

# MUJER

## actual



**LO INDISPENSABLE**  
para brillar  
estas fiestas  
navideñas

**EJEMPLAR  
GRATUITO**

**Tus hijos,**  
mis hijos  
y los nuestros...

*¡Felices  
fiestas!*

**jessica  
IBARRA**

una mujer de retos y determinación







SI NO VALE LA PENA  
MANEJARLO

NO VALE LA PENA  
FABRICARLO

Mazda CX-5



Mazda CX-9

Mazda 6

Mazda 3

Mazda 5

Mazda 2



**ENSENADA**

Tel: (646) 15-MAZDA  
Blvd. Costero 1368. Fracc. Bahía Ensenada.

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



**TIJUANA**

Tel: (664) 134-4444  
Vía Rápida Poniente 15305, 3era.  
Etapa Río Tijuana, casi llegando  
al puente Benton/O'Higgins.



**MEXICALI**

Tel: (686) 564-4999  
PLAZA LIENZO: Calz. CETYS  
y Blvd. Gómez Morín

# Tus minutos no tienen frontera

Úsalos estando en México o en Estados Unidos\*

## Plan *telcel* Frontera

TIJUANA O SAN DIEGO\*



sin  
roaming

ni larga  
distancia

**GRATIS**<sup>1</sup>



LG P714  
OPTIMUS L7X

por **\$419.00** renta mensual

**Ahora**  
**5 Números**  
**GRATIS**<sup>2</sup>

Comparte  
la NAVIDAD  
y mantente

**5**  
con Telcel

300 minutos a cualquier operador fijo o móvil del país 175 minutos a cualquier Telcel del país 400 MB

1) Aplica en Plan Telcel Plus Frontera 300 a 24 meses, con 300 minutos a cualquier operador fijo o móvil del país, 175 minutos a cualquier Telcel del país, 400 Mb y 2 números gratis. 2) Vigencia de 3 números adicionales para completar 5 en activaciones al 15 de Enero. Consulta la lista de precios vigente antes de realizar tu compra. \*Al agotar tus minutos aplica tarifa local de \$1.24 pesos por minuto a cualquier operador. Para llamadas de larga distancia nacional, Estados Unidos y Canadá la tarifa es de \$1.89 pesos por minuto. Los minutos indistintos aplican para llamadas salientes y entrantes estando en SAN DIEGO hablando a SAN DIEGO, TIJUANA, TECATE Y ROSARITO, una vez agotados los minutos incluidos o indistintos la tarifa adicional es de \$1.89 pesos por minuto. Para más detalles de Plan Frontera, visita tu Centro de Atención a Clientes Telcel más cercano. Punto de Venta, llama al 01800 0262626 o al \*111.



# CONTENIDO

Diciembre 2013



TU PERSONA  
**6, 8 y 10 págs.**



TU PAREJA  
**12 págs.**



SABÍAS QUE...  
**14 págs.**



MODA  
**20 págs.**



TUS HIJOS  
**24 y 26 págs.**



BUENA MESA  
**28 págs.**



LA OTRA MITAD  
**38 págs.**



MUJERES INSPIRANDO MUJERES  
**40 págs.**



HOMBRE EMPRENDEDORES  
**42 págs.**



**PORTADA**  
JESSICA IBARRA, DIRECTORA DE CETYS UNIVERSIDAD  
FOTOGRAFÍA: leonchargoy@todonimagen | 664 364.04.44  
MAQUILLAJE [MOKA] CATHY TONELLA Y MÓNICA VERDUZCO  
VESTUARIO DANIELA VILLA

**34 págs.**



VALORES Y GENTE  
**44 págs.**



CIUDAD ACTUAL SAN DIEGO  
**46 págs.**



HISTORIAS DE VIDA  
**48 págs.**

BIENS RAÍCES

**54 págs.**

ARQUITECTURA EMBLEMÁTICA

**58 págs.**

PERFIL Y OBRA

**60 págs.**

SOCIALES

**65 págs.**

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 31 de Diciembre, 2013.

zapatos para dama

Martes

**\$ 21.99**

\$ 22.99 lunes

Nuevo surtido de zapatos todos los Lunes

[primeshoesandmore.com](http://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

visítanos en: [www.revistamujeractual.com](http://www.revistamujeractual.com)



: soymujeractual



@Soy\_mujeractual



# PRIMERA PERSONA

## ¡Feliz Navidad y próspero 2014!

Las fiestas decembrinas son una época para compartir con la familia y los amigos, es tiempo de cenas deliciosas, regalos y buenos deseos, de olvidarnos de rencores para darle paso a la bienaventuranza. También es tiempo de reflexionar sobre los logros obtenidos durante el año y los propósitos para este 2014.

Dejemos de lado la violencia, cambiemos los malos ratos por buenos, seamos parte el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer, celebrado el pasado 25 de noviembre siendo ya 14 años de su creación. Seamos parte de la campaña "únete", donde su dinámica consiste en vestir una prenda color naranja el 25 de cada mes, durante este año la campaña se extiende hasta el 10 de diciembre, Día Internacional de los Derechos Humanos.

Hagamos de cada momento, algo inolvidable, y Mujer Actual contribuye en ello, pues esta edición viene llena de regalos para nuestros queridos lectores, incluye una entrevista con nuestra Mujer del Mes: Jessica Ibarra, directora de Cety's Universidad, una mujer que ha sabido salir adelante en cada uno de los retos

que la vida le ha presentado; siempre demandante y crítica ante lo que sucede a su alrededor, además de ser constante y muy determinante en la búsqueda de la mejora continua en todos los ámbitos.

También en nuestra nueva sección de Hombres Emprendedores, te presentamos al Dr. Oscar León, gran ser humano que ayuda a miles de matrimonios a lograr el milagro de la vida. En Historias de Vida, conoce la historia de Saúl Amezcua, un niño pequeño que vive en un "mundo de gigantes".

Mujer Actual continuará renovándose en la calidad de sus temas; persistiremos en dar lo mejor de nosotras para continuar creciendo y seguir siendo la revista más leída de la región. En nombre del equipo que conforma Mujer Actual les doy las gracias a los lectores, anunciantes y proveedores por creer firmemente en esta revista, pero sobre todo por considerarnos el medio idóneo para promover sus productos y servicios.

¡Feliz navidad y prospero año nuevo!

**¡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

**DRAGON MAIL**  
Julio Reséndiz

**COLABORADOR EDITORIAL Y COMERCIAL**  
Sara Leal Partida

**REPRESENTANTE VENTAS Y RRPP SAN DIEGO**  
Fanny E. Miller/Periódico El Latino  
Telefono (619) 426.14.91  
555 H Street Chula Vista, CA 91910

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

**VENTAS ENSENADA**  
Anaiza Nicifore Higuera  
Lorena Insunza

**COLABORADORES**  
Becky Krinsky  
Diosa Doméstica  
Ma. Eugenia Lozano  
Mayra Medina  
Yoliana Valenzuela  
Lilián Encinas

**FOTÓGRAFOS**  
León Felipe Chargoy  
[leonchargoy@todonimagen]  
Claudia Talavera  
[azulstudio33@hotmail.com]  
Andrés Ruiz [664] 648.35.80  
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) 934.89.50  
ventas@revistamujeractual.com

**SAN DIEGO RED**  
El Medio de Emisión

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 75, inicio de impresión el 15/11/2013.** 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. 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.



**GRUPO PLASCENCIA**

No te pierdas el tradicional  
**Bazar Navideño Gourmet**

**24** de Diciembre  
de 11am-7pm  
**VILLA SAVERIOS**

*Venta de Pavos, Jamones, Bacalao,  
Salsas, Botanas, Antipastos, Empanadas, Repostería Fina,  
Mermeladas, Panes Artesanales, Vinos de mesa y mucho más...*

**TRADICIONAL  
mas NO convencional**

Engalana tu cena con la calidad  
y distinción del estilo culinario  
**del Chef Javier Plascencia**

Contamos también con charolas de canapés,  
repostería, antipastos, panes artesanales y  
pastelería fina para que deleites el paladar de  
todos tus invitados

Informes y pedidos al:  
686 1567 / 686 1564 / 686 6442 y 43

**SE ACEPTAN TARJETAS DE CRÉDITO**

*\*Todos los paquetes incluyen panes rústicos italianos,  
órdenes de ensalada Caesar's con costo extra por persona.*

**PAQUETES NAVIDEÑOS  
PARA LLEVAR**

**PAVO AMERICANO AL HORNO**

*Con relleno de carne de res con fruta seca, arándanos, castañas y  
nueves, gravy de pavo con vino marsala y hongo porcini*  
145 Dlls (14 pers. Máx)

**PRIME RIB AL HORNO**

*Jugosa pieza horneada en costra de sal con finas hierbas,  
acompañado con salsa de sus propios jugos y puré de papa  
con mantequilla*  
295 Dlls (14 pers. Máx)

**PIERNA DE JAMÓN AMERICANA**

*Salsa de Ciruela, naranja, granada, arándanos, castañas, puré  
de papa con mantequilla*  
155 Dlls (14 pers. Máx)

**BACALAO A LA VIZCAÍNA**

*Papa, chilitas, aceitunas, aceite de olivo extra virgen,  
pimiento piquillo*  
90 Dlls (12 pers. Máx)

**COSTILLA DE RES CLÁSICO DE  
CASA PLASCENCIA**

*Acompañado con puré de papa, salsa  
de sus propios jugos y vino tinto.*  
175 Dlls (12 pers. Máx)

**FILETE DE RES DE NUEZ PECANA**

*Asumado en madera de cedro, crema de ratz fuerte, salsa  
de vino tinto y arándanos.*  
80 Dlls (8 pers. Máx)



# VISITAS en Navidad

POR MARÍA E. LOZANO

La época decembrina es básicamente para estar en familia y con los amigos que frecuentamos poco. Viviendo en frontera, es muy común salir de viaje o recibir gente ¿verdad? Afloran las reuniones, los amigos secretos, los intercambios y ¿por qué no decirlo? ¡Las situaciones incómodas!

Parecería entonces que la época decembrina es una lupa que nos hace resaltar lo triste y lo malo. Quizá estamos recordando a ese ser querido que ya no está. Posiblemente estamos viendo cómo nos minimizan en importancia la gente que

## Analícemos qué es lo que realmente nos incomoda si vamos de visita o nos toca recibirlos:

- |   |   |
|---|---|
| ■ Tener que ajustar al horario y actividades de los demás.        | ■ Pasear a lugares a donde a lo mejor no querías ir.                            |
| ■ Comprar regalos extra que no se contemplaron.                   | ■ Gastos excesivos.   |
| ■ Ceder ante los planes de otros.                                 | ■ Los servicios religiosos cuando éstos se consideran obligatorios y aburridos. |
| ■ Aguantar que los tuyos no están contentos con las actividades.  |   |
| ■ Hacer a un lado posadas, reuniones y fiestas con tus amistades. |   |

no es de nuestro lado. El tiempo se hace eterno y el frío quema, dan ganas de salir corriendo y regresar a la rutina. De repente nos da gripa o nos sentimos sin energía, pensamos a cada momento lo divertido que sería estar con los nuestros. Quisiéramos estar con los allegados pero sin las carotas de los hijos o la pareja. En resumen, quisiéramos ser chiquitas y tener las fiestas que solían hacernos sentir ilusionadas, mimadas y muy emocionadas.

Quiere decir entonces que "crecer duele". Quizá lo conveniente sería

abrazar el nuevo rol que nos hace ahora líderes de las navidades y años por venir para nuestros hijos. Así que el primer paso es adoptar ese liderazgo y promover las mejores épocas para la memoria de los que viven en casa.

El error va a estar en soñar y tener expectativas puestas en la acción de



**AL INTERIOR DE UN HIJO**  
A mí no me gusta en absoluto que lleguen visitas y yo tenga que dormir incómodo en un sillón, prestar mis cosas y ser la última prioridad de mis papás. Siempre que viene alguien, a nosotros nos ponen en último lugar, lo que me agrada es cuando nosotros vamos de viaje y nos reciben y consienten con comidas y buena onda, pero sólo un rato porque me aburro. Lo que me pone mal es cuando mi papá no quiere ir a donde mi mamá quiere y al revés, parece la época de las peleas en lugar de estar bien con todos; se les olvida que mis primos, tíos y abuelos son los maternos y los paternos y a mí ¡sí me gusta ver a todos!

los demás. Si estamos esperando que tal persona nos regale lo que nuestra mente diseñó y no resulta de tal manera, nuestra depresión icobrará vida propia! Lo mismo pasa con los planes, las actividades, las salidas, las llegadas y todo lo que implique convivir. Siendo realistas, cediendo un poco y organizar algo, nos hará sentir parte importante de las celebraciones. Así que ¡felices fiestas porque familia sólo hay una!

## Organiza actividades divertidas como:

- |  |  |
|--|--|
| ■ Una presentación de fotos de épocas anteriores.                            | ■ Que los pequeños cocinen un postre o preparen una bebida para la fiesta.                                       |
| ■ Juegos, karaoke.   | ■ Los adolescentes pongan pasos de baile a todos.  |
| ■ Rifa los personajes y representen una pastorela.                           | ■ Ronda para hablar de lo que se hizo y se desea para el siguiente año, colocando en un contenedor el propósito. |
| ■ Regalos hechos por uno mismo.  |  |
| ■ Inventar canción, poema, etc.  |  |
| ■ Llevar un adorno hecho por uno mismo y poner el árbol familiar al momento. |  |



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

Hospitalidad INFINITA



Condé Nast **Traveler GOLD LIST** 2013  
MEJORES LUGARES DEL MUNDO PARA VACACIONAR

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





# 10

## ESTRATEGIAS QUE TE ASEGURAN RESOLVER CONFLICTOS

POR BECKY KRINSKY

**T**ener una vida plena implica tener y poder resolver las dificultades que presentan; en realidad es imposible vivir sin problemas, no importa qué tipo de persona seas, las dificultades son parte del protocolo de estar vivo.

**Cuando aprendes a resolver efectivamente las complicaciones que se te presentan, te sientes mejor contigo y mejoras tus relaciones personales. Tu entorno se agiliza para que puedas llegar a obtener lo que buscas ya sea en el plano personal, familiar o en tu trabajo.**

1. Encuentra un punto positivo o amigable para iniciar la plática.
2. Recuerda que siempre tienes tiempo para reaccionar. No discutas, contéstes o tomes alguna decisión con enojo o coraje. Cuidado con las palabras filosas.
3. Enfócate en resolver el problema, no en atacar o criticar a la persona. No es personal.
4. Aclarar el tema es el objetivo único. No Juzgues, ni tomes partido. Queda completamente prohibido hacer una lucha de poder para demostrar quién es el villano y quien es el héroe.
5. No te impongas. Todos tienen el derecho de estar en lo correcto, respeta la opinión y el punto de vista de los demás. Busca un punto medio y accesible, trabaja en encontrar una solución que se adapte a ambos intereses.
6. No asumas o des por hecho con-

Cuando se satisfacen solamente las necesidades de una persona, el conflicto no queda resuelto, la discusión continúa y el problema se profundiza

clusiones que no han sido discutidas; tu punto de vista es importante pero el de la otra persona también. Aclara, pregunta y sobretodo ten una actitud flexible, dispuesta a entender el otro punto de vista.

**7.** No interrumpas, escucha, entiende lo que se está discutiendo. Espera a que la persona termine de hablar, recuerda no son competencias y no estás buscando un ganador, simplemente quieres resolver una situación.

**8.** Lo pasado ya no existe, concéntrate en el presente. Hay que buscar soluciones no justificaciones; concentrarse en el pasado no resuelve nada, sólo lo complica y llena de resentimiento, frustración y enojo.

**9.** Buscar las áreas de interés común, lleva a buscar una solución efectiva. Insistir en

las aéreas de desacuerdo sólo conduce a prolongar la discusión.

**10.** Asegúrate de utilizar el conflicto que estás resolviendo como una herramienta para construir, mejorar y avanzar. Nunca lo utilices como un arma para manipular o controlar a los demás.

Los conflictos son necesarios para poder avanzar, crecer y sobre todo para mejorar. No les temas, al contrario utilízalos como maestros y crea oportunidades que te inviten a salir de tu zona de confort para poder entender otros puntos de vista y expender tu pensamiento.



www.recetasparalavida.com

\*Prohibida su reproducción total o parcial sin el permiso escrito del editor y sin citar la fuente.

\*La autora es egresada de la Universidad Anáhuac de México, con la licenciatura de Ciencias de la Educación, es diplomada en Desarrollo Humano. Maestra universitaria y organizadora de simposios, conferencias y seminarios internacionales. Fundadora en conjunto de "Recetas Para la Vida".

Comparte la NAVIDAD  
y mantente



Internet telcel 

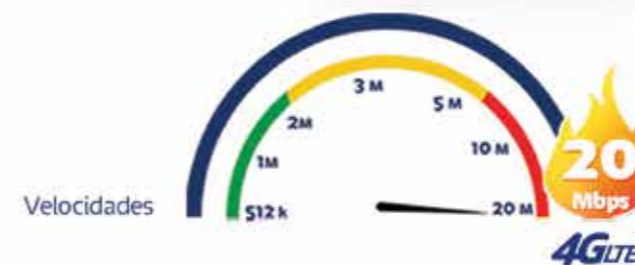
La MAYOR VARIEDAD de EQUIPOS con  
**MÁXIMA VELOCIDAD 4GLTE\***  
y la MAYOR COBERTURA

Llévate **3GB** por **\$286<sup>11</sup>** al mes

equipos **GRATIS**



Y hasta **40%**  
descuento



Mi telcel **Con la App de MiTelcel puedes saber el consumo de tu Plan de Datos y acceder al saldo de tu factura.**

Síguenos:  /Territorio Azul Telcel  @telcelazul

Todos los planes de Internet cuentan con un límite de consumo máximo mensual. Una vez alcanzado este límite de consumo, tu navegación será bloqueada. Al iniciar el siguiente ciclo de facturación la navegación será reactivada de manera automática. Si lo deseas, puedes adquirir un paquete adicional de Internet para continuar navegando. Las tarifas detalladas corresponden a los servicios utilizados dentro del Territorio Nacional. En caso de utilizar servicio fuera de Territorio Nacional se cobrará el Roaming Internacional de acuerdo a las tarifas vigentes. Plan de 3GB con 20% de descuento adicional al precio. Pregunta detalles en tu Punto de Venta Telcel más cercano por los planes que tienen hasta un 40% de descuento. Las tarifas publicadas incluyen 11% IVA. Para conocer costos y planes visita [www.telcel.com/bat](http://www.telcel.com/bat). Más Información en Centros de Atención a Clientes y Distribuidores Autorizados Telcel. \*Consulta detalles de cobertura 4GLTE en [www.telcel.com/4GLTE](http://www.telcel.com/4GLTE).



# EL VERDADERO SIGNIFICADO de la Navidad

POR KARLA RENTERÍA

**L**lega diciembre y con él una lista de cosas por hacer, como decorar la casa, poner el árbol, comprar regalos y además, tenemos una agenda llena de celebraciones, reuniones entre amigos con o sin intercambios, abrazos y buenos deseos de un año nuevo próspero y lleno de éxitos.

A poco no te pasa que justo en el último mes del año te invade la nostalgia y nace un ambiente de amor y paz en el trabajo, en la familia y hasta en la gente que te topas en la calle, incrementan los síntomas de bondad, hermandad, cordialidad y cortesía en todo momento.

Diciembre es un mes muy hermoso y lleno de bondades, pero cuidado con la montaña rusa de emociones, pues si se sale de control tendrás un enero muy tormentoso. Puede que te invada la culpabilidad por los excesos en lo que comiste y lo que gastaste o que los propósitos de año nuevo te abrumen.

El verdadero significado de la Navidad es tan simple como su misma palabra lo describe, Navidad viene de natividad, es decir, nacimiento de aquel que vino al mundo a dar su vida por ti, por mí, por todos... Es un "regalo" por eso nos damos cosas en Navidad representando el regalo del creador, su hijo Jesús o mejor conocido como El niño Jesús.

