

EJEMPLAR GRATUITO

Año 7, Edición no. 78 - [56 págs.] - Tijuana, B.C - Abril 2014

MUJER actual



spinar
Girando cobra vida



ESPECIAL
Día del niño

El Valle de Guadalupe:
VINO,
GASTRONOMÍA
Y PAISAJE

IMPULSA AMOR POR EL ARTE Y TEATRO MUSICAL:

BROD GÜEY TIJUANA THEATER CO

2 REVISTAS EN UNA...
AL INTERIOR ENCONTRARAS

SALUD
act. UCI



FOTOGRAFÍA LEÓN FELIPE CHARGOY

hidrata tu mente y tu cuerpo



TOMA AGUA DIARIAMENTE.
D.R. © The Coca-Cola Company 2013. CIEL y el diseño de la botella son marcas registradas de The Coca-Cola Company. un producto de The Coca-Cola Company

¡Yo prefiero Telcel!

porque sus Planes me dan...



Síguenos en:

[f /Territorio Azul Telcel](#) [@telcelazul](#)

Para más detalles de estas promociones visita tu Punto de Venta Telcel, Distribuidor Autorizado, Centro de Atención a Clientes Telcel más cercano o llama al 01800 0262626 ó *111.

www.telcel.com

telcel M.R.

CONTENIDO

Abril 2014

TU PAREJA

6pág.

TU PERSONA

8pág.

MODA

12pág.

TUS HIJOS

16pág.

BUENA MESA

20pág.

TURISMO

24pág.

MUJERES INSPIRANDO MUJERES

30pág.

HOMBRES DESTACADOS

32pág.

PEQUEÑOS DESTACADOS

34 a 37págs.

UNA VENTANA AL VALLE

38pág.



PORTADA
 BRODGÜEY TIJUANA THEATER
 FOTOGRAFÍA LEÓN FELIPE CHARGOY
 leonchargoy@todonimagen
 VESTUARIO DANIELA VILLA
 MAQUILLAJE MOKA COSMETICS

26pág.

VALORES Y GENTE

40pág.

CIUDAD ACTUAL SAN DIEGO

42pág.

OPINIÓN RELIGIOSA

44pág.

BIENES RAÍCES

45pág.

SOCIALES

52pág.



TEATRO DEL IMSS | 20, 21, 27 Y 28 MARZO | 4, 5 Y 6 ABRIL | BOLETOS FARMACIAS ROMA HIPÓDROMO Y CHAPULTEPEC

visitanos en: www.revistamujeractual.com

f : soymujeractual t : @Soy_mujeractual i : @soymujeractual

El último grito de la moda en ropa y accesorios esta aquí. Descuentos del

40%

Hasta un

90%

DEL PRECIO REGULAR

prime SHOES & MORE

DONDE PAGAS MENOS POR ZAPATOS, ROPA Y ACCESORIOS DE DISEÑADOR



cupón

50%
de descuento

en la segunda prenda al pagar la primera a precio regular. El descuento solo aplica para ropa en el artículo de menor valor. Promoción válida solo al presentar este cupón. No válido con otras ofertas, promociones o descuentos. Solo un cupón por cliente. Válido hasta el 30 de abril, 2014

zapatos para dama

Martes
\$ 21.99
\$ 22.99 Lunes

Nuevo surtido de zapatos todos los Lunes

primeshoesandmore.com

Cada última semana del mes tenemos especiales de liquidación. Nos especializamos en zapatos y ropa de marcas reconocidas regresados de tiendas de prestigio.
ZAPATOS • BOLSAS • ACCESORIOS • ROPA
2004 Dairy Mart Road Ste. 110 San Ysidro, CA. En el Centro Comercial del Burger King (619) 662.4646
Lunes 8:00am a 7:00pm Martes a S-bado 10:00am a 7:00pm Domingo 10:00am a 4:00pm

PRIMERA PERSONA

Felicidades a todos los niños

La niñez es una de las etapas que la gran mayoría recuerda como una de las mejores o como "los años felices", esos que atesoramos porque mamá nos preparaba esa sopa que tanto nos gustaba o porque podíamos jugar sin preocuparnos por el dinero, el trabajo o esas responsabilidades de "los grandes".

Para todos esos niños que son la alegría de muchos hogares: ¡muchas felicidades en su día! Y porque en Mujer Actual sabemos que hay que consentirlos, preparamos un especial por el Día del Niño en el que incluimos la historia de cuatro pequeños destacados en diferentes áreas: Danna Paola Barragán y Michelle Cisneros, dos jovencitas amantes de la música que sueñan con un día ser parte de una gran orquesta; Ana Yolanda Jiménez Gutiérrez, quien a sus escasos 11 años es parte de la Selección de Fútbol de Baja California y campeona en la Olimpiada Nacional 2013, y Michelle Mejía Matamoros, quien obtuvo el primer lugar en el concurso estatal de oratoria 2013.

También les ofrecemos moda divertida y colorida, ideal para los pequeños de la casa; en Perfil y Obra les presentamos la historia de Mirella Santillán Astiazarán, una artista plástica que a sus 12 años ya ha expuesto sus obras en diferentes puntos culturales de la ciudad.

Además, en esta edición iniciamos con una nueva sección: Una ventana al Valle, donde ofrecemos algunos de los atractivos del Valle de Guadalupe, una excelente opción para visitar en esta Semana Santa o en cualquier época del año.

Y como consejo final: si vas a salir de viaje en estas vacaciones, no olvides asegurar muy bien tu casa, revisar tu vehículo antes de salir (si vas por carretera) y checar que tus reservaciones en el hotel estén en orden.

Disfruta tu revista Mujer Actual

¡Gracias por hacernos parte de tu día y parte de tu vida!

Saida Muriel
DIRECTOR GENERAL

MUJER
actual

CREDITOS
DIRECTOR GENERAL
Saida Muriel Hid
saida@revistamujeractual.com

DIRECTOR DE DISEÑO
Lorena Soria Ruiz
lorena@revistamujeractual.com

EDITOR EN JEFE
Mónica Márquez
monica@revistamujeractual.com

REPORTERA
Yaneth González
yaneth@revistamujeractual.com

ASISTENTE DE DIRECCIÓN
Diana Moreno
diana.moreno@revistamujeractual.com

ADMINISTRACIÓN
Sofía Cerezo

DISEÑO COMERCIAL
Carolina Ruiz

DRAGON MAIL
Roxana Solares

REPRESENTANTE VENTAS
Y RRPP SAN DIEGO
Fanny E. Miller
Teléfono (619) 4261491
555 H Street Chula Vista, CA 91910

ATENCIÓN A CLIENTES
Ixchel Flores
Karina Castellón
Leticia Quintero
Cynthia López
Fernanda Fontes
Sergio Sufy

ATENCIÓN A AGENCIAS
Mayra Velázquez

VENTAS ENSENADA
Lorena Inzunza

COLABORADORES
Becky Krinsky
Diosa Doméstica
Gregorio Sánchez
Mayra Medina
Yoliana Valenzuela

FOTÓGRAFOS
León Felipe Chargoy
[leonchargoy@todonimagen]
Claudia Talavera
[azulstudio33@hotmail.com]
Abigail Villavicencio
626.20.09 y [664] 219.63.88
Rafael I. Ramírez [664] 628.39.29

SERVICIO A CLIENTES
Oficina (664) 216.15.12 y 13
Cel. (664) 674.57.66
Nextel 152*16883*90
San Diego (619) 737.72.36
ventas@revistamujeractual.com

SAN DIEGO RED
El Nuevo Sur



ALTIMA® 2014

**LOS MEJORES PRECIOS
ESTA TEMPORADA**
EN TODA LA LÍNEA ALTA GAMA



JUKE® 2014



MAXIMA® 2014 MURANO® 2014 ARMADA® 2014 FRONTIER® 2014 PATHFINDER® 2014 TITAN® 2014

NISSAN ESTILO QUE ROMPE ESQUEMAS
Solicita tu Prueba de Manejo

NISSAN.
Tijuana-Eisenada-Tecate

Zona Rio Tel: (664)683 4311
Insurgentes Tel: (664)621 3353 y 55

Ensenada Tel: (646)176 6118 y (646)176 6611
Tecate Tel: (665)521 3234

www.nissantijuana.com.mx

Te invitamos a conocer nuestro
Anuncio de Privacidad
en www.nissantijuana.com.mx
o leer escanar el siguiente recuadro



Mujer Actual es una publicación mensual editada y distribuida por Comunicaciones Actuales S. de R.L. de C.V., oficinas comerciales en Blvd. Díaz Ordaz 13251, local B-14, fracc. La Escondida, La Mesa, Tijuana B.C. Todos los derechos de reproducción del material editorial son propiedad de Comunicaciones Actuales S. de R.L. de C.V. Certificado de Reserva de Derechos INDAUTOR 04-2009-012913064200-102.

Mujer Actual es una marca registrada ante IMPI, expediente no. 43797. Certificado de licitud de título 14494, certificado de licitud de contenido 12067. Año 7, edición 78, inicio de impresión el 10/03/2014. Los autores son los únicos responsables por su opinión y no necesariamente expresan la de los editores. Mujer Actual investiga la seriedad de sus anunciantes, mas no es responsable por las ofertas o información que aparece en los anuncios. Edición mensual. Edición mensual. Tiraje 25,000 ejemplares.

Mujer actual es distribuida de manera gratuita en las ciudades de Tijuana, Rosarito, Ensenada, y San Diego.

Certificado de circulación, cobertura y perfil del lector folio 00244-RHY emitido por y registrado en el Padrón Nacional de Medios Impresos de la SEGOB.

LA LLEGADA DE LOS HIJOS: ¿UNE O SEPARA A LA PAREJA?

POR MAYRA MEDINA DE HIJAR

La unión de un hombre y una mujer en pareja inicia con la interacción de dos individuos, dos expectativas, dos formas de enfrentar los retos, dos puntos de vista... dos, dos, dos de todo. Permanecer juntos podrá o no, según sea el caso, llevarlos

a la procreación de uno o más hijos, es decir: serán ahora dos + uno + otro, +...

Lo que antes era únicamente el mundo de dos, se ve alterado con la noticia de que pronto serán tres y es entonces que podemos cuestionarnos si el tener un hijo va a influir o no en el desarrollo de cada miembro de la pareja, en todos los roles que, hasta ese momento, cada uno

había venido desempeñando, desde lo familiar, laboral, social, personal, pero principalmente: en el rol de ser pareja.

En más de una ocasión, durante la sesión de terapia de pareja, he planteado la siguiente pregunta: "¿Qué los ha mantenido unidos hasta hoy?", haciendo énfasis en que no deberán incluir en su respuesta ni el acta de matrimonio, ni los bienes materiales, ni las deudas, ni mucho menos los hijos.

En este momento más de algún lector, se indignará al ver cómo coloco al mismo nivel un hijo que una deuda o una propiedad, obviamente no son del mismo valor pero sí están a un nivel similar entre sí, muy distinto al nivel de pareja, ese donde sólo habitan dos.

Responder esa pregunta resulta en un gran silencio incómodo, en el cual la pareja no logra identificar "eso" que los ha mantenido unidos ahora, sin evitar pensar en una primera respuesta: "nuestros hijos... pero si no son ellos, entonces que nos une?" (y es aquí que se ven a los ojos y se codean, con la idea de que el otro sabe la respuesta). No es casualidad que están acudiendo a terapia de pareja.

LA LLEGADA DE UN HIJO

Cuando sólo son dos, la llegada de un tercero a la familia requiere preparar un espacio tanto físico como emocional, por lo tanto es muy importante que aquí la pareja reestructure su "contrato matrimonial" (ver artículo: "Hagamos un trato, un dulce contrato", edición de febrero 2014) y diseñe nuevas reglas en el hogar, como padres y pareja, donde antes sólo regían las reglas del matrimonio.

MANOS A LA OBRA

Si no deseamos que nuestro rol de padres acabe con nuestro rol de pareja, es necesario identificar dos importantes áreas de fortaleza para trabajarlas:

■ LA IDENTIDAD

La pareja necesita adquirir un lazo de relación emocional con el niño desde antes de nacer. Que sean capaces de ayudar y apoyar a su pareja para que también lo pueda hacer, pues es común que la mujer viva más esta relación con el bebé a diferencia del padre que físicamente está fuera de esa unión. Involúcrense juntos, permitan que su pareja conozca y participe, esto les dará seguridad a ambos en su papel de padres.

Si esto no sucediera, es justo aquí donde un miembro de la pareja buscará esa relación emocional, regresando a la relación emocional con sus padres, con amigos, con distracciones, o ... con un conocido lazo emocional: una relación extramarital.

■ LA SEXUALIDAD

Durante el embarazo, particularmente la madre requiere de apoyo, ayuda e, incluso, protección. Es entonces que el hombre tiene la gran oportunidad de cumplir funciones maternas y de cuidados hacia su mujer, hacer esto lo estará preparando para ser más seguro cuando su hijo sea quien requiera estos cuidados por parte de él. La mujer deberá permitir la participación de su pareja en este punto. Favorecerá su intimidad.

UNA PAREJA MÁS FUERTE

Serlo dependerá de qué tanto aprendamos a ser madres y padres, pero muy importante: ayudemos y apoyemos a que nuestra pareja lo haga, al grado de que ambos sean capaces de cumplir con seguridad el rol del otro para cuando sea necesario, con la confianza de que lo harán bien, pues aprendieron juntos uno del otro. El rol de padres no es la muerte del rol de pareja, es un eslabón más del ciclo vital, un enriquecimiento de quienes somos.

*La autora es Psicóloga Familiar y de Pareja.

<http://psicofamiliaypareja.com> / www.facebook.com/psic.mayra.medina



ESCÁPATE A LOS CABOS DONDE ENCONTRARAS UNA COLECCIÓN DE HOTELES CON LA MEJOR UBICACIÓN EN CABO SAN LUCAS.

Hospitalidad INFINITA



Condé Nast
Traveler GOLD LIST 2013
MEJORES LUGARES DEL AÑO PARA HOSPEDARSE

RESERVA EN NUESTRA PÁGINA WEB
O LLAMA A NUESTRA LADA 800 Y PREGUNTA
POR NUESTRAS TARIFAS ESPECIALES

Find Us: /Hoteles Solmar /Solmar Resort

SOLMAR HOTELS & RESORTS

Av. Playa Grande #1 Cabo San Lucas,
BCS México 23450 · Ph (624) 145 75 75
Fax (624) 143 6655 · LADA 01800 398 9898
E-mail: reservaciones@solmar.com.mx
www.solmar.com.mx



¿POR QUÉ LA VERDAD ES UN INGREDIENTE TAN DELICADO?

POR BECKY KRINSKY

Si digo lo que sé, me meto en líos y creo un problema y si me callo, miento. La verdad es un tema muy complicado, ya que ésta viene impregnada con valores y principios personales. El tema trata de ser honesto y vivir con integridad. Los problemas generalmente surgen cuando se dicen las cosas en el lugar y en el contexto equivocado, a pesar de que el mensaje sea completamente cierto.

Si bien es importante hablar con la verdad, también es necesario aprender a utilizar las palabras de tal manera que

logren construir puentes de comunicación y fortalecer las relaciones personales. De nada sirve lastimar, provocar enojo y crear inconvenientes, simplemente por haber dicho la "verdad".

Callar no es mentir, es esperar a encontrar el momento oportuno para poder lograr una comunicación efectiva. Los malos entendidos y los problemas familiares generalmente van de la mano.

Samanta, se peleó con su cuñada cuando se enteró que ella la había criticado en una reunión de amigas. Samanta había escuchado por medio de una conocida los reproches y las

críticas que la cuñadita había dicho. Para verificar si la información que recibió era cierta decidió hablarle a una buena amiga y enterarse de la verdad de una persona que ella podía confiar.

¡Qué dilema más grande para esta mujer! Por un lado esta amiga sabe perfectamente lo que la cuñada

habló; por el otro lado, ella sabe que si dice lo que escuchó, provocará un incidente desagradable en la familia de su amiga, lo que seguramente podría causar enojo e incomodidad entre ambas cuñadas.

