: Cada año me comprometo conmigo misma a crecer no solo como persona, sino también como profesional. Admiro mucho el trabajo de grandes periodistas como José Diaz-Balart, y para este

2018, espero al igual que él, involucrarme más con nuestra comunidad.

Conocer el mundo: Una de mis más grandes pasiones es viajar. Desde Arizona hasta Tailandia, el mundo está lleno de bellezas. En el 2018 quiero visitar lugares más recónditos y continuar conociendo las diversas culturas.

Entrevistar a Shakira: es una artista, una empresaria y una impulsora de la ayuda humanitaria. Soy fanática de su música y de su generosidad hacia los más necesitados por lo que me encantaría tener la oportunidad de entrevistarla.



César Chávez
Congresista estatal

Por tradición, la mayoría de las personas reflexionamos en todo lo bueno y malo de nuestro año. Esto nos permite crear propuestas para el próximo año. En el 2018 yo propongo:

Transformar a una vida saludable. Cómo Legislador para el

estado yo sólo puedo servir a mi comunidad si es que estoy sano. Esté trabajó requiere de largas horas y bastante energía para ser capaz de defender los derechos de nuestro pueblo.

Aprender a meditar. Para ser efectivo en el Congreso uno tiene que tener una mente libre. El poder debatir una propuesta que afecta negativamente a nuestra comunidad y poder cambiar el votó de otra persona tiene mucho valor.

Realizar una campaña de reelección con éxito. El 2017 me ha traído el gran honor de representar a más de un cuarto de millón de habitantes en el estado de Arizona. Mi meta y enfoque es poder seguir representando a mi comunidad y pelear contra las injusticias.



Mary Rábago
Periodista independiente
Empresaria
Presidente y CEO de Mary Rábago Productions, LLC

No correr tanto! Disfrutar más de las personas cercanas a mí y las cosas cotidianas.

Invertir más tiempo en mi misma, crecimiento espiritual y profesional

Impactar positivamente a más personas, motivarles recordándoles su valor y que todo es posible si creen en ellas mismas



Raquel Teran
Activista comunitaria

¡Que continúe nuestra resistencia el 2018! El 2017 nos presentó muchos retos con la nueva administración de Trump y el congreso Republicano pero nuestra comunidad no titubeó en unirse, organizarse

para resistir las injusticias contra las comunidades inmigrantes, refugiados, LGBTQ, y/o las mujeres.



Everk Sánchez El Topo
Fundador de MeHug.org
y comunicador.

Mantener y/o crecer la paz en mi entorno. Hacer lo que tenga que hacer para seguir fomentando e inspirando un mundo mejor para mí, mi familia, mi comunidad y el mundo.

Desde la fuente, amando y respetando a mis padres todo fluye.

Ir a New York con mi esposa. Creo que las experiencias que te brinda el conocer otros lugares es el verdadero legado hacia tus memorias. Yo ya conozco pero mi esposa aun no y es algo que nos gusta hacer, explorar el mundo.

Despegar Me Hug como una de las organizaciones más valiosas en Arizona. Alimentar los programas, generar los fondos para apoyar a padres con pequeños dentro de una experiencia de vida que la sociedad conoce como discapacidad, darle amor a ese momento y convertirla en habilidad.

Perseverancia, dicen que el que persevera alcanza y debemos continuar creando fuerza política para lograr cambios legislativos que unan a las familias separadas, haya trabajos con salarios justos y obtener los derechos fundamentales de educación, salud y vivienda.

Solidaridad y Gratitude. Que seamos consientes que nos necesitamos unos a otros para triunfar como comunidad y aunque hay muchas luchas, hay que agradecer estar vivos y luchando.

DE NUESTROS CONSULADOS



Consulado de Ecuador

Convocatoria a Referéndum y consulta popular

El consulado general de Ecuador en Phoenix también le recuerda a la comunidad ecuatoriana que el domingo 4 de febrero de 2018 se llevará a cabo la consulta popular y referéndum. Por lo tanto los invita a participar y a ejercer su derecho al voto respondiendo las 7 preguntas que aparecerán en la papeleta.



Bachillerato virtual

Esta nueva herramienta es un plan piloto centrado en una formación académica rápida, de manera gratuita, a través de un sistema en línea. Ya inició la fase de inscripción a este programa educativo de 'Bachillerato a Distancia' para migrantes ecuatorianos que residen en Estados Unidos (EE. UU.), que durará hasta el 31 de marzo de 2018. Las clases arrancarían el 23 de abril, según la información compartida por la señora Cónsul General de Ecuador en Phoenix, Msc. Laura Machuca Arroba.