Te invito a tener una Navidad de reflexión, de balance... es un buen momento para dejar atrás aquello que pesa en tu maleta de emociones, este 31 de diciembre del 2013 arroja todo aquello que te estorba, que no te deja avanzar a tu meta, pero sobre todo sueña

y siéntete merecedora de todo lo que deseas, ¡visualízalo! Te aseguro que lo que pides de corazón te llega, yo misma soy testimonio de eso.

Enero será un mes difícil para muchos hogares, evita dar regalos costosos, hay tanto que podemos dar de nosotros mismos sin hacer uso del recurso económico, echa a volar tu imaginación, ¿hace cuánto que no escribes una carta de tu puño y letra a un ser querido?, ¿hace cuánto que no vas y visitas a esa buena amiga de la infancia, que no te tomas un café con ese familiar que hace mucho no ves?

Así que el día de Noche Buena, cuando digas "¡Feliz Navidad!" que sea con un corazón humilde, abierto a dar y recibir todo aquello que el creador tiene destinado para ti; con la firme convicción de que naciste para recibir la mejor herencia que alguien pudo recibir.

¡Cambia tu gesto y cambiará tu día!.



\*La autora es licenciada en Comunicación y Publicidad. Actualmente, es jefe de Comunicación Social y Relaciones Públicas de DIF Municipal 20 Ayuntamiento.



Que tengas una feliz Navidad

AQUÍ SIEMPRE ES VERANO

## CABANNA

de GRUPO LOS ARCOS

Plaza Paseo Chapultepec\_  
Blvd. Agua Caliente 10387 D-203. Col. Neidhart  
Tijuana, Baja California\_Reservaciones T.(664)681.8096/8490

f CABANNA.REST  
t @Cabanna\_Rest

[WWW.CABANNA.COM.MX](http://WWW.CABANNA.COM.MX)



# La familia reconstituida: "TUS HIJOS, MIS HIJOS Y LOS NUESTROS"

POR MAYRA MEDINA DE HIJAR

Es cada vez más común encontrar parejas que deciden formar una familia partiendo de tener uno o ambos miembros de la pareja, hijos de relaciones anteriores. A este tipo de unión se le conoce como familia reconstituida.

Estas familias cuentan con una gran cantidad de recursos debido a la experiencia previa; sin embargo, dependerá mucho de la seguridad personal y el compromiso con su nueva pareja para hacer un buen uso de toda esa información. En el caso donde sólo un miembro de la pareja tiene hijos y el otro no, también lleva su experiencia de vida

como hijo, además de grandes expectativas y temores.

La nueva pareja se enfrenta entonces ante un importante desafío: solidificar dos entornos con una estructura establecida previamente y convertirlo ahora en una sola familia con roles, reglas y límites propios, tarea nada fácil, pero con grandes recompensas y satisfacciones cuando la cumplen.

## Algunas características y conflictos comunes en la familia reconstituida

- Decidir el lugar donde vivirán, ya sea que se muden a la casa de uno de los miembros de la pareja, o bien, comenzar en un lugar nuevo. La idea es que todos en la familia experimenten un sentido de pertenencia en el espacio donde vivan, que todos sientan que es ahí "nuestro hogar".
- La adaptación de los hijos a la nueva familia dependerá en gran medida de la edad de los hijos y la relación con sus padres biológicos.
- La participación o no del padrastro o madrastra en la educación, disciplina y toma de decisiones sobre los hijos de su pareja, será el tema clave.
- La distribución financiera, saber si crear un fondo común es o no la mejor opción. Este punto se asemeja al mismo sentido de pertenencia que da la casa, siendo aquí: "nuestro patrimonio".
- Dedicar gran parte de la atención a los hijos, a su adaptación y aceptación del nuevo entorno, pero descuidando a la relación base como lo es la pareja.
- La interacción del hijo con el padre o madre y familiares (p.ej. en caso de divorcio) se puede volver afectada en calidad y/o tiempos, aunada a la recién adquirida interacción con los nuevos familiares (p.ej. los abuelastros), causando confusión y desacuerdos.
- La forma de relacionarse e interactuar con el padrastro o madrastra, demostraciones de afecto, formas de dialogar y convivencia son algunos aspectos a establecer inicialmente. Consultando con el hijo lo que resulta más cómodo para él en este tema.
- Temor latente de que este nuevo proyecto familiar no tenga éxito.

## "BORRÓN Y CUENTA NUEVA"

Crear que la nueva familia por el simple hecho de estar todos los elementos: papá, mamá e hijos y tener las mejores intenciones en su éxito, lo logrará de manera inmediata, es un mito. Sin embargo, es una cuestión de perspectiva, pues como se comentó al inicio, ambos miembros de la pareja además de inquietudes y deseos, traen consigo experiencia, aprendizaje de lo vivido y una enorme esperanza en esta familia.

Tener una experiencia previa puede ser nuestro mejor motivador o nuestro derrumbe si no nos hemos reconciliado con el pasado, ni resuelto los problemas en parejas anteriores, se impide la sana adaptación al momento actual. Si usted está basando su nueva familia en ideas como la del título de este texto, posiblemente la cuenta nueva decida borrarla también y la realidad será que tendrá ahora dos cuentas, pero pendientes.

Si esto último no es su caso, entonces felicítense por su experiencia y aprendizaje, por permitirse ser apoyado profesionalmente en la reconciliación con su pasado y en sus relaciones con parejas anteriores, ya que reconocer que las relaciones no son eternas, pero que se puede aprender responsablemente de ellas, nos da una actitud mucho más segura hacia la vida y hacia los retos nuevos.

\*La autora es Psicóloga Familiar y de Pareja.  
www.facebook.com/psic.mayra.medina



Zapatillas **Dey**

Donde encontrarás un toque de elegancia

Plaza Brasil 491-5 Colonia Cacho Tel: 638 8057



Berolina.  
by BERLIN COLLECTION

"Te viste de fiesta"

Brasil 491-6 Plaza Brasil, Col. Cacho.  
Tel. (664) 638.8030 berlincollection





# DEJA IMPECABLE TU "GARAGE"

POR DIOSA DOMÉSTICA

El garage es el último lugar de la casa en el que pensamos a la hora de limpiar, es el lugar donde más "suciedad negra" existe y al que ignoramos una y otra vez, pues la idea de limpiar la suciedad más resistente puede ser suficiente para quitarnos las ganas de hacerlo.

Limpiarlo al menos dos veces al año nos dará ciertas ventajas, pues podremos agregarle algunos metros cuadrados más de espacio libre a la casa. Iniciar es lo difícil, ya después será "pan comido".

## LO QUE NECESITAS

- Arena
- Escoba con cepillo, agua y jabón
- Trapeador

## ACCIONES EFICACES

**1) SACA LOS CARROS DEL GARAGE.** Si hay manchas de aceite, consigue arena para gatos y pon una poca sobre cada mancha. Déjala

aproximadamente una hora y después bájrela. Verás que la arena absorbe gran parte del aceite.

**2) CON UNA ESCOBA DE CEPILLO,** agua y jabón, lava muy bien el piso. Después trapea con pura agua.

**3) LA COCHERA ES UN EXCELENTE LUGAR** para guardar

lo que no usas con frecuencia y no cabe en casa, para ello te sería muy útil contar con un mueble con repisas y ahí poner cajas con todas estas cosas, etiquetado para que sepas dónde está cada una.

**4) RECUERDA QUE ES PELIGROSO GUARDAR** solventes en la cochera, de preferencia opta por otro lugar.



Unidos contra el cáncer de mama

30% de descuento

en estudio de:

Mamografía

Cupón válido Diciembre 2013

www.imaxess.com

Ave. Jalisco #2530 col. Cacho Tijuana B.C. / Tel. (664) 634.11.18.

**imaxess**  
diagnóstico x imagen

**saudé**  
science  
health  
beauty

Misión de Loreto 3071  
Zona Río, Tijuana B.C.

Tel. 6346580 y 6225061

Una vez más estamos con el Dr. José Antonio Cueva en Saudé Spa, y cabe señalar que han sido ya varias ocasiones este año, al parecer ha traído toda la nueva tecnología disponible a Saudé.

En esta ocasión el Dr. Cueva nos hablará de lo más novedoso para reducción de medidas, la Crio-Lipólisis.

Cabe señalar que Saudé ya cuenta con muchos tratamientos para la grasa, como la Cavitación, Endermologie, drenajes linfáticos y más, pero ahora agrega lo más avanzado.

## ¿Doctor, en qué consiste esta nueva tecnología?

Esta tecnología se basa en el uso de frío para congelar y destruir las células de grasa.

Concretamente combina tres tecnologías: El Frío para congelar la grasa, la Vacuum terapia para drenarla y la Luz Led para reafirmar la piel.

## ¿Para quién esta indicado el tratamiento?

Es para todos los pacientes, hombres y mujeres, que presentan grasa localizada no deseada en zonas como abdomen, espalda, muslos, brazos, glúteos, en fin, cualquier área del cuerpo.

No hay contraindicaciones, salvo que no podemos realizarlo en pacientes embarazadas o lactando.

## Eliminación de grasa mediante el uso de Criolipólisis

Dr. José Antonio Cueva  
Director Médico de Saudé Spa

Médico especialista en Dermatología con experiencia desde el año 1992



## ¿Cómo es el tratamiento?

El tratamiento además de ser confortable, es muy cómodo y rápido.

Es un tratamiento que toma una hora, donde el paciente estará tranquilo, sin ninguna molestia mientras nuestro nuevo equipo trabaja su función de forma automática; de hecho el paciente puede traer un libro o su tablet para pasar el tiempo mientras el tratamiento se lleva a cabo.

El proceso del tratamiento es:

1. De forma inmediata las células de grasa se congelan para ser destruidas.
2. El sistema logra una contracción inmediata del área tratada, cristalizando las células de grasa.
3. Durante los siguientes 30 días, el cuerpo estará eliminando las células destruidas de forma natural por el proceso metabólico.
4. Finalmente, la grasa habrá desaparecido en un tiempo de hasta 90 días.

## ¿Qué ventajas ofrece Saudé con este nuevo equipo?

Una de las más grandes ventajas es que nuestro equipo puede ahora tratar dos zonas al mismo tiempo. Esto que es para el paciente, pues bien, cada zona lleva una hora de tratamiento, con otros equipos para hacer el cuerpo completo te puede llevar 6 horas, con nuestro equipo esto se reduce a la mitad.

Además de que los resultados son claros y evidentes, y nuestro personal podrá guiar al paciente para obtener los mejores resultados.

Otra ventaja es que son pocos los tratamientos que se requieren, entre dos y como máximo tres, sin embargo si algún paciente requiere más, se puede realizar, todo depende de que haya grasa para eliminar.

Como comentario final, en Saudé tenemos todo lo que necesitan para su cuidado estético y de su piel. Somos la clínica y Spa más completos en Tijuana y seguramente del área de California, con personal altamente calificado; así que los esperamos pronto para que usen nuestra nueva tecnología o cualquier otra con la que ya contamos.

**COOL SHAPING™**

Obtenga los mejores resultados en tratamientos reductivos con la tecnología de Criolipólisis.

### Muslos



### Espalda



### Abdomen



medeestore  
Tecnología que Sirve





# EMBELECCETE COMO LAS ESTRELLAS DE CINE CON GOC

POR FELIPE ACOSTA

MAKE UP

**P**ara toda mujer es muy importante verse bien durante todo el día, es por eso que el maquillaje nunca debe faltar en el bolso de una mujer, pero ¿te imaginas encontrar una marca que logre mantener tu look por más de diez horas, tal como lo hacen las estrellas de cine? Te presentamos la marca que usan los profesionales del maquillaje: Goc Make Up.

Toda mujer sueña con un maquillaje perfecto, que no se desvanezca durante el día, y que la haga lucir radiante a todas horas, es por eso que GOC llegó a Tijuana con productos especializados para tu tono y tipo de piel.

Goc es un nuevo concepto en maquillaje, el cual mezcla la moda con las necesidades específicas de cuidado e hidratación de tu piel, es por eso que es tan importante que te hagas un diagnóstico específico de lo que tú necesitas, y en GOC lo encontrarás, gracias a la diversidad y calidad que ofrecen en su gama de productos, comentó Elvia Félix maquillista profesional y diseñadora creativa de GOC make up.

Nunca antes una marca había puesto toda la atención en formular todos sus productos en base a las características químicas y fisiológicas de la piel latina, y buscando los tonos y una extensa gama de colores específicamente para nosotras, siendo actualmente la única marca que lo ha logrado. Es por ello que hoy día, la mayoría de los maquillistas y especialistas de moda lo usan y lo recomiendan. Son productos elaborados con base en minerales y que tienen una amplia gama para cubrir todas las necesidades de los diferentes tipos de piel, asegurándose de mantenerla siempre sana y libre de impurezas.

En Goc Make Up nos aseguramos de hacerte un diagnóstico para poder recomendarte los productos específicos para ti, dándote asesoría especializada y personalizada para guiarte en tu experiencia cosmética, asimismo te enseñamos las técnicas correctas de aplicación, con base en lo que más te favorece para lucir más bella.

En Goc no sólo ofrecemos los maquillajes de más alta calidad, sino una línea de tratamientos especializados, la más amplia gama de brochas, pinceles y todo lo necesario para facilitarte la experiencia de maquillarte, y si así lo prefieres, te ofrecemos cursos de automaquillaje e imagen.

Así que ya sabes, si quieres lucir como una estrella de cine, acude a Goc, te daremos una asesoría personalizada y podrás vivir la experiencia Goc.

- Puedes visitar GOC MAKE UP en plaza río y macro plaza, armar tu paleta de maquillaje y recibir una asesoría gratuita.
- Si eres maquillista visita GOC MAKE UP y obtén grandes descuentos.

\*Inserción Pagada

**CERTIFICADO DE REGALO**

Presenta éste CUPÓN en Plaza Río y se una de las afortunadas en tener una SESIÓN DIAGNÓSTICA Y PRUEBA DE MAQUILLAJE GRATIS.

**¡Ven y Conócenos!**

Ubicados en Paseo de los Héroes No. 96, Centro Comercial Plaza Río, local D-14 teléfonos al: 634.3837.  
promoción válida del 01 de diciembre al 31 de enero del 2014.



 JLP Arquitectura y Diseño  
(664) 681-74-04

FELIZ NAVIDAD Y PRÓSPERO 2014

# JLP

Arquitectura y Diseño

Arquitectura

Construcción

Diseño

Decoración

BLVD. AGUA CALIENTE 10108 COL. REVOLUCIÓN, TIJUANA BC MÉXICO, CP 22015



¡SUPER PROMOCIONES HASTA EL 31 DE DICIEMBRE 2013!

**ImagenArt**  
clínica de medicina estética  
...Ponle arte a tu imagen

**Depilación Láser**  
Descubre porque somos tu mejor opción!



Rejuvenecimiento Facial    Tratamiento de Celulitis    Tratamiento para Estrias



Tratamiento para Varices y Piernas Cansadas    Tratamiento para Melasma (Manchas en la Cara)    Control y Tratamiento de Acne



**PAQUETE DE LIPOESCULTURA**  
**¡SIN BISTURÍ!**  
a solo **\$85 dls.**



**¡PROMOCIÓN!**  
**FOTO DEPILACIÓN UNIXES AVANZADA CON IPL**  
\*AXILA + BIKINI por solo \$450 pesos x sesión  
\*PIERNAS COMPLETAS \$900 pesos x sesión

**GRATIS**  
2 Sesiones de radiofrecuencia y una crema de restyrene SkinCare.

**En aplicación de RELLENO FACIAL**  
• Peeling • Botox • Faciales  
8 días por unidad    Limpieza facial 39 días

Dr. Gabriel Gómez Hernández | Dra. Mileidy Fernández Ribot  
CIRUJANO GENERAL Y CIRUJANO COSMÉTICO    ANESTESIOLOGA Y MEDICO ESTETICO

Tijuana 664-290-1000    Blvd. Agua Caliente 11200 Plaza Campestre Local 227, Tijuana B.C.  
USA 619-713-7193    Estamos ubicados frente al Club Campestre de Tijuana  
619-876-8546  
[www.imagenartclinics.com](http://www.imagenartclinics.com)

BELLEZA

# LUCE UNA PIEL ESPECTACULAR, SIN BISTURÍ

POR DRA. MILEIDY FERNANDEZ RIBOT  
PRIMERA DE DOS PARTES

“Las personas jóvenes bonitas son accidentes de la naturaleza. Las personas adultas bellas son una obra de arte”.

La piel, nuestro traje favorito, aquel que no nos sacamos ni para dormir. Imposible desconocer su impecable factura cuando llegamos al mundo, buena caída, a la medida, fresca o cálida según la necesidad, confortable y, sin duda, juvenil. Un buen modelito obtenido a precio de ganga, pero con el tiempo, ¿qué pasa? La tersura y otros atributos duran hasta la adolescencia, y no son pocos los fatalistas que señalan que a partir de los 25 años - por fijar un hito - hay que tratar el tema con más cuidado. Nuestro leal y usado traje merece más consideración.

## EXISTEN TRES CAUSAS FUNDAMENTALES DE ENVEJECIMIENTO DE LA PIEL.

- 1. ENVEJECIMIENTO CRONOLÓGICO.** El proceso está programado genéticamente. El paso de los años provoca el adelgazamiento de la dermis y de la epidermis y por eso la piel se vuelve menos firme y tonificada.
- 2. ENVEJECIMIENTO HORMONAL.** La piel es un órgano vulnerable a los cambios hormonales. La disminución en los niveles de hormonas acentúa los signos del envejecimiento de la piel y causa deshidratación.
- 3. FOTOENVEJECIMIENTO.** Todos los días los rayos UVA pueden penetrar en el corazón de la piel y dañar las fibras de colágeno y elastina.

## ¿CÓMO REJUVENECER LA PIEL?

### ALTERNATIVA 1: BOTOX

- Actúa en las terminaciones nerviosas, se aplica en forma de inyección.
- Reduce o paraliza la función muscular.
- El efecto dura entre 4 a 6 meses.
- Aprobado por la FDA y la Secretaría de Salud Mexicana.
- Es la solución más efectiva para las líneas llamadas de expresión.
- Opción muy segura, resultados muy fiables.

### ALTERNATIVA 2: RELLENOS DE ACIDO HIALURONICO

Los rellenos de arrugas, en general, constituyen una de las mejores herramientas para el rejuvenecimiento de la piel y, concretamente, el ácido hialurónico se ha convertido en el punto de referencia de todos los rellenos actuales. Aunque el ácido hialurónico es una sustancia presente en el organismo, con la edad nuestra producción natural de este ácido disminuye en cantidad y calidad, lo que se traduce en deshidratación y arrugas, dos cuestiones que pueden compensarse gracias al aporte externo de esta sustancia.

En la edición de enero te ofreceremos información sobre cinco alternativas más.

Celebra el Año Nuevo en  
**El Cielo**  
VALLE DE GUADALUPE

RESERVACIONES:  
646 210 0760 - 646 151 6514

EL CIELO VALLE DE GUADALUPE

CARR. GUADALUPE-EL TIGRE KM 7.5 EJIDO EL PORVENIR, ENSENADA B. C.

ASÍ DE CERCA

**\$7,600**  
pesos al mes

Residencial SAN MARINO

(664) 631-2776 y 77  
Carretera Escénica, Km. 23.5  
Salida en Centro de Convenciones  
[bajasanmarino.com](http://bajasanmarino.com)

Pregunta cómo duplicar tu terreno desde \$2,500 al mes. VISITA LA CASA MUESTRA

Disponible con SIF





## 1 EL MAQUILLAJE

Esta temporada el look babydoll pega con fuerza. Ojos con grandes pestañas, a ser posible, postizas, y delineados sesenteros con rabillos gruesos. El cutis perfecto con un ligerísimo rubor y los labios nude, muy apagados.

Para estas fiestas navideñas, lucir un maquillaje perfecto es indispensable y nada difícil, la clave está en resaltar tus ojos, pues ahora la tendencia es lucir unos ojos con grandes pestañas y delineados muy sesenteros con rabillos gruesos al final.

Los labios van a merced de lo que diga tu mirada, puedes teñirlos de rojos o vino, o bien, tonos corales, rosas, ciruelas y nude.

# LO INDISPENSABLE PARA BRILLAR

## ESTAS FIESTAS NAVIDEÑAS

REDACCIÓN MUJER ACTUAL

¿Quieres lucir fabulosa en las fiestas de fin de año? Seguramente tu respuesta es sí, por ello Mujer Actual te ofrece algunos tips para que brilles y deslumbres en estas festividades. No lo pienses más y prepárate para lucir fabulosa.