¿Qué debería hacer?

¿Decir la verdad y enojar a Samanta o buscar la parte de la verdad que estaba implícita en el diálogo e invitar a su amiga a que dialogue con su cuñada con el fin de aclarar el incidente?

Es probable que no sea necesario repetir las palabras exactamente "verdaderas" como se dijeron en la reunión, esto sólo causaría malestar y perjudicaría la relación. En cambio, fácilmente se podría encontrar algo igualmente verdadero, que promueva la comunicación, el cariño y respeto de ambas mujeres.

Por ejemplo, su amiga podría haber dicho: "creo que tu cuñada estaba un poco afligida por tu ausencia en el evento; sin embargo, recuerda que ella te quiere mucho y se molestó porque no estuviste, ¿por qué no le hablas y le preguntas qué es lo que le preocupa tanto?".

LA VERDAD

INGREDIENTES

- 2 tazas de perspectiva, reconocer y ubicar el contexto de las palabras

- 1 rebanada de prudencia, astucia y agilidad mental para reaccionar

- 1 cucharadita de responsabilidad; aceptar el valor y las consecuencias personales

- 1 pieza de integridad, compromiso moral y personal continuo

- 3 gotas de ojo benévolo, buscar el lado bueno, pensar en positivo, fortalecer relaciones

- 1 manojo de sinceridad, naturalidad y claridad para hablar

RECOMENDACIÓN DEL CHEF:

- La verdad puede ser difícil de digerir; hay que reconocer el mensaje que se tiene que dar, cuidar la forma y el modo de hablar y

aprovechar todas las oportunidades para mejorar las relaciones personales, no para destruirlas.

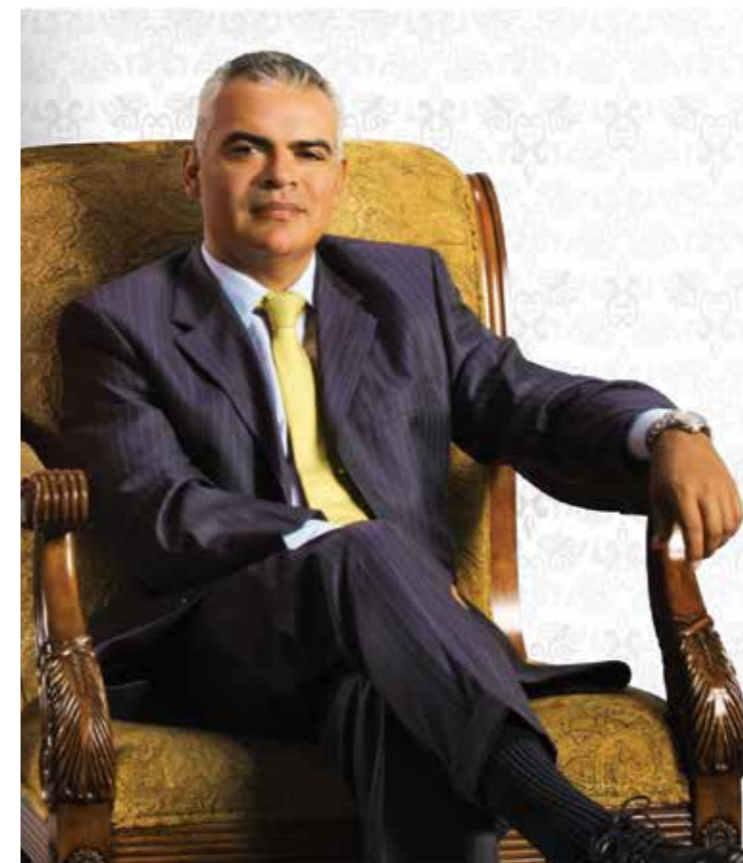
MODO DE PREPARACIÓN:

1. LA VERDAD ES LA VERDAD, no su interpretación. Esta implica honestidad, integridad y objetividad. Aprender a esperar el momento oportuno y el tono adecuado para decir las cosas facilita la comunicación y asegura que el mensaje se reciba adecuadamente.

2. HACER EL BIEN Y PRESERVAR LA ARMONÍA de las relaciones es tan valioso como el hablar con la verdad. En ocasiones, es preciso estirar la verdad con el fin de hacer el bien. El no decir todo lo que uno sabe no significa que uno esté mintiendo.

3. SE DEBE DE TENER EN CUENTA que el objetivo es fomentar el bien común sin comprometer los valores y la integridad personal. Por eso es importante ver todo en perspectiva, tener en cuenta cuál es el alcance y las consecuencias de lo que uno dice.

“La verdad siempre ilumina el camino, la falsedad sólo complica y confunde todo a su alrededor”



Dr. Manuel
GUTIÉRREZ
PLASTIC
& AESTHETIC
SURGERY

CON MÁS DE
15 AÑOS
DE EXPERIENCIA
Y EL MEJOR EQUIPO,
GARANTIZO TU SATISFACCIÓN.

Consultas al (664) 607-3377 y
desde Estados Unidos al (619) 572-8981
Ubicados en Paseo Tijuana 406, 6to. piso, Suite 401
en Edificio Simnsa, Zona Río.

www.drmanuelgutierrez.com

TEMPORADA DEL FASHION WEEK



POR GREGORIO SÁNCHEZ

Queridas lectoras, en este mes me gustaría platicarles un poco sobre las temporadas del Fashion Week a nivel mundial, temporada en la cual se llevan a cabo alrededor de todo el mundo las llamadas Semanas de la Moda, donde los diseñadores activos del fashion market lanzamos colecciones de temporada, anticipándonos a lo que serán las tendencias del mercado, lo que veremos en las vitrinas de las departamentales y boutiques en los próximos 6 meses, ya que dichas colecciones se presentan con anticipación.

En marzo y abril podemos ver cómo empiezan y terminan los Fashion Weeks uno tras otro, iniciando por los más importantes como el de New York, Londres, París, Milán, Río de Janeiro, Australia, China, entre otros.

El estar informadas de lo que dictará en cuestión de tendencias para las próximas temporadas es muy importante, ya que les dará una guía de lo que hay que tener como un "MUST" de temporada y que sus compras valgan la pena.

Así que les recomiendo estar al pendiente de estas Semanas de la Moda, ya que esto les ayudará a no comprar moda pasada, es decir, moda de saldos que a veces la mayoría de boutiques les ofrece.

Como diseñador activo en varias semanas de moda en México y el extranjero, aquí les dejo algunas imágenes de mis Fashion Weeks, en Vancouver, Canadá y Los Ángeles.



GREGORIO SANCHEZ

AV. SONORA 4411 FRACC. CHAPULTEPEC (LA RECTA DE LA CHAPULTEPEC) TIJUANA B.C. TEL (664) 681-81-87 @RG Sanchez

*El autor es diseñador internacional de modas.

SWAROVSKI

Galerías Hipódromo 2do piso Blvd. Agua caliente #1 1999-243 Col Hipódromo Agua Caliente C.P. 22024 Tel. (664) 600.84201 SWAROVSKI.COM

Daniel Espinosa JEWELRY

Boutique Daniel Espinosa Tijuana Loc. 243 A T | 664 | 608 4230 danielEspinosa.com

Actitud VICKY FORM™

"YO DECIDO SI SE TRATA DE UN JUEGO" -LA JUGUETONA-

ZOO NIVEL LOCAL 245

Hipodromo

DIPLOMADO EN DISEÑO DE INTERIORES

UNIVERSIDAD XOCHICALCO

www.xochicalco.edu.mx

Horario: Sábado de 9:00 am a 2:00 pm Inicio: 03 de Mayo Duración: 85 hrs. CUPA LIMITADO. Pregunta por nuestros descuentos y facilidades de pago.

¡Aparta tu lugar HOY!

Diplomado en Fotografía Digital

UNIVERSIDAD XOCHICALCO

www.xochicalco.edu.mx

Dirigido a: Usuarios de cámara fotográfica digital que desean dominar y sacar provecho de diversas herramientas para captura, edición y manipulación de imágenes digitales.

Requisitos de admisión: Llevar solicitud de inscripción, copia de acta de nacimiento, copia de identificación con foto y contar con cámara digital SLR.

Horario: Sábado de 9:00 am a 2:00 pm Inicio: 31-05-2014 Duración: 85 horas

Inf: 621-3550 ext. 121 blopez@xochicalco.edu.mx educacioncontinua@xochicalco.edu.mx

FRESCURA, COLOR & GUIÑOS AL PASADO



ETNIC STYLE

Colores vibrantes y llamativos prints se combinan con elementos propios de esta cultura, como divertidas calaveras o motivos tribales que se adaptan al genuino estilo tucuc.

MARINERO

Es muy fácil crear desde looks sport hasta elegantes combinaciones en las que el sabor mediterráneo siempre está muy presente. Diversas tonalidades de azul, junto con el blanco y el rojo, serán claves en esta tendencia.

Esta primavera-verano viene cargada de interesantes tendencias fácilmente adaptables a nuestro estilo y al de nuestros hijos. Se trata de diferentes inspiraciones en las que la frescura, el color y los guiños al pasado no faltarán en los armarios de los más pequeños. Te invitamos a conocer las tendencias que cautivarán este verano

TROPICAL FRESH

La tendencia tropical triunfará este verano. Los colores de la jungla inundan nuestro armario, se trata de una atrevida gama tonal en la que tonos ácidos como amarillos, limas y rosas tienen gran protagonismo. Es una tendencia cálida y cargada de energía.



Esto y mucho más en...



Calle Brasil #183-2, Col. Cacho
TEL **634 00 07**

boutique.babyblue@gmail.com



Bvd. de las América #2652-4 Col. Lomas de Aguacaliente
TEL **104 19 79**

petitulukids@hotmail.com



FOTOGRAFÍA YAN GONZÁLEZ



UN ESPACIO PARA DESCUBRIR el punto de encuentro ideal para...



Asao

Consiente a tus sentidos con su propuesta gastronómica
Jue. a Sáb. - 12 a 11 pm
Dom. - 12 - 8 pm



SANTUARIO DIEGUENO
HOTEL BOUTIQUE

Personalidad en cada espacio que brindan experiencias únicas.



Los PEREGRINOS

Para momentos inolvidables de tu boda, o bien, para áreas confortables y funcionales en tus reuniones de trabajo



Bistro
MEDI

Comidas y cenas dentro de una atmósfera casual
Lun. a Sáb. - 12 a 10 pm.

Tel. (665) 654 47 77 facebook/santuariodiegueno www.santuariodiegueno.com Tecate B.C
Río Yaqui 798 Esteban Cantú Tecate, Baja California, México 21420

DESARROLLO PSICOLÓGICO DE LOS HIJOS

ORIENTACIÓN SEXUAL

POR YOLIAND VALENZUELA
ETAPA EDIPICA (3 A 5 AÑOS)

Aproximadamente a los tres años de edad, los niños muestran curiosidad ante las diferencias entre el cuerpo femenino y el masculino, y como estas diferencias les resultan interesantes comienzan a hacer preguntas.

La palabra "sexualidad" tiene una connotación completamente diferente para los adultos y para los niños, quienes no entienden por qué los padres se confunden, les da vergüenza o tratan de evitar el tema.

Cuando se les explica de forma directa y sencilla las diferencias y cambios en su cuerpo, aceptan la sexualidad como un hecho tan normal como hacer su tarea o andar en bicicleta. A muchos padres les cuesta trabajo aceptar la manera en que sus hijos viven la sexualidad, algo que sencillamente es parte de la vida.

Con frecuencia, los padres entienden el interés de sus hijos hacia la sexualidad en forma equivocada, creen que lo que al niño le interesa es el acto sexual. En realidad, su interés es distinto: prefieren saber cómo funciona su cuerpo que saber cómo realizan sus padres el acto sexual.

LA EDAD ADECUADA PARA INFORMAR
La edad adecuada para informar a los niños sobre temas de sexualidad es cuando hacen preguntas. En esta fase quieren

saber por qué los niños tienen pene y las niñas no, cómo crecen los bebés dentro de la madre y cómo salen, etc. Nuestra explicación deberá ser clara, pero no necesita ser detallada:

La edad adecuada para informar a los niños sobre temas de sexualidad es cuando hacen preguntas. En esta fase quieren saber por qué los niños tienen pene y las niñas no, cómo crecen los bebés dentro de la madre y cómo salen...



"Cuando un papá y una mamá quieren tener un bebé, una célula (semilla) del cuerpo de papá se une a una célula del cuerpo de mamá y un bebé empieza a crecer. Cuando es lo suficientemente grande sale por la vagina". Se puede hacer un dibujo o usar una muñeca para la demostración.

Nuestras respuestas deben ser cortas y satisfacer al niño. Al poco tiempo volverá con esa u otras preguntas adicionales. En esta fase los niños preguntan muchas cosas, su interés está dirigido al cuerpo humano y al mundo que los rodea; sus preguntas no tienen que ver con un interés erótico. Cuando preguntan cómo se hace un bebé, tiene para ellos la misma importancia que la pregunta de cómo se hace un coche o cómo crece la flor, entre otras.

LAS DIFERENCIAS

Surge también un gran interés respecto a las diferencias entre niños y niñas. En ocasiones, se enseñan unos a otros sus diferencias, o pueden llegar a explorarlas jugando al doctor. En este juego no hay satisfacción sexual, lo único que quieren es satisfacer su curiosidad.

Muchos adultos, al darse cuenta de que sus hijos juegan al doctor o exploran los genitales de su amigo o amiga, reaccionan con un fuerte impacto o inquietud y tienen la certeza de que su hijo es un degenerado sexual. Estos padres seguramente los regañan, castigan o humillan cuando lo encuentran jugando algo que es completamente inofensivo.

De esta forma, generan en el niño miedo y la sospecha de que algo no está bien con sus genitales. El castigo, en lugar de calmar su curiosidad, la aumenta, y así los niños empiezan a tener una actitud desviada y anormal sobre el tema.

Si los padres encuentran a su hijo en interacción con otros niños realizando este tipo de juegos sexuales, primero deberán conservar la calma, lo ayudarán a vestirse y le ofrecerán otra actividad. Más tarde, cuando estén solos podrán decirle: "Veo que te interesan los cuerpos de los otros niños, voy a explicarte las diferencias".

LA IMPORTANCIA DE INFORMARSE

Es aconsejable que los padres busquen algún libro de orientación sexual para niños, pues puede serles de gran ayuda explicarles por medio de imágenes que los niños están hechos de un modo y las niñas de otro, esto los tranquiliza considerablemente, ya que la sexualidad explicada y entendida disminuye la necesidad de actuarla. Muchos padres se sienten ayudados y apoyados con los libros, ya que pueden "superar" la timidez y la confusión que sienten cuando hablan con sus hijos de temas de sexualidad y reproducción.

¿Qué debemos pensar de un niño que no hace preguntas? Todo depende de la edad; ciertos niños son más curiosos por naturaleza que otros. Además, quizás fueron desanimados muy temprano por los padres y eso les basta para saber que no obtendrán respuesta, así que se abstienen de hacer preguntas.

Es peligroso reprimir la curiosidad de los niños reaccionando como hemos mencionado, porque de esta forma los padres se convierten en la causa de su falta de interés general a lo largo de su vida.

Espero para nuestros lectores no haya sido un tema fuerte o delicado, sino de mucha claridad!!

Encantada de seguir colaborando...

Siguiente tema: Etapa escolar (6 a 10 años).

*La autora es fundadora y directora general de Montessori Hills Academy. Está certificada como guía Montessori y cuenta con un diplomado en intervención sistémica y transpersonal.



TEACHER CERTIFICATION PROGRAM

CERTIFICATE COMO
GUÍA MONTESSORI



PROGRAMA ESCOLAR

- Clases de lunes a viernes
- Horario de 3:00 PM a 8:00 PM
- Curso BILINGÜE
- Duración de un año

ACREDITACIÓN Y CERTIFICACIÓN

Montessori Hills Academy
esta certificado y afiliado por
organismos internacionales que
vigilan y acreditan entrenamientos
para Guías Montessori.