El aspirante deberá ser mayor de edad (18 años), tener tres años de rezago educativo y poder tener un documento de identificación, cédula de identidad o pasaporte. Con esos requisitos podrán inscribirse de manera presencial en las 13 oficinas consulares ecuatorianas en EE.UU.

Para mayor información visite la sede consular en Phoenix 645 E. Missouri Ave. Suite 132 Phoenix, AZ 85012.



Consulado de El Salvador

El TPS es una prioridad



El consulado general de El Salvador en Tucson continúa trabajando con la comunidad "tepesiana". El 7 de enero 2018 es una fecha importante para los salvadoreños beneficiarios del TPS, por tal motivo el próximo sábado 13 de enero de 2018 se llevará a cabo un foro informativo sobre la decisión del TPS con 3 abogados que el Gobierno de El Salvador por medio del Consulado ha contratado.

DE NUESTROS CONSULADOS



Consulado de México

Orientación laboral



El Departamento de Protección del Consulado de México en Phoenix lo ayuda si necesita orientación en materia laboral. Llame al #CIAM o descargue la app #MiConsulmex

PUGA MASONRY & TILE

¡Las mejores opciones!

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

602 882 9225



www.pugatile.com



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

Mi Tienda Latina

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

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

PRODUCTOS DE SU PAÍS

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

Acceptamos estampillas de comida

Paquetería a México y envío de encomiendas a Centroamérica

TODO ARIZONA ESTÁ EN

CONTACTO total

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



12 AÑOS
CON LA COMUNIDAD

El programa
preferido por la
Comunidad Hispana

¡INFÓRMESE, ENTRETÉNASE Y PARTICIPE!

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

Al aire en cabina

602-759-1910

Escúchenos en vivo

DESDE SU RADIO
1190-AM
www.onda1190am.com

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

Síganos

f
Contacto total radio
Medios Hispanos

¡Nuestros patrocinadores ratifican sus excelentes resultados!

ANÚNCIESE 602-751-2106



PROFESIONALES DE IMPUESTOS

Le preparamos sus taxes personales y de negocios

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



¡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



ADOT lanza campaña de seguridad

“CONDUCE CON CUIDADO PARA QUE LLEGUES”



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

Lamentablemente muy a menudo escuchamos que personas mueren a causa de conductores que viajan en sentido contrario; en la mayoría de las veces, la razón principal... el conductor del vehículo no iba poniendo atención al camino ni a los señalamientos por ir manejando bajo la influencia del alcohol o drogas.

La campaña “Conduce Con Cuidado Para Que Llegues” enseña lo que los conductores pueden hacer para aumentar su seguridad cuando conducen.

Sabemos que es un pensamiento aterrador, pero si se encuentra con un vehículo en sentido contrario, ¿sabría usted qué hacer?

El mejor consejo: Haga un plan. Tome un momento ahorita para pensar qué haría usted si mira que se le aproxima un carro en sentido contrario. Cuando ve la luz de los faros que vienen hacia usted, la velocidad con la que se le acercan es tan rápida que solamente tendrá una fracción de segundo para reaccionar. Use el tiempo ahorita para que no pierda ni un segundo si se encuentra en esa situación”.



CÓMO CONDUCIR DE NOCHE

- No importa la hora del día, usted siempre debe conducir a la defensiva. Eso significa estar constantemente consciente de las condiciones al manejar, lo que está a su alrededor, y anticipar los peligros para que pueda tomar las medidas necesarias y esquivar cualquier peligro que se encuentre en el camino, como por ejemplo un conductor viajando en sentido contrario.
- No siga demasiado cerca a otro vehículo. Deje espacio suficiente, si el vehículo de adelante se cambia de carril repentinamente para esquivar un vehículo en sentido contrario, usted también tendrá tiempo para reaccionar.
- Esté atento a lo que hay en su alrededor. Mientras que los conductores en sentido contrario a menudo se encuentran en el carril izquierdo o en el carril para vehículos con varios pasajeros (HOV por sus siglas en inglés), ellos ingresan a la autopista por el carril que está a la derecha de las rampas de salida. Sus movimientos son impredecibles porque la mayoría de las veces están bajo los efectos del alcohol o drogas.

Si usted lee ese mensaje, de manera segura y lo más pronto posible, sálgase de la autopista por el lado derecho.