## 2 PIEL PERFECTA

Uno de los primeros aspectos que debes considerar antes de pensar en qué vestido y zapatos te vas a poner en los festejos de fin de año, es preparar tu piel para que luzcas impresionante. Invierte en un limpiador, tonificador, humectante y exfoliante facial adecuado a tu tipo de piel.



## ¡LAS PUNTAS ESTÁN DE REGRESO Y LAS BOTAS CONTINUAN!

Regresaron los tacones con punta, perfectamente combinados con tu atuendo para esa cena de fin de año donde tu idea es lucir elegante; para tu reunión con los amigos, las inseparables botas cortas o largas no deben faltar en tu clóset.



## 4 ACCESORIOS Y ADORNOS PARA EL CABELLO

Los accesorios y adornos para el pelo son imprescindibles para ir muy chic. Desde un sombrero de lana a un tocado espectacular o una sencilla diadema son la propuesta.

## 5 BISUTERÍA Y JOYAS

Para tus looks navideños, la bisutería y joyas deben estar en tu lista. Para una reunión de día, basta con un reloj o una pulsera no muy llamativa, un collar y aretes sencillos. Para una cena elegante, opta por los accesorios más llamativos y finos, aunque no exageres, podrías saturar tu imagen y no verte tan fabulosa como esperas.





# LAS PROPUESTAS DEL DISEÑADOR GREGORIO SÁNCHEZ

POR GREGORIO SÁNCHEZ

**M**i nombre es Gregorio Sánchez, soy diseñador por convicción y profesión desde los 17 años. Es un verdadero privilegio y un placer encontrarme con ustedes, lectoras (es) de esta interesante revista para compartir ideas, conocimiento y experiencias personales y ajenas con respecto a la moda, este mundo maravilloso y ecléctico, así como al mismo tiempo caprichoso.

Espero que con el correr de las páginas, mi experiencia y conocimiento puedan despejar sus dudas y orientación a su caminar dentro de este mundo al que todos pertenecemos, sin importar la posición que ocupamos en el escalafón social.

Trataremos a través de estas páginas de analizar el desarrollo temporada tras temporada de la moda, las tendencias en boga, así como los criterios para elegir dentro de este vasto mundo comercial lo que sea propio de acuerdo a nuestro físico y desenvolvimiento social.

Empezaremos por mostrar mi colección llamada Milue Spring Summer 2014, durante el "L.A. Style Fashion Week, siendo seleccionado para ser la pasarela inaugural. Les muestro material fotográfico para que formen su propio juicio.

Espero que éste sea un comienzo maravilloso con ustedes y que hagamos de éste un espacio de opinión y crítica constructiva.

Les deseo lo mejor y les dejo este consejo: Siempre confía en el reflejo del espejo, no te vistas a ciegas...

FOTOGRAFÍA JOHNNY VERSACE JIMENEZ  
MODELOS AGENCIA PORTAFOLIO



GREGORIO SANCHEZ

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

toke  
interiores

Tel. 686 51 01 - 685 51 03  
Av. Tapachula 1C. Col. Hipódromo  
www.tokeweb.com

Beads & Gems Co.  
Piedras y Cristales

Tiras de Piedras y Cristales

\*PRESENTANDO CUPÓN. \*VALIDO 15 DE DICIEMBRE 2013.

f: www.facebook.com/beadsbaja

627.07.12  
Macroplaza Insurgentes

(661) 613.90.15  
Pabellon Rosarito



# LAS ETAPAS DEL DESARROLLO PSICOLÓGICO DEL NIÑO

POR YOLIAND VALENZUELA  
ETAPA ANAL (2 A 3 AÑOS)

El nombre de "anal" hace referencia al gran interés que los niños muestran por las funciones de evacuación. Esta etapa comienza a los 2 años de edad cuando el niño está neurológicamente maduro para usar el músculo esfinteriano. ¿Qué quiere decir neurológicamente maduro? Que a partir de los 2 años la vejiga, al llenarse, manda la señal al cerebro para avisar: "estoy llena". El cerebro manda la señal al músculo esfinteriano para decirle "ciérrate". Esta es la razón por la que es importante NO empezar con el entrenamiento para ir al baño antes de los 2 años, pues los niños sencillamente no están maduros para lograrlo.

La etapa anal comienza prácticamente el día que mamá decide: "Desde mañana el niño no usará más pañal, lo voy a sentar en la bacinica". A veces, el niño siente que mamá se quiere volver algo así como la administradora de dos cosas de su cuerpo que son muy valiosas para él: su pipí y su popo. Ella decide cómo, cuándo y dónde deberá hacer del baño, queriendo controlar todo el negocio que realmente le pertenece a él.

En ocasiones, los niños se rebelan a ese control y piensan: "En realidad, el dueño de lo que está dentro de mi cuerpo soy yo, así que voy a hacer con eso lo que yo quiera". Poco a poco encuentra que eso es un objeto



ideal para manipular, pues mamá se alegra cuando él hace lo que ella quiere y se enoja cuando se hace en el pantalón o en la sala, etc.

El problema empieza cuando la historia del entrenamiento se vuelve el centro de la vida de la mamá y pregunta todo el tiempo si quiere ir al baño o se asoma continuamente a su pantalón y lo convence de ir al baño con el chantaje de: "Te doy un dulce o te leo un cuento".

Quien realmente debe de ser educada en esta fase es la madre para dejarlo en paz y sin presión, ya que más adelante la presionada podría resultar ella por la manipulación, dominio y tiranía del niño y los tesoros de su cuerpo.

## ¡AYÚDALO, NO LO AGOBIES!

¿Cuál es la mejor manera de ayudar a los niños a controlar sus esfínteres sin problemas?

- Escoger la época del año sin frío, para facilitar el cambio de ropa mojada y que los niños usen ropa ligera y práctica.
- No empezar el entrenamiento si hay llegada de nuevo hermanito.

Respecto a la pipí, conviene avisarle que a partir de ese momento podrá hacer pipí como papá o mamá, por lo cual podrá ponerse sus nuevos calzones de niño grande, así empezará a tener nuevas experiencias; los varones, por ejemplo, descubren con fascinación lo lejos que pueden lanzar el chorro y las niñas sienten por primera vez que la pipí escurre por sus piernas.

El manejo de la popo requiere algo de más atención, la madre generalmente sabe cuáles son los momentos en que hace popo, ha notado cuando puja y le brillan los ojos por el esfuerzo de defecar en un pañal puesto. Lo primero es que el niño esté consciente de que lleva a cabo dicha función, la madre en ese momento le dice: "estás haciendo popo" y el niño lo registra y por el momento no sucede nada.

Cuando llegue la hora de pasar al baño, la mamá deberá invitarlo a sentarse a la hora que crea conveniente según las necesidades del niño, para que le resulte un momento agradable; es importante que lo acompañe, incluso, le puede leer un cuento, platicarle un historia o cantarle su melodía favorita.

Si llega el "tesoro" se dice: "Muy bien"; lo conveniente es sentarlo a lo mucho 10 minutos. Y si el tesoro NO llega, no pasa nada, no hay que mostrar la gran decepción. Al niño sólo se le dice: "Tú dime cuando quieras sentarte otra vez".

Lo más importante es no presionarlo, ni hacerle sentir que se le controla o se le exige. Para que el proceso se logre en un máximo de dos semanas, las madres deben abordar este tema con tranquilidad y relajación, porque de otra forma el entrenamiento puede prolongarse por meses y provocar que se establezca una lucha de poder entre ambos, que tendrá consecuencias negativas en la personalidad del niño.

Pase lo que pase, la mamá no deberá de pelear con su hijo en este periodo de entrenamiento.

Que ocurran "accidentes" ocasionales es normal entre los 4 y 5 años, pero entre los 6 y 8 los "accidentes" pueden deberse a algún suceso externo que produce en el niño tensión o miedo.

En esta etapa aparece también otra conducta que los padres califican como negativa y que en ocasiones les genera sentimientos de vergüenza y rechazo: Los berrinches, tema que abordaremos el siguiente mes.



LA FORMA MAS COMPLETA DE VIAJAR, DONDE EL PLACER DE VIAJAR COMIENZA

**VTI**  
VICTORIA TRAVEL  
*All Inclusive*

Solicita ya tu crédito para viajar a 3, 9 y 12 meses con

**AEROMEXICO.**  
Crédito aprobado en 48 horas

Plaza Río Tijuana  
(664) 634 1645  
Plaza Carrousel  
(664) 686 0150

01 800-025-4256



# ¿SABES QUÉ QUIERES PARA TUS HIJOS?

POR LILIAN ENCINAS VILLAGRAN

**N**os hemos enfocado en los hechos y conocimientos demasiado tiempo. Debemos preparar a nuestros niños a vivir la vida realísticamente, que piensen cuáles serán las consecuencias de sus acciones y no depender ciegamente en lo que la sociedad les dicta de cómo deben de vivir su vida.

Es tiempo de darles a los valores la misma oportunidad que al conocimiento académico. Tenemos que educar a nuestros niños para la VIDA, no sólo para primero, segundo o tercer grado, sino para la vida. Para lograrlo, la razón debe de estar en equilibrio con el sentimiento.

La sociedad de hoy en día está demasiado preocupada por las cosas materiales, mientras los valores son ignorados. La indiferencia egoísta hacia las necesidades de los demás es algo que se toma por hecho. ¿Alguna vez se han preguntado qué clase de ciudadanos estamos produciendo? Enanos espirituales y sentimentales, eso es lo que estamos produciendo.

Un reportero le pregunto un día a Mahatma Gandhi: "¿Qué piensa usted de la civilización occidental?" A lo que él le contestó con una sonrisa: "¡Creo que sería una buena idea!"

La televisión, las películas, las revistas, los comerciales, los anuncios, todos conducen al deterioro de los valores. Hay una epidemia de asesinos, tanto reales como de ficción; lo usual y de moda es hablar con lenguaje soez. Es popular vestirse con ropa cinco tallas más grandes,

es "cool", decirse entre sí "buey"- el nombre de un toro castrado, de un eunuco, eso es lo popular hoy en día

Nuestros niños están siendo bombardeados con toneladas de información que no pueden digerir; están siendo robados de su infancia e inocencia; están siendo empujados a vivir aceleradamente como nunca antes se había visto en la historia del mundo. Por otro lado, nunca había habido niños más consentidos e indisciplinados que hoy en día.

¿Qué clase de ciudadanos tendrá nuestro planeta dentro de 10, 20 ó 50 años si no hacemos algo al respecto? Un ejército de robots sin la más remota idea de lo que es la cortesía y el mutuo respeto. Los invito a reflexionar sobre esto.

Los padres y los maestros somos el mejor ejemplo para nuestros niños, razón por la cual tenemos la capacidad de cambiar al mundo. Los niños copian las actitudes, palabras y acciones de los padres y maestros; los maestros son los héroes. Por lo tanto, nosotros tenemos la llave.

Los maestros de Inglés o de Español les pueden inculcar respeto por la gramática, como un portal hacia el pensamiento claro y preciso. Los maestros de Matemáticas les pueden enseñar cómo utilizar los principios matemáticos en la lógica de su vida diaria y cómo usar su sentido

común. Los maestros de Ciencias les pueden enseñar cómo aplicar lo que aprendieron dentro del salón de clases, para resolver problemas de la vida en forma creativa. Los maestros de Historia les pueden enseñar a los niños cómo fue que muchas de las antiguas civilizaciones llegaron a la cima del poder y lo perdieron por ser indiferentes a los valores que les permitieron la grandeza en primer lugar.

La grandeza del ser humano siempre ha sido, a través de los tiempos, asociada a la expansión de la conciencia; y la expansión de la conciencia ha sido asociada con un sentimiento de empatía y de amor. El expandir nuestra conciencia nos hace preocuparnos por el bienestar de los demás, no únicamente del propio.

Los niños deben de aprender qué es lo que hace al ser humano grandioso, no sólo como médicos, arquitectos, abogados, maestros o políticos, sino como seres humanos.

Los niños necesitan la inspiración necesaria para alcanzar la grandeza de espíritu; y esto es lo que la sociedad actual ha dejado de ver: que los niños necesitan ver y palpar el ejemplo de los valores reales.

¡Unidos padres y maestros, enfocados en una misma meta, con entusiasmo y amor, lo podemos lograr!.

\*La autora es presidente del British American Institute.





# Cabanna,

## UN NUEVO CONCEPTO DE RESTAURANTE BAR EN TIJUANA

POR YAN GONZÁLEZ

Cabanna, del grupo Los Arcos, llegó a Tijuana el pasado mes para deleitar tu paladar con una gran variedad de mariscos y carnes. Llegó con su nuevo concepto que se destaca por su inigualable calidad y exquisito sabor en cada uno de sus platillos en comidas y cenas, pero sobre todo por su ambiente informal, brindándote absoluta comodidad en cada espacio.

En Cabanna, disfrutas de los alimentos mientras pasas un rato agradable con tus amigos y familiares, bajo un ambiente de música y decoración colorida.

En tu visita, no puedes dejar de probar la especialidad de Cabanna en entradas frías, como las deliciosas tostadas de atún azul, o bien, las entradas calientes como sus inigualables tacos, versión quesitos cabanna y quesitacos. Y en botanas, el camarón roca.

El platillo estrella de Cabanna es los famosos chiles fusión, ribeye 41 y el burrito mar y tierra, que sin duda conquistarán tu paladar. Además, te ofrece una amplia variedad de bebidas que le darán este toque especial a cada uno de los platillos, como las margaritas frozen de mango y tamarindo, o el Martini de guanábana.



### RECOMENDACIONES DEL CHEF

- Pizza gobernador
- Tiritos de salmón, camarón roca y atún
- Cabanna se encuentra en plaza Paseo Chapultepec
- **HORARIOS:** Lunes a Jueves de 12:00 pm a 12:20 am  
Viernes y sábados de 12:00 pm a 1:30 pm y domingos de 12:00 a 8:00 pm

Por las noches, podrás disfrutar junto a tus amigos de su gran variedad de bebidas, acompañado de buena música entre pop, electrónica y hip hop, en su terraza privada haciendo tus noches inolvidables.

[www.sky.com.mx](http://www.sky.com.mx)

SKY

¡Suscríbete ya!  
desde

\$0\*

Paquetes desde  
\$219\*\*  
al mes

PREGUNTA A  
TU ASESOR SKY

**ESTA NAVIDAD  
TE REGALAMOS LA MAYOR COBERTURA  
DEPORTIVA Y DE ENTRETENIMIENTO  
¡EN ALTA DEFINICIÓN TOTAL CON SKY!**

BARCLAYS PREMIER LEAGUE

FUTBOL INGLÉS

LIGA BBVA

FUTBOL ESPAÑOL

SUNDAY CENTURY

FUTBOL AMERICANO

MARATONES

HOCKEY

01800 201 8770 **NOVAVISIÓN 622 3480 ENLACE 634 3220**

\*Precio de suscripción para 1 equipo con tarjeta de crédito con cargo automático mensual. Válido del 1 de noviembre al 31 de diciembre de 2013. No disponible para SKY ACCESS ni ViTV. Disponible para suscriptores residenciales y comerciales, máximo 4 equipos por cuenta. Bares y Restaurantes únicamente instalación sencilla a partir de paquete FUN. \*\*Precio mensual del paquete de programación SKY ACCESS en pago oportuno con un equipo en arrendamiento. Preguntar a tu Asesor SKY por el monto mensual del equipo adicional. Consulta términos y condiciones en [www.sky.com.mx](http://www.sky.com.mx) Precios registrados ante la Comisión Federal de Telecomunicaciones, mismos que pueden ser consultados en la página web: [www.cofetel.gob.mx](http://www.cofetel.gob.mx)



Écha un vistazo

# ENSENADA

ATRÉVETE A VIVIR EXPERIENCIAS ÚNICAS.

Ven y conoce la historia de nuestra cultura vinícola en el Museo de la Vid y el Vino.

Da un paseo por la ruta del vino y degusta los mejores vinos de México.

Deléitate con nuestra exquisita gastronomía en nuestra gran variedad de restaurantes.

Hospédate en nuestros cómodos hoteles y aprovecha nuestras promociones de temporada.

## ENSENADA, CAPITAL DEL VINO MEXICANO.

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

\*Aplicar restricciones



Consulta las promociones en  
[EnsenadaVivela.com](http://EnsenadaVivela.com)



México  
[visitmexico.com](http://visitmexico.com)

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

Esta navidad, piensa en vino...  
LA TIENDA DEL VINO MEXICANO

VIA Corporativo, Misión de San Javier 10643 Zona Urbana Río Tijuana  
Tijuana, B.C., México Tel. (664) 6342452 [lacontratijuana@gmail.com](mailto:lacontratijuana@gmail.com)

Ensenada • El Sauzal • Calle Primera • Manzanilla • Tijuana • Guadalajara  
Aguascalientes • San Cristobal de las Casas • Morelia • La Roma • Querétaro • Oaxaca

PRÓXIMA APERTURA LA CONTRA CACHO



ARTILOC  
TIJUANA

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

## El mejor regalo esta en Vita Spa...



regala una MEMBRESÍA SEMESTRAL o ANUAL y ahorra hasta 60% en tus tratamientos

MEMBRESÍA  
SEMESTRAL

PAGA  
**\$199** DOLLS  
EN LUGAR DE  
**\$510** DOLLS

- 6 baños termales + 6 masajes relajantes de 50 minutos.
- Además en la compra de tu certificado te obsequiamos Facial de 30 minutos para Ti.
- INCLUYE:
  - Incluyen 6 sesiones de Baño termal y Masaje relajante de 50 min. cada sesión incluye aromaterapia, musicoterapia e iluminación con velas, servicios de te, cuarto de relajación, uso de circuito de hidroterapia que incluye sauna, vapor, regadera suiza y tina termal.

MEMBRESÍA  
ANUAL

PAGA  
**\$510** DOLLS  
EN LUGAR DE  
**\$1,020** DOLLS

- 12 baño termal de 25 minutos + 12 masajes relajantes de 50 minutos.
- INCLUYE:
  - Incluyen 12 sesiones de baño termal y masaje relajante de 50 min, cada sesión incluye aromaterapia, musicoterapia e iluminación con velas, servicios de te, cuarto de relajación, uso de circuito de hidroterapia que incluye sauna, vapor, regadera suiza y tina termal.

- BENEFICIOS:
- Puedes utilizarla y compartirla con quien tu elijas.
  - Si utilizaste ya todos tus tratamientos puedes renovarla.
  - Tienes hasta 12 MESES a partir de la fecha de compra para utilizar tus tratamientos.
  - 20% DE DESCUENTO en la compra de otros tratamientos. (NO APLICA EN PAQUETES NI PROMOCIONES)
  - 20% DE DESCUENTO para tu acompañante.
  - 10% DE DESCUENTO en consumos de restaurant.
  - Uso de sauna y vapor ilimitado, solo debes traer tu toalla y sandalias.

\* Promoción no acumulable con otras promociones ni descuentos. No pueden tomarse tratamientos por separado. Puede compartir o ceder sus tratamientos. Promoción válida para su compra del 1 al 31 de Diciembre. La membresía es individual. No aplica en certificados de regalo. Precio por persona.

ACEPTAMOS TODAS LAS TARJETAS DE CRÉDITO.

TELÉFONOS  
664 636.00.16 Y 17 634.26.39

PASEO DE LOS HÉROES #18818 1ER PISO, ZONA RÍO  
[info@vitaspatijuana.com](mailto:info@vitaspatijuana.com)



## DELEITA TU PALADAR EN *Lou Lou*

POR YAN GONZÁLEZ

**S**i buscas un lugar para comer rico y sano no dejes de visitar Lou Lou, ya que sin duda deleitará tu paladar con su gran variedad de platillos preparados como en casa; además de brindarte un excelente servicio en comida sana que podrás disfrutarla con la familia, amigos o con tu pareja.