COLEGIO MAGNA, A LA VANGUARDIA EN EDUCACIÓN

POR YAN GONZÁLEZ

Hoy en día la preocupación de muchos padres de familia es en qué colegio van a inscribir a sus hijos, esta decisión es muy importante debido a que el niño pasará seis años de su vida y se debe elegir un colegio en donde pueda desarrollarse plenamente. Sin duda, la mejor opción es Colegio Magna.

Magna es un colegio que se especializa en educación básica e implementa la educación integral debido a que se ha demostrado científicamente que el ser humano está dotado de diferentes inteligencias y en Colegio Magna logran desarrollar toda la capacidad intelectual de los niños para lograr su plenitud, afirmó la lic. Tere Reza, directora del colegio.

Magna es un colegio joven e innovador en educación, debido a los procesos de enseñanza que emplean, la función de estos es que los niños puedan alcanzar su pleno desarrollo en todos los aspectos: físico, emocional, intelectual, artístico y espiritual; todo esto en conjunto hará que el niño concluya su preparación académica básica a los diez años de edad.

Colegio Magna se distingue por brindar educación integral enfocada en la personalidad de cada alumno; y



su filosofía consta en formar seres humanos capaces de adaptarse a los cambios de la vida diaria con las habilidades y capacidades de cada uno, aseguró la lic. Tere Reza.

Colegio Magna le brinda a cada alumno un espacio de alegría en donde el descubrimiento y reconocimiento se producen cotidianamente. Colegio Magna es el colegio indicado para que tu hijo se desarrolle plenamente, debido a que brindan una educación alternativa en donde tu hijo asistirá contento y ampliará su potencial de

SUS HORARIOS

■ 8:00 am a 3:00 pm
con horario extendido

UBICACIÓN

■ Calle Jalisco 3222,
Colonia Cacho
■ Tel 200 26 94

aprendizaje en forma constructiva, debido a su modelo educativo personalizado.

Colegio Magna es una opción única en Tijuana debido a que puede satisfacer tanto las expectativas académicas como las de una formación ética, física y artística, concluyó Tere Reza, directora de Colegio Magna.

Familia y diversión, **Claro** la mejor combinación.



Claro-video
El mejor entretenimiento en donde quieras.

Sólo **\$69** al mes
con cargo a tu Recibo Telnor**

Diviértanse en familia con las mejores Series, Películas, Conciertos y mucho más.

1 mes **GRATIS*****
Disfrútalo en **infinitem**.

*Monto total. **También puedes pagar con tarjeta de crédito. ***ClaroVideo otorgará 1 mes gratis de servicio a Clientes Infinitem. Al término de la promoción se comienza a facturar el cargo mensual de \$69 pesos (precio total). No incluye Pago por Evento. ClaroVideo es un servicio proporcionado por un tercero. La marca Infinitem se presenta únicamente como medio de acceso al servicio. Algunos títulos están disponibles únicamente en Pago por Evento.

01 800 252 9999

clarovideo.com.mx

Sabor y Sazón encontrarás en el buffet de Desayunos y Comidas



LOS JARRONES
Restaurante

Tel. (664) 104-5541
Blvd. Federico Benitez casi esquina con Lázaro Cárdenas

Tel. (664) 686-1091
Ave. Río Colorado No. 9680
Col. Marrón a un costado del C4



Mercado Licha, UNA OPCIÓN SALUDABLE

POR MÓNICA MÁRQUEZ

Con el objetivo de ofrecer productos orgánicos, frescos y de la región nació el Mercado Licha, un nuevo concepto que contribuye a la salud de los tijuaneños a precios muy accesibles.

El nombre de Mercado Licha, que oficialmente abrió sus puertas en febrero, nació como un homenaje a su abuelita María Luisa Riedel, "Licha" como le decían de cariño.

"Mis dos abuelitas murieron de cáncer, primero mi abuelita Ema de Bustamante, a ella le dijeron que viviría un año y fue lo que pasó; años después a mi segunda abuelita María Luisa también le diagnostican cáncer, pero ella luchó y cambió a la nutrición alternativa y sí pudo extender su vida a 5 años más. Volvió a lo más natural, desde el agua alcalinizada", platicó Carolina Bustamante, propietaria.

Sin duda, los productos orgánicos son la opción más saludable, añadió, pues no contienen pesticidas ni químicos que dañan la salud, por ello en Mercado Licha los promueven a precios muy accesibles.

"Mucha gente tiene la idea de que los productos orgánicos son muy caros y no es así, aquí tratamos de ofrecer precios accesibles", aseguró.

POR QUÉ VISITAR MERCADO LICHA

Muchos pensarían que llevar una vida sana con una alimentación ade-



cuada resulta muy costosa y no es así, en Mercado Licha encuentras diversos productos orgánicos a precios muy accesibles, con la gran ventaja de contar con un amplio estacionamiento y ubicarse en una de las arterias principales de la ciudad: el bulevar Agua Caliente, explicó Fernando Millán, chef administrativo de Mercado Licha.

ARQUITECTURA ECOLÓGICA

El diseño arquitectónico de Mercado Licha estuvo a cargo de Jorge Gracia, quien destaca por su trabajo ecológico y por sus ideas muy frescas, por ello todos los muebles que eligió en este negocio son de materiales reciclados; además de considerar que las instalaciones fueran ecológicas. "Queríamos a un arquitecto que estuviera muy sensibilizado con Baja California", expuso Carolina Bustamante.

"Nosotros utilizamos productos de limpieza biodegradables, que no dañan el medio ambiente ni a quien los utiliza. Espero que eso sea una motivación para que más empresarios

LO QUE PUEDE ENCONTRAR EN MERCADO LICHA

De acuerdo con Fernando Millán, chef administrativo, aquí podemos encontrar:

- Productos de belleza y de higiene personal
- Aceite de olivo
- Granola y semillas
- Productos medicinales
- Pollo y huevo orgánicos
- Queso y crema menonitas
- Verduras orgánicas y locales
- Pan artesanal de linaza sin gluten
- Harinas sin gluten
- Salsa casera, mermeladas y productos artesanales
- UN DELI: donde te pueden preparar paninis, ensaladas, pastas, jugos, café orgánico, licuado e infusiones.

o locales consideren que sí se puede hacer esto, que no debes estar en un lugar de primer mundo para estar en un negocio biodegradable y ecológico, dejando algo mejor para el futuro".

Dijo que como parte de su decoración, cuentan con un jardín vertical en el que tienen romero, lechuga, albahaca, perejil y lavanda, explicó, y hierbas aromáticas.

Aunado a su arquitectura, en Mercado Licha cuentan con una galería en la que talentos locales pueden exponer sus obras, o bien, ofrecer algún taller o conferencia de nutrición o promoción de la región.

FOTOGRAFÍA YAN GONZÁLEZ

IECH Más de 14 años ayudando a las parejas a hacer su sueño realidad

de B.C.

Clinica de reproducción asistida

Gracias a la tecnología de punta y el personal especializado con el que contamos, hemos podido brindar una esperanza a las parejas con infertilidad, al lograr el más grande de sus sueños un **¡bebé en casa!**

Citas e informes Tel. (664) 684 0888 y 684 2444 Desde USA (619) 946 1139
Leona Vicario #1450, Suite 6 Zona Rio, Tijuana, B.C., México (a una cuadra del CECUT)

PRODUCTOS ORGÁNICOS Y REGIONALES B.C.
Pan Artesanal fresco todos los días...
¡VISÍTANOS!

• Ensaladas • Jugos • Smoothies • Licuados • Cafés • Paninis

Plaza Comercial "El Conquistador" Blvd. Agua Caliente, TEL: 681.77.73 | info@mercadolicha.com

ohzone.com.mx OhZonemx

Este mes de Abril
celebralo en
El mejor lugar
de la galaxia.

OH!
ZONE

Boliche • Patines
Fiestas • Arcade
Snack Bar

Paquetes de Fiestas desde \$3,000 Pesos

GALERÍAS HIPÓDROMO Tel. 6-08-44-36
2º PISO, JUNTO AL FOODCOURT

PARA ENDULZARTE LA VIDA: Lourdes Pasteles

POR MÓNICA MÁRQUEZ

Por un cumpleaños, aniversario, boda, baby shower o por el simple gusto de endulzarte el paladar, Lourdes Pasteles tiene para ti exquisitos pasteles y ambigús que harán de ese momento algo muy especial.

Lourdes Pasteles comienza con el sueño de la Sra. Lourdes hace 40 años en Ensenada, un sueño de superación por medio de su pasatiempo favorito: la elaboración de pasteles, sobretodo el delicioso pie de manzana.



Desde entonces, Lourdes Pasteles tiene como principal misión endulzar y poner una sonrisa en cada uno de sus clientes a través de productos de calidad, excelente servicio e innovación.

Cada uno de sus pasteles son deliciosos, pero aquí su especialidad es el pie de manzana, horneado día a día con un delicioso sabor gracias a la receta secreta de la Sra. Lourdes.

En cada uno de sus productos ponen todo su esfuerzo y pasión para producir pasteles todos los días, con ese toque de casa, de hogar.

Para su comodidad, Lourdes Pasteles cuenta con dos ubicaciones en Tijuana, una en Rosarito y 3 más en Ensenada y abren de lunes a domingo de 9:00 am. a 9:00 pm.

LO QUE PUEDES ENCONTRAR

PASTELES DE:

- Zanahoria
- Red Velvet
- Chocolate
- Chesse Cake
- Vainilla
- Pie de manzana, entre otros.

ASÍ COMO...

- Brownies
- Cupcakes
- Nieve Dreyer's
- Chocolate caliente



Todos los días son días de fiesta!

Endulza tu vida con un pastelito.

Contamos con más de 60 sabores, además de nieve de alta calidad, cupcakes y brownies.

¡Acompáñalo con una nieve!

Dreyers Thrifty

*Contamos con servicio a domicilio. Aceptamos tarjetas VISA y Mastercard.

Bvd. Sanchez Tibodea 4499-6 Ave. Jalisco 2592-6 Plaza Jalisco, Zona Río 664 622-5198. Col. Davis 664 290-0343

www.lourdespasteles.com

El Surtidor del Tapicero
Mayoreo y Menudeo
DISTRIBUIDOR Y FABRICANTE DE TELAS

50% de desc. en etiqueta naranja

Telas, vinipielés y accesorios nacionales e importados para muebles, edredones y cortinería

Estilo
Este 2014 celebra dándole un nuevo aire a tus muebles

Crédito 6 meses sin intereses en tarjetas de crédito
Banamex HSBC Compra mínima de \$500m

Ave. NEGRETE No. 1127 TELÉFONO 685 99 07
ENTRE 5ta. y 6ta. COLONIA CENTRO C.P. 22000

Otorgón • Hermosillo • Mexicali • Los Mochis • Culiacán • Mazatlán

LUZE
SECADO EXPRESS

TE BRINDAMOS MAYOR PRESTIGIO A MEJOR PRECIO

SECADO \$90	ACRILICAS \$200
PLANCHADO \$90	TRATAMIENTOS DESDE \$350
ONDAS \$140	GERMEN DE TRIGO WELLA ENRICH Y MAS
RETOQUE \$250	BRAZILIAN BLOWOUT \$100dcll.
TINTES DESDE \$300	GLOBAL KERATINA \$100dcll.
CORTES \$200	
CORTE CABALLERO \$150	
GELISH \$200	
MANICURE \$130	
PEDICURE \$190	

AVE. SONORA #66 (LA RECTA) TELÉFONO 622 51 01
TERMINAL DE FRÍO -CONTAMOS CON VALET PARKING- LUZESSECAO

colegio familia
de Tijuana A.C.
Desde 1989

PRESCOLAR PRIMARIA SECUNDARIA PREPARATORIA

Excelente nivel académico
Incorporado a la SEP
Promotor de valores y convivencia

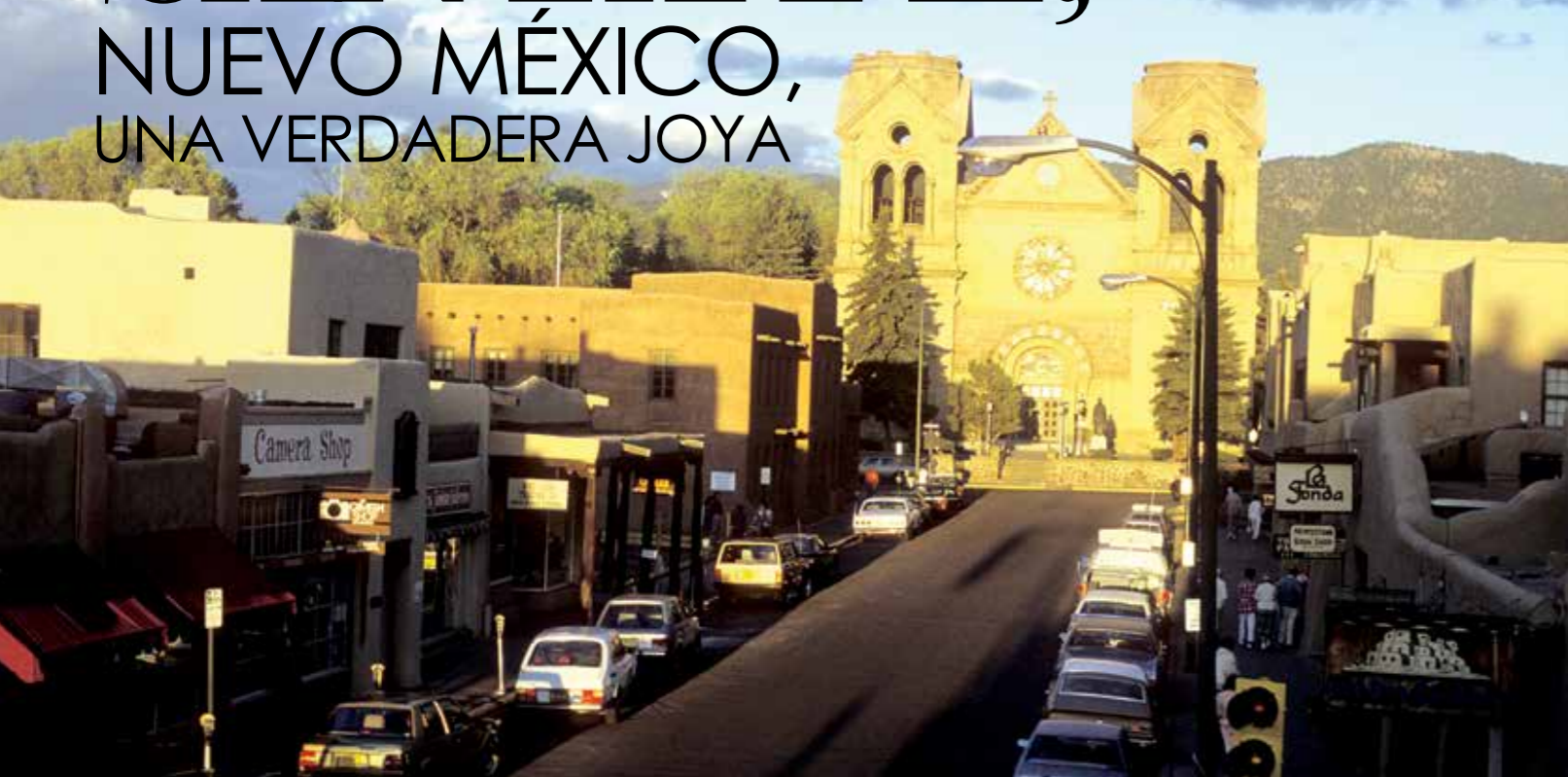
INSTALACIONES	ACTIVIDADES ESCOLARES	ACTIVIDADES VESPERTINAS
Salones de computación	Culturales	Fútbol 7
Laboratorio de ciencias	Deportivas	Voleibol
Bibliotecas	Humanitarias	Basketbol
Salas audiovisuales	Religiosas	Pintura
Aulas con pizarrones electrónicos	De esparcimiento	Teatro
Aulas de pintura, artes plásticas, teatro y danza.		Danza moderna
Comedores		Inglés
Capilla		Ajedrez
		Guitarra
		Tae Kwon Do

Plantel Altabriza
Ave. De las Brisas, No. 1467 Fracc. Alta Brisa
Tel: (664) 682 29 22, 624 11 23, 607 58 08 al 10

Plantel Buena Vista
Calz. Ing. Juan Ojeda Robles, No. 13104
Col. Buena Vista, C.P. 22415
Tel: (664) 682 19 09

www.colegiofamilia.edu.mx De buenos a mejores... cf

SANTA FE, NUEVO MÉXICO, UNA VERDADERA JOYA



POR ALEXANDRA CASTRO
Y ÁLVARO BELLO

Santa Fe es una ciudad con un encanto exuberante y una energía magnética, no por nada ubicada en el estado de Nuevo México donde se encuentran asentados 19 de los pueblos indígenas nativos americanos más antiguos del país y 8 de ellos están en los alrededores de esta mágica ciudad.