El sistema de cámaras térmicas que se instaló en el Interestatal 17 en Phoenix detectará vehículos viajando en sentido contrario en un tramo de 15 millas. Cuando el sistema detecte un vehículo viajando en sentido contrario, se iluminará un letrero en la rampa de salida intentando llamar la atención de ese conductor. Además, el sistema de detección automáticamente centrará las cámaras de la autopista en ese vehículo y enviará avisos de alerta a la Policía de Caminos (Highway Patrol en inglés), ayudando a que los patrulleros intercepten a ese vehículo más rápido. El sistema de detección también

QUÉ HACER SI VE UN TABLERO ELECTRÓNICO ADVIRTIENDO SOBRE UN VEHÍCULO EN SENTIDO CONTRARIO

Cuando ADOT sea alertado sobre un posible vehículo en sentido contrario, los tableros electrónicos en ese tramo de la autopista tendrán el mensaje “Alert, wrong-way driver ahead” (ADVERTENCIA, CONDUCTOR EN SENTIDO CONTRARIO ADELANTE”).

QUÉ HACER SI SE ENCUENTRA CON UN VEHÍCULO EN SENTIDO CONTRARIO

Reduzca la velocidad quitando lentamente el pie del acelerador.

Asegúrese que no haya ningún vehículo a su lado y esquive el vehículo que está en sentido contrario. Llegue a un lugar seguro y llame al 911 para reportar ese vehículo.

activará mensajes en los tableros electrónicos alertando a los demás conductores para darles oportunidad de salirse de la autopista y los semáforos a la entrada de la autopista se mantendrán con luz roja constante, evitando así que los automovilistas entren a la autopista.

Antes de que se construyera el sistema de detección, ADOT instaló en las rampas de la autopista cientos de señalamientos, bastante grandes, que indican “Wrong Way” (Sentido Contrario) y “Do Not Enter” (No entre) colocándolos más bajo de lo normal. También, en las rampas de salida, se colocaron flechas de color blanco que indican “Right Way” (Sentido Correcto) las cuales tienen un resplandor rojo brillante que podrá observar el conductor que viaja por la rampa en sentido contrario.

¡Corazón de Santa!



Como un auténtico Santa de carne y hueso vimos a Jorge Méndez, el activista comunitario que cada fin de año recolecta juguetes para los niños más necesitados. Jorge recorrió varios lugares del Valle buscando gente de gran corazón que donara un juguete.



¡Y los encontró! Fueron cantidades de juguetes que aportó para la campaña de ayudar a más de 100 niños de Arizona y del orfanato Esperanza de Puerto Peñasco, Sonora. ¡Qué bien!



¡Santa llegó en Toyota!



Enrique Moreno, el portavoz de los concesionarios Toyota del Valle, llegó acompañado de los ejecutivos de Toyota de Avondale al evento de recolección de juguetes organizado por Zoe Foundation. Aquí aparece acompañado por Andy Walker, director de medios sociales y por José Blanco, gerente de ventas.

Junto a Félix García, el organizador del evento, entregó muchos regalos a los felices asistentes. ¡Sonrisas gratis!

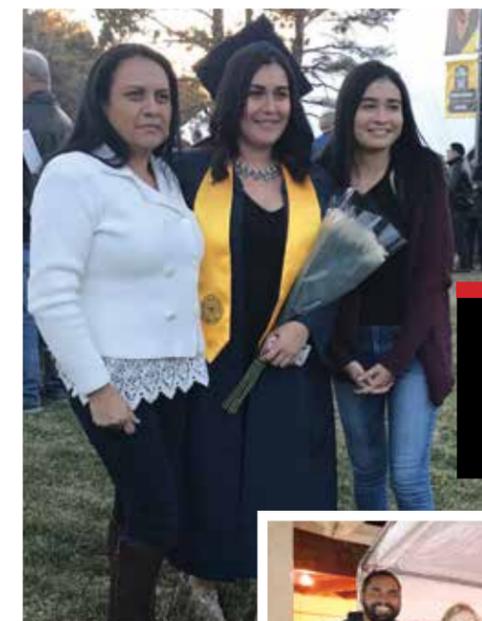


¡Se graduó Génesis!

Génesis Alaníz recibió su título de enfermera entregado por la Universidad del Norte de Arizona y ya está preparada para iniciar una nueva etapa en su vida. ¡Felicitaciones!



Las más felices por este importante logro fueron su mamá María de la Luz Ortiz y su hermana Andrea. ¡Qué felicidad la de las tres!



Para celebrar su título, en casa de su mamá, compartió con amigos de su juventud y compañeros de la universidad. ¡Qué buena fiesta! Y ahora, todos podemos estar tranquilos... ¡nuestra salud está en buenas manos!



¡La Gorra Bluetooth es el regalo perfecto!