En Lou Lou, podrás encontrar deliciosos platillos internacionales, manteniendo un toque italiano en cada uno de ellos. Lou Lou te ofrece una amplia variedad de platillos que van desde paninis, pastas, pizzas, sopas, ensaladas y sus tradicionales crepas dulces y saladas; en platillos fuertes te ofrece salmón, filete de res, arrachera, pescado blanco y en bebida, los mejores vinos de la región, cerveza, sangría, café y una gran fuente de refrescos.

En Lou Lou, el chef recomienda los

- Lou Lou se encuentra en Plaza Conquistador, blvd. Salinas #10755 local 1, Col. Aviación.
- Disfruta de su menú ejecutivo de lunes a viernes, súper económico y saludable.

medallones de res bañados en salsa de vino con romero, acompañado de puré y vegetales salteados, además de las ricas entradas que sólo encontrarás en Lou Lou, ya que éstas constan de carpachos de salmón ahumado acompañados con arúgula y alcachofas, que sin duda deleitarán tu paladar.

Lou Lou te ofrece un ambiente confortable y muy relajado, especialmente familiar, para que disfrutes y convivas con tus seres queridos mientras te deleitas con sus riquísimos platillos.

No dejes de visitar Lou Lou y deléitate con sus platillos y su menú ejecutivo.



En  
**LOP.LOP**  
calzado.moda.estilo

**¡Encontraras el regalo para toda la familia!**

Sucursal Galerías [f /LopLop Zapateria](#)

Más de 13 años ayudando a las parejas a hacer su sueño realidad

**IECH**  
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, Sulte 6 Zona Rio, Tijuana, B.C., México (a una cuadra del CECUT)

**Lou Lou**  
Resto-Bar

Il arte di un buon Ristorante  
Un nuevo concepto en Desayunos y Comidas Italianas!

- Filete de res bañado con crema de vino tinto y romero, acompañado de risotto de cremona.
- Canelones de ricota con espinaca, bañado con salsa cardenal.
- Paninis con la mejor experiencia italiana.
- Pastas artesanales
- Pan del campo hecho en casa.

Abierto de Lunes a Sábado de 8:00 a.m. a 11:00 p.m.  
Blvd. Gustavo Salinas #10755 Local 1 Col. Aviación, Centro Comercial Conquistador, Tijuana, B.C.  
Visítanos en: [www.loulourestobar.com](http://www.loulourestobar.com)  
Tel. (664) 380-4932

**Lou Lou**  
Resto Bar

Salmón en salsa de jengibre y anís

**¿Qué esferas?**

¡TUS REGALOS YA ESTÁN EN EL ÁRBOL!

**Santa llegó a Ruba**  
y en cada esfera dejó una sorpresa para ti.

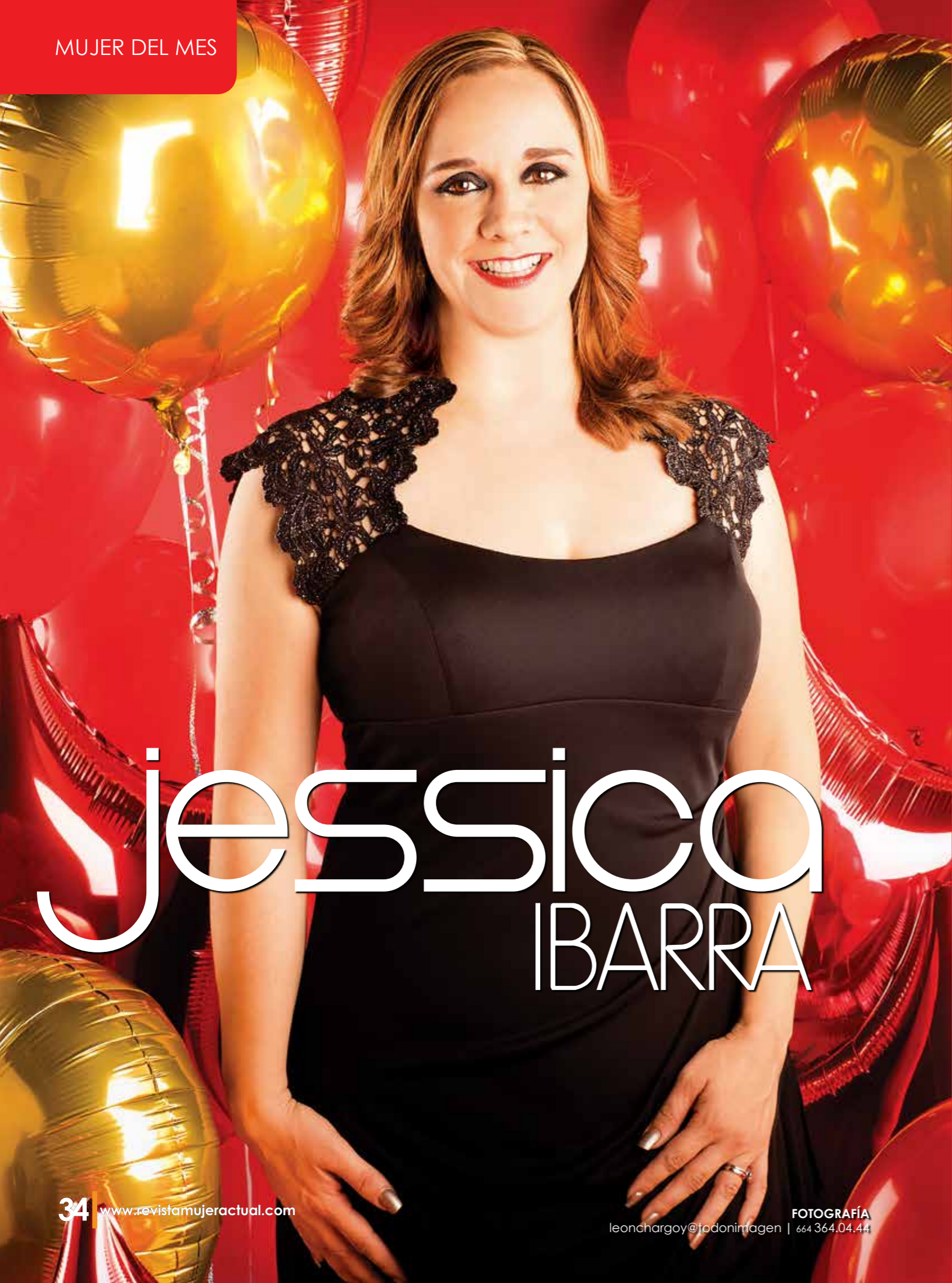
**Residencial VERONA**

**Antes de comprar ¡Compara!**

[Twitter](#) [Facebook](#) • 478 81 00 • [residencialverona.com](http://residencialverona.com)

**ruba**  
Llegaste a casa





# jessica IBARRA

## una mujer de retos y determinación...

POR MÓNICA MÁRQUEZ Y YAN GONZÁLEZ

**S**iempre dinámica y emprendedora Jessica Ibarra Ramonet, directora del CETYS Universidad, es una mujer que ha sabido salir adelante en cada uno de los retos que la vida le ha presentado; siempre demandante y crítica ante lo que sucede a su alrededor, además de ser constante y muy determinante en la búsqueda de la mejora continua en todos los ámbitos.

Madre de dos hijos, esposa y profesionalista, siempre ha sabido combinar perfectamente cada uno de sus roles sin descuidar ninguno.

Desde 1999 se integró a CETYS Universidad en el área de Desarrollo y Promoción, aunque desde 1991 Jessica ya era parte de la institución debido a que ahí cursó sus estudios superiores.

Para conocer mejor a Jessica Ibarra Ramonet, Mujer Actual sostuvo una charla con ella.

### ¿CÓMO INICIÓ SU TRAYECTORIA DENTRO DEL AMBIENTE ACADÉMICO?

Hace casi 15 años inicié laborando en CETYS Universidad en un área que me apasiona hasta la fecha: Promoción Académica, ahí tuve la oportunidad de dar a conocer a los futuros estudiantes y sus padres, la manera en la que CETYS había cambiado mi vida, lo que significaba haber pasado por las aulas de esta gran institución. Poco a poco fui creciendo profesionalmente, colaboré en distintos proyectos relevantes, siempre enfocada al logro de metas. Mis áreas poco a poco se iban consolidando, llegué a tener responsabilidades a nivel estatal, todas en el área administrativa, de optimización de recursos, capital humano, procesos y medición de indicadores, hasta que hace 3 años el Rector, Dr. Fernando León García, me invitó a colaborar como Directora del Campus Tijuana, sin duda, un gran reto para mí que siendo tan joven debía tomar las riendas del CETYS.

### ¿CUÁL HA SIDO SU MAYOR RETO COMO MUJER AL REPRESENTAR UNA INSTITUCIÓN COMO LO ES CETYS UNIVERSIDAD?

La verdad, mis retos son los que cualquier persona con esta responsabilidad tendría, yo no me siento con más retos por ser mujer. Creo que mis funciones y responsabilidades están muy claras y todos los días trabajo con un maravilloso equipo por el logro de estas metas y por todos los días HACER + CETYS.

### ¿CUÁL ES LA MISIÓN DE CETYS UNIVERSIDAD Y QUÉ SIGNIFICA PARA USTED?

La Misión de CETYS es "contribuir a la formación de personas con la capacidad moral e intelectual necesarias para participar en forma importante en el mejoramiento económico, social y cultural del país, promoviendo sistemáticamente: La formación del carácter, la formación cultural general y la formación científica". Imagínate lo que todo esto conlleva... estamos formando seres humanos, antes que ingenieros, que administradores o psicólogos, por eso el rol que jugamos los maestros y administradores es vital. Los jóvenes aquí aprenden a tomar mejores decisiones.

**¿QUÉ OPINA DE LA REFORMA EDUCATIVA?**  
Desde una perspectiva muy personal, estoy a favor de todo lo que signifique

“Quiero seguir aportando lo mejor de mí en los diferentes roles que desempeño y dejar huella en todos los proyectos que emprendo, pero especialmente en mi rol de mamá, quiero seguir disfrutando el crecimiento y desarrollo de mis hijos en un marco de unión familiar...”

mejorar la calidad educativa en todos los niveles. Pero no se necesitan cambios superficiales, son cambios sustanciales los que requiere el Sistema Educativo Mexicano. Si para ello deben todos los docentes estar sujetos a una evaluación, a criterios específicos para determinar el ingreso, la promoción o el reconocimiento, si para lograr mejorar el nivel educativo de nuestro país tenemos que aumentar las horas de enseñanza, pues invitaría a pensar menos en los intereses individuales o de grupos y pensar más en que mejorar la educación es la mejor inversión de recursos y tiempo que podemos hacer.

### SE DICE QUE EN NUESTRA SOCIEDAD SE HA CONVERTIDO EN UNA SOCIEDAD DEL CONOCIMIENTO, EN LA QUE LA ÚNICA CONSTANTE ES QUE SIEMPRE DEBEMOS ESTAR APRENDIENDO. ¿CÓMO ENSEÑARLES A LOS JÓVENES A DESENVOLVERSE EN EL ÁMBITO PROFESIONAL?

En CETYS Universidad, nuestros estudiantes empiezan desde los primeros 35 semestres a desarrollar su espíritu emprendedor, sus habilidades informativas y saber qué hacer con la información, a introducirse en el mercado laboral y proponer soluciones a problemas reales, los impulsamos a ser ciudadanos globales, multiculturales, a ampliar su visión, los



## MUJER DEL MES

enseñamos a tomar buenas decisiones, a responsabilizarse de sus actos, impulsamos su creatividad y los animamos a buscar y aprovechar las mejores oportunidades... todo ello los lleva a mantenerse en un ambiente de aprendizaje continuo, el cual les inculcamos, como institución educativa.

### ¿CON QUÉ SUEÑA JESSICA IBARRA RAMONET?

En el ámbito personal, con ver a mis hijos felices, siendo personas de bien y cumpliendo sus grandes anhelos. En el ámbito profesional, sueño con un CETYS cada vez más consolidado y apegado a los estándares de calidad de cualquier universidad del mundo y eso es algo que vamos logrando día con día.

### ¿A QUIÉN ADMIRA?

A mis padres, isin lugar a duda!

### ¿CUÁLES SON SUS METAS Y ASPIRACIONES COMO MUJER?

Continuar creciendo en todos los ámbitos

y aprendiendo todos los días las distintas maneras de relacionarme con las personas, me encanta interactuar con mis compañeros, colaboradores, estudiantes, padres de familia, egresados y empresarios. Quiero seguir aportando lo mejor de mí en los diferentes roles que desempeño y dejar huella en todos los proyectos que emprendo, pero especialmente en mi rol de mamá, quiero seguir disfrutando el crecimiento y desarrollo de mis hijos en un marco de unión familiar.

### ¿QUÉ RECOMENDACIÓN LE DA A LAS MUJERES QUE DESEMPEÑAN DIFERENTES ROLES?

Que no vean como complicada esta vida, todo es cuestión de una buena administración de tu tiempo, de planear y organizar tus actividades de tal manera que cada una de ellas, las disfrutes al máximo. Que se animen a desarrollarse profesionalmente, se involucren en las tareas escolares de sus hijos, conozcan a sus amigos, impulsen el deporte y el arte, en fin... que nos animemos a aportar nuestro talento para el desarrollo de nuestra ciudad, nuestro estado y nuestro país.

## JESSICA IBARRA RAMONET

### ■ LIBRO FAVORITO:

La Cabaña de Paul Young

■ **MÚSICA FAVORITA:** Me encanta la música romántica ochentera y pop en general.

■ **MAYOR FORTALEZA:** Pasión por lo que hago

■ **MAYOR DEBILIDAD:** Soy muy emocional

■ **ARTÍCULO MÁS INDISPENSABLE:** Aunque quisiera negarlo, mi iphone...

■ **FRASE FAVORITA:** "Elige un trabajo que te guste y no tendrás que trabajar ni un día de tu vida" de Confucio.

Claro, lo digo y parece fácil, pero sin el apoyo de una red familiar como la que afortunadamente tengo, nada de esto es tan sencillo, el contar con el apoyo total de mi esposo, la ayuda incondicional de mis padres y el soporte que te brinda el tener a los 4 abuelos de mis hijos al pendiente, es algo que todos los días agradezco a Dios.



**EL GRILL**  
steakhouse | raw bar

Si decimos que tenemos la mejor calidad en Carne y Pescado fresco

*¡Es porque la tenemos!*

Tel. 01 (664) 681 7677 y 79  
[www.elgrill-steakhouse.com](http://www.elgrill-steakhouse.com)

Escuadrón 201 #3110 local 3 y 4 Col. Aviación, Tijuana B.C.



- CORTES
- SECADO
- PLANCHADO
- ONDAS
- RAYOS
- TINTE COMPLETO
- TRATAMIENTOS
- CAMBIO DE ESMALTE MANOS O PIES
- DEPILACIÓN
- TRANSPARENCIAS
- KERATINA
- UNAS ACRÍLICAS
- PEINADOS
- PESTAÑAS
- MAQUILLAJE
- TRATAMIENTO DE CABELLO JAPONES
- MAQUILLAJE
- EXTENSIONES
- CORTES PARA CABALLERO
- MANICURE
- PEDICURE
- BRAZILIAN BLOW OUT
- GELISH Y STRUCTURE

- ▶ Manicure y Pedicure \$300 pesos
- ▶ Manicure y Gelish \$300 pesos
- ▶ Pedicure y Gelish \$350 pesos
- ▶ Pedicure Spa \$300 pesos
- ▶ Gelish manos y pies \$360 pesos
- ▶ Manicure, Pedicure y Gelish \$450 pesos
- ▶ Manicure, Pedicure Gelish manos y pies \$630 pesos

**dry express**

DryExpressTijuana

PLAZA CONQUISTADOR  
Blvd. Agua Caliente 10750 Interior 44  
Col. Aviación • Tijuana B.C. México **664.681.8698**

Cubiertas de granito para cocina y baño

Pregunte por nuestras promociones

Mejoramos cualquier presupuesto por escrito **GARANTIZADO**

Confiamos con extenso surtido en estilos y colores de granito

**econo-granito**

Granito instalado desde \$18 Dlls. P2

Placas desde \$350 Dlls

Exhibición  
Blvd. Cuauhtémoc Sur 7104  
(Antes Carr. Libre Tijuana - Rosarito Km. 8)  
Col. Maestros

Al mejor precio del mercado **COMPRÉBELO.**

Precio especial a procesadores  
Llámenos presupuestos **GRATIS** a domicilio.

Tel. (664) 622 8548 / Nextel. 152\*15\*20091



**SINATRA'S**  
PIANO CLUB

Lunes a Sábados de **5 pm a 2 am**  
Cerrado los Domingos.  
Música Piano en VIVO, acompañado de una voz diferente cada día.

Plaza Lincoln, Paseo de los héroes 10231 Local 102 y 103, Tijuana, B.C., México, Reservas (664) 634 3999

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



# LA MARCA DE TU NEGOCIO ACTIVO INTANGIBLE DE VALOR

El tener una marca bien registrada representa una ventaja competitiva contra aquellos que ofrecen los mismos productos o servicios, ya que se trata de un activo intangible que llega a superar el valor de la propia empresa

POR EDUARDO BARAJAS

Una marca es todo signo visible que identifica y distingue productos o servicios de otros de la misma especie en el mercado, puede ser una palabra, un símbolo, la combinación de palabras con di-

seños, incluso, la forma original de presentación de un producto o servicio como son los envases de perfumes, empaques distintivos de ciertos productos e, incluso, la originalidad de la estructura física de un negocio. Nuestra legislación sólo contempla la protección de marcas visibles, pero existen países en las que sus leyes reconocen y protegen marcas sonoras, olfativas y en otros ya se estu-

dia la posibilidad de proteger marcas gustativas.

La decisión de algunos empresarios en registrar una marca, en la mayoría de los casos es para evitar que alguien más la registre y lograr la exclusividad sobre la misma, pero en verdad existen muchos beneficios que se pueden lograr al registrar la marca previendo aspectos importantes, incluso, no sólo se pierden de



Una marca es todo signo visible que identifica y distingue productos o servicios de otros de la misma especie en el mercado, puede ser una palabra o un símbolo

estos beneficios, sino que en la mayoría de los casos realizan sus registros de tal forma que resultan deficientes, dando como resultado el que puedan perder sus marcas en cualquier momento, pues estos registros se encuentran viciados desde su inicio, lo que los hace susceptibles de poder ser anulados o caducados si algún interesado se lo propone.

El tener una marca bien registrada representa una ventaja competitiva contra aquellos que ofrecen los mismos productos o servicios, ya que se trata de un activo intangible que llega a superar el valor de la propia empresa, es por ello que al registrar la marca se debe tomar en cuenta varios aspectos desde el punto de vista legal, fiscal y comercial, muy importantes para alcanzar una efectiva protección y obtener los beneficios que ofrece una marca registrada, como pueden ser, por mencionar algunos: amortizar el valor que tenga en libros de la empresa en base a un avalúo previo; obtener créditos, pues tiene un valor real que servirá para garantizar el mismo; bajar fondos de gobierno disponibles en relación con su negocio; obtener ingresos derivados de la autorización del uso y explotación de la marca; operar bajo el esquema de franquicia, siendo el primer requisito contar con la marca registrada.

Actualmente, el mayor porcentaje de las utilidades de muchas empresas provienen de la autorización para la explotación comercial de su Propiedad Intelectual (marcas, patentes, secretos industriales y comerciales, derechos de autor, etc.), dejando el menor porcentaje a la venta del producto o servicio con el que iniciaron su negocio, y esto se debe a la visión y el asesoramiento que tuvieron para invertir en la protección y desarrollo de sus marcas con un enfoque empresarial, cuidando los aspectos legales, fiscales, comerciales y sobre todo los de explotación, pues es de donde provienen las utilidades, es por ello la pregunta... ¿CUÁNTO VALE TU MARCA?

Dentro de su empresa, como en muchas otras, existen varios activos intangibles como son las marcas, patentes, sistemas, procesos, secretos industriales y comerciales, derechos de autor e, incluso, los mismos recursos humanos, todo esto le da ventajas competitivas a su empresa, por lo que se recomienda hacer una auditoría de Propiedad Intelectual para identificar todos los elementos que deben protegerse fijando las estrategias legales, fiscales y comerciales de explotación para una completa y efectiva protección de los mismos.