La ciudad de Santa Fe organizó un viaje de prensa para diversos medios de comunicación de México y orgullosamente **MUJER ACTUAL** fue elegida como el único medio de comunicación escrito de Baja California para ser testigo de los múltiples ofrecimientos que tiene el destino en el ámbito: deportivo, artístico, turístico y culinario, así como posibilidades de intercambio comercial y de negocios que tiene esta ciudad.

La ciudad está situada a una altura de 7000 metros sobre el nivel del mar

24 | www.revistamujeractual.com



al pie de las Montañas Rocosas del sur en el centro-norte de Nuevo México. Fundada en 1610, Santa Fe es la segunda ciudad más antigua de Estados Unidos y se considera la ciudad más alta y la más antigua capital en Estados Unidos. Cuenta con 72 mil habitantes aproximadamente entre hispanos, anglos y americanos nativos, por lo que es la cuarta ciudad más grande de Nuevo México después de Albuquerque, Las Cruces y Río Rancho.

PARA VISITARLO EN CUALQUIER ÉPOCA

El gobierno es el generador de empleos más grande de Santa Fe, segui-

do por la industria del turismo. Hay un número creciente de empresas de base tecnológica en las inmediaciones de la ciudad. Además, es considerado el tercer mercado del arte más grande de los EE.UU, pues cuenta con más de 240 galerías de arte y agentes comercializadores de la ciudad.

Hay cuatro estaciones climáticas en Santa Fe, incluyendo la nieve durante el invierno en la ciudad, lo que la convierte en un serio destino de ski durante los meses de noviembre a marzo. Los meses más populares para los visitantes, que vienen que todas partes del mundo, son de abril a octubre con fechas

pico en julio, agosto y octubre.

¿CÓMO LLEGO?

El Albuquerque Sunport es el aeropuerto principal más cercano a Santa Fe, ubicado a una hora al norte de Albuquerque en carro, autobús o tren.

Santa Fe fue designada Ciudad UNESCO creativa en 2005, la primera ciudad de EE.UU. en recibir este honor y en la actualidad sólo hay un puñado de ciudades creativas en el mundo, esto provocó un esfuerzo de toda la ciudad para elevar el perfil de muchos sectores creativos de Santa Fe (ver: www.santafecreativetourism.org).

En 2009, el Fideicomiso Nacional de Preservación Histórica de Estados Unidos nombró a Santa Fe como uno de los Doce Destinos Distintivos del Fideicomiso.

La ciudad ha aparecido constantemente en el top 10 de los "mejores premios World" de Travel + Leisure, el top 10 de los "Premios Elección del Lector" de Conde Nast, el top 10 de las mejores pequeñas ciudades de arte de American Style en América, y en una variedad de otras encuestas incluida como una de las 10 Ciudades más sanas para vivir y también para jubilarse.

Santa Fe o "la ciudad diferente", como muchos la llaman, cuenta con el aire más limpio de todo el país. Por las noches, la visibilidad del cielo parece infinita, esto la hace la ciudad más acogedora para que las parejas



observen las estrellas.

Cabe recalcar que la revista Fortune, US News y CBS MoneyWatch calificaron a Santa Fe como la mejor ciudad para retirarse.

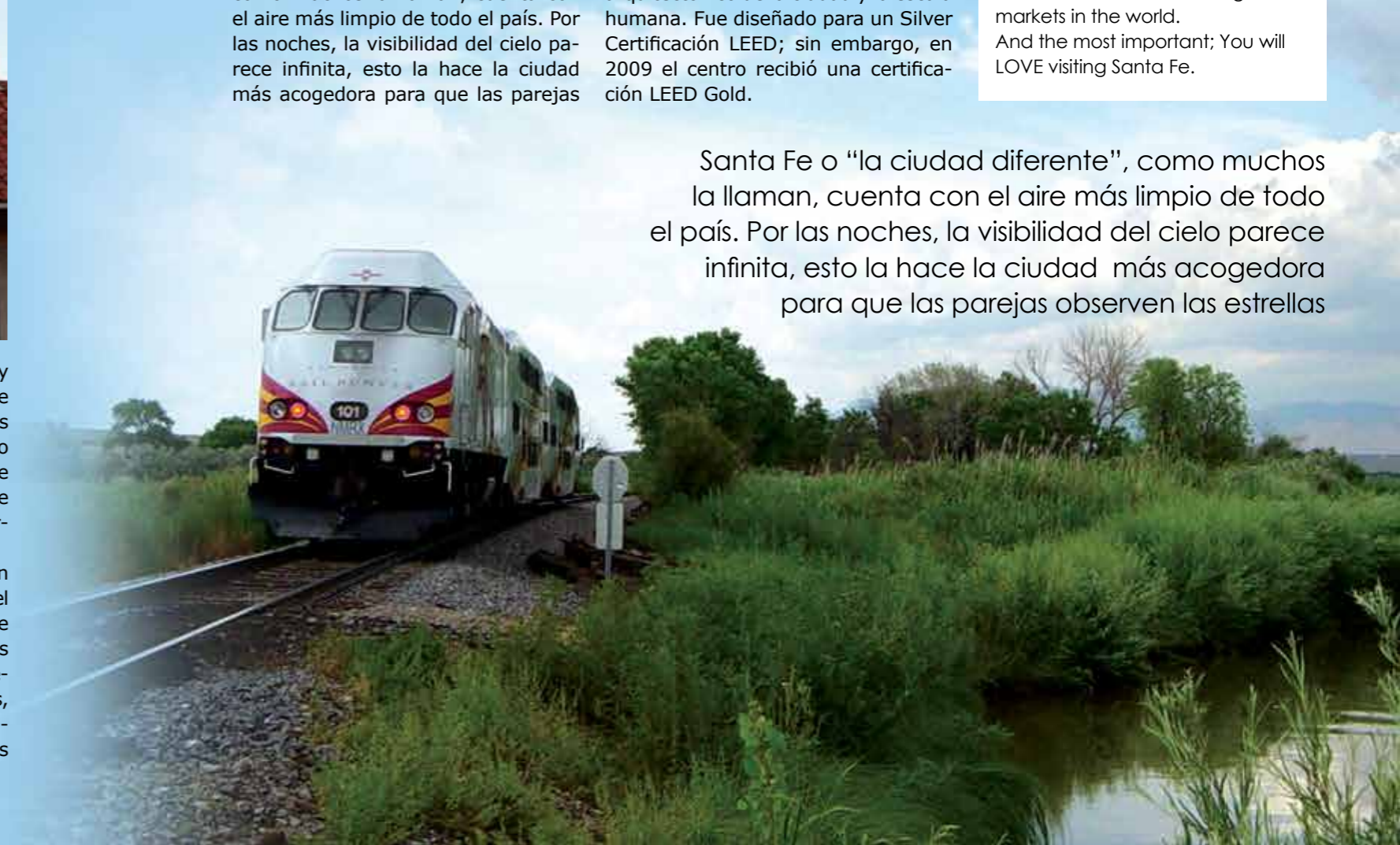
EL CENTRO DE CONVENCIONES Y TERMINAL FERROVIARIA

El centro de convenciones de Santa Fe abrió sus puertas en el verano de 2008. El edificio que cuenta con 72,000 pies cuadrados fue construido de acuerdo con el histórico aspecto arquitectónico de la ciudad y la escala humana. Fue diseñado para un Silver Certificación LEED; sin embargo, en 2009 el centro recibió una certificación LEED Gold.

EN LA SIGUIENTE
EDICIÓN, TE
DAREMOS MÁS
DETALLES SOBRE
ESTA MÁGICA CIUDAD.
¿WHY VISIT SANTA FE,
NEW MEXICO?

- Santa Fe is the second oldest town in the U.S.,
 - Indians lived here long before Santa Fe was a town.
 - Santa Fe is the capital of New Mexico.
 - Santa Fe means "Holy Faith" in Spanish. It is often called "the City Different".
 - Santa Fe weather is amazing you can enjoy sunny days almost all year but also you can enjoy the snow.
 - You can ski from Thanksgiving to Easter.
 - Santa Fe is a community where 60,000 people live and work.
 - Santa Fe has more than 5,700 hotel and motel rooms.
 - Santa Fe has 250 restaurants, 250 art galleries, 50 Indian jewelry shops, 13 major museums, and a world-famous opera.
 - Santa Fe is one of the largest art markets in the world.
- And the most important; You will LOVE visiting Santa Fe.

Santa Fe o "la ciudad diferente", como muchos la llaman, cuenta con el aire más limpio de todo el país. Por las noches, la visibilidad del cielo parece infinita, esto la hace la ciudad más acogedora para que las parejas observen las estrellas





IMPULSA AMOR POR EL ARTE Y TEATRO MUSICAL:

BRODGÜEY TIJUANA THEATER CO

Cachu Manrique, Mario Tadeo, Kike Luna, Alex Padilla y Genia Santini son los creadores de esta compañía teatral tijuanaense; han participado en distintos proyectos a nivel internacional y juntos reúnen una experiencia de más de 70 años en el teatro

POR YAN GONZÁLEZ

Tijuana es una ciudad de oportunidades para quienes buscan realizar sus sueños en una ciudad tan joven y reconocida a nivel internacional. Tal es el caso de cinco artistas tijuanaenses quienes decidieron unir sus talentos para darle vida a Brodгүйey Tijuana Theater Company, cuyo objetivo es infundir amor por el arte y el teatro musical.

Cachu Manrique, Mario Tadeo, Kike Luna, Alex Padilla y Genia Santini son los creadores de esta compañía teatral tijuanaense; han participado en distintos proyectos a nivel internacional y juntos reúnen una experiencia de más de 70 años en el teatro. El elenco de Brodгүйey Tijuana Theater Company ha participado en diversos proyectos como La Novicia Rebelde, El Mago de Oz, Singing in The Rain, Otelo, Evita, Miss Saigon, Anita La Huerfanita, La Bella Durmiente, Eres Bueno Charlie Brown, Hombre De La Mancha, Godspell, entre otros.

Para conocer más a detalle sobre su experiencia de crear Brodгүйey Tijuana Theater Company, Mujer Actual platicó en entrevista con cada uno de sus creadores.

CACHU MANRIQUE

*Productor, cantante y actor.
Ha participado en
el movimiento escénico
de la región.*



nos damos cuenta cuando vamos a otros lugares a deleitarnos con teatro musical (que es lo que nos gusta y apasiona), que nosotros en Tijuana podemos hacerlo, tenemos todas las características que se requieren, y estamos muy contentos de llevarlo a cabo".

¿CÓMO SURGIÓ LA IDEA DE FUSIONARSE Y CREAR BRODGÜEYTHEATER COMPANY?

Estábamos en diferentes proyectos, algunos coincidíamos en unos proyectos, yo coincidí con Genia varias veces, con Alejandro, Enrique y Mario; hemos trabajado todos juntos, pero llegó un momento donde las circunstancias se dieron y coincidimos, porque encontramos una necesidad, porque pensamos muy similar y todos queremos lo mismo, es decir, traer teatro profesional a Tijuana, promoviéndolo y creándolo con talento local.

¿QUÉ SIENTES DE QUE A TRAVÉS DEL ÉXITO DE BRODGÜEY EL NOMBRE DE TIJUANA SE PROYECTE A NIVEL INTERNACIONAL?

"Yo me siento muy contento de participar con un grupo de tijuanaenses, y lo tratamos de plasmar también en nuestro nombre; la compañía no solamente es brodгүйey sino Brodгүйey Tijuana Theater Company, y es una compañía teatral tijuanaense. Estoy muy contento porque

¿QUÉ ENSEÑANZA TE DEJA ESTE PROYECTO?

Todos venimos de situaciones diferentes y el teatro nos ha llevado a la misma compañía y hemos aprendido de otros, entonces, más bien a mí me gustaría que alguien aprendiera de nosotros, y que se fomentara el tema del amor por el arte, la cultura y sobre todo el teatro, que es lo que nos une.

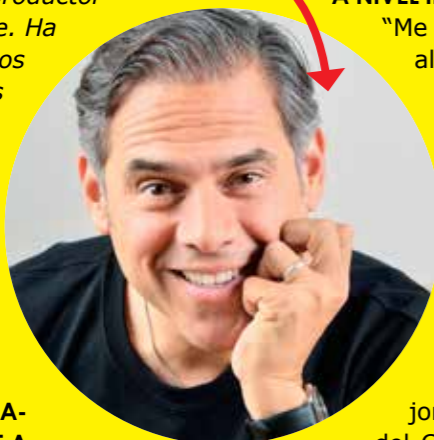
EN BREVE...

- **LIBRO FAVORITO:** La importancia de llamarse Ernesto de Oscar Wilde
- **MÚSICA FAVORITA:** Escucho de todo
- **FRASE FAVORITA:** "Hay que ser muy positivos y hay que burlarse de uno mismo porque sino alguien más lo va a hacer por ti".

- **OBJETO INDISPENSABLE:** Mi iPhone
- **MAYOR FORTALEZA:** Tengo una facilidad media camaleónica de poder adaptarme a los ambientes, soy adaptable.
- **MAYOR DEBILIDAD:** La impaciencia
- **MAYOR INSPIRACIÓN:** Mi hijo 'Cachu' de 2 años

MARIO TADEO

Actor, productor y cantante. Ha pisado los grandes escenarios de Broadway en New York.



¿QUÉ SIENTES DE QUE A TRAVÉS DEL ÉXITO DE BRODGÜEY EL NOMBRE DE TIJUANA SE PROYECTE A NIVEL INTERNACIONAL?

Tijuana es una ciudad joven en comparación a otras ciudades del mundo y del país, ahorita es el momento que comienza a perfilarse, a crearse un carácter y para mí, por lo menos eso es primordial, traer todo lo que hemos aprendido afuera, aportando lo que conocemos, lo que sabemos.

Todos los que estamos en la compañía como productores de una manera u otra hemos pisado diferentes escenarios en diferentes países, y la idea es que Tijuana tenga una opción real y verdadera de entretenimiento en vivo, con actores entregados a hacer teatro musical.

EN BREVE...

- **LIBRO FAVORITO:** El hobbit de John Ronald Reuel Tolkien y Crimen y Castigo de Fiódor Dostoievski
- **MÚSICA FAVORITA:** La que esté bien ejecutada y bien hecha la disfruto
- **FRASE FAVORITA:** "No se acaba hasta que se acaba"
- **OBJETO INDISPENSABLE:** Realmente no hay un objeto indispensable
- **MAYOR FORTALEZA:** Aceptar que no siempre tengo la razón y también es mi debilidad
- **MAYOR INSPIRACIÓN:** Mis hijos, María Sofía y Mario Antonio

KIKE LUNA

Actor y empresario. Ha participado en diferentes proyectos de teatro, cine y televisión.



¿QUÉ SIENTES DE QUE A TRAVÉS DEL ÉXITO DE BRODGÜEY EL NOMBRE DE TIJUANA SE PROYECTE A NIVEL INTERNACIONAL?