Se conecta fácilmente al teléfono inteligente o a la tableta. Escucha música, tus programas preferidos o recibe llamadas. Excelente calidad de sonido.

UN REGALO ORIGINAL Y NOVEDOSO

OFERTA DEL MES
Sólo **\$24⁹⁹**
y la entrega es GRATIS*
*ÁREA METROPOLITANA DE PHOENIX



PERSONALÍZALA! Con el nombre o el logo que quieras, por sólo \$8.00 adicionales.

Ordénalas en
www.tiendacontactototal.com
O llamando al
602-751-2106

YA TIENES TU GORRA BLUETOOTH?

TU NOMBRE O LOGO AQUI

1190-AM
La Estación del Talento Independiente
www.onda1190am.com

1190-AM
La Estación del Talento Independiente

*¡Escúchanos,
Tenemos algo
para ti!*

Las noticias más recientes y las entrevistas más importantes

Orientación en temas que afectan tu bolsillo

Mejora tu salud como la de tu familia

Ayuda Comunitaria y de Inmigración

Programas de ayuda al alma

Temas Políticos

El mejor show deportivo de todo el estado

Premios y concursos todas las semanas

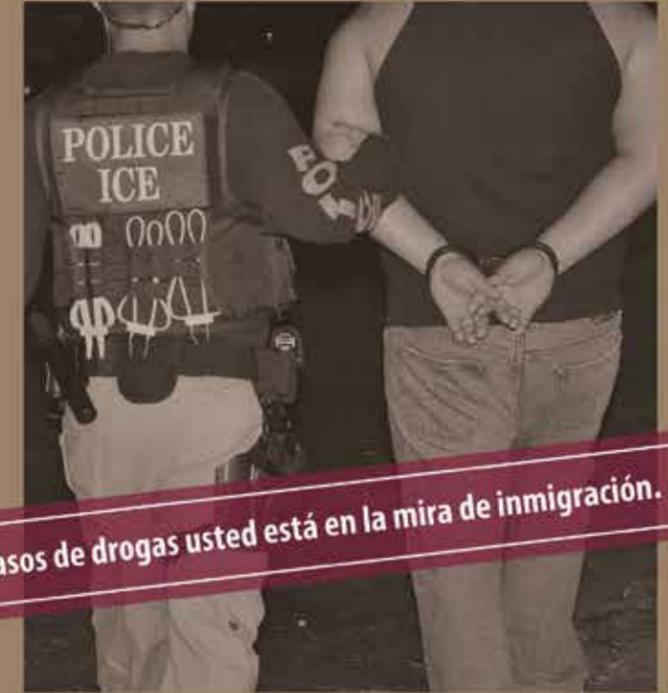
¡Pasa la voz!

www.onda1190am.com

EN CABINA **602-759-1910**

¡ES TIEMPO DE ESTAR ALERTA!

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



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

¡EL ABOGADO RAFAEL TIRADO LE VA A AYUDAR!

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

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

RAFAEL TIRADO & ASSOCIATES
INMIGRACIÓN • ACCIDENTES
CASOS CRIMINALES

602-266-0292

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

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



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

EL PODER DE LA CLOROFILA... LA MARAVILLA VERDE

¿Cuántos síntomas o problemas se han tratado con plantas, hierbas o vegetales con excelentes resultados?



Por **SERGIO PÉREZ**
PSICOTERAPEUTA
Director y fundador de la
Organización Despertando en Amor
WWW.PARAVIVIRMEJORCONSERGIO.COM
WWW.DESPERTANDOENAMOR.ORG



Desde dietas para bajar de peso, programas de desintoxicación, estreñimiento, té para los nervios hasta casos extremos de anemia y cáncer.

En el proceso de la fotosíntesis las plantas absorben la energía del sol, las vitaminas y minerales de la tierra concentrando todo en un súper alimento llamado CLOROFILA, la cual es la sangre de las plantas. Así como la sangre de los humanos es imprescindible para nuestra vida, la clorofila es imprescindible para las plantas y los vegetales, los cuales obtienen el color verde de este elemento.

Los primeros seres humanos se alimentaban de lo que la naturaleza les proporcionaba: semillas, frutos, plantas y vegetales y con ellos preparaban remedios para sus enfermedades. Actualmente, solo las utilizamos como simples alimentos porque desconocemos sus propiedades y olvidamos que además de satisfacer nuestro apetito, nos alimentan y mantienen sanos.

Existen plantas que ayudan a combatir infecciones, bacterias, hongos, virus; otras son diuréticas, laxantes, digestivas, relajantes, entre otras funciones más. El cuerpo tiene la capacidad de defenderse de agentes extraños a través del sistema inmunológico, las plantas estimulan y

fortalecen este sistema promoviendo la creación de las bacterias benéficas.