\* El autor es abogado especialista en protección y explotación de marcas, titular del despacho Barajas & Asociados, abogados especialistas en Propiedad Intelectual; gerente jurídico del periódico EL Mexicano Gran Diario Regional; asesor de diversas incubadoras de negocios y organismos empresariales como la CANIRAC. eduardo@barajasyasociados.com

	<p><b>IKON</b> BONO DE \$21,000 18 MESES SIN INTERESES*</p>
	<p><b>FOCUS</b> BONO DE \$32,100 18 MESES SIN INTERESES*</p>
	<p><b>ESCAPE</b> BONO DE \$24,300</p>
	<p><b>EXPLORER</b> BONO DE \$15,000</p>
	<p><b>EXPEDITION</b> BONO DE \$76,000</p>

**+ Apertura de crédito GRATIS en todas las líneas**  
**+ Tasa más baja del mercado**  
**+ Atractivos bonos de descuento**  
**+ Planes desde 10% de enganche**  
**+ 20% de descuento en el Seguro con Ford Insure**

Tijuana 664.682.7000  
Cotiza en línea visita [fordbc.mx](http://fordbc.mx)

femaAUTOMOTRIZ

\* El incentivo puede sufrir cambios sin previo aviso para más detalles visitarnos en [www.fordbc.mx](http://www.fordbc.mx) o llama tu concesionario más cercano. 18 meses sin intereses con 35% de enganche modelos 2013. Esta imagen es de uso ilustrativo. Vigencia hasta el 31 de Diciembre de 2013.



# CYNTHIA & SARA, CREADORAS DE TEA SPOT

POR YAN GONZÁLEZ

**H**oy y siempre, las mujeres se han distinguido por ser emprendedoras de proyectos y grandes soñadoras, su perseverancia es tal que logran convertir sus anhelos en realidad, tal es el caso de Cynthia y Sara, dos mujeres emprendedoras y creadoras de TEA SPOT.

Cynthia Esparza, joven tijuanaense,

egresó de la Universidad Iberoamericana Tijuana con la licenciatura en Comunicación; conoció a Sara en Tijuana Innovadora y nunca se imaginó que esa amistad las llevaría a crear lo que hoy en día es la boutique de tés más reconocida de la ciudad.

“Estábamos en el área de camerinos y éramos un grupo de cinco niñas; Sara y yo tuvimos súper buena química, todas trabajábamos juntas, y pues ahí nos conocimos”, relató Cynthia.

FOTOGRAFÍA YAN GONZÁLEZ



Por otra parte se encuentra Sara Hernández, quien al igual que Cynthia, logró convertir uno de sus mayores anhelos en realidad. Sara Hernández es una joven tijuanaense egresada de Cety's Universidad de la licenciatura en Mercadotecnia.

“Tenía la idea de trabajar en mercadotecnia en algún lugar, pero siempre dentro de mí, existió la posibilidad de que quería tener o un restaurante, deli, café o algo por estilo. Y por otra parte, siempre me gustó trabajar en la realización de eventos, o sea, me quería especializar en eso, y empecé a trabajar en eso en Tijuana Innovadora, pero como es lo mismo, ya era algo que no me encantaba”, expresó Sara.

## CYNTHIA & SARA EN TEA SPOT

Toda empresa comienza como un proyecto a futuro, lo que Cynthia y Sara nunca se imaginaron que podrían lograr materializarla en tan poco tiempo, y con apenas 23 años y 26 años de edad.

“A mí me gusta mucho el té; entonces, mientras viví en la Ciudad de México, todos los días tomaba té; llegué a Tijuana y platicando con Sara me dijo: ¡Ay, yo también quiero poner un lugar de tés!, y dijimos pues ¿por qué no lo hacemos juntas?”, compartió Cynthia.

Cynthia quería que se llamara teapot (tetera), pero entre charlas y una lluvia de ideas con Sara, surgió el nombre de TEA SPOT; ambas trabajaron en conjunto con un equipo de diseño para la decoración del lugar, la cual tiene una ambientación vintage con un toque moderno, esto con la finalidad de brindarles comodidad a las personas que gustan del té, además de quitar ese cliché que la mayoría tiene sobre éste.

“Queremos que la gente cambie su mentalidad sobre el té. Aquí en México pensamos que el té es medicina, y pues no, nosotros queremos que vean que hay otro lado del té, que también está divertido, sabe rico; que no te acuerdes una taza de té a cuando estás enfermo, o sea, que te acuerdes algo padre”, mencionó Cynthia.

La creación del proyecto duró dos años, durante los cuales asistieron con una incubadora de empresas, pero no veían los resultados que ellas querían, por lo tanto se vieron en la necesidad de empezar por su



“Me gustaría ser de las empresarias jóvenes más exitosas de México...”

Cynthia



“Siempre he pensado que nunca debes de dejar de estudiar, es algo que mis padres me han inculcado, siempre te tienes que estar actualizando...”

Sara

La experiencia de Cynthia y Sara durante la realización de Tea Spot fue muy difícil, debido a diversos factores, entre ellos el dinero.

“Tocamos mil puertas; mandamos nuestro proyecto a un concurso, nos dijeron es una porquería tu proyecto, lloramos las dos en el teléfono, y le pregunté a Sara ¿estás segura que lo vamos a hacer? Ella respondió ¡Sí!, y al siguiente día nos limpiamos las lágrimas y seguimos trabajando; sí nos ha costado, pero es un regocijo y logro súper grande, que a la vez exige mucho... yo estoy súper enamorada del negocio, como las mamás de un bebé, así estoy enamorada de Tea Spot”, compartió Cynthia.

Por otro lado, la experiencia que ha tenido Sara ha sido muy reconfortante y de miedo a la vez. “Físicamente es la cosa más cansada del mundo, es algo que nadie te dice, nadie te platica... si quieres echar a andar un negocio tienes que estar ahí, es muy cansado, pero por el otro lado, que el cliente te diga que le gusta, que está súper rico y diferente, y que no hay otro lugar, ese tipo de cosas a nosotras nos encanta escuchar, son cosas muy gratificantes”, compartió Sara.

## SIEMPRE INNOVANDO

Cynthia y Sara llevan dos exposiciones en las cuales han hecho la presentación de Tea Spot, además han acudido a pláticas para innovarse en el mercado, esto con la finalidad de brindarles un mejor producto y servicio a sus clientes.

Además de la venta de té preparado, también cuentan con todos los accesorios para la realización de té, entre ellos filtros, teteras y una extensa variedad de 40 tés, los cuales podrás escoger a tu gusto. También cuentan con servicio de barras de té para eventos.

La principal meta de Sara es que Tea Spot se convierta en franquicia, y la de Cynthia es ser de las empresarias jóvenes más exitosas de México.

Sara y Cynthia en conjunto hacen una buena mancuerna de trabajo, ya que además de dedicarse a la venta de té también hacen la elaboración de 10 de éstos, a los cuales le dan una explosión frutal riquísima y son la especialidad de la casa.



# Dr. Oscar León

## LOGRA EL MILAGRO DE LA VIDA

POR YAN GONZÁLEZ

**E**l Dr. Oscar León es uno de los médicos más reconocidos de la región, debido a su intachable ética, dedicación y pasión por ayudar a los matrimonios que por diversas razones no logran cumplir su sueño: darle vida a otro ser, esto, sin duda, lo convierte en el hombre emprendedor de este mes.

El Dr. Oscar Javier León Martínez es originario de esta ciudad, es el segundo de tres hijos, sobrino bisnieto del dr. Belisario Domínguez y es el tercer médico en su familia. Estudió Medicina en la UABC, campus Tijuana; después de concluir su internado y servicio, se trasladó a la Ciudad de México para especializarse en Ginecología y Obstetricia en el Instituto Nacional de Perinatología (INPer). Posteriormente decidió estudiar una segunda especialidad en Medicina Perinatal o Perinatología; más tarde, estudió una tercera especialidad en Biología de la Reproducción, ambas en el Hospital Ángeles del Pedregal.



### DR. OSCAR LEÓN

■ **LIBRO FAVORITO:**

El Padrino.

■ **MÚSICA FAVORITA:**

Regional y Rock.

■ **MAYOR FORTALEZA:** dedicación, carácter, orden, y honestidad y/o franqueza.

■ **MAYOR DEBILIDAD:** Sensibilidad

■ **ARTÍCULO MÁS INDISPENSABLE:**

lentes de sol y celular.

■ **FRASE FAVORITA:** "Nunca hay una segunda oportunidad para una primera impresión".

### SUS LOGROS

Sin duda, los mayores logros que ha tenido el Dr. Oscar León han sido fundar la clínica de reproducción asistida de Baja California, (IECH de B.C.), donde miles de mujeres acuden a hacerse tratamientos para concebir a un nuevo ser y formar junto a su esposa a una familia de tres trillizos: Vanessa, Cinthya y Oscar Javier.

"Cada vez que tengo ante mí a una familia con un bebé logrado con mi esfuerzo ya sea porque no podían embarazarse o que se embarazaban y no lograban llevar a término ningún hijo es simplemente lo máximo, ver las expresiones de amor hacia ese nuevo ser y de agradecimiento hacia nosotros, sinceramente es indescriptible".

"He logrado salir adelante en mi trabajo, haciendo lo correcto y éticamente, gracias a la influencia y educación de mis padres, y así como yo lo he ido logrando quiero que mis hijos tengan esa oportunidad, por eso trato de inculcarles las cosas buenas y nobles, para que después se sientan satisfechos como yo hasta ahora; realmente aspiraciones económicas no las tengo mucho que digamos, yo recuerdo que uno de mis maestros en la especialidad me comentó que trabajara como si no necesitara el dinero, y eso he tratado de hacer y gracias a Dios no estoy en abundancia pero hasta hoy he mantenido a mi familia con lo necesario; y así como a mí me lo aconsejaron yo lo recomiendo igual a mis colegas o gente que se acerca a mí por algún consejo profesional. Mi idea de "bien vivir como ser humano" es ser recordado con cariño, afecto y respeto y si se puede admiración", afirmó.

En 1996, regresó a Tijuana siendo el primer biólogo de la reproducción, es decir, el primer especialista en esterilidad y reproducción humana y a partir de ahí se ha desempeñado como médico particular, mismo que hasta el día de hoy le ha dado reconocimiento a nivel internacional.

Durante siete años, el Dr. León fue médico adscrito al ISSSTECALI, Tijuana; y en 1999 decidió fundar y dirigir el Instituto para el Estudio de la Concepción Humana de Baja California (IECH de BC), un proyecto que ha sido muy fructífero, pues ha presenciado la felicidad de matrimonios que ya no tenían ninguna esperanza de concebir a un nuevo ser; sin embargo, él día con día se esmera por devolverles la sonrisa y esperanza.

"Disfruto ayudando a la gente y más cuando logro que sean papás, eso es enormemente gratificante; al hacer una fertilización In Vitro es como poner un bollito en el horno y 9 meses después sacas un pastelito hermoso", aseguró.

### LA ELECCIÓN CORRECTA

"Desde que tengo uso de razón, siempre deseé ser doctor... cuando preguntaban ¿qué quieres ser de grande? yo siempre respondía: idoctor! Esa fue una de mis metas principales y lo logré. Siempre he alcanzado lo que me propongo; al terminar mi carrera me atrajo la especialidad de ginecología, ya que era una especialidad clínica y quirúrgica a la vez. Nunca ha existido para mí otra carrera que no sea medicina, no me visualizaba haciendo ninguna otra cosa.

"Desde que ejerzo mis especialidades, para mí, mi trabajo es un pa-

“Disfruto ayudando a la gente y más cuando logro que sean papás, eso es enormemente gratificante; al hacer una fertilización In Vitro es como poner un bollito en el horno y 9 meses después sacas un pastelito hermoso”

satiempo y me divierto haciéndolo, (entiéndase como diversión que no es una carga hacerlo y no que no lo hago seriamente)", platicó el Dr. León.

Una característica peculiar que lo distingue es su sencillez y pasión por su labor, y eso se ve plasmado en el servicio de calidad que reciben las personas que acuden a su clínica.

"Una de mis principales metas como ser humano es servir a la gente y ser recordado por mi trabajo y sentido humano que le trato de imprimir a todo lo que hago; en mi área de reproducción asistida es muy gratificante que las parejas me digan que gracias a mí tienen su hijo/hija o hijos/hijas porque a veces salen más de uno", aseguró.





# DESAYUNADOR SALESIANO DEL PADRE CHAVA

*“Dar de comer al hambriento...”*

POR MÓNICA MÁRQUEZ

**B**ien dicta un mandamiento de la iglesia católica: “Dar de comer al hambriento”, y que difícil resulta, mas no imposible, cuando hay tanta gente en la calle deambulando por diversas circunstancias, entre ellas porque fue deportada de E.U. y dejó a su familia allá. Por fortuna, existen organismos como el Desayunador Salesiano del Padre Chava que calma el hambre de cientos de personas diariamente.

El Desayunador Salesiano del Padre Chava inició el 30 de enero de 1999 a cargo del padre Salvador Gómez Gutiérrez y un grupo de señoras; arrancó siendo un desayuno sólo para 17 personas, literalmente de “manteles largos”, a gente que deambulaba o que era migrante, platicó el padre Ernesto Hernández, director del desayunador.

En ese tiempo, tenían una oficina en la calle Madero, donde se acercaban las personas a pedir ayuda. En el segundo desayuno semanal fueron más de 40 personas y así poco a poco se fue multiplicando hasta llegar a una gran fila de migrantes, añadió, que se puede apreciar mientras se circula al final de la Vía Internacional.

Mencionó que el padre Chava, como

todos lo conocían, era el impulsor del Proyecto Salesiano, por lo que siempre trabajó en pro de los sectores más vulnerables. Un día, fue con el doctor y le diagnosticó un cáncer muy avanzado con un pronóstico de tres meses de vida máximo; él, más que descansar, pensó en toda la gente que veía diariamente moviéndose de un punto a otro de la ciudad, por lo que decidió dedicar sus últimos días a este gran proyecto del desayunador.

## DESAYUNOS DIARIOS

Diariamente, el Desayunador Salesiano del Padre Chava ofrece 1200 desayunos bien servidos, pues para muchos es el único alimento sólido que comen durante el día.

“Tenemos una serie de reglas que vamos marcando y que ellos deben ir habituándose... esto los va educando a injertarse en el mundo social, donde no se fuma ni tabaco, entras y te lavas las manos, te formas, te pones a comer donde te tocó y se dan procesos de interacción muy bonitos y ellos después de comer llevan sus platos a un área especial”, platicó.

Para acceder al desayunador, dijo el religioso, los “requisitos” son tener hambre y respeto a sí mismos, es decir, que busquen salir adelante y no llegar bajo los influjos del alcohol ni drogados.

Para muchos este momento es su oasis, es el momento en que se sien-

## GRAN LABOR

- De lunes a sábado ofrecen desayunos gratuitos a cerca de 1,200 personas diariamente.
- El domingo por la tarde, ofrecen comida y realizan algunas actividades de tipo religioso.
- Cuentan con un albergue temporal con capacidad para 50 personas.

## SI DESEAS AYUDAR...

- Las personas que estén interesadas en apoyar al Desayunador Salesiano del Padre Chava pueden comunicarse al teléfono 688-27-90, o bien, acudir a Av. Melchor Ocampo #700, Zona Centro.

tan a comer y se sienten realmente personas, porque ese es el objetivo, que se sientan personas, puntualizó.

Preparar comida todos los días para 1,200 personas implica horas de trabajo y apoyo de la comunidad en general, pues es gracias a donativos en especie y en efectivo que este desayunador puede continuar con su labor.

“Aquí aceptamos desde un par de manos con un corazón hermoso con ganas de ayudar a los demás, pues para realizar el servicio todas las mañanas requerimos un equipo aproximado de 40 personas voluntarias, quienes son la grande riqueza, el voluntariado.

“Damos de desayunar todos los días porque “Dios provee” a través de distintos apoyos de la ciudadanía tanto tijuanaense como de Estados Unidos, donde a través de sus donativos: un kilito de arroz, un costal de frijoles... todo eso se va sumando; también hay personas que se comprometen, como locatarios del mercado de abastos y diversos grupos que apadrinan una vez al mes el alimento, que pueden ser desde instituciones educativas hasta algunas empresas, asociaciones y grupos de vecinos.

“El 95% de la gente que se atiende es migrante; de ese 95%, más del 80% es repatriado o deportado; también ha aumentado un 65% las deportaciones de personas que tenían más de 5 años viviendo en E.U. y es la que no se puede mover de la frontera porque allá está su familia”, platicó en padre Ernesto.

## DIGNIFICAN A MIGRANTES

Además de dar el desayuno diariamente, ofrecen otros servicios más distribuidos en distintas áreas, una de ellas es la de dignificación, donde el principal objetivo es que la persona se vea y se sienta bien, para ello hay regaderas para que se aseen, se les da ropa limpia y en ocasiones hay campañas de corte de cabello, explicó el padre Ernesto.

También cuentan con un área de apoyo médico, donde hay algunas asesorías médicas, así como un dispensario continuo y la orientación para que las personas puedan acceder a diversos programas de asistencia médica, añadió, desde el Seguro Popular hasta campañas oftalmológicas o de vacunación.

“En ocasiones, vienen aquí a aplicar las vacunas, porque los que vienen aquí no tienen acceso a un hospital y



dre Chave no sólo se preocupan por darles de comer sino también por ayudarlos a ponerse en contacto con sus familiares, para ello cuentan con el área de vinculación, donde establecen lazos de comunicación con sus familiares, ya sea realizando llamadas de larga distancia, o bien, por vía electrónica, pues aquí llegan personas no sólo que fueron deportadas sino que perdieron los datos de contacto por diversas causas, explicó.

Dijo que su labor aquí no termina, pues también manejan el área de retorno a casa donde a través de diversos programas buscan apoyos para que regresen a sus hogares ya sea de manera gratuita o mediante descuentos en los autobuses y apoyo de familiares.

Mientras la persona logra regresar con su familia, está recién deportada, o bien, es deportada y está por establecerse en un trabajo, puede quedarse en el albergue temporal, que es otra de las áreas que manejan; éste tiene una capacidad para 50 personas, sólo varones mayores de edad.

aunque son gratuitas muchas veces a ellos por su presentación no los dejan entrar y, por ende, no van a tener esa vacuna que es preventiva para todo mundo y este tipo de personas por su situación tan vulnerable debe ser prioritaria, porque ellos son los más propensos a enfermarse y como andan caminando de un lado a otro, también son propensos a ser punto de contagio”, advirtió.

## ESTABLECEN LAZOS CON LA FAMILIA

En el Desayunador Salesiano del Pa-

**Spannika**  
Soluciones en Seguros

Por eso SPANNIKA SEGUROS esta a tu lado para asesorarte en la mejor opción para proteger lo más importante:

**TU SALUD, TU VIDA Y LA DE TU FAMILIA...**

**“LA VIDA ES MUY FRÁGIL”**

Bupa GNP SEGUROS

Llámanos para concertar una cita y ofrecerte la mejor opción de acuerdo a tus necesidades.

SPANNIKA SEGUROS  
oficina de atención a clientes en Hospital Angeles de Tijuana PB

Rrr@spannika.com  
TEL 664 635 18 72 CEL 664 252 61 92



# MYSTERIES OF THE UNSEEN WORLD: UN MUNDO PRESENTE MÁS NO VISIBLE

POR ALEJANDRA ENCISO

El ojo humano tiene grandes alcances, sin embargo, hay varias cosas que no logra percibir ya sea porque las dimensiones son muy pequeñas, la velocidad es muy rápida... muy lenta, o de plano, el objeto en cuestión es invisible y el ojo no lo capta.

Esto y más abarca la película para IMAX titulada 'Mysteries of the Unseen World' (Los misterios del mundo inadvertido), narrada por el actor Forest Whitaker, este proyecto está a cargo de National Geographic Entertainment y Days End Pictures.

Una película 'cardiaca' pero apta para toda la familia que se estará exhibiendo en el domo Eugene Heikoff and Marilyn Jacobs Heikoff dentro del museo Fleet, ubicado en el parque Balboa de San Diego. El museo tendrá una exposición de lo 'no visto' como complemento del largometraje.

La dirección es de Louie Schwartzberg originario de San Diego, que ahora radica en Los Ángeles. Curiosamente después de 35 años, logra exhibir su primera película en la ciudad que lo vio nacer.