"Me da mucha satisfacción y alegría el pensar en que el talento tijuanaense se dé a conocer ahora sí que fuera de su ciudad; estoy muy contento por la cuestión de lo que estamos realizando es con puro talento tijuanaense. Siempre se ha reconocido y se ha visto que todo lo mejor del teatro viene de allá del Centro de la República, y hemos descubierto que no, simplemente muchas veces estamos un poco olvidados y rezagados por la distancia, pero hay muchísimo talento en Tijuana.

¿QUÉ ENSEÑANZA TE DEJA ESTE PROYECTO?

Me deja una enseñanza de hacer más, de que esto es el inicio, y pienso que no debemos de parar, debemos seguir buscando esos talentos, debemos seguir creciendo esto como compañía.

EN BREVE...

- **LIBRO FAVORITO:** Azteca de Gary Jennings
- **MÚSICA FAVORITA:** Me gusta toda la música, no me limito a un solo estilo de música
- **FRASE FAVORITA:** "Las mejores cosas llegan para aquellos que se esperan"
- **OBJETO INDISPENSABLE:** Celular
- **MAYOR FORTALEZA:** Viene mi primer hijo 'Enrique' en camino, y eso me hace fuerte en todos los aspectos, y todo lo que se me pueda presentar de ahora en adelante
- **MAYOR DEBILIDAD:** A veces me comprometo de más por no saber decir NO
- **MAYOR INSPIRACIÓN:** Mi familia

ALEX PADILLA

Cantante y actor. Desde muy pequeño incursionó en el teatro, ópera y musicales

¿QUÉ SIENTES DE QUE A TRAVÉS DEL ÉXITO DE BRODGÜEY EL NOMBRE DE TIJUANA SE PROYECTE A NIVEL INTERNACIONAL?

Yo creo que ya es justo y necesario, y ya era tiempo de que llegara un proyecto así a Tijuana, y no lo digo porque llegáramos nosotros sino que ya era tiempo de que alguien tomará las riendas de traer un grupo de teatro de este calibre. En cuestión de teatro musical, cada vez el ambiente cultural de Tijuana se va desarrollando más, va evolucionando y somos una ciudad joven con muchas nuevas ideas, pero el teatro musical no había permeado tanto en la escena artística, así que ya es tiempo y ojalá que sí lleguemos a poner el nombre de Tijuana muy en alto en México y a través de la frontera también.



¿TE IMAGINASTE ALGÚN DÍA SER PARTE DE UN PROYECTO ASÍ?

Sí, desde los 8 años he estado involucrado en coros, puestas en escenas y cantante, entonces siempre lo traía como una idea y estudié la carrera de administración, pero esto es lo que me encanta hacer, y a lo mejor es combinar mis dos pasiones: la administración y el arte.

¿QUÉ ENSEÑANZA TE DEJA ESTE PROYECTO?

La enseñanza es la que queremos dar, apenas estamos iniciando, entonces estamos aprendiendo, no es como que ya lo hemos aprendido todo; lo queremos dar a conocer y enseñar a la gente que se puede hacer teatro musical de calidad en Tijuana y en la región.

EN BREVE...

- **LIBRO FAVORITO:** La serie de Harry Potter de J.K. Rowling
- **MÚSICA FAVORITA:** Clásica, Jazz y Bolero
- **FRASE FAVORITA:** "Al menos inténtalo"
- **OBJETO INDISPENSABLE:** Reloj y bufanda
- **MAYOR FORTALEZA:** Tener empatía con cualquier persona
- **MAYOR DEBILIDAD:** Soy muy impaciente y enojón
- **MAYOR INSPIRACIÓN:** Mi familia

GENIA SANTINI

Actriz, cantante y productora. Ha participado en diferentes proyectos de teatro y cine.

¿QUÉ SIENTES DE QUE A TRAVÉS DEL ÉXITO DE BRODGÜEY EL NOMBRE DE TIJUANA SE PROYECTE A NIVEL INTERNACIONAL?

Para mí esto es como un sueño hecho realidad... el haber creado esta compañía con mis amigos, con gente que tiene los mismos valores, principios, las mismas ideas y pasiones, como la actuación, el teatro, me siento muy feliz.



¿QUÉ ENSEÑANZA TE DEJA ESTE PROYECTO?

Un poquito de lo que han dicho todos mis compañeros, querer es poder, ¿por qué no?, vamos a hacerlo!, todo esto empezó una vez que estábamos Cacho y yo en la cafetería del

teatro del CECUT un poco frustrados por cosas que nos habían pasado ese día y: ¡ay, es que qué padre poder hacer esto! y ésta obra de la importancia de llamarse Ernesto, que se muere por hacer esa puesta en escena y todo, entonces volteo y le digo: "¿qué tan difícil puede ser producir?" Y se rió de mí, y luego nos volteamos a ver con cara de mmm, entonces lo intentamos.

EN BREVE...

- **LIBRO FAVORITO:** La biblia, es un libro al que recurre siempre y Wicked de Gregory Maguire
- **MÚSICA FAVORITA:** Depende del humor en el que ande; escucho las estaciones de radio Hits 1 y Broadway
- **FRASE FAVORITA:** "Ser feliz no significa que tu vida es perfecta, sino que has encontrado la manera de sobrepasar las imperfecciones y ver lo mejor de ella"
- **OBJETO INDISPENSABLE:** Mi iPhone
- **MAYOR FORTALEZA:** Soy muy perseverante, esa es mi fortaleza pero también puede ser mi debilidad
- **MAYOR DEBILIDAD:** Las criaturas indefensas o si veo a alguien con mucha necesidad no puedo decir no
- **MAYOR INSPIRACIÓN:** Mi nina Licha y mi nono Olivio

FOTOGRAFÍA leonchargoy@todonimagen | 664.364.04.44

TERESA, RIQUÉ PROMOTORA DEL ARTE

POR ANDREA GARCÍA

Su objetivo ha sido siempre la promoción de las artes y la cultura. Es una mujer emprendedora que toma su mejor arma, el transmitir que la cultura no es sólo de un sector social sino de todos.

Teresa Riqué es actual directora de la Ópera de Tijuana, pero detrás de este puesto hay un cúmulo de experiencia que la hace una mujer extraordinaria para enaltecer las diversas disciplinas que de ella emergen.

"Estoy convencida de que las artes forman parte indispensable del ser humano, de su desarrollo desde la infancia, lo he vivido muy de cerca y ya en mi etapa profesional cuando he tenido la oportunidad de cerca como organizadora o promotora me lo hace constatar", dijo Riqué.

Con título de docencia, misma

“Yo he sido promotora, pero en mis inicios empecé como artista, aunque no llegué a un nivel destacado, yo cantaba, tocaba la guitarra y me fui encaminando al lugar donde estoy ahora, además de tocar y cantar, me gustaba organizar”

que ejerció por 34 años, agregó que ha tenido dos vocaciones, esa y la actual, ambas importantes para su desarrollo.

"Yo he sido promotora, pero en mis inicios empecé como artista,

aunque no llegué a un nivel destacado, yo cantaba, tocaba la guitarra y me fui encaminando al lugar donde estoy ahora, además de tocar y cantar, me gustaba organizar", sostuvo.

PRINCIPAL PROMOTORA CULTURAL

Esa inquietud nunca mermó y desde entonces siempre estuvo presente en eventos culturales, integrando a grupos que buscaban una oportunidad para ser escuchados.

"Ese gusto por las diversas disciplinas me llevó a producir ópera, antes de esto me llevó a estar en otros sitios como los primeros años de vida de la OBC (Orquesta de Baja California), fue mi escuela a otro nivel profesional.

"Después de eso, nació Acorde, una organización cuya vocación era impulsar las artes escénicas, luego se convirtió en el 2001 en la Ópera de Tijuana; del 2007 al 2010 estuve en el IMAC (Instituto Municipal de de Arte y Cultura) y ahora regresé aquí", explicó.



En la actualidad, el poder femenino en puestos claves son evidentes, pero también tienen como en todo, altas y bajas, y lejos de pensar que el ocupar un puesto cultural resulta enfadoso y poco atractivo es lo contrario.

"Es una de las áreas más nobles y enriquecedoras, de las que puede estar uno satisfecho siempre con el trabajo, porque está uno siempre manejando emociones; es un trabajo peculiar, porque no hay una rutina sino una variable por los proyectos y sus formatos", destacó.

ÓPERA EN LA CALLE

Hay un proyecto del que ella es parte creadora, Ópera en la Calle, un evento que se gesta en la calle Quinta de la colonia Libertad en Tijuana, un espacio que comenzó como algo para unos cuantos y que hoy es un ícono de la ciudad.

"Cuando surgió el festival estábamos quien tiene un vínculo con el café de la ópera y un día celebrando su aniversario, un espacio pequeño, dijimos que lo teníamos que festejar el año que entra en la calle", explicó que así nació en el 2004.

Algo que parecía sería una kermés escolar, recibió una audiencia de casi 5 mil personas, cifra que en la actua-



lidad se ha multiplicado; el festival acerca al género operístico a la comunidad con acceso gratuito y familiar.

"Es satisfactorio ver hasta dónde hemos llegado, pero también es un reto que debemos superar cada vez más", coincidió, "hemos cuidado la calidad y nivel y queremos que siga mejorando no sólo a nivel artístico, sino a nivel logística".

Originaria de Guadalajara, Riqué también es testigo de cómo el Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (Conaculta), ha dispuesto fondos

para apoyar proyectos en colonias vulnerables de la ciudad y las redes que promueve la Fundación de Artes Musicales.

La huella de Teresa Riqué ha sido grata para las artes en Tijuana, ella misma dice que está contenta de sus logros, siente gusto y una sensación que le conmueve y le sigue inspirando a seguir adelante, aunque recalca que el obstáculo no ha sido el género sino el obtener fondos.

TIJUANENSE DE ORO: FERNANDO BELTRÁN

POR SAID RODRÍGUEZ | SanDiegoRed.com

Fernando Beltrán es un nombre que a muchos les debe de sonar y que los amantes del boxeo deben conocer, y es que es uno de los máximos responsables que el deporte de los puños regresara a la televisión abierta en México. Ahora, es uno de los personajes más importantes a nivel mundial y es un orgulloso tijuanaense.

“Estudí en Tijuana toda mi vida, aquí inicié mi carrera como promotor boxístico el 6 de septiembre de 1993, ya como profesional. En los últimos 7 años hemos organizado una función semanal como mínimo y llegamos a varias ciudades mexicanas y países como Filipinas, China, Puerto Rico, Japón y eso nos da mucho orgullo de poner la ciudad de Tijuana en alto, otorgamos la oportunidad a los jóvenes de ser alguien en el boxeo y he representado a varios campeones tijuanaenses”, así resumió su



historia el promotor.

La empresa “Zanfer” es actualmente una empresa mexicana que es líder de América Latina para las promociones de boxeo, cabe destacar la astucia que tuvo Fernando Beltrán y su equipo para no lanzarse a competir con el consorcio que es

Top Rank, la histórica empresa estadounidense fue la elegida por Beltrán para ser socios estratégicos y así van de la mano haciendo funciones estelares que involucran a boxeadores como Juan Manuel Márquez, Manny Pacquiao, Tim Bradley, Julio César Chávez, entre otros.



SUS INICIOS

“Yo estaba estudiando Administración de Empresas en Cetyts, yo estaba en el negocio familiar que era una casa eléctrica. Tomé la decisión de patrocinar algunos deportistas como equipos de beisbol, entre ellos a un boxeador y partiendo de esa base, busqué la manera de seguirlo apoyando, que fue complejo por el monopolio que había entre los monopolios locales, asociado con Armando Leyva, al principio. Por eso se llama “Zanfer”, su apodo era Zanahoria y pues Fernando, de ahí nace en el 93 y estoy orgulloso de lo hecho hasta la fecha”, recordó Beltrán.

“He tenido una carrera que las cosas se han ido dando, he tenido grandes oportunidades, la más grande es regresarle a México el boxeo en televisión abierta después de 14 años con estrategias de mercado diferentes.

“Tuve la oportunidad de ser exclusivo de SKY, pero el universo era muy pequeño”, fue así como Fernando Beltrán nos habla de lo que hasta el momento ha sido el máximo logro y fue pionero en regresar el deporte

“He tenido una carrera que las cosas se han ido dando, he tenido grandes oportunidades, la más grande es regresarle a México el boxeo en televisión abierta después de 14 años con estrategias de mercado diferentes

del pueblo a donde debe.

Fernando Beltrán ha demostrado que hace un excelente trabajo en equipo, no obstante como promotor individual también ha hecho historia. 1998 tuvo a cuatro campeones mundiales de origen mexicano al mismo tiempo, se trató de Luis Ramón Campas, Erick “Terrible” Morales, Jorge “Travieso” Arce y César Bazán. Actualmente, la empresa que maneja tiene al 80% de campeones mundiales mexicanos.

“(Quiero) fijarnos metas, como llevar la obesidad infantil a erradicarla con este deporte que no sólo funciona como defensa personal, de la mano de los gobernantes podemos poner gimnasios para que practi-

quen este deporte”, y es que Beltrán quiere contribuir las oportunidades que le brindó la ciudad tijuanaense de la cual recalzó estar enamorado y destacó que está evolucionando.

“Sinceramente estoy enamorado de Tijuana, es una ciudad que se está transformando para bien, es una ciudad que brinda oportunidades en todos los ramos. No siempre fue un crecimiento ordenado, es una ciudad que geográficamente es ordenada, pero tiene muchas virtudes como ciudad de oportunidades, la veo como una ciudad que se está transformando para bien”, concluyó.



DANNA BARRAGÁN EN LA MÚSICA

POR MÓNICA MÁRQUEZ

La infancia es un etapa maravillosa en la que se vale soñar, en la que empezamos a escalar pequeños peldaños para un día llegar a ser eso que tanto soñamos. Muchos niños sueñan con ser un gran bombero, una destacada doctora, un perfecto arquitecto y hasta un gran músico, como es el caso de Danna Paola Barragán y Michelle Cisneros, dos jovencitas que no sólo sueñan sino trabajan para un día hacerlo realidad.

Danna Paola Barragán Calderón es una niña de tan sólo 8 años, de complexión delgada y con muchas ganas de que la gente la escuche y la vea por televisión.

Danna Paola estudia la trompeta en el Centro de Artes Musicales.

"Me gusta estudiar la trompeta porque puedo salir en la tele y puedo aprender a tocar bien", comentó Danna, quien a los 6 años inició con su amor por un instrumento que requiere de técnica y constancia.

Danna es integrante del Ensemble de Alientos Metal en la Red Chihuahua llamado así por la colonia donde está situado. Curiosamente formado en su mayoría por niñas y jovencitas, las cuales tocan tubas, trombones, cornos o, en el caso de Danna, trompetas.

A su corta edad ha podido presentarse en escenarios como el Teatro del Cecut ante una audiencia de mil personas.



MICHELLE CISNEROS, DE TIJUANA A ITALIA

POR MÓNICA MÁRQUEZ

Asus 15 años, Michelle Cisneros Chavarría, integrante de la Orquesta Red Cerro Colorado REDES 20/25 del Centro de Artes Musicales (CAM), ha puesto en alto el nombre de Tijuana en Italia y Miami a través de la música.

Desde pequeña, el gusto por la música lo ha tenido debido a que su abuelito Agustín Chavarría es músico, por ello a los 10 años su mamá la inscribió a un campamento de verano que se convirtió en el proyecto de Núcleo Comunitario de Aprendizaje Musical de Conaculta.

Algo que inició como un gusto se ha convertido en un proyecto de vida, pues Michelle dedica cerca de 20 horas a la semana a perfeccionar la ejecución musical del oboe, sin descuidar sus estudios.

"El oboe requiere de mucho empeño para tocarlo, ganas de realizarlo; es un instrumento que pocos tocan porque es muy difícil de ejecutarlo", aseguró la estudiante del CAM.

Su gran empeño y dedicación en la música le han permitido conocer a muchos jóvenes que como ella, sueñan con un día formar parte de una gran orquesta.