Porqué incluir la alfalfa en su alimentación

La mayoría de las personas simplemente usan la alfalfa como alimento pero desconocen su poder curativo y sus múltiples beneficios. Su nombre se deriva de la palabra Árabe "Afassat" que significa "padre de todos los alimentos". Por ello, es una de las plantas más nutritivas, ricas en minerales, vitaminas y fibra. Es originaria del Suroeste Asiático y África; algunas referencias históricas indican que se cultivo por primera vez en Persia. La alfalfa es sinónimo de vida porque contiene las mayores concentraciones de clorofila. Sus propiedades las obtiene a través de su raíz ya que se introduce a más de nueve metros de profundidad y de esta forma, alcanza cualquier reserva de nutrientes.

Sin la Clorofila, las plantas no podrían vivir, no tendrían su color verde, no desarrollarían la fotosíntesis, en fin, todo el mundo vegetal verde desaparecería y con él sus grandes beneficios para el ser humano.

¿En que beneficia la clorofila a los seres humanos?

La respuesta ha sido tema de estudio de científicos, biólogos, nutriólogos y de todas aquellas personas que han deseado conservar y mejorar la salud.

- * Es antihemorrágica, por la presencia de altas cantidades de vitamina K.
- * Favorece a la digestión, debido a las enzimas que posee.
- * Estimula el apetito.
- * Es diurética.
- * Es nutritiva ya que tiene aminoácidos esenciales.
- * Ayuda a disminuir el colesterol por su contenido de fibra.
- * Es antiartrítica, debido a saponinas.
- * Es anti degenerativa por los antioxidantes.
- * Es recalcificante, por su aporte de calcio y fósforo, así como otros elementos.
- * Nos aporta un alto concentrado de magnesio.
- * Es anti ulcerosa, debido a su alto contenido en vitaminas A, E, y U.
- * El aporte de clorofila es importante para la formación de glóbulos rojos de la sangre.
- * Aumenta la resistencia a las enfermedades.
- * Es rejuvenecedora.

Aportes médicos

Desde el descubrimiento del Dr. Willstatter, la clorofila ha sido utilizada médicamente para tratar diversas afecciones desde el mal olor corporal, mala digestión hasta la prevención del cáncer.

El Dr. A. W. Rapp, realizó un estudio con clorofila comprobando que esta ayuda a eliminar las bacterias que causan las caries.

El Dr. F. Howard Westcott, descubrió que cuando la clorofila es consumida internamente en cantidades adecuadas, reduce y elimina los malos olores corporales y el mal aliento.

El Dr. Gruskin, indicó que la clorofila tiene efectos estimulantes en el crecimiento del tejido conectivo de sus células y del tejido granulado.

El Dr. Jacobson, descubrió la vitamina "U" o factor anti úlcera péptica. Alrededor del 80 % de las úlceras tratadas con clorofila, se sanaron totalmente.

El Dr. Alvin Se Gelman descubrió que la clorofila nulifica la acción nociva de los mutágenos (elementos que causan cáncer).

Efectos de la clorofila en tu cuerpo

- SISTEMA DIGESTIVO:** ayuda a la buena digestión por su gran aporte de enzimas y evita el mal aliento.
- SISTEMA INTENSTINAL:** desodoriza las heces fecales, ayuda a la producción de las bacterias colonitas benéficas y cicatriza las pequeñas ulceraciones.
- SISTEMA CIRCULATORIO:** incrementa la producción de glóbulos rojos, ayuda a eliminar grasas en la sangre y baja los riesgos circulatorios por su acción antioxidante.
- SISTEMA NERVIOSO:** es un relajante por su contenido en complejo B.
- SISTEMA INMUNOLOGICO:** incrementa la producción de células de defensa y ayuda a la eliminación de tóxicos en la sangre. Apoya en el tratamiento de cáncer.
- SISTEMA RESPIRATORIO:** es un agente indispensable para la buena oxigenación de nuestro cuerpo.
- SISTEMA URINARIO:** los riñones trabajan eficazmente eliminando el exceso de líquidos y toxinas del cuerpo mejorando la diuresis.
- SISTEMA GLANDULAR:** estimula la producción de hormonas por su acción estrogénica. Desintoxica el hígado y páncreas mejorando su funcionamiento.
- SISTEMA ESTRUCTURAL:** equilibra los niveles de calcio en el cuerpo evitando la osteoporosis y rejuvenece la piel.