El 'chiste' de estos misterios fue captado gracias a una fotografía especial de gran velocidad. También se utilizaron electrones microscópicos y hasta nanotecnología para llevar al público hacia el mundo secreto de la naturaleza y fenómenos que dejan sin aliento precisamente, por ser invisibles al ojo en crudo. Llega a ser una experiencia que va desde lo bizarro hasta lo hermoso, pues podremos ver los organismos que habitan en nuestro cuerpo y piel, lo que flota en el aire cuando se percibe tras el reflejo de una lámpara, hasta cómo se ve el agua al caer o bueno, al botar en el suelo...



Aquí dividimos en ejemplos los diferentes episodios que cubren los 40 minutos de esta película.

### LO INVISIBLE

Sólo tenemos la habilidad de percibir una fracción de los millones de ondas que pasan por el amplio espectro electromagnético. La película muestra cómo se percibiría si el ojo humano pudiera captar como una radiografía o con visión infrarroja como los mosquitos, o cómo es que las abejas perciben la luz ultravioleta...

### DEMASIADO LENTO

Nos presenta cómo es que una planta crece o un botón florece gracias a la luz del sol. ¿Cómo se forman los hongos? Aquí si vas a tener la habilidad para 'ver' la respuesta.

### DEMASIADO RÁPIDO

En este tipo es al contrario, debido a la tecnología de la 'cámara lenta' es que se pueden captar imágenes que son demasiado rápidas en la naturaleza para la percepción humana. Cómo corre una lagartija sobre el agua, cómo truenan los granos de maíz para convertirse en palomitas, cómo pega un rayo en la tierra cuando cae del cielo o cómo sale el rayo del cielo?

### DEMASIADO PEQUEÑO

¿Cuántos organismos crees que habitan en el cuerpo humano? ¿De qué se conforman las alas de una mariposa? ¿Las telarañas? ¿Cómo se ve una pulga en el pelo de un gato? Puede parecer asqueroso, pero la verdad es que nos lleva a un mundo más allá...mucho más allá de lo que conocemos a 'simple vista', y lo más curioso es que es el mundo que está en nuestro día a día.

Los cineastas responsables de hacer Mysteries of the Unseen World trabajaron con una compañía de animación 3-D médica para poder distinguir la escala atómica de la nanotecnología y sus posibles alcances. De esa manera pudieron captar cómo una araña tiende su red, el material sedoso que la conforma y hasta las bacterias que habitan en una telaraña.

Además de divertida la película, es una experiencia educativa altamente recomendable para compartirla en familia. No todos los días 'se ven las mismas cosas' y este proyecto es prueba de ello.

Se estará exhibiendo hasta el 8 de diciembre. Para mayor información favor de consultar: <http://www.rhfleet.org/>



SHAPE YOUR LEGS THE FUTBOL WAY

FUTBOLEGS FITNESS PROGRAM | THE FUTBOL FACTORY

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

FOLLOW US Join us at [thefutbolfactory.us](http://thefutbolfactory.us)

Fundraisers | Birthday Parties | Team Parties

Inflatable Jumping Arenas

Jump and Rock brings a new twist to the traditional bouncy house birthday party. Set in a night-club style environment, kids and adults alike are motivated to jump as well as dance to the music playing through the club-grade sound system with the latest lighting equipment and state-of-the-art inflatables, Jumping and Rocking all the way!

**\$200 DLLS DE DESCUENTO EN EL PAQUETE OOLIE MEGA DE \$550 A \$350 DLLS**  
APLICA 15 DICIEMBRE AL 15 DE ENERO 2014.

[www.JUMPandROCK.com](http://www.JUMPandROCK.com) visit us @ [www.facebook.com/jumpandrock](http://www.facebook.com/jumpandrock)

861 Harold Place Suite 201, Chula Vista CA. 91914 | Phone: 619.623.3760



# VIVIENDO EN UN MUNDO DE GIGANTES LA HISTORIA DE SAÚL ARAD AMEZCUA



POR AIMÉ PERALTA

¿Cuántas veces nos han brindado este consejo? "No veas en los obstáculos una fuente de problemas, descubre en ellos la oportunidad de superarte y enfréntalos con valentía". Bien, ahora imagina que esa frase es tu única alternativa y modo de vida. Hace tiempo leí un pensamiento que me encantó: "Pedí fuerza y se me otorgaron dificultades para hacerme fuerte... Pedí sabiduría y se me otorgaron problemas para resolver... Pedí prosperidad y me obsequiaron cerebro y músculos para trabajar... Pedí valor y me brindaron obstáculos para superar... Pedí amor y un ser superior puso en mi camino a quien ayudar... Pedí favores y me obsequiaron oportunidades... No recibí nada de lo que pedí, pero sí todo lo que necesitaba". La historia que a continuación conocerás y me enorgullece compartir es ejemplo consumado de ese pensamiento, la historia del adolescente Saúl Arad deja claro que un corazón de roble es ingrediente fundamental para vivir en un mundo de gigantes.

La familia Amezcua Corrales abrió las puertas de su casa a Mujer Actual para compartir su pasado y presente. Cierto, no es la familia "más común" pero sí única, cada uno de sus integrantes aporta un singular dinamismo, que aún sin proponérselo hace



de cada día algo trascendente. Aarón y Susana Amezcua Corrales tienen 15 años casados y cinco hijos: Ariadna de 15 años, Saúl de 13, Ianna de 7 años, Abner de 4 años y el bebé de la familia Arian Kalen de 2 años. Dos de ellos, Saúl y Abner, padecen de acondroplasia. Aunado a esto, Saúl sufre de un trastorno llamado disfasia en el desarrollo y se ha hablado también de Asperger.

Pero ¿qué es acondroplasia? Me-

dicamente hablando, es un trastorno genético que causa enanismo (estatura corta). Es un trastorno en el cual los huesos y cartílagos no crecen normalmente; es la causa más común de enanismo. Los pacientes que padecen esta condición, tal como Saúl, alcanzan una estatura de crecimiento total menor a 1.2 metros. El mayor acortamiento ocurre en el húmero (el hueso entre el hombro y el codo) y el fémur (el hueso entre la cadera y la rodilla).

También puede haber sub-desarrollo en el rostro. Este trastorno es la forma más común de estatura corta desproporcional hereditaria que ocurre en 1 de cada 40 mil nacimientos vivos.

"Tuve un embarazo saludable, tranquilo y feliz. Nos enteramos de su condición en la semana 32 de gestación por medio de un ultrasonido. A partir de ese día comenzó una aventura diferente. Informarnos, estudiar, leer, preparar el nacimiento, elegir médicos y vivir el proceso de aceptación"... "sus hermanos han crecido viendo a Saúl, pues es de los mayores. Cada uno ha tenido su momento de darse cuenta que su hermano es pequeño. Hacen preguntas y lo acomodan en su mente poco a poco", afirmó Susy Amezcua, madre de Saúl.

Tal como lo menciona el timón de esta familia, a quien tengo que extender mi profunda admiración, la llegada de Saúl al mundo ha sido una total aventura y pude corroborarlo el día que este apuesto jovencito me concedió una entrevista. A decir verdad, me sentía un tanto inquieta ¿Cómo abordar el tema? Lo que menos quería era incomodarlo, así pues transcurrían los minutos, en tanto yo lo esperaba sentada en una sala de juntas que me habían prestado en su colegio. De pronto se abrió la puerta y ahí estaba él, me miró con ojos grandes, una sonrisa encantadora y una galleta en la mano. Me observó detalladamente y preguntó ¿Tú quieres hablar conmigo? Sí, contesté. Entonces rompió el hielo diciendo: ¡Qué bueno! porque tengo mucho que platicar. Así comenzó una charla que duró poco más de una hora.

## ¿CÓMO ESTÁS SAÚL?

Muy ocupado y cansado, estoy en exámenes y no me gustan.

## ¿QUÉ PREFERIRÍAS HACER?

Estar en mi casa descansando, viendo la televisión.

## ¿ES LO QUE MÁS DISFRUTAS?

Sí, me gusta ver películas, porque cuando sea adulto yo haré películas en Estados Unidos.

## ¿QUÉ TIPO DE PELÍCULAS TE GUSTAN?

Todas, me gustaría tener una cámara y decir a los actores qué hacer y después ver mi trabajo en el cine.

## ¿CREES QUE POR SER "DIFERENTE"



## SERÁ MÁS COMPLICADO?

No, yo puedo ser lo que quiera en la vida, tengo que prepararme y estudiar, no importa mi tamaño, lo único que importa es lo que desea mi corazón.

## ¿ALGUNA VEZ ALGUIEN TE HA DICHO QUE NO PUEDES HACER ALGO?

Sí, pero prefiero no hacer caso. A veces mis compañeros se ríen de mí, me dicen cosas que me lastiman.

## Y TÚ, ¿QUÉ HACES?

Me volteo y los ignoro, me voy con mis amigos, con los que no me molestan y sigo mi camino.

Tengo que admitir que este jovencito, no titubeo al contestar, todo lo contrario, parecía tomar más fuerza con cada pregunta. Interpreté sus respuestas como un desahogo. Me queda claro, vivir en un mundo de gigantes (personas, retos, adversidades...) no es fácil, se necesita un espíritu de triunfador para sobrevivir y una familia-equipos incondicional.

## UN CAMINO DE RETOS

"Creo que todavía me falta por aprender, con el tiempo es menos difícil y más valioso... Hace un año nos dimos cuenta que también Abner, nuestro hijo de 4 años, tenía un trastorno en el desarrollo, nos habían ya pronosticado que existía un 70% de probabilidad de que otro hijo tuviera la misma situación que Saúl..."

"Ha sido un camino de retos, el principal: mantenerlos en el sistema educativo regular... Hemos tenido la ben-

dición de que el Colegio La Paz abrió no sólo las puertas a nuestra familia, sino también su corazón a las necesidades especiales de mis hijos... Un reto nada fácil para los maestros... A veces llegan las dudas, pero vivo sólo el presente con sus retos; sin embargo, me aseguro de otorgarles todas las herramientas para que puedan tener una vida de calidad... Mi corazón se hizo más grande, mi mente se abrió gracias a la presencia de mis hijos en esta vida", afirmó Susana Amezcua.

Recordemos que la mayor demostración de admiración es el respeto hacia esa persona. ¿Quién establece lo que es "normal" en la vida? Al paso del tiempo han existido personajes únicos, cuya autenticidad han marcado a generaciones y hoy por hoy son íconos. Tras conocer esta historia de vida, no me queda la menor duda de que Saúl Arad Amezcua Corrales tiene todo para triunfar.

“Hay una fuerza motriz más poderosa que el vapor, la electricidad y la energía atómica: la voluntad”

Albert Einstein



# ¿EXISTIÓ REALMENTE LA SANTA INQUISICIÓN? MITOS DE LA INQUISICIÓN EN MÉXICO (NUEVA ESPAÑA)

POR PADRE JORGE ECHEGOLLÉN FLORES

**A** la exageración de los mitos sobre la iglesia! Cualquiera que sea tu credo, te invito a no ser crédulo. Te invito, cualquiera que sea la configuración de tu cosmovisión, a no dejarte tomar el pelo. No es posible que la gente crea todo lo que lee. Sin un juicio crítico y detenido. Creo que uno de los temas más debatidos en torno a la iglesia católica y su relación con el Virreinato en México y que está impreso en la mente de muchos críticos de la religión católica, es el tema de la inquisición. Ha sido un mito fabuloso el creerse las opiniones y las perversidades de muchos escritores, entre ellos al famoso y no muy dichoso "RIUS", caricaturista michoacano socialista y ateo, quien entre otros más, se ha dado a la tarea de difundir mentiras y exageraciones sobre la inquisición. Yo les puedo comprobar que hay más mentira en las aseveraciones contra la iglesia que aquellas que persiguió, en su tiempo, esta última para preservar la fe católica. Vamos aclarando entonces las cosas, si ustedes gustan: primero; ¿cómo nace la idea de la inquisición? Mientras Lutero se rebelaba contra el Papa, España católica se lanzaba hacia la conquista del continente americano, con la ilusión de ensanchar los límites del imperio y al mismo tiempo recuperar las pérdidas causadas por la separación protestante. Siendo ley el principio "cuius regio ipsius religio" (del que es la región, del mismo es la religión),



según el cual el súbdito estaba obligado a seguir la religión del rey, en los nuevos territorios conquistados se estableció el catolicismo como religión oficial, considerándose como delito contra el estado cualquier atentado contra la religión. Esto no tiene que extrañar a nadie, puesto que lo mismo pasó en los estados musulmanes y protestantes. Era la época de la estrecha unión entre la iglesia y el estado cuando no existían aún los principios de la tolerancia religiosa y de la libertad de conciencia.

**B** Se debe realizar una inquisición sobre la misma inquisición. Explico este punto: para realizar una actividad de vigilancia y preservación de la fe, se estableció en Nueva España el Tribunal de la Santa Inquisición. Su actividad consistía en prohibir la impresión y la divulgación de ciertos libros, considerados como peligrosos para la fe, y en juzgar la culpabilidad del hereje, remitiendo al estado la aplicación del castigo correspondiente. Esta acción se desarrolló de una manera

especial contra los residentes y comerciantes extranjeros acusados de herejía, y principalmente contra los corsarios, en su mayoría ingleses, holandeses y franceses, que perjudicaban las rutas marinas, asolaban las costas y trataban de difundir el protestantismo en el nuevo continente como medio para destruir el catolicismo y así minar las bases mismas del estado. (¿Por qué creen ustedes que los jesuitas fueron expulsados en 1768 de las tierras de misión que estaban dentro de los territorios de la corona española y portuguesa?; pues simplemente porque la masonería tomó tanto poder en Europa, que estaba desquiciado con el poder temporal y quería quitarle fuerza al espíritu y valentía de los misioneros y de la iglesia, para proponer un estilo de vida liberal y anticatólico, y dejar el terreno a merced de los protestantes.

Aunque apenas es un esbozo lo que he presentado y hay muchísimo que decir, podemos concluir que los enemigos de la iglesia católica han exagerado demasiado el papel sanginario de la inquisición en América española. Las estadísticas nos dicen que durante todo el tiempo de la colonia hubo apenas 27 condenas a muerte. Por eso hay que hacer un juicio justo en el cómo se interpreta la historia. Yo sé que no debería haber habido ninguna muerte, pero también hay que visualizar la época y las estructuras de gobierno de la época. No le quieran echar toda la culpa de todos los males de la colonia a la iglesia católica.

padrejorge@gmail.com

**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  
info@nuevacatedraldetijuana.org  
Tel: 607-3775  
Vea los avances en: nueva catedral de tijuana

**El Surtidor del Tapicaro**  
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  
**Te desea Feliz Navidad**  
Crédito | 6 meses sin intereses en tarjetas de crédito Banamex HSBC | Compra mínima de \$50000  
**Negrete 1127, ZONA CENTRO**  
surtidor.tijuana@hotmail.com TEL: 685 99 07  
Obregón • Hermosillo • Mexicali • Los Mochis • Culiacán • Mazatlán

**Contacto Tijuana**  
Reservaciones al: (664)634-11-11 Ext. 202 y/o 209  
Email: asist.gerencia@tjbeer.com  
**CERVECERIA RESTAURANT & BAR**  
**La Taberna**  
TJ-Beer Factory  
**APARTA TU LUGAR PARA TU POSADA MENÚ DESDE \$230**  
Dirección: Blvd. Fundadores No. 2951 Col. Juárez Tijuana, B.C. México  
Paquetes incluyen:  
3 TARROR DE CERVEZA 1 MINUTOS PRECIO ADICIONAL POR CERVEZA: \$25.00 (+ IVA) PRE-COMPRAS CON BUQUETO GRUPOS DE MENOS DE 20 PERSONAS HASTA 100 PERSONAS MÁS EL 15% DE SERVICIO ANTECIPADO DEL 50% AL RESERVAR Y 3 DÍAS ANTES DEL EVENTO EL PAGO ES TOTAL

**SOLATUBE**  
Innovation in Daylighting™  
DISFRUTA LOS BENEFICIOS DE LA TECNOLOGÍA MÁS AVANZADA EN ILUMINACIÓN NATURAL.  
► Brinda máxima luz natural sin límites.  
► Transfiere luz a espacios sin ventanas o poco iluminados.  
► Logra que los espacios se vean con mayor volumen.  
► Protege muebles y ropa ya que filtra 99% Rayos UV.  
► Decora espacios con su diseño estético.  
► Proporciona inmejorable calidad de luz.  
► Ahorra energía, una solución sustentable.  
50% DE DESCUENTO EN INSTALACIÓN AL MENCIONAR ESTE ANUNCIO  
EVERLUX BC S.A. de C.V.  
Distribuidor Autorizado  
Bvd. Sánchez Taboada No. 10737 C-1  
Col. Aviación, Zona Río (Plaza Minarete)  
Tel. (664) 900.7590  
mgallegos@solatube.com.mx  
www.solatube.com.mx  
El Sistema de Iluminación Natural Solatube® con la tecnología más avanzada: **capta, transfiere y difunde** la luz solar a espacios interiores.  
10 Year Warranty



# Las estrellas

# del Cielo



POR MÓNICA MÁRQUEZ

## EL MARIDAJE PERFECTO...

**E**l Valle de Guadalupe posee grandes riquezas por su clima, su gente y, sin duda, sus viñedos; es la ruta preferida para aquellos que gustan del buen vino y la comida, en esa ruta se encuentra el restaurante de El Cielo Valle de Guadalupe y su vinícola, la fusión para el maridaje perfecto.

Con fácil acceso dentro de la Ruta del Vino de Baja California, se encuentra el restaurant Latitud 32 en El Cielo, el lugar de ensueño para disfrutar lo mejor de la comida bajacaliforniana y de autor preparada por el chef Ryan Steyn y marinada con la mejor selección de vino de la región.

Su arquitectura mediterránea, con techos altos que dan la sensación de mucho espacio y su fina madera y la piedra blanca hacen de este restaurante, un lugar elegante y acogedor, explicó el chef Ryan Steyn.

En Latitud 32, el comensal podrá deleitar su paladar con una gran variedad de vinos, deliciosos platillos con productos locales, compartió, todo amenizado con música en vivo.

Aseguró que sólo en este lugar podrás disfrutar el auténtico Malva Pudding, un postre delicioso, receta de la abuela, además de sus increíbles instalaciones, excelentes vinos y comida, así como sus precios increíbles.

Para estas fechas decembrinas, contará con una gran variedad de paquetes para posadas; y para cerrar el año, una Fiesta de Año nuevo que prometen será inolvidable, mencionó el chef de Latitud 32.



### ESPECIALIDAD DE LA CASA

- Cortes a la leña
- Pescado y mariscos súper frescos
- Vegetales y hortalizas de su huerto orgánico

### ESTRELLA ESCONDIDA DEL MENÚ

- El pulpo asado con cacahuete y chipotle

### PLATILLO ESTRELLA

- Carpaccio de atún aleta amarilla con algas



## Y SUS VINOS...

**R**estaurante Latitud 32 en vinícola El Cielo te deleitarás con exquisitos platillos pero al mismo tiempo vivirás una grata experiencia enológica, pues en el área de vinificación, podrás recorrer las instalaciones en las que los vinos son elaborados y guardados a la temperatura y humedad correcta gracias a la cava que han construido bajo tierra garantizando el nivel de calidad óptimo de los productos.

El vino Mexicano está evolucionando en su elaboración, al usar nuevas técnicas para sacar lo mejor de la uva. En el Valle de Guadalupe el vino se convierte

en algo extraordinario que se abre puertas dentro y fuera del país, aseguró el enólogo Jesús Rivera.

“Lo que queremos es extraer lo mejor de una uva y que esa uva pueda tener el espacio y tiempo de contacto con las maneras finas y que pueda seguir expresando lo que es la zona, su frutalidad, acidez, con un equilibrio con las maderas, eso es lo que estamos tratando de hacer y de buscar la tendencia del nuevo consumidor que ya tiene la experiencia de los vinos del nuevo mundo”, explicó el enólogo Jesús Rivera.



## LAS ESTRELLAS DEL CIELO

En el restaurant Latitud 32 en el El Cielo existen las estrellas que son de los vinos Premium, las constelaciones, ideales para un maridaje perfecto.