"La música me ha llevado a conocer lugares que nunca me imaginé, como Italia y Miami, donde fui a un intercambio cultural; estos intercambios nos dan bases tanto personales como musicales... Haces lazos con maestros o compañeros que jamás se rompen", mencionó Michelle, quien siente gran admiración por Beethoven.

"La música es una experiencia muy buena, te sensibiliza como persona, haces amigos... es un ambiente muy bueno y sano", concluyó.



ANA YOLANDA JIMÉNEZ GUTIÉRREZ, FUTBOLISTA TIJUANENSE

POR YAN GONZÁLEZ

Muchos podrían pensar que el fútbol es un deporte que se inventó sólo para hombres, sin embargo, hoy en día las mujeres demuestran lo contrario, ya que también han destacado en este deporte con excelentes resultados, tal es el caso de Ana Yolanda Jiménez Gutiérrez, quien a sus escasos 11 años es parte de la Selección de Fútbol de Baja California y campeona en la Olimpiada Nacional 2013.

Ana Yolanda es futbolista tijuanaense; a los 5 años incursionó en este deporte como delantera, su pasión fue tan grande que la llevó a pisar los campos de fútbol Romero Manzo a los 8 años. Inició su trayectoria futbolística en los equipos de su colegio, donde sus compañeros y contrincantes casi siempre eran hombres, y otras veces mixtos, pero siempre predominaba su gusto por jugar con hombres por ser los expertos del balompié.

Ella formó parte de la selección Baja desde el año pasado, gracias a su dedicación, disciplina, esfuerzo y a la elección de su entrenador Giovanni López, quien puso sus ojos en ella para invitarla a formar parte del equipo que representaría a Baja California en las Olimpiadas Nacionales 2013.

EL CAMPEONATO

El mayor reto al que se tuvo que enfrentar fue participar en la Olimpiada Nacional 2013 y junto a sus compañeras lograr el campeonato; siendo la primera vez que una categoría tan pequeña de la Selección Baja logra el campeonato en una olimpiada nacional, aseguró Yolanda.

El apoyo que le brindan sus compañeras del equipo es su mayor inspiración y parte fundamental para ella, ya que considera que el trabajo en equipo es muy importante y sin ellas no lo hubiera logrado.

Formar parte de una selección conlleva muchos sacrificios, entre ellos tiempo, ya que durante los entrenamientos Yolanda se priva de convivir con su familia, de acudir a fiestas y pasar tiempo con los amigos debido a que sus entrenamientos demandan sacrificio, dedicación, concentración y alimentación rigurosa; sin embargo, esto no es una excusa para no sacar buenas notas en la escuela, el año pasado recibió una medalla de aprovechamiento por obtener el promedio más alto: 9.8.

FOTOGRAFÍA YAN GONZÁLEZ

EQUIPOS EN LOS QUE HA PARTICIPADO

- 1. Quijote de Miguel de Cervantes
- 2. Dulcineas de Miguel de Cervantes
- 3. Cruz Azul en Romero Manzo
- 4. Selección Tijuana
- 5. Selección Baja Sub13 campeones en la Olimpiada Nacional 2013
- 6. Águilas del Instituto México
- 7. Sector No. 5 estatal de Interprimarias



MEJÍA MICHELLE MATAMOROS, APASIONADA DE LA ORATORIA

POR YAN GONZÁLEZ

Michelle Mejía Matamoros es estudiante del Colegio Tijuana y a sus escasos 11 años obtuvo el primer lugar en el concurso estatal de oratoria 2013; no sólo representó a la ciudad en el rubro literario sino también en el deportivo, ya que el pasado mes participó en las olimpiadas estatales de gimnasia. La fuente de inspiración de Michelle para ganar el concurso de oratoria fue su mamá y su abuelita.

"Hablé de que las mujeres podrían llegar a hacer cualquier cosa, y me di cuenta de que grandes mujeres que tenía a mi alrededor me apoyaban mucho y me daban grandes oportunidades, como mi mamá y mi abuelita... me llamó la atención hablar de ellas y explicar todo lo que me habían enseñado", señaló.

El mayor reto al que se enfrentó Michelle durante su concurso de oratoria fue expresarse y enfatizar todo lo que su mamá y abuelita representaban en su vida.

"Traté de expresarme lo más que pude hablando de mi mamá y de mi abuelita, y pues, no sólo pensé en ganar, reconocí que esto me dejaría algo bueno para llegar a ser una gran mujer", afirmó.

La experiencia que este concurso le ha dejado es que cualquier mujer puede llegar a ser todo lo que desee. "Reconocí que puedo llegar a ser lo que desee y que soy una mujer frontiriza" comentó.

LE GUSTAN LAS ARTES

A Michelle Mejía además de gustarle la oratoria y la gimnasia, le gustan las artes plásticas siendo Diego Rivera y Frida Kahlo sus artistas favoritos y Nadia Comăneci su mayor admiración dentro de la gimnasia.

El mayor sueño de Michelle es llegar a los juegos olímpicos en competencias de gimnasia, y convertirse en escritora. El consejo que Michelle le brinda a todos los niños que al igual que ella están luchando por salir adelante es: "No se desanimen, los sueños no aparecen de un día para otro, hay que seguir soñando y no tener miedo de soñar demasiado, y cumplirlo paso a paso, si llegas a derrotarte aprende de esa derrota, te puede servir para saber que no debes caerte de eso, siempre piensa que sí puedes", concluyó.

FOTOGRAFÍA RAFAEL RAMÍREZ



En este mes todo REVERDECE (hasta nuestras promos)



VISÍTANOS EN PLAZA MINARETE



El Valle de Guadalupe:

VINO, GASTRONOMÍA Y PAISAJE

POR ANDREA GARCÍA

De los mejores protagonistas que Baja California tiene es el vino, ese suave líquido que desprende aromas, sabores y texturas, que se disfruta entre siembras colmadas de tranquilidad, donde se percibe una serenidad y se traslada a un encantamiento de riqueza natural a cada paso.

Tomar el vino en el lugar donde nace es algo especial, no hay como ser testigos; no importa la época del año para visitar los viñedos, aunque la mejor es cuando están en todo su esplendor, pero siempre vale la pena acudir.

Ubicada en la parte Norte del Estado, la ruta del vino goza de un clima mediterráneo que combina características únicas para su gestación: altitud, tierra, temporada, tiempo y temperatura.

LAS VITIVINICULTORAS

Esta ruta está dividida en zonas que son Valle de Guadalupe y San Antonio de las Minas por el lado de Ensenada, se extienden hacia el sur el Valle de Santo

Tomás, San Vicente y al este el Valle de Ojos Negros y en la llamada Puerta Norte, por el lado de Tecate, está el Valle de Tanamá y de las Palmas.

Algunas de las uvas que se dan en la región son Colombard Sauvignon, Charonnay, Cabernet Sauvignon, Merlot, Tempranillo, Syrah y Nebiolo, entre otras más.

El Valle, como muchos le nombran, alberga vitivinicultoras de toda clase, desde las firmas que producen millones como LA Cetto, de las más emblemáticas de Baja California, Pedro Domecq y Bodegas Santo Tomás, hasta aquellas que producen sólo unos cuantos.

“La zona de vinos de Baja California ofrece más que beber, es un auténtico viaje a los sabores, olores y panoramas”

QUÉ LLEVAR

Con esos datos en cuenta, ahora sí hay que tomar otros puntos para disfrutar de un día de excursión en esta zona, uno de ellos es qué llevar para que se vuelva un día inolvidable, atuendo y calzado cómodo, de acuerdo al clima en el que se visite y, desde luego, una cámara fotográfica para capturar los mejores paisajes.

Con un paladar dispuesto a caer en el encanto de los mejores sabores, queda claro que el mejor vino no es quién lo hace, ni cómo, sino el que mejor conquista a quien lo bebe.

Otros encantos en esta excursión es aprender a catar un vino, dormir en un hotel boutique, pasear entre los viñedos, caminar, cabalgar, visitar los balnearios, andar en bicicleta y más, sin dejar atrás los atractivos gastronómicos que se conjugan con un buen vino a la mesa.

En los últimos años, la parte gastronómica de esta región ha tomado mucha fuerza, la tierra ha sido tan generosa que los cultivos de hortalizas son los indicados para mezclar el talento de los expertos en la cocina.

SU GASTRONOMÍA

Sería un error prescindir de los exquisitos platillos, los mariscos, la codomiz, el borrego y los asados, aunado a una mezcla de fusión Baja Med, creación del chef Miguel Ángel Guerrero, que han hecho de todo este banquete un distintivo de la alta cocina a nivel mundial.

Se puede comenzar con un tradicional desayuno en San Pedro de las



Minas y terminar con las cenas especiales que preparan las mejores casas vinícolas en sus propiedades, pasando por pizzas artesanales, pan, conservas, mermeladas y salsas.

LUGARES PARA VISITAR

Algunos lugares, sin orden de importancia, son Casa Doña Lupe, Cava de Quesos, El Correcaminos, Adobe Guadalupe, Laja, Mustafa, la cocina de la comunidad Rusa, Almazara, Corazón de Tierra y, de reciente creación, Finca Altozano.

También, además de la gastronomía y el vino, existe el cultivo del lla-

mado “oro líquido” que es el aceite de olivo, una joya que se siembra en Baja California y que le da un toque especial a los platillos de la región, no sólo en los asados comunes sino en postres como el chocolate.

Y apenas un bebé, el Museo del Vino, ubicado entre Valle San Antonio y Valle Guadalupe, a la altura del hotel Hacienda Guadalupe, es un espacio con exposiciones, historia y área para conferencias, pero no es el único también está el Museo Ruso, como parte de la comunidad que llegó a la región hace muchos años.

El Valle no es sólo vino, es una celebración a la vida y su historia, una oportunidad para disfrutar en pareja, con amigos o la familia.

FOTOGRAFÍA ANDREA GARCÍA



NATURALUS

AL RESCATE DEL PLANETA

POR MÓNICA MÁRQUEZ

¿Qué haces por cuidar el planeta?.. Acciones sencillas como separar la basura, apagar la luz cuando no se necesita, utilizar bicicleta en lugar de carro son algunas medidas para darle un poco de respeto y amor a nuestro planeta, consideró Arturo Ángeles, biólogo y creador de Naturalus, una asociación civil dedicada a "rescatar el planeta".

Para conocer más sobre la labor de Naturalus, Mujer Actual platicó con Arturo Ángeles, director general.

¿CUÁNDO NACE NATURALUS Y EN QUÉ CONSISTE SU LABOR?

Naturalus empezó en el invierno del 2010; sin embargo, fue legalmente constituida como asociación civil en febrero del 2011 y acreditada por la Secretaría de Hacienda como donataria autorizada en el 2013.

Cuenta con un programa de reciclaje en escuelas en las que de manera gratuita se capacita a los maestros y alumnado en la manera correcta de reciclar, se les proveen los contenedores de reciclaje y se recolecta el material para ser reciclado. Se le proporcionan reportes mensuales de la cantidad de material reciclado y se trabaja muy de cerca con ellos para seguir capacitando, concientizando y reforzando el hábito del reciclaje.

Se trabaja también en comunidades marginadas, con casas hogar, capacitando a los integrantes y residentes de la casa hogar y a la comunidad, y estableciéndoles un centro de acopio de reciclaje comunitario. Las ganancias del reciclaje se donan a la casa hogar para que puedan comprar medicinas, comida, ropa y mejorar la infraestructura y que los niños tengan una mejor calidad de vida.

40 | www.revistamujeractual.com



¿QUÉ TE MOTIVA A LA CREACIÓN DE ESTA AC?

Naturalus fue creada por su servidor al ver la gran problemática ambiental a nivel global y local, y poco conocimiento e involucramiento al respecto. Desde que era niño, pasaba horas en el jardín jugando con insectos y observando todo bajo un microscopio, uno de los mejores regalos que he recibido. Decidí estudiar biología con el fin de aprender cómo funciona la naturaleza para saber cómo protegerla. En mi opinión, la naturaleza es la obra maestra de Dios, la naturaleza representa el equilibrio, la simetría, la armonía y la continuidad. Entonces siendo biólogo

y habiendo sido parte de distintas organizaciones civiles en Tijuana y San Diego, decidí emprender en la difícil aventura de iniciar una organización civil ambiental sin fines de lucro.

¿CÓMO HA SIDO LA RESPUESTA DE LA COMUNIDAD EN GENERAL?

Ha habido una gran respuesta y tenemos muchas invitaciones a diversas escuelas y comunidades; estamos trabajando a más no poder para cumplir con esa demanda al mismo tiempo que desarrollamos la infraestructura de la organización para ampliar nuestro alcance con los limitados recursos que tenemos.

¿DE QUÉ MANERA LA SOCIEDAD PUEDE APOYARLOS?

Nos pueden ayudar como voluntarios en los diferentes programas y actividades, hemos establecido convenios con universidades de la ciudad para que estudiantes hagan su servicio social, y con la aportación de recursos para adquirir el equipo y material necesarios que incluye desde computadoras y sillas, hasta papelería y contenedores de reciclaje. En Naturalus, nadie recibe un sueldo, el 100% de los patrocinios y donativos se destinan a los programas de conservación. Para las empresas socialmente responsables que estén interesadas en hacer un patrocinio, se cuenta con la acreditación de donataria autorizada, lo que permite otorgar recibos deducibles de impuestos por la cantidad total de la aportación.

¿QUÉ TAN SERIO ES EL PROBLEMA AMBIENTAL QUE SE VIVE?

Es muchísimo más serio y crítico de lo que nos imaginamos. Estamos ocasionando la extinción de miles de especies al mismo ritmo que como cuando fue la extinción masiva de los dinosaurios causada por el impacto del meteorito.

De los 196 países, México es el sexto mayor productor de basura en el mundo, y Tijuana siendo una de las ciudades

más importantes del país con cerca de 2 millones de habitantes, produce más 620,000 toneladas de basura cada año, de la cual sólo se recicla el 5%, y el resto termina en basureros clandestinos, en el basurero municipal y en el medio ambiente. No estamos conscientes que le estamos heredando un planeta lleno de basura a nuestros hijos, nietos y

próximas generaciones. Cada año mueren 100,000 mamíferos marinos y 1,000,000 de aves marinas a consecuencia de la basura que termina en el mar.

¿QUÉ PODEMOS HACER PARA CUIDAR NUESTRO PLANETA?

Hay un sinnúmero de actividades o cambios que podemos hacer para cuidar el medio ambiente dependiendo del nivel de compromiso y grosor de la cartera, que van desde apagar la luz de ciertos cuartos en la noche y utilizar menos agua, hasta comprar carros híbridos y comer puro producto local y orgánico. Tenemos que reconocer que el planeta está así de contaminado y dañado por la suma de todas las actividades y productos y servicios que consumimos de día a día los 7.2 billones de personas que habitamos el planeta.

Acércate a las organizaciones civiles ambientales que estamos luchando por limpiar Tijuana y cuidar la naturaleza. Sea cual sea tu nivel de compromiso con la conservación ambiental, te podemos orientar y ayudar. Danos Like en Facebook y comunícate con nosotros. Por respeto, cariño o amor a la vida o a nuestros descendientes, no podemos heredarles un planeta enfermo, ¡el momento es hoy! Es tiempo de dejar de ser parte del problema y actuar para ser parte de la solución.



Preparatoria CETYS

Aquí
vivo la mejor
etapa de mi vida



CETYS
UNIVERSIDAD

[f](#) [t](#) [y](#) [i](#) Tel. (664) 903.1800

Enfrenta tus retos con pasión

LA BELLA DURMIENTE

De puntillas...

POR ALEJANDRA ENCISO

Fue en 2005 que California Ballet Company montara la producción completa del clásico en el siglo XIX: 'La Bella Durmiente', basado en el montaje original de Marius Petipa que a su vez se basó en el cuento de Charles Perrault. Casi diez años después,

la princesa vuelve a cerrar los ojos para que el público de ambas Californias sea testigo del mágico despertar.