Bien amigos es un producto que les recomiendo ampliamente ya que yo junto con mi familia tenemos aproximadamente 38 años consumiendo la clorofila. Solo busquen una buena marca de calidad ya que hoy en día existen muchas en el mercado, pero no todas son de calidad, hasta la próxima edición un fuerte abrazo y ¡QUE LAS BENDICIONES SEAN!

REPARACIÓN MANTENIMIENTO E INSTALACIÓN

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



(480) 297 2738

correo electrónico: flashach@hotmail.com

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

Senor Sushi 4324 W Indian School Rd. Phx. AZ 850331 623.849.9312

PRESENTAN
Primer Rumba del 2018
Celebrando el cumpleaños
del **SALSERO SABROSON** de AZ

Carlos Rivas
**SABADO 6
DE ENERO**

EN VIVO PARA GOZAR!

Invitados especiales
DJ SMOOTH, Cesar Chavez, JC LA VOZ DIAMANTE

ADMISSION TICKETS \$10
DESPUES DE LAS 10pm
Cupo limitado para 300 personas

Senor Sushi
4324 W. Indian School Phoenix
AZ 85031 623.849.9312



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

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

www.simonshotdogs.net Simon's Hot Dogs simonshotdogs

Calendario de Eventos

CitySkate Holiday Ice Rink

20 de diciembre de 2017 al 7 de enero de 2018/
Horarios varían cada día

Sumérgete en el espíritu del invierno patinando en una pista de hielo real en el corazón del centro de Phoenix. Un enorme árbol de navidad de 36 pies adorna el centro de la pista de hielo junto con cientos de miles de luces parpadeantes. Nuevo este año, CitySkate se ha asociado con el Museo de Arte de Phoenix para transformar el espacio comercial al lado de Charming Charlie en CityScape en una tienda de arte interactiva. Además, la instalación Desert Wonderland in the City de Joe Pagac dará vida al lado sur de la pista de patinaje sobre hielo con un mural realista tridimensional que combina el desierto real y las plantas pintadas para actuar como el telón de fondo perfecto para fotos familiares, tomas grupales o selfies.

Admisión general: \$ 15

1 E. Washington St. Phoenix, AZ. Teléfono: (602) 550-9561 Visita www.phxicerink.com/



Fiesta de los Reyes

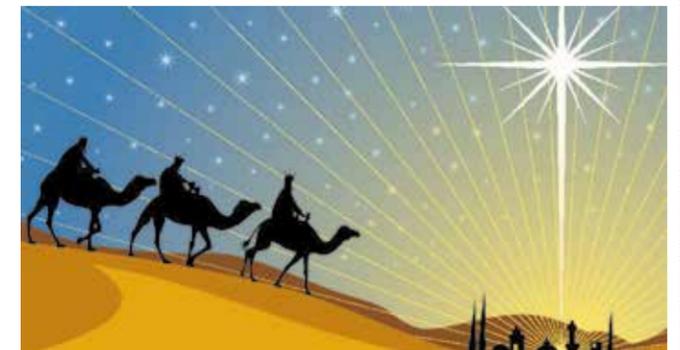
Sábado 6 de enero de 2018 / 1:00pm - 7:00 pm

La organización Puerto Rican Center Of Az (PRCAZ) y SWEET LAND CAKE invitan a toda la comunidad a celebrar el día de los Reyes Magos. Un festival para toda la familia con entrega de regalos a niños de las edades de 1-12, Música por DJ Caramel, Parranda por Jibaros Sin Fronteras, Baile por Orgullo Boricua, Baile de niños, Comida puertorriqueña de Puerto Rico Latin Grill, artesanías puertorriqueñas. ENTRADA LIBRE DE COSTO. 623-707-5458.

www.puertoricancenterofaz.com

Legends Event Center

4240 W Camelback Rd - Phoenix AZ 85019



"Pilates on the Pitch"

Domingo, 7 de enero de 2018 / Puertas abren a las
2:30 p.m. y la clase comenzará a las 3 p.m.

Este es un evento público organizado por Phoenix Rising Football Club y The Foundry AZ. Únase a esta clase de Pilates de una hora en el Estadio Phoenix Rising el domingo 7 de enero. Los boletos cuestan solo \$ 10 y eso incluye una toalla exclusiva para eventos!