■ **CASSIOPEA:** 100% Mono varietal, sauvignon, vino fresco, elegante, agradable, con una acidez natural, es un vino apto para acompañarse solo o con una ensalada, ostras, mariscos y pescados, ideal para quienes les gusta la acidez.

■ **CAPRICORNIOS:** es un vino blanco, monobarital, 100% shardone, 75% fermentado en acero inoxidable, 25% en barricas de roble francés, un vino más elegante para acompañarlo con platillos más elaborados como un pescado bien cocinado y quesos cremosos.

■ **STELA:** es un vino tinto joven, fermentado como si fuera un vino blanco, ideal para gente que quiere empezar a beber vino joven y que no le gustan los blancos. Se bebe frío.

■ **GALILEO:** es un vino de la línea joven, tempranillo, con una buena acidez, una pigmentación media alta. Un maridaje perfecto puede ser con la comida informal que hacemos en casa, como los asados.

■ **COPÉRNICUS:** es un vino con una intensidad media alta, es un cabernet sauvignon con merlot, un ensamble perfecto. Apto para acompañarse con asados y cortes finos.

■ **ORION:** un corte súper moderno, con base de tempranillo y un toque de merlot, un vino que a la gente le ha encantado. Tiene una expresión frutal, uno de los favoritos de El Cielo.

■ **PERSEUS:** de dos uvas italianas, la base es el nebiolo con un toquecito del sangiovese. Un vino preferido por la mayoría de la gente por su frescura, elegancia, acidez, estructura, ensamble y su expresión aromática.

**VISITA EL CIELO Y VIVE LA MÁS GRATIFICANTE EXPERIENCIA ENOLÓGICA Y GASTRONÓMICA EN EL VALLE DE GUADALUPE...**





# CRECEN INVERSIONES EN EL MERCADO INMOBILIARIO

POR YOLANDA B DERIQUER

La debilidad en el crecimiento económico de México y la muestra de confianza de los inversionistas hacia el mercado inmobiliario americano, con ganancias constantes en el primero y segundo trimestre del 2013; con una perspectiva continua y positiva sobre el rendimiento de las propiedades, pero sobre todo comerciales; se genera entre nuestros inversionistas mexicanos un gran apetito por aumentar su inversión en EE.UU.

El índice de inversiones en el mercado inmobiliario alcanzó un nuevo record, sobrepasando la marca de 174 en el primer trimestre del 2013 a 180 en el segundo trimestre, el más alto alcanzado desde 2004, casi el doble de la marca de 91 que se logró en el punto de la baja gran recesión en 2009.

Es una tremenda muestra de confianza que aumenta el entusiasmo

54 | [www.revistamujeractual.com](http://www.revistamujeractual.com)

por invertir en rendimientos competitivos con la oportunidad de adquirir propiedades con un 30% de enganche con tasas de interés todavía bajas, con un diferencial de tasa con México de 4.25 puntos porcentuales.

Puede ser que invertir al otro lado de la frontera sea intimidante en un principio, por el desconocimiento de las leyes; sin embargo, la sofisticación de esta nueva generación de emigrantes hacia el país vecino, han empujado al gobierno americano a una apertura comercial y migratoria.

La ley de inmigración de EEUU facilita la inversión, negocios y comercio entre los dos países, otorgando visas a dichos inversionistas con mayor facilidad. Por ejemplo la E1y E2 visas de inversionistas, Visas de negocios L1 y residencia permanente, esto facilita la adquisición de Bienes Inmuebles de ser deportados y perder la inversión o el temor de cruzar la línea y no saber qué lugar declarar como residencia.

Es importante al mismo tiempo tomar medidas precautorias para la

protección del patrimonio, en lo que a impuestos se refiere.

Con la venida de la crisis "suprime" en el 2008 y la pérdida de millones de empleos en el gobierno estadounidense, en el 2010 Estados Unidos reforma el Código de Rentas Internas, con el fin de recuperar la economía: HIRE Act, Tax Relief Act, FATCA, etc. Y de lo cual hablaremos posteriormente esta información nos podrá ayudar a diseñar una estrategia dirigida al fortalecimiento de la participación de nuestros inversionistas inmobiliarios en la economía californiana.

\*La autora es especialista en Inversiones Comerciales.



# Comex®

## Pon guapa tu casa para esta navidad

15% de descuento en Vinimex y Comex 100 cubeta y galón

[www.comex.com.mx](http://www.comex.com.mx)

Promoción válida en tiendas Comex participantes al 31 de diciembre de 2013. Consultar los descuentos, productos y capacidades participantes en tu tienda Comex. Productos sujetos a disponibilidad. Descuentos válidos en compras de contado y efectivo. No aplica con otras promociones ni en productos de especialidad. Aplican restricciones.



# El portafolio de



En EL arquitectos nos esforzamos por romper los límites de la innovación, crear espacios bellos y confortables teniendo en cuenta para el proyecto materiales del medio ambiente local y el compromiso con el medio ambiente en sí, crear edificios que eleven las expectativas del cliente y ser fuente de inspiración para quien los habite.

## PROYECTOS RECIENTES

### REMODELACIÓN BARCELONA

- Barcelona Residencial Tijuana BC
- Remodelación de fachada
- Proyecto y construcción: 2012

Diseño contemporáneo en busca de la identidad propia a base de texturas y elementos pero respetando los lineamientos establecidos por el entorno.



ANTES



### AMPLIACIÓN SAN MARINO

- San Marino Residencial Tijuana, BC
- Ampliación en fachada principal
- Proyecto y construcción: 2013



ANTES

Renovación y calidez se logran en esta ampliación dando vida a la casa con elementos como la piedra y la madera que logran dejarnos dentro de la marca californiana del fraccionamiento pero con un estilo mas actualizado.

### CASA CUMBRES DE JUÁREZ

- Residencial Cumbres de Juárez, Tijuana, BC
- Proyecto: 2013
- Construcción: 2014
- Terreno: 1448 m2
- Construcción: 487 m2

La forma irregular y la amplitud de este terreno nos permitió darle algo de misterio a la fachada principal y desarrollar en la privacidad del patio posterior una serie de terrazas, jardines y la alberca. El interior de esta residencia juega con cambio de ambientes por medio de diferentes alturas, texturas y juego de luces que crean un espacio muy confortable.



### CASA MONTERREY

- Fraccionamiento Monterrey, Tijuana, BC
- Proyecto y construcción: 2013
- Terreno: 450 m2 ■ Construcción: 239 m2

Un proyecto con diseño contemporáneo que busca la neutralidad y simplicidad para facilitar su comercialización pero al mismo tiempo enfatiza y realza ciertos espacios con detalles y diferentes texturas, jardines y espejos de agua. En el interior los espacios son amplios, altos y muy iluminados.

### CASA MIL CUMBRES

- Residencial Cumbres de Juárez, Tijuana, BC
- Proyecto: 2013
- Construcción: 2014
- Terreno: 450 m2 ■ Construcción: 380 m2

La topografía natural del terreno permite la proyección de tres niveles, dando como resultante una gran altura. La luz natural, la calidez de los materiales locales y la vegetación son el elemento primordial en esta casa. Sus interiores son amplios, iluminados, confortables y orientados hacia los jardines interiores.



- Puedes encontrar el portafolio del despacho en [www.erikalinarquitectos.com](http://www.erikalinarquitectos.com)
- Sus oficinas se encuentran en Blvd. Sanchez Taboada 16004-7, Zona Rio Tijuana
- Teléfono (664) 625-6385







# REAL DEL MAR, UN LUGAR DE ENSUEÑO EN TIJUANA

POR YAN GONZÁLEZ

Tijuana se destaca por su multiculturalidad y por su extensión territorial, además cuenta con una amplia variedad de diseños arquitectónicos, entre ellos se encuentra el resort más reconocido de la región: Real del Mar.

El resort Real del Mar abrió sus puertas el 21 de julio de 1993, convirtiéndose en un lugar emblemático de Tijuana, debido a su locación, extensión territorial y arquitectura, comentó Antonio Arteaga, gerente del campo de golf de Real del Mar.

Real del Mar fue creado con la finalidad de satisfacer las necesidades de los turistas regionales y extranjeros, brindándoles un excelente servicio y una experiencia única al invitarlos a salir de su rutina en sus vastas instalaciones rodeadas de naturaleza y tranquilidad, consideró, además ha convertido el sueño de muchas mujeres en realidad al contraer nupcias en sus mágicos jardines.

Dijo que Real del Mar cuenta con



una superficie de 200 hectáreas, entre las cuales sólo el 35% se encuentra construido, y entre éste, el resort y el área residencial. Grupo Frisa fue quien estuvo a cargo del desarrollo de éste reconocido resort y conjunto residencial, y para la construcción de los mismos, utilizó concreto sin cimentación, muros de block con aplanados en concreto, cubiertas metálicas, ladrillos y tejas, madera y herrería, dichos materiales hoy en día, le dan vida al resort más importante de Tijuana.

El diseño arquitectónico de Real

del Mar es mexicano contemporáneo, precisó, resaltando la belleza natural que lo rodea, y sus colores neutros logran la combinación perfecta.

El campo de golf es parte fundamental de Real del Mar, éste fue diseñado por el arquitecto Pedro Güereca, con la finalidad de brindarles un excelente servicio a sus huéspedes y que pasen un rato agradable mientras disfrutan de los atardeceres y el mar.

Las instalaciones de Real del Mar se encuentran compuestas principalmente por



## CARACTERÍSTICAS

- La extensión territorial consta en 200 hectáreas, de las cuales sólo el 35% se encuentra construido
- Real del Mar resort cuenta con 76 habitaciones, estacionamiento para 200 autos
- Campo de golf con 18 hoyos
- Tres restaurantes y un bar
- Oxxo
- Salones para eventos sociales y para juntas de trabajo
- Dos albercas, una de ella con jacuzzi
- Spa, gimnasio con vapores y sauna
- Cancha de tenis
- Centro de cómputo
- Áreas verdes para eventos (XV años, Bodas, etc).
- Capilla Santa Teresita del niño Jesús con capacidad para 100 personas

el conjunto residencial, campo de golf con 18 hoyos y el resort; éste último cuenta con 76 habitaciones, estacionamiento para 200 autos, dos albercas y una de ellas con jacuzzi, spa, gimnasio con vapores y sauna, cancha de tenis, salones para eventos sociales, sala para juntas de trabajo, centro de cómputo, áreas verdes para eventos, capilla con capacidad para cien personas, oxxo, tres restaurantes y un bar; además, cuentan con clases de golf, tenis y karate.

Hoy en día, el ingeniero Javier Hernández es quien está a cargo del desarrollo de Real del Mar.

Para un fin de semana, para celebrar tu boda o cualquier evento importante, para juntas de trabajo o simplemente para jugar golf, Real del Mar resort te invita a conocerlos y a que disfrutes de la tranquilidad que emana la naturaleza que los rodea.

**Baby blue**

Calle Brasil #183-2, Colonia Cacho  
Baby Blue Moda Infantil

Telefono (664) 634-0007  
boutique.babyblue@gmail.com

¡Esta Navidad regálale éxito!



Aprende a hablar, leer y escribir inglés en Lang-Lab la institución más recomendada en la región Tijuana - San Diego

Bono de descuento por:  
**\$300.00** M.N.

Válido hasta el 20 de diciembre del 2013

Oferta válida por persona para el trimestre Enero-Abril 2013. Este bono sólo aplica cubriendo el importe total del trimestre antes de la fecha límite establecida en este cupón e incluye el transporte. Este bono si cumple no se aplica con otras promociones o descuentos. Esta promoción es válida para Lang Lab Tijuana.



Tijuana (664) 634.1709  
San Diego (619) 424.7712 | [www.academialanglab.com](http://www.academialanglab.com)

**Hannah Anna**

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

Hannah Anna Tijuana Ave. de las Ferias 10551 Local 3, Lomas de Aguacaliente (Plaza Soriana) Tijuana Tel. (664) 382.8658





## IMPULSANDO EL COLECCIONISMO DEL ARTE

# ANTONIO PROA

POR YAN GONZÁLEZ

“**E**l arte lo trasciende de todo; más allá de límites geográficos, lenguas, aspecto físico, distancia, credo, incluso, al tiempo. El arte posee una fuerza descomunal, como un torrente que permea sin distinguos, sin estar atado al espacio o al tiempo”, aseguró el artista tijuanaense Antonio Proa.

Antonio Proa descubrió su gusto por la pintura durante su infancia, pero también tenía el gusto por lo administrativo, por lo cual cursó la licenciatura en Administración de Empresas en el Instituto Tecnológico de Tijuana, y se especializó en Mercadotecnia.

Siempre mantuvo su gusto por las artes y concluyendo sus estudios universitarios se inclinó por las artes, por lo cual estudió cine en el Centro de Estudios Cinematográficos de Baja California (CECBC), también estudió “Visagismo” en la escuela francesa de maquillaje Claude Fourot & Katia Katalan. Además, cursó diversos módulos, entre ellos para caracterización de personajes de teatro y cine, teoría de color, maquillaje ceremonial, efectos especiales como trauma, implantes, prótesis y texturas.

También cursó diversos talleres, entre ellos uno de ilustración (visagista y director de efectos especiales para cine e iluminación), de fotografía profesional, manejo de estenciles y gráfica en el CECUT, y por último, tomó un taller de manejo de acrílicos con el maestro Juan Ángel Castillo.

### SU INSPIRACIÓN

Antonio Proa se inspira en su sensibilidad como humano para darle vida a sus obras, y en la absorción de vi-

vencias y la necesidad de contar esas historias en cada una de ellas; además aseguró que es necesario escuchar una obra musical para abrir las puertas a la creación.

“La obra plástica que manifiesto es energía encapsulada” compartió. Antonio Proa, tiene la misión de transmitir en cada una de sus obras su cosmogonía y cosmovisión, las cuales están estructuradas a partir de la composición matemática y del manejo de la teoría del color.

Para Antonio Proa, pintar es un ejercicio de percepción, introspección y manifestación, “para lo cual se necesita de mi existencia en primera instancia, para posteriormente prescindir de mi individualidad y entrar en un inconsciente colectivo natural, para poder plasmar el concepto que genere un reflejo en cada espectador en cualquier parte del mundo, por lo que estamos hablando de obra meramente con temática universal. No creo en límites, ni barreras, ni en diferencias entre razas, tampoco en prejuicios”, compartió.

Sus influencias son Salvador Dalí, Francis Bacon, Matisse, “trasformó los pulsos musicales en visuales, con música de Pink Floyd, Beatles, Mozart, Beethoven, Vivaldi, música internacional, latinoamericana, francesa, mexicana, etc.

La técnica que utiliza Antonio Proa para realizar sus obras es acrílico, oleo, esmaltes, mixta, todo esto lo utiliza sobre lienzo o madera, le gusta variar de formatos y proponer nuevas formas de presentar la obra.

Las obras de Antonio Proa se han expuesto en diversos festivales culturales en Tijuana, también en el interior de la República Mexicana, e internacionalmente en San Diego, Ca.,



### EN BREVE...

- **TÉCNICA:** mixta
- **ARTISTA PLÁSTICO FAVORITO:** Salvador Dalí Doménech
- **LIBRO FAVORITO:** El principito de Antoine de Saint Exupery
- **FRASE FAVORITA:** “Nada se puede ver bien, si no es con el corazón”

Barcelona y Valencia, España.

El mayor reto que ha tenido que sobrellevar el artista tijuanaense es transformar su existencia al servicio del arte y al de la energía creativa. “Se tienen que doblar ciertas debilidades humanas y convertirlas en fortalezas”, aseguró.

La mayor satisfacción que le ha brindado su trayectoria artística es servirle de inspiración a algunos niños y jóvenes para dedicarse a la plástica, y crear una escuela con metodología propia, continuó, así como conocer personas de otros lugares y compartir experiencias y sueños mediante el arte y la cultura.

### PROYECTOS EN PUERTA

Uno de los grandes proyectos que tiene en puerta el artista tijuanaense Antonio Proa es consolidar su escuela de arte “Proarte”, y brindarles a sus alumnos un espacio dentro de la escuela para que puedan exhibir su trabajo permanentemente, además de continuar impulsando el coleccionismo de arte.

El artista Antonio Proa próximamente estará presentando sus obras en la ciudad de Boston y Nueva York.



# Paquete Familiar

TODO EN UNO

**PIZZA GRANDE DE PEPPERONI**

**WOM**  
AHORA CON MAS OMBROS Y MAS PEPPERONI



**+4 REFRESCOS**  
VASO 12 OZ

**A SÓLO \$199 PESOS**



NO APLICA CON OTRAS PROMOCIONES \*APLICAN RESTRICCIONES

...es mi lugar!!

**Sharon BEAUTY SUPPLY**  
5 y 10

expertos en colocación de extensiones de cabello 100% natural

**¡Cambia tu imagen!**

Ven y conoce el mas 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**

Trabajos garantizados, nuestra calidad nos distingue.

Bldv. Díaz Ordaz  
No. 14517 local 28 g-4  
(plaza 5 y 10)  
Tel: (664) 686 9168 Nex 152\*15\*10245

**La Corriente**  
CEVICHERIA NAIS

**ORGANIZAMOS TU POSADA**

**MENU CALIENTITO**

DESDE **\$120.00** M.N. por persona

AREA PRIVADA  
EL TINIEBLO  
Mariscos

Mariscos, PESCADO Y CARNES

Opcional: Decoración y Música (en vivo, DJ Chucu chu, Karaoke, etc.)

Centro 685.05.55 Palmas 608 03.33

**MK**

**Spa & Beauty**

CONTAMOS CON CERTIFICADOS DE REGALO

- Microdermoabrasión + Limpieza Facial 2 x \$60 DLLS
- Radiofrecuencia facial + Bio + Limpieza Facial 2 x \$80 DLLS - 6 x \$200 DLLS
- Masajes relajantes 2 x 1
- Limpieza facial 2 x 1
- 20% en la compra de un segundo paquete

<p><b>TRATAMIENTO ANTICELULITICO</b></p> <p>6 Sesiones masaje anticelulitos 6 sesiones cavitacion 6 sesiones envolturas desintoxicantes 3 Sesiones de vacuum 1 Limpieza facial</p> <p><b>\$220.00 DLLS</b></p>	<p><b>¡NO MÁS BOTOX NI RELLENOS!</b></p> <p>6 Radiofrecuencias 4 faciales con acido hialurónico 6 Bio</p> <p><b>\$280.00 DLLS</b></p>	<p><b>LIPO SIN CIRUGÍA</b></p> <p>6 Sesiones Masaje reductivo con maderoterapia 6 Sesiones Cavitaciones 6 Sesiones Radiofrecuencia 2 Sesiones de Vacuum 6 Sesiones de plataforma vibratoria 3 Sesiones envolturas salinas con sabana infraroja</p> <p><b>\$250.00 DLLS</b></p>
--	---	--

Av. Hipódromo #6D, Colonia Hipódromo.  
Citas: TEL 381 39 23 - 152\*156024\*1

**MK Spa**

Facilidades de pago. Aceptamos tarjetas de crédito y debito.



*En la Cima con estilo*

**CIMA**  
MUEBLES + ARTE + ACCESORIOS + WALLPAPER + INTERIORISMO

TEL 664/ **622.2670** BÚSCANOS COMO: **f Cima Muebles**  
Ermita 47, La Mesa, Tijuana, B.C. México

**FELIZ EN LA ESPERA DE SU BEBÉ**

**SOCIALES**

■ **EVENTO:** Baby shower de Iliana González  
 ■ **DETALLES:** Momentos inolvidables vivió Iliana durante la lluvia de regalos que se ofreció en su honor, con la finalidad de consentirla con detalles para su tan esperado bebé.

FOTOGRAFÍA RAFAEL RAMÍREZ



**!Ya abrimos!**  
**CALY**  
• COLLECTION •

OTOÑO - INVIERNO 2013  
La colección mas selecta en moda para ti...

Visítanos en Plaza Conquistadores...

[f calycollection](#)

Blvd. Agua Caliente 10750 Int. 38 Tel. 681-7642

*Jennyrabell®*

**15%** descuento en tu primera compra  
Vigencia todo mes de Diciembre

Atrévete a lucir espectacular con las mejores tendencias en accesorios. ¡Dile sí al diseño mexicano!