Entrando al mundo de los cuentos con Aurora, princesa que es maldecida por Carabosse, la perversa hada, pues los padres de Aurora no le agradecen el haber logrado la concepción de su hija, por ello Carabosse lanza un hechizo a cumplirse cuando la niña crezca.

Entrará en un profundo y eterno sueño...Será el príncipe Desire quien mágicamente despertará a la princesa.

Esta clásica historia se presentará sólo con música y coreografía a cargo del Ballet de California en el Teatro Civic de San Diego. El montaje es de la directora de la Compañía, Maxine Mahon, acompañado por la música de Tchaikovsky.

Una de las grandes y 'mágicas' ventajas de estos espectáculos es la ausencia del idioma hablado. El baile al son de la música es el que comunica, no hace falta más.

HALAGOS DE LOS CRÍTICOS

"San Diego debe estar al tanto del arduo trabajo del Ballet de California y su directora Maxine Mahon. La determinación de la Sra. Mahon por montar una de las producciones más difíciles en el ballet clásico, le da la oportunidad al condado de atestiguar y valorar que pocos lugares tienen la gran joya, que es el repertorio completo de Petipa-Tchaikovsky. Atesórenlo, apóyenlo y realmente, agrádeczanlo", afirmó Olga G. de Smoak, presidenta de la Escuela New Orleans International Ballet Conference.

'Sleeping Beauty' se presentará sólo un fin de semana, el sábado 17 a las 2:30 y 7:30 y el domingo 18 de mayo a las 2:30pm.

Las funciones de las 2:30 contarán con una plática previa y posterior a la presentación habrá oportunidad de convivir con el elenco.

CHIE 'LA BELLA' KUDO

Su entrenamiento profesional fue en Japón bajo la dirección de Shizuko

Tachibana. En 1997, se integró al Teatro Nacional de Tokio y se presentó tras la dirección de Asami Maki. Su repertorio incluye: La Bella Durmiente, Lago de los Cisnes, Giselle, Don Quijote, Paquita, La Chauve-Souris, Romeo y Julieta, entre muchos otros.

Chie ha ganado varias competencias, incluyendo el primer lugar en la competencia de ballet de Yokohama. Ha sido acreedora de los premios Mainichi-Newspaper, Yomiuri-Newspaper y Tokyo-Newspaper. En 2009, fue invitada por el XIV Festival Internacional de Ballet de Miami donde bailó el Pas de deux de Coppelia.

Se integró a la Compañía de Ballet de California en 2006 como solista y la promovieron a principal en 2008. A finales de 2011, seguido de su maravillosa actuación como 'Odette', la Srita. Kudo fue promovida una vez más, ahora como Ballerina. En esta compañía Chie ha interpretado los papeles de Mina (Drácula); El hada madrina (La Cenicienta); Peasant Pas de Deux (Giselle), Odette (Lago de los cisnes) y Aurora en La Bella Durmiente.

EL CALIFORNIA BALLET

Desde sus inicios en 1968, la compañía resultó ser tierra fértil para las adaptaciones de los clásicos y demandantes bailes. Al igual que la creación de trabajos propios, retadores e innovadores. Posteriormente, el CBC comenzó a entrenar a coreógrafos jóvenes emergentes,

muchos de San Diego. Brindando la oportunidad de desarrollar a través de la compañía, sus propios testimonios dancísticos.

De igual manera, el California Ballet ha influido, nutrido y enriquecido la vida de generaciones y generaciones de bailarines comprometidos, muchos de los cuales actualmente se encuentran trabajando a lo largo de cuatro continentes.

Para mayor información sobre costos y boletos, favor de consultar: www.californiaballet.org

California Ballet Company mounted a full-length production of the 19th century classic, Sleeping Beauty, March, 2005 at the San Diego Civic Theatre. Staged by company Director Maxine Mahon, after the original by Marius Petipa, the ballet is based on the timeless Charles Perrault fairytale.

The leading role of Princess Aurora was performed by Guest Artist Polina Semionova, Principal dancer of the Deutsche Staatsoper Berlin Ballet. This was Semionova's debut performance in the United States. Guest Artist David Makhately, First Soloist with the Royal Ballet, danced the role of Prince Desire. Guest Artist Evgeniy Lushkin, former American Ballet Theatre company member, danced the role of Bluebird, a role made famous in the original by legendary dancer / teacher Enrico Cecchetti. California Ballet Company Principal Jennifer Curry danced the role of Lilac Fairy while the wicked fairy, Carabosse, was performed by Clarissa Palhegyi. Sets and costumes for this production were on loan from the Eugene Ballet in Oregon.

Almost 10 years later, Sleeping Beauty is back! For audiences to enjoy once again!

SER SACERDOTE CATÓLICO HOY... MOTIVOS REALES

POR P. JORGE ECHEGOLLÉN FLORES
PRIMERA DE DOS PARTES

En el marco festivo de las Bodas de Oro (1964-2014) de la fundación de la Arquidiócesis de Tijuana me adentro, con esmero y dedicación, en uno de los temas que me ha cautivado toda mi vida sacerdotal, en estos 20 años de vida ministerial en la Iglesia Católica Romana, de rito latino, a saber: la necesidad de que el sacerdote diocesano sea comprendido de manera real y veraz, sin necesidad de que se hagan mofa de su papel en la sociedad, presentándolo continuamente en los medios de comunicación como un ser raro o, en el peor de los casos, incomprendido o deleznable. En medio de este mundo desacralizado e indiferente del post-modernismo, en este ambiente en donde "todo" es regido por los tres dioses: el dios-dinero (contrastante con la pobreza de Cristo), el dios-eros (contrastante con la castidad de Jesús), y el dios poder y fama (contrastante con la humildad y obediencia del Hijo de Dios), surge la imponente llamada al sacerdocio como un estilo de vida interesante y fascinante y choca con "el mundo", en el sentido bíblico, sobre todo de San Juan.

¿Cómo a un joven del siglo XXI se le puede ocurrir ir contracorriente a los dis- que valores imperantes en el mundo y



del pensamiento convencional? ¿Cuáles son las razones reales por las que un joven deje "casa", "madre", "esposa" e "hijos", para consagrarse a Dios libremente?; además, ¿por qué, honestamente, los sacerdotes no se casan? Seguramente no es por la cuestión típica y absurda que presentan algunos pensadores liberales, que es debido a que no se le quiere dejar "las herencias" y las "riquezas" de la Iglesia Católica a los "posibles hijos" de los sacerdotes, siendo esto un insulto a los motivos más profundos de la vocación sacerdotal; porque de ser así, ise morirían de hambre los supuestos hijos! Estúdiese el tema de los sa-

cerdotes casados, en el mundo de rito bizantino. Las dificultades vividas por mis ex compañeros sacerdotes no han motivado a muchas generaciones de jóvenes, que durante siglos, en Oriente, han tenido esta posibilidad de convivencia entre sacerdocio y matrimonio; además, las vocaciones son escasas (igual que en el mundo Anglicano), y poco a poco el sacerdocio ministerial se ha visto desprovisto de ministros capaces de compartir felizmente los dos estados; sin quitarle su belleza y su felicidad a tantas parejas que han vivido así su ministerio y su vocación; sin embargo, para la Iglesia Católica de rito latino, se ha visto y preferido la disciplina del celibato, (desde el siglo IV), sin restarle importancia a los desafíos que conlleva tal experiencia humana. (Veáse STEFANO SODARO, "Keshi", Preti Sposati nel diritto canonico orientale; de Franco Puzzo, Ediciones, Trieste, Italia, 2000).

¿Qué acaso puede vender el sacerdote la parroquia o los ornamentos para dejar una herencia? ¿Qué no acaso la única herencia del sacerdote es el Señor? Cuántas fantasías y prejuicios hay en el ambiente anticlerical (tipo Jorge Ramos de Univisión (nefasto), que inclusive se ha creado ya todo un "cliché" del sacerdote, como obscurantista, medieval, "perteneciente a grupos fácticos", como dice Benedicto Ruiz sobre la Iglesia Católica (analista político de línea liberal).

*El autor es Sacerdote Diocesano de Tijuana, MX.

Nueva Catedral de Ntra. Sra. de Guadalupe
Le invita a conocer la
—CAPILLA—
CRISTO RESUCITADO
"Haz un regalo de amor a tu familia"
Adquiera una CRIPTA
www.nuevacatedraldetijuana.org
Vea los avances en: info@nuevacatedraldetijuana.org
Tel: 607-3775
Av. Paseo del Centenario 10150 Zona Río, Tijuana.

MERCADO FINANCIERO HIPOTECARIO

POR YOLANDA B. DERIQUER
PRIMERA DE DOS PARTES

Cuando queremos adquirir una propiedad lo primero que nos preguntamos es ¿qué préstamo hipotecario podremos adquirir o mejor dicho para cuál calificamos? Después de la crisis del 2009, los bancos restringieron sus préstamos y se volvieron meticulosos al extremo para evitar así otra larga cadena de embargos.

Vamos a familiarizarnos un poco con este tema.

DIFERENTES TIPOS DE PRÉSTAMOS HIPOTECARIOS PRÉSTAMOS GARANTIZADOS POR LA ADMINISTRACIÓN DE LA VIVIENDA (FHA)

Este préstamo es el más solicitado en estos días, por la flexibilidad en cuanto a requisitos y enganche. El puntaje de crédito aceptado es más bajo y la relación deuda-ingreso es más alta. Además de que sólo requieren de un 3% del valor total de la casa como enganche. Por supuesto que nada es, el FHA te cobra un porcentaje del préstamo para otorgarlo y requiere un pago mensual de un seguro hipotecario (MI mortgage Insurance o MIP Mortgage Insurance Premium) para garantizar el préstamo.

PRÉSTAMOS CONVENCIONALES

Los préstamos convencionales no están garantizados ni asegurados por una agencia del gobierno federal de Estados Unidos, sino que son vendidos a inversionistas del Mercado Secundario. Este préstamo es más abierto en cuanto a opciones, puedes comprar tu residencia principal, y segundas propiedades. Anteriormente requerían de un 20% de enganche, pero actualmente puedes obtener un convencional con un porcentaje menos.

Es importante mencionar que siempre que tu enganche sea menos del 20%, el banco siempre te requerirá seguro hipotecario (MI o MIP) sin importar si es FHA o convencional.

PRÉSTAMOS GARANTIZADOS POR EL DEPARTAMENTO DE ASUNTOS DEL VETERANO (VA)

Como su nombre lo indica, estos préstamos se otorgan a los veteranos de guerra y es el 100% de financiamiento, aparte de los comprobantes de ingreso el Certificado de Elegibilidad (COE, por sus siglas en inglés) válido.

PRÉSTAMOS PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

Estos préstamos son específicamente para personas de esta edad, y consisten en prestarles hasta un máximo de 65% de la equidad de la casa. Los acreedores no tendrán que pagar ninguna mensualidad. Cuando fallezcan el banco vende la casa o los herederos la venden y le pagan al banco la cantidad adeudada más intereses, por supuesto.

PRÉSTAMOS GARANTIZADOS PARA VIVIENDA RURAL

Estos programas son al 100% de financiamiento y están garantizados por el Servicio de Vivienda Rural (RHS), perteneciente al Departamento de Agricultura de Estados Unidos. Por supuesto que en estos préstamos la propiedad debe estar situada en una zona rural y está orientado a las personas de bajos y moderados recursos.

OTRAS OPCIONES DE PRÉSTAMO

Muchas veces, el gobierno federal o determinadas instituciones generan programas específicos como incentivo, como por ejemplo para maestros y profesionales con poco enganche y sin seguro de hipoteca. También existen los préstamos para extranjeros y los préstamos con inversionistas privados (Hard Money Loan) con tasas mucho más altas, pero para personas con pocas posibilidades de calificar o en el último de los casos, el vendedor de la propiedad también se puede convertir en el acreedor bajo condiciones viables para ambas partes. En estos días, es muy rara esta última figura para el mercado residencial.

HIPOTECAS CON TASA DE INTERÉS AJUSTABLE

Las hipotecas pueden ser con una tasa fija por 15, 25, 30 años, o tasas ajustables (ARM) como su nombre lo indica la tasa de interés varía periódicamente durante el período de la deuda, y por lo tanto, tus pagos mensuales pueden bajar o subir, pero las tasas son mucho más bajas que las tasas fijas. Pero mucho cuidado, este tipo de hipoteca es conveniente para personas que no piensan conservar la vivienda durante mucho tiempo, ya que se aprovecharán de una tasa de interés baja durante el período de pagos fijos, y pueden vender la vivienda antes de que el interés empiece a cambiar.

*La autora es especialista en bienes raíces comercial y residencial.





MIRELLA SANTILLÁN, EL ARTE ALIMENTA SU ALMA



POR YAN GONZÁLEZ

“El arte me alimenta” señaló Mirella Santillán Astiazarán, quien a sus escasos 12 años ya ha expuesto sus obras en diferentes puntos culturales de la ciudad.

Su gusto por la pintura inició a los 5 años, ya que en su escuela le impartían clases de artes, hasta que su hambre por seguir aprendiendo la llevó a buscar un lugar en específi-

co, y fue así como conoció el Taller de pintura y creatividad Imagina, de la artista plástica Roxana Díaz.

El artista plástico Francisco Toledo y otros artistas son quienes inspiran a Mirella Santillán a seguir pintando debido a lo contrastante que son sus obras.

“Me gusta mucho cómo crea sus monos, y también me gusta cómo utiliza diferentes colores que una pintura es muy colorida y en otras, utiliza los tonos grises, blanco y negro; que puede ser cuando él no se sentía tan bien, o triste” comentó.

El proceso creativo que utiliza Mirella para llevar a cabo sus obras es

pensar en el tema que quiere desarrollar, después hace bocetos sobre éste y por último, emprende su largo viaje de creación con la pintura sobre lo que había imaginado.

Mirella emplea distintos materiales para elaborar sus obras. “Me gusta mucho el collage, también me gustan las acuarelas, me gusta mezclarlos con los pasteles; para el collage uso revistas, telas, arena, un tipo de pasta que le da volumen a la pintura, acrílicos, papel mache y cartón”, señaló.



SUS RETOS

El mayor reto al que se tiene que enfrentar Mirella cada vez que empieza a elaborar sus obras son las mezclas de colores primarios para conseguir un tono; sin embargo, si no le sale lo hace parte de la obra.

“A veces me salen todos sólidos cuando quiero que esté bien, con tono, porque le pongo más de lo que debe, si me sale mal u otro color también lo uso como parte del arte,

y ya nada más lo mezclo” compartió.

Mirella Santillán ha expuesto sus obras de forma colectiva en el Cecut, IMAC, ICBC, Casa de la Cultura, Museo del Trompo y en la Galería de la ciudad.

Además de su gusto por las artes plásticas también le apasionan las artes escénicas, es por eso que el próximo verano estelarizará el papel de Penny en la obra de teatro Hairspray.

EL mayor sueño de Mirella San-

EN BREVE

- **TÉCNICAS:** Mixtas
- **FRASE:** “No hay diferencia en el amor que recibes al amor que das”
- **LIBRO FAVORITO:** Hoot de Carl Hiddsen

tillán es ilustrar libros y tener una tienda de peluches diseñados y elaborados por ella, concluyó.

FOTOGRAFÍA FRITZ TORRES

TODA LA DIVERSIÓN ESTÁ EN GALERÍAS HIPÓDROMO

Galerías Hipódromo

LOS DOMINGOS LOS NIÑOS COMEMOS GRATIS

PARA MÁS INFO. VISITA GALERIASHIPODROMO.COM

Aplica en menú para niños de 12 pm al cierre, niños no mayores de 10 años, promoción válida en la compra de un platillo principal acompañado de un adulto

26 DE ABRIL AL 1 MAYO DE 2014 GALERÍAS HIPÓDROMO DE 12:00 A 8:00PM TODOS LOS DÍAS HABRÁ TALLARES, CUENTACUENTOS, MÚSICA, DANZA TÍTERES, CHARLAS PARA PADRES, SAÓN DE LA FAMA Y MUCHO MÁS....