Entradas disponibles y registro en phoenixrisingfc.formstack.com
751 N McClintock Dr, Scottsdale, AZ, Phoenix, Arizona 85257



Pare Oreja y Apunte

DESDE \$10
20 PALABRAS

OPORTUNIDAD DE INVERSIÓN

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

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

DIVORCIO, MANUTENCIÓN, CUSTODIA, TUTELA, ADOPCIONES, CARTAS PODER

Consulte al abogado Daniel Rodríguez y su caso estará en buenas manos. Especializado en la práctica en derecho de familia.. **623-404-2544**

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

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

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

COMPRE / VENDA
INTERCAMBIE / REGALE

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

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

COLOMBIA Express...

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

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

12313 NW GRAND AVE SUITE D EL MIRAGE AZ 82335



EL MEJOR REGALO PARA ESTAR PROTEGIDO



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

John Herrera Agency LLC

602-795-4825

AMERICAN FAMILY INSURANCE

COMPRE / VENDA
INTERCAMBIE / REGALE

DULCERÍA IMPORTACIONES VALENTINAS.

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

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

EMBROIDERY GRAPHIC DESIGN

Diseños Bordados

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

602 388 2306
480 371 0694

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

Luty Group

CELLPHONE REPAIR & SALES
REPARACIÓN Y VENTA DE CELULARES Y TABLETAS

Venta de accesorios. Desbloqueamos cualquier celular y quitamos cuentas de google.

602-380-9456

4225 W. Indian School Ave,
Phoenix AZ 85019 Espacio A1
Adentro de El Centro Mercado



Pare Oreja y Apunte

DESDE \$10
20 PALABRAS

PARTY SPEAKERS

BLUETOOTH - AUDIO AUXILIAR - USB/SD INPUT - MICRÓFONO
PILA RECARGABLE - LUCES LED - CONTROL REMOTO - RADIO FM

TODO EN UNO
¡Ponga su música favorita y a disfrutar la fiesta!
602-402-9839

Raw & Unfiltered

Gold Bee

MIEL DE ABEJA
BEE HONEY
PURE NATURAL

PRODUCT OF USA

AUTHORIZED DISTRIBUTOR

S.elandariago@live.com **602-621-9419**



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



QUESO MENONITA
de Casas Grandes,
Chihuahua.

Lydia
602-810-6241

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



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

Griselda 602 332 5484



VALENTINA'S MATTRESS COLCHONES

Tenemos diferentes estilos, calidad y marcas. Bodega.

480- 282- 3270
602- 718-0816

FAJAS Y JEANS COLOMBIANOS

ORIGINALES.

Moldea, realiza tu figura y reduce tallas. Pregunte por el especial de la cinturilla. **480-665-8180**

VENDO TIENDA DE CELULARES

acientada. Muy bien surtida. Mayor información al **602-380-9456.** Solo personas realmente interesadas.

ACCESORIOS PARA CARROS.

Tenemos de todo para su auto. Buen precio y excelente calidad. **623-691-0299.** Búsnenos en El Centro Mercado latino Local #G-5 o en Phoenix Market Place local # C-19

GORRAS BLUETOOTH.

Perfectas para hablar por teléfono o escuchar música. En su color favorito. Sólo \$22.99. **602-751-2106. 480-748-5941**

Se necesita cocinero (a) en Chandler para restaurante de comida típica. Interesados llamar al **310-650-2558** ó al **480-338-2585**. Dejar mensaje si no contestan.

Productor de video de tiempo completo. Agencia de publicidad busca a alguien listo, creativo y con experiencia requerida. Con buen ojo para el video y la fotografía. Bilingüe. **602-570-0047**. 2340 W Grand Ave. Phoenix, AZ 85009-1806.

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

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

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

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

MECÁNICA Y ELECTRICIDAD AUTOMOTRÍZ



SERVICIO A DOMICILIO
DR. MECÁNICO 602-435-4578

Motores, cabezas, bandas de tiempo, emisiones, tune ups, bombas de agua y gasolina. Alternadores, arranques, tableros, elevadores eléctricos, columnas quebradas, luces, frenos, clutch, encendidos, mantenimiento preventivo y correctivo.

PROFESIONAL TÉCNICO CERTIFICADO 40 AÑOS DE EXPERIENCIA

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

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

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

Palafox Carpet Cleaning. Servicio profesional de limpieza de alfombras, impieza de sillones, detallado de interiores de autos. Presupuestos gratis. **480-580-1406**.

Se necesitan cocinero, cajera y lavaplatos para cafetería en Tolleson. Compensación según experiencia. Medio tiempo. Excelente horario Experiencia en comida rápida. Preferiblemente que hablen español e inglés. Hacer cita llamando al **951-207-8666** con Fernando.