Av. de las palmas 4849 fracc. Las Palmas  
Cel. (664) 504 0491  
[f /jennyrabelltijuana](#)

MUCHIC ACCESORIOS

**antojo**  
Colage Gastronómico

*"Contamos con área para fumar"*

Colonia Cacho  
Calle Colombia esq. con Guanajuato #9232 "Plaza Bella" L-1  
Tel. 664 200 2954

[f RestaurantAntojo](#)



# PREPARA SU BODA OLIVIA VALLE

■ **EVENTO:** Despedida de soltera de Olivia Valle  
 ■ **LUGAR:** Residencia de la familia Valle  
 ■ **DETALLES:** Familiares y amigos de Olivia se reunieron para felicitarla por su futuro enlace matrimonial y al mismo tiempo, obsequiarle algunos detalles para el hogar. Sin duda, fue un acontecimiento en el que disfrutó cada momento con sus seres queridos.

FOTOGRAFÍA RAFAEL RAMÍREZ



**NEWCITY**  
RESIDENCIAL

*Aparta con sólo*  
**\$5,000 dlls**

**TODOS CALIFICAN**  
•Precios de Preventa •Crédito Directo

TEL. 231.3999  
[www.tienetodo.com](http://www.tienetodo.com)



# PRESENTA LIBRO CAMILO MAGONI

- **EVENTO:** Presentación del libro Historia de la Vid y el Vino en la Península de Baja California.
- **LUGAR:** Sala de usos múltiples del Cecut.
- **DETALLES:** En especial ceremonia se llevó a cabo la presen-

tación del libro Historia de la Vid y el Vino en la Península de Baja California, un trabajo realizado por el enólogo Camilo Magoni y dos amigos más el Padre Jesuita David Underlaider y el fotógrafo Julio Rodríguez.

FOTOGRAFÍA RAFAEL RAMÍREZ



# CELEBRA MUJER ACTUAL SU SEXTO ANIVERSARIO EN DESAYUNO DE COPARMEX

- **EVENTO:** Sexto aniversario de Mujer Actual en desayuno de Coparmex
- **LUGAR:** Grand Hotel
- **DETALLES:** Personalidades del ámbito empresarial se dieron cita en el desayuno mensual de Coparmex, patrocinado en esta ocasión por

Mujer Actual con motivo sus seis años de historia y logros. En esta ocasión, estuvo de conferencista invitada la reconocida periodista Katia D Artigues con el tema "La alternancia en la presidencia ¿puede todo volver a ser igual?"

FOTOGRAFÍA ANDRÉS RUIZ Y RAFAEL RAMÍREZ



Como Gardenia  
Marjorie de Sousa

## Perfume de Gardenia EL MUSICAL

**JUEVES DICIEMBRE 12**

EL FORO ANTIGUO PALACIO JAI ALAI

FUNCIONES: 6:30 pm. y 10:00 pm.

Venta de Boletos

(664)633-4037

www.perfumedegardeniaenbc.com

Le Única Internacional SONORA SANTANERA EN VIVO

Logos: CAMINO REAL, TELNOR, volaris, MA MIA, Applebeets, FRONTERA, Corona Extra, CHEVROLET, Jersey.

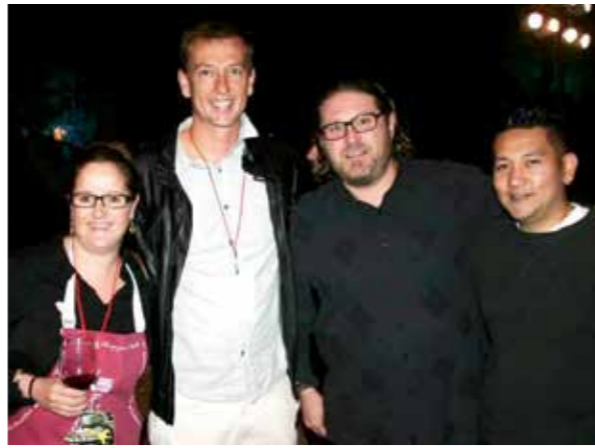


# VIVEN UNA CENA CON ELLAS

- **EVENTO:** Cena con ellas
- **LUGAR:** Jardín del Cecut
- **DETALLES:** Una noche de sabores y deleites vivieron decenas de personas durante el evento de Baja California Culinary Fest 2013, en el que

participaron 12 chefs, dos sommeliers, enólogas, entre otras. Para amenizar la noche estuvo la Dj Almita Berumen, así como Azzul Monraz y Gabriela Bojórquez con un tributo a Chavela Vargas.

FOTOGRAFÍA RAFAEL RAMÍREZ



# REALIZA XOCHICALCO SU GRAN SORTEO

- **EVENTO:** 10 Sorteo Gana Becando
- **LUGAR:** Universidad Xochicalco, campus Tijuana
- **DETALLES:** Entre emoción y nerviosismo a la vez, se llevó a cabo el gran sorteo, organizado

por el Patronato de Becas del Centro de Estudios Universitarios Xochicalco. En esta ocasión, Karen Jazmín Soto Rocha fue la ganadora del primer lugar: Un automóvil Megane Extreme Renault modelo 2009

FOTOGRAFÍA RAFAEL RAMÍREZ



## DINTEX, SU MEJOR OPCIÓN



**DINTEX**  
decoraciones

**PISOS DE MADERA EXÓTICA Y DE BAMBU**

**PISO \$2.65 DLLS<sup>2</sup>**  
12 mm INSTALADO  
**LAMINADO**  
en existencia.

**ALFOMBRA \$7.00 DLLS<sup>2</sup>**  
El precio incluye instalación.

• PERSIANAS  
• SHUTTERS  
• ENROLLABLES





**SUCURSALES: EL SOLER LA MESA MEXICALI**



**Bldv. Cuahutémoc Sur #2686 Frente al Palacio Azteca**

TEL. 633.9151 Y 52  
NXTL. 152\*143945\*1 Y 2  
DINTEXDECORACION@GMAIL.COM

## TU FORMACIÓN INTEGRAL ES NUESTRA VENTAJA COMPETITIVA



Siempre primero, siempre adelante



**Inscripción SIN COSTO\*** (Aplica sólo para Licenciaturas)  
\*Excepto Medicina y alumnos extranjeros. Sólo nuevo ingreso.

• Nutrición • Medicina • Psicología • Contador Público • Derecho • Mercadotecnia  
• Optometría • Comercio Internacional • Criminalística • Diseño  
• Administración y Desarrollo Empresarial • Comunicación • Arquitectura

Llámanos 621-3550 y 51 | Conéctate    | [www.xochicalco.edu.mx](http://www.xochicalco.edu.mx)



# ABRE SUS PUERTAS SUSHI FACTORY

■ **EVENTO:** Inauguración del restaurante Sushi Factory.

■ **LUGAR:** Plaza Chapultepec

■ **DETALLES:** En excelente ambiente y con una importante asistencia, se llevó a cabo la apertura oficial de Sushi Factory, cuya especialidad son los platillos asiáticos

cos y rollos de sushi. Los invitados tuvieron oportunidad de deleitarse el paladar con rollos de atún fresco, tostadas de varios tipos de ceviche, vinos, martinis y la especialidad de la casa: "rollos con sabores picantes e ingredientes regionales"

FOTOGRAFÍA YAN GONZÁLEZ



# DIF PRESENTA TERCER INFORME DE ACTIVIDADES

■ **EVENTO:** 3er informe de actividades DIF MUNICIPAL

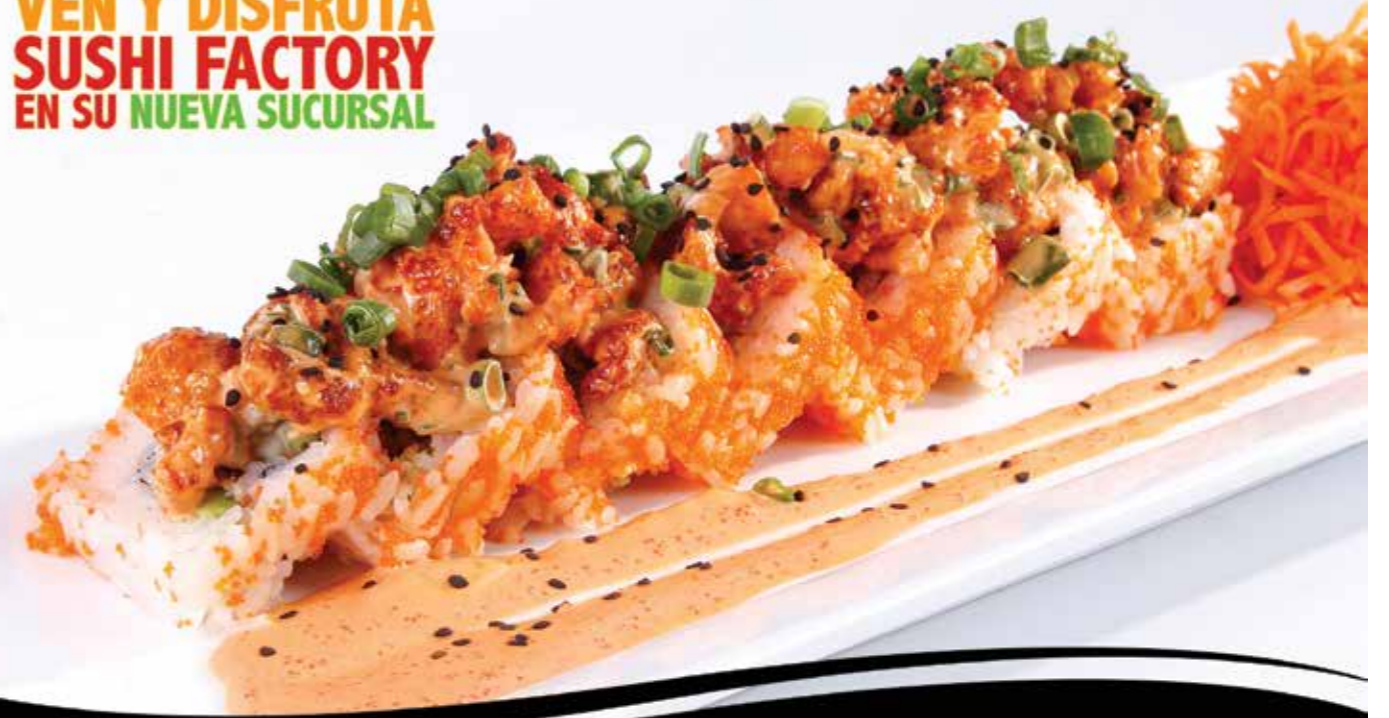
■ **LUGAR:** Oficinas del DIF municipal

■ **DETALLES:** Invitados, amigos y el presidente municipal Carlos Bustamante, se dieron cita en las instalaciones de

DIF municipal para presentar el tercer informe de actividades, el cual constó en diez logros llevados a cabo durante la estancia de la lic Carolina Bustamante como presidenta del patronato DIF municipal.



LA ESPERA HA TERMINADO  
VEN Y DISFRUTA  
SUSHI FACTORY  
EN SU NUEVA SUCURSAL



@sushi\_factory SushiFactoryMx sushifactory sushifactorymx  
www.sushifactory.mx

PASEO TIJUANA  
chapultepec

SUSHI FACTORY  
ies para mí!

CULIACÁN - GUADALAJARA - LA PAZ - MORELIA - TEPIC - TIJUANA



# BRINDAN POR NOVENO ANIVERSARIO DE VENUS CHOCOLATES

- **EVENTO:** Noveno aniversario de Venus Chocolates
- **DETALLES:** Con gran felicidad, familiares y amigos se reunieron para celebrar los nueve años de éxitos de Venus Chocolates, uno de los negocios de su giro preferido por los tijuanaense.



www.venuschocolates.com



Obsequios especiales para momentos inolvidables



Síguenos ...



Tel: 9729338 Nxt: 152\*147797\*7

Tapachula 5-A Col. Hipódromo Tijuana B.C

# CELEBRAN LANZAMIENTO DEL NUEVO AUTO VENTO

- **EVENTO:** Lanzamiento del auto Vento de la Volkswagen.
- **LUGAR:** Emporio Automotriz
- **DETALLES:** Invitados especiales y medios de comunicación se dieron cita en la agencia automotriz para ser testigos de la presentación del nuevo auto Vento, el cual tuvieron oportunidad de conocer algunas de sus características. Al final, los invitados disfrutaron de especial ambigü.

FOTOGRAFÍA RAFAEL RAMÍREZ



PRECIOS DESDE \$178,175

## Nuevo Vento

Está de tu lado

 /volkswagentijuana  
www.vw-emporio.com.mx

**EMPORIO AUTOMOTRIZ DE TIJUANA S.A. DE C.V.**  
**TIJUANA** Blvd. Sánchez Taboada 10350, Zona Río. Tel. (664) 634-2444  
**ENSENADA** Ave. Gral. J. Jesús Clark Esq. Miguel Alemán. Tel. (646) 174-4625





# PREPARAN CARNAVAL ANTIFAZ

■ **EVENTO:** Reunión por el próximo 3er Carnaval Antifaz.

■ **DETALLES:** Con la finalidad de ofrecer detalles de su tercer carnaval, la Fundación Luz ofreció interesante charla en la que estuvieron presentes, entre otros, las embajadoras: Sara Hauter de Gross con su comparsa The Golden Era; Mónica

Padilla de Gallego, comparsa Mystical; Tati Bórquez de Honold, comparsa Havana Nights, y Daniela Cárdenas de Izus, comparsa México, quienes con un solo equipo y tienen el objetivo primordial de apoyar a adolescentes con necesidad de atención. El evento se realizará el próximo 28 de febrero del 2014.



# CELEBRAN APERTURA DE CALIFORNIA PIZZA KITCHEN

■ **EVENTO:** Inauguración de California Pizza Kitchen sucursal Tijuana

■ **LUGAR:** Paseo Chapultepec

■ **DETALLES:** Acompañados de empresarios, familiares y amigos los

directivos del restaurante California Pizza Kitchen celebraron la inauguración de su 15avo restaurante, distribuidos en seis estados de la República Mexicana.

FOTOGRAFÍA RAFAEL RAMÍREZ



La mejor plaza de Tijuana

## Plaza LAS PALMAS

Todo en el mejor lugar

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

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

## CADA MANANA

Lunes a Viernes de 9 a 11 am

Simultáneo por Uniradio 1470

CON MARTHA ANTILLÓN Y JAVIER RENTERÍA



# INAUGURAN STUDIO DANCE ABILITY TIJUANA

■ **EVENTO:** Inauguración de Studio Dance Ability Tijuana.  
 ■ **LUGAR:** Colonia Marrón  
 ■ **DETALLES:** Momentos muy especiales se vivieron durante el corte de listón de Studio Dance Ability Tijuana, la primera escuela

de danza exclusiva para personas con necesidades especiales físicas y mentales, la cual estuvo a cargo de Zarema Vega, el futbolista Fernando Arce y Pedro Ochoa, director general del Cecut.

FOTOGRAFÍA RAFAEL RAMÍREZ



# LITTLE'S CELEBRA EN GRANDE INAUGURACIÓN

■ **EVENTO:** Inauguración de segunda boutique Little's  
 ■ **LUGAR:** Plaza Jalisco, col Cacho  
 ■ **DETALLES:** Acompañados de amigos, familiares y clientes, Little's boutique festejó en grande su segunda inauguración en plaza Jalisco, en la colonia Cacho,

en donde sus invitados disfrutaron de una amena tarde degustando canapés, diversos postres y un brindis posterior a las emotivas palabras que compartió la directora general por la segunda apertura de la boutique Little's.

FOTOGRAFÍA RAFAEL RAMÍREZ



11 DE DICIEMBRE

**ALFONSO ZÁRATE MÉXICO**  
 MOMENTO POLÍTICO Y PERSPECTIVAS

8AM. @GHT

Público Gral. 500.00 + IVA  
 Socios & Estudiantes 300.00 + IVA

\*Boleto por estudiante presentando credencial vigente.  
 Cupo Limitado en vivo.

\*Para mayor información de nuestro expositor, visite nuestra página: coparmextijuana.org

Info. Lic. Francisca Arellano de la Torre, Oficina: 682.99.50 ext. 117  
 Mail: eventos@coparmextijuana.org Dirección: Ave. Netzahualcoyotl 1650 C.P. 22520

A un Excelente Precio

Ayuda al Medio Ambiente. Utilizando Cartuchos

**Cartuchos de Tóner Re-Manufacturados 100% Garantizados**  
 No Rellenados, a un Cartucho Relleno, únicamente le ponen más Tóner

Los Cartuchos de Tóner Plus cuentan con Rodillos y otros Componentes Nuevos para garantizar la calidad de Impresión.

Además se instala Microchip Nuevo para Monitorear el Nivel de Tóner y Rendimiento.

Reduzca sus Costos hoy llamando a Tóner Plus

¡Entrega a Domicilio! por pedidos mayor a \$ 1,000 pesos

**TÓNER Plus**

Tel: (664) 607 2728, Av. Margaritas # 3048, Jardín Dorado, Tijuana, B. C.

**Little's**  
 Ropa y accesorios para niños y niñas

10% de descuento

\*Todo Diciembre

Contamos con ropa para toda ocasión en marcas MAYORAL, PEACHES AND CREAM, GIOCARÉ, JEEP entre otras

Macroplaza Cacho  
 Tel 625 0580

Macroplaza Cacho  
 Tel 634 1095

Bldv. Insurgentes #18015 M-5 Av. Jalisco esq. G. Balarezo #2592-5

DISEÑOS DeSanti

**Textiles de Hogar Hipódromo**

Telas de tapicería, exclusivamente de línea papel tapiz, europeo y americano paneles dimensionales de pared acrílicos.

Distribuidor autorizado de los mejores fabricantes textiles con garantía.

Costos accesibles desde \$100.00 pesos

Avenida Zitácuaro 178 Col. Hipódromo, Tijuana, B.C.  
 (664) 622 8675 Síguenos en:  
 Desanti Textiles de Hogar



# INAUGURAN DEPELLE TIJUANA RÍO

- **EVENTO:** Inauguración de Depelle Tijuana Río
- **LUGAR:** Zona Río
- **DETALLES:** En especial ambigüo, se llevó a cabo la apertura de este negocio, donde brindarán servicio de fotodepilación, rejuvenecimiento, lipoescultura y tonificación, eliminación de manchas de acné, entre otros.



## Apoyar el deporte en el estado es uno de los objetivos de Mazda Baja California para el 2014. Como lo demostró en el pasado Paseo Ciclista Rosarito-Ensenada:



Bajo el tema *Mazda te transporta a la aventura*, la marca participó patrocinando a 3 equipos de ciclistas de cada una de la ciudades donde se encuentran sus agencias, Mexicali, Tijuana y Ensenada.

Aproximadamente más de 120 ciclistas se vistieron de amarillo mazda y recorrieron el divertido paseo. Asimismo, Mazda apoyo en las estaciones de agua ofreciendo fruta y área de descanso para los ciclistas.



El equipo de colaboradores Mazda también se sumó al recorrido y felices llegaron a la meta, entre los que se encontraban el Ing Ernesto Elorduy Director Comercial de Grupo AutoPasión, Rogelio Alvarez, Gerente General, Isaac Corrales Gerente de Post-Venta y Luz Elena Castillo Gerente de Mercadotecnia. Ya en la meta Mazda exhibió los racks especiales para cargar las bicidetas y accesorios para viajar con todo el equipo de ciclismo siempre cómodos.



### ENSENADA

Tel: (646) 15-MAZDA  
Blvd. Costero 1368. Fracc. Bahía Ensenada.

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

### TIJUANA

Tel: (664) 134-4444  
Via Rápida Poniente 15305, 3era. Etapa Río Tijuana, casi llegando al puente Berton/D Higgins.

### MEXICALI

Tel: (686) 564-4999  
PLAZA LIENZO: Calz. CETYS y Blvd. Gómez Morín

Mazda Baja California se suma al apoyo del ciclismo en el Estado y continuará impulsando este deporte, para el siguiente paseo que es en mayo 2014, se busca formar el equipo Mazda Baja, a través de éste y otros medios te informaremos las bases para formar parte del equipo Mazda.