ENTRADA GRATIS

- LIBROS
- MODA
- ALIMENTACIÓN
- SALUD Y BIENESTAR
- ORGANIZACIÓN ED FIESTAS
- JUEGOS DIDÁCTICOS
- EDUCACIÓN
- ENTRETENIMIENTO

EXPO niños

galeriashipodromo.com

SE UNA EMPRESA QUE CAMBIA VIDAS

Adopta
Una esperanza de vida

LOCAL GOVERNMENT & SPORTS & RECREATION
\$5 PESOS SEMANALES

¿EN QUE CONSISTE?
Promover la responsabilidad social de las empresas y sus colaboradores/as convirtiéndolas en padrinos o madrinas de un pequeño/a con cáncer.

DESTINO DEL DONATIVO:
Tratamiento integral para la niñez que enfrenta el cáncer y que son atendidos en el Centro Oncológico Pediátrico.

BENEFICIOS PARA LA EMPRESA

- Mantiene una posición de liderazgo social empresarial.
- Posibilidad de deducir impuestos por el donativo con el que participe.
- Recibe consultas oncológicas pediátricas gratuitas durante el periodo del patrocinio a pacientes con síntomas de cáncer detectado.

Tú puedes hacer la diferencia en la vida de una niñez que enfrenta el cáncer

Fundación CASTRO-LIMÓN
PROPIEDAD SIN GANANCIAS

adopta@fundacioncastrolimon.org
Av. Paseo del Río s/n 3ra Etapa Río Tijuana, Tijuana, B.C.
Tel: (664) 969 5914 ext. 127
www.fundacioncastrolimon.org

NEXUS
MENSAJERÍA • PAQUETERÍA • CARGA

tu negocio... a tiempo.

REGIONAL
Tijuana • Tecate • Mexicali
Ensenada • San Quintín
San Luis Río Colorado
Sonoyta • Puerto Peñasco

BAJA SUR
Guerrero Negro • Vizcalvo •
Santa Rosalía • Loreto •
Cd. Constitución • La Paz •
Todos Santos • Los Cabos.

NACIONAL AÉREA
Hermosillo • Culiacán • Mazatlán •
Tepic • Guadalajara • León • México •
Monterrey • Ciudad Juárez •
Y resto de la República.

Solo llama, y nos encargamos del resto. Desde la recolección, hasta la entrega.

0180043 NEXUS
www.nexuspaqueteria.com

MORE SKILLS, MORE FUN!
Bring your kids to really learn Futbol Soccer and have fun doing it!

Boys and girls classes: 2 sessions per week, 1 hour each.

2390 Boswell Rd, Suite 400, Chula Vista, CA 91914
Phone: (619) 271 3246 and 76

THE FUTBOL FACTORY

Join us at thefutbolfactory.us

TONER PLUS

CUIDA EL MEDIO AMBIENTE Y APOYA A LA CIUDAD DE LOS NIÑOS

REDACCIÓN MUJER ACTUAL

Toner Plus es una empresa 100% responsable y preocupada por el medio ambiente, es por eso que en conjunto con la Ciudad de los Niños se unieron en un proyecto de reciclaje, el cual consiste en recolectar cartuchos originales de toner vacíos para su reciclaje.

Toner Plus invita a la ciudadanía tijuanaense a donar sus cartuchos de



toner y llevarlos a la Ciudad de los Niños, esta causa no sólo contribuye al medio ambiente sino también a apoyar a los niños de Tijuana que se encuentran en condiciones vulnerables, ya que Toner Plus donará el valor de cada cartucho vacío a esta causa.

Recuerda que el 80% de los cartuchos de toner vacíos terminan en la basura contaminando nuestro planeta; en tus manos está contribuir a estas dos buenas causas. ¡No lo pienses más y dona tu cartucho de toner!

Dona tus cartuchos vacíos originales para apoyar a los niños del Albergue Infantil de la Asociación para los Niños de Tijuana.

Reciclando tus cartuchos contribuyes en la conservación del medio ambiente.

CENTRO DE ACOPIO Asociación para los Niños de Tijuana
Calle Alfonso Gamboa #14225. Col. Los Santos, Tijuana
(atrás de la Cruz Roja) Tel. 6220789/90

TRABAJANDO POR TIJUANA

REDACCIÓN MUJER ACTUAL

Durante los primeros días de gobierno, el Ayuntamiento de Tijuana encabezado por el presidente municipal Dr. Jorge Astiazarán Orcí, ha realizado una serie de acciones inmediatas orientadas a la elaboración del Plan Municipal de Desarrollo (PMD) 2014-2016.

FINANZAS

La presente administración se ha destacado a nivel estado por ser el único municipio en mantener sus pagos al día con Isssteval; además de privilegiar el manejo de liquidez. Otro de los importantes avances realizados hasta el momento ha sido un pago anticipado por la cantidad de 70 millones de pesos a la deuda a corto plazo que contrajo el Ayuntamiento, esto reduce los costos financieros y mejora la calidad crediticia de la ciudad.

DESARROLLO URBANO

Además, se destacan las reparaciones correspondientes a la garantía de cementos mexicanos (Cemex), en los 16 bulevares edificados con el programa integral de repavimentación (Pire) que sufrieron daños o fisuras a causa de su uso. También se llevó

ACCIONES INMEDIATAS:

- 3812** consultas médicas en delegaciones
- Guardería nocturna de DIF
- 62** filtros de alcoholímetros
- 79** jornadas de limpieza con internos de la Estancia Municipal de Infractores
- Desarenadores limpios al 98%
- Limpia de 480 basureros irregulares
- Bacheo nocturno
- Trabajos de rehabilitación de la carretera libre Tijuana-Tecate



reforzar la seguridad en las calles de la localidad. A su vez, se estableció un convenio de colaboración con una reconocida universidad de la ciudad, para que personal de la Secretaría de Seguridad Pública Municipal (SSPM) pueda cursar sus estudios y así brindar un mejor servicio a la ciudadanía a través de su formación profesional.

CAMPAÑA VALORES

Para la realización de éstas y las futuras acciones del gobierno, se ha puesto en marcha una campaña de valores como eje central del Ayuntamiento de Tijuana, cuyo objetivo es fomentar una cultura de respeto y unión familiar para erradicar los principales problemas que impiden el crecimiento individual, dando como resultado la restructuración del tejido social.

a cabo la colocación de 600 nuevas luminarias alrededor de la ciudad.

Por otra parte, se puso en marcha la realización de dos nuevas obras: la rehabilitación a base de concreto hidráulico de la avenida Defensores de Baja California, desde la colonia Ruiz Cortines a la colonia Del Río y la edificación de un tercer carril en la Vía Rápida Oriente a la altura del Puente Lázaro Cárdenas.

ACCIONES INMEDIATAS

Se reinstalaron en campo 140 policías municipales que cumplían con labores de escoltas, con el objetivo de



**LAS MUJERES HOMENAJEADAS SON:
POR TIJUANA:**

- Carolina Aubanel
- Kafía Bustillos
- Gloria Enciso
- Gloria Espinoza
- Eglantina Esquivel
- Rocío Galván
- Luisa Gómez
- Isabel Gómez
- Eunice Guadiana
- Esperanza Guevara
- Lucía Hernández
- Sabina Huerta
- Lucía López
- Beatriz Mejía
- Rosario Mosso
- Saida Muriel
- Minerva Nájera
- Adela Navarro
- Gabriela Navarro
- Dinora Olivares
- Irene Picos
- Liza María Pompa
- Adriana Ramírez
- Martha Patricia Ramírez
- Lilián Valencia
- Rebeca Valle
- María Luisa Villalón
- Laura Vitela
- Michelle Zárate

POR MEXICALI:

- María Teresa Babun
- Colilla Eguia
- Natalia Figueroa
- Rosa Isela Ibarra
- Alicia López
- Leonor Maldonado
- Malvina Robles
- María Elena Núñez
- Lidia Sandoval
- Trinidad Vaca
- Guadalupe Viera
- María del Rocío Villanueva
- Rosella Villanueva

POR ENSENADA:

- Sabina Bandera
- Alberta Ceja
- Guadalupe Córdova
- Gloria Estrella
- Yolanda Martínez
- Elvira Karina Romero
- Alicia Watanabe

POR ROSARITO:

- Micalea Cervantes
- Norma Gutiérrez
- Martha Mendoza
- Citlali Peredo
- Rosa María Plascencia
- Susana Plascencia

POR TECATE:

- María de Lourdes García
- Patricia González
- Mayela Ramírez
- Alma Santana
- María de Jesús Verdín



CONGRESO DEL ESTADO RECONOCE A MÁS DE 50 MUJERES DE BC

Ante una asistencia de más de 500 personas, se reconoció a más de 50 mujeres ejemplares, iniciativa que surgió en el pleno de la Comisión de Equidad y Género para conmemorar el Día Internacional de la Mujer.

La diputada Rosalba López Regalado, presidente de dicha comisión encabezó este exitoso evento en el que mujeres que han destacado por su trayectoria como empresarias y profesionistas fueron galardonadas.

:soymujeractual



DISFRUTAN NOCHE DE COMPARSAS

EVENTO: Carnaval Antifaz 2014
LUGAR: Grand Hotel Tijuana
DETALLES: Amigas, familiares e invitadas especiales se dieron cita para presenciar y disfrutar de las coreografías de las embajadoras de Carnaval Antifaz, donde los temas de las comparsas fueron: Mística, México, Golden Era y Noches de Habana, siendo la Reina Carnaval Antifaz 2014: Daniela Cárdenas con su comparsa "Somos México".

:soymujeractual



FOTOGRAFÍA RAFAEL I. RAMÍREZ

Residencial VERONA

¡No te conformes con menos!
Privada Ferrara con Casa Club

ENTRANDO A SANTA FE

. 478-8100 . residencialverona.com



INICIA COLECTA CRUZ ROJA 2014

EVENTO: Informe de resultados 2013 e inicio de colecta 2014.
LUGAR: Grand Hotel Tijuana
DETALLES: Personalidades del ámbito político, empresarial y social se dieron cita en el desayuno para conocer los resultados de la pasada colecta y al mismo tiempo aportar su granito de arena a la labor de la Cruz Roja.

:soymujeractual



FOTOGRAFÍA RAFAEL I. RAMÍREZ



PRESENTA PASARELA MONTSERRAT NOVIAS

EVENTO: Pasarela colección 2014 de Pronovias.
LUGAR: Hotel Holiday Inn
DETALLES: Con gran éxito se llevó a cabo el evento organizado por Montserrat Novias, en el que presentó la colección 2014 de Pronovias, una prestigiada firma española. En el fashion show también participaron ofreciendo sus servicios Vita Spa, Il Lusio Accesorios, Invitaciones Kinvit, Fotografía Fábrica de Producciones, Mujer Actual, entre otros.

:soymujeractual

PROMOCIÓN DE MANTENIMIENTO DESDE \$2,500 PESOS MENSUALES



QUE ES SERCMA?

Servicios de Reparación, Construcción & Mantenimiento. Creada con el propósito de brindar confort, seguridad y bienestar a nuestros clientes, en trabajos relacionados con: reparación, mantenimiento y construcción para hogar y negocio.

NUESTROS SERVICIOS

Limpieza doméstica y de oficinas, Lavado de alfombras, Jardinería, Plomería, Electricidad, Pintura, Albañilería, Tableros de yeso, Invernización, Herrería, Carpintería.

- Limpieza General, Pulido de pisos, Encerado de Lozeta & Lavado de Alfombras
- Jardinería
- Pintura
- Plomería
- Electricidad
- Albañilería
- Tableros de Yeso
- Impermeabilización
- Herrería
- Carpintería

GARANTÍA SERCMA

Todo nuestro trabajo tiene garantía de mano de obra por un año, así como también los materiales suministrados por nuestra fábrica para las reparaciones, estamos seguros que el servicio que brindamos es la mejor oferta del mantenimiento.

TEL 103 60 29
 CEL 664 111 66 38 y 661 611 17 45
 ventas@sercma.com

Sharon BEAUTY SUPPLY 5 y 10

¡Tu cabello LARGO de la NOCHE A LA MAÑANA!

Somos expertos en colocación de extensiones de cabello 100% natural. Ven y conoce el más extenso surtido en extensiones de cabello 100% naturales. Ponte en manos de los expertos en aplicación de extensiones de cabello, contamos con la mejor variedad de colores, tratamientos capilares, tintes, etc...

¡TU IMAGEN NOS INTERESA!
 Blvd. Diaz Ordaz No. 14517 local 28 g-4 (plaza 5 y 10)
 Tel. (664) 686.9168 | Nex. 152*15*10245

¡Maleta lista!
¡OFICINA Y CASA PROTEGIDAS!

2 MESES GRATIS AL CAMBIARTE CON NOSOTROS
 0 GASTO EN INSTALACIÓN

\$380 pesos mensuales ALARMA GRATIS

Teclado - Batería - Sirena interior - Tarjeta - 2 Contactos - Transformador - Sensor de movimiento

ventas@gsdemexico.com
 Buscanos en: /gsdemexico

681-8024 / 25

\$450 más CAMARAS GRATIS UN REGULADOR

Dale su lugar a los mayores

Todos merecemos

Respeto Pon el ejemplo

PorTijuana

ABIGAIL
FOTOGRAFIA Y VIDEO

RETRATOS QUE CUENTAN HISTORIAS

Tel. 626 2009
(664) 219 6388
AVE. LAS AMERICAS 12611,
AGUA CALIENTE
ABIGAILFOTOGRAFIA.MX

[/abigailfotografia](#) [/abigailfotografica](#)

BAJA COUNTRY VEGGIES

Línea minis

Un recuerdo Delicioso y Original para
Baby Showers, Bautizos, Bodas, 15 años,
Primeras comuniones, Aniversarios, etc.

¡Las hacemos de el **sabor** que tu quieras y las decoramos de acuerdo al evento!

Producto 100% Orgánico

Síguenos en facebook:
[f /BajaCountryVeggies](#)

Pedidos en: bajacountryveggies@gmail.com

La mejor plaza de Tijuana

Plaza LAS PALMAS

Todo en el mejor lugar

- Restaurantes
- Tiendas
- Bancos
- Farmacias
- Spa
- Café
- Karate
- y mucho más

BANORTE
AB SOLUT
(664) 681-1469
totalwhite

COMIDA CHINA XIN GONG 681-3291
Peluquería
Escuela de Judo
Pet Center

Blvd. Díaz Ordaz # 13251 E-17 La Escondida Tijuana B.C. C.P. 22440 Tels: 681.5082 y 681.2701

Vive, Siente, Disfruta

ENSENADA

EXPERIENCIAS ÚNICAS.

RECIBE tu **3er.** noche de hospedaje ¡GRATIS!*

VIVE la aventura de practicar **ACTIVIDADES al aire libre**

SIENTE la brisa del mar y el **CLIMA MEDITERRÁNEO**

DISFRUTA de nuestra exquisita **GASTRONOMÍA URBANA**

RECUERDA QUE PARA ACCESAR A **ENSENADA POR DOS RUTAS:**

1. CARRETERA ESCÉNICA TIJUANA-ENSENADA HASTA KM65 DESVIARSE EN LA MISIÓN, TOMAR CARRETERA FEDERAL #1.
2. CARRETERA LIBRE TECATE-ENSENADA.

Para paquetes y promociones visita EnsenadaVivela.com

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.

México
visitmexico.com



Disfruta un hermoso jardín
con tu familia esta primavera

Cotización
¡Gratis!

Embelléce tu jardín con **Pasto Sintético Sporturf**
y comienza a lucirlo verde todo el año.



= Ahorro

Dile adiós al Recibo de Agua,
al Mantenimiento y a las Plagas.



= Ventajas

Apto para mascotas, no tóxico,
excelente confort, increíble apariencia
natural.



= Seguridad para los niños.

Evita raspaduras con Pasto Sintético
en áreas de juegos infantiles.



SPORTURF™

Expert Turf Solutions™

Tel. (664) 900-6246

Paseo de los Héroes # 10102, Zona Río, Tijuana, B.C.

sales@sporturf.info  Sporturf

www.sporturfintl.com