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

Se ofrece trabajo para cocineros en el "west" del Valle (westgate district center) en 2 restaurantes por las tardes y para eventos. Mayor información **623-792-3118**

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

Buscamos personas para montar andamios y un parchador. Interesados llamar al **480-593-4515**

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

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

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



SOBADORA ATENDIENDOLE

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

FUMIGACIONES DOMÉSTICAS | EXPERTOS CONTROLANDO PLAGAS



■ Chinchies ■ Cucarachas ■ Pulgas ■ Garrapatas
■ Escorpiones ■ Arañas ■ Hormigas

NO CONTRATOS - PRECIOS RAZONABLES 602-303-7927

HARTLEY STUDIO

FOTOGRAFÍA Y VIDEO
PARA TODA CLASE DE EVENTOS

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

20 palabras por 10 dolares. ¡Anunciate!

BUSQUE / OFREZCA TRABAJO Y/O SERVICIOS

LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!

PARA ANUNCIARSE AQUI LLAME AL **602-751-2106**

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

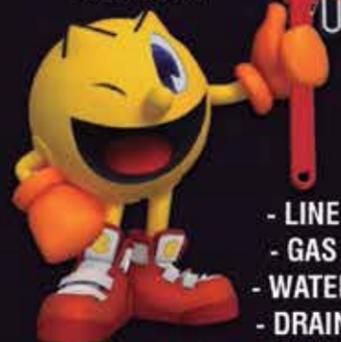
Mantenimiento preventivo y correctivo

Problemas eléctricos y mecánicos

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

PACMAN PLUMBING SERVICES

Plomería Comercial y Residencial



- LINE
- GAS
- WATER
- DRAIN

480-389-7581
EMERGENCIA LAS 24 HORAS
pacmanplumbing2017@gmail.com

LAWN SERVICE

MANTENIMIENTO DE CÉSPED

Irrigación - limpieza de escombros
poda de árboles y arbustos

Irrigation - yard cleaning - tree and bushes trimming service

Estimados GRATIS

Hilario 480-233-1113

BUSQUE / OFREZCA TRABAJO Y/O SERVICIOS

LOS CLASIFICADOS QUE ¡SI SE VEN!

PARA ANUNCIARSE AQUI LLAME AL **602-751-2106**

AUTO TITLE LOANS

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

 **Rapido Ca\$h** 

602 503 8181

¡Ahora comprando préstamos de otras compañías!

AS LOW AS

10%

BASED ON
120% A.P.R.



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

Perdidos y Encontrados

PERDIDOS

PERRO PERDIDO MEZCLA DE PITBULL

Su nombre es Donner y es de color "tan". No tenía collar ni etiquetas. Salió a caminar en una zona desértica, decidió deambular, se separó y nunca regresó. Él es súper amigable, así que lo más seguro es que si ve gente alrededor, simplemente caminara hacia ellos para ser mimado y probablemente por comida. Todos estamos devastados por su desaparición. Por favor contactarme si es encontrado o visto. **520- 488-0345**



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

YORKIE PERDIDA POR LA 27 AVE Y UNION HILLS

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



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

PERRO DE LA RAZA BEAGLE

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



PERRO ENCONTRADO

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



PERRITA CHIHUAHUA ENCONTRADA

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

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

¡ANÚNCIELO GRATIS!
SÓLO EN ESTA SECCIÓN

Tarjeta EBT perdida

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

Llaves perdidas en el Lago Saguario.

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

2 PERROS ENCONTRADOS

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

ENCONTRADOS

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

PERRO PEQUEÑO ENCONTRADO

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

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



Directo de la Ciudad de México hasta Mesa, AZ.

LA MERCED

MEXICAN KITCHEN

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



ALAMBRES



CHILAQUILES



ENCHILADAS



MOLE



DELICIOSOS POSTRES



REFRESCANTES BEBIDAS

COCHINITA PIBIL

Teléfono
480 615 5820
Fax 480 615 5829

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.



Las familias fuertes no se separan pero si se transforman.

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



DIR

DANIEL A. RODRIGUEZ
— LAW OFFICES —

CON NOSOTROS, ERES FAMILIA

Práctica en Derecho de Familia

Divorcio

Custodia

Manutención de niños

Tutela

Adopciones

Cartas poder

Law Offices of Daniel A. Rodriguez

Tel: 623-404-2544

1601 North 7th Street, Ste. 350

Phoenix, AZ 85006

Ahora sí... ¡A comprar carro!

FESTIVAL DE ESPECIALES

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



TOYOTATÓN

La oferta más esperada del año al fin llegó



A partir del 5 de diciembre las mejores promociones.
Grandes descuentos y beneficios para cerrar bien el 2017.



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