

Año 7, Edición no. 83 - [58págs.] - Tijuana, BC - Septiembre 2014



# MUJER

## actual

LO QUE  
NO FUE  
EN TU AÑO  
**¿sí hace  
daño?**

JOSÉ  
CLEOFÁS  
**Arreola León:**  
APASIONADO DEL CAFÉ

**PADRES  
EFECTIVA Y  
TÉCNICAMENTE  
PREPARADOS**

*Martha*  
**Plascencia**  
TRABAJO, ESFUERZO Y AMOR

**45 AÑOS DE CONQUISTAR CON SUS PIZZAS**



FOTOGRAFÍA LEÓN CHARGOY







# Un Lugar de *Ensueño*

## Promociones Disponibles ¡Reserve Ahora!

Disfrute de hospitalidad Bajacaliforniana con la calidez característica de Real del Mar

Reservaciones Tijuana: (664) 631.3670-76 México: 01.800.788.1023 USA: 1.800.803.6083 E-mail: [reservations@realdelmar.com.mx](mailto:reservations@realdelmar.com.mx)

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



Pizzeria Albasoul  
Pabellón Gastronómico Real Del Mar



Restaurante Hacienda Real  
Pabellón Gastronómico Real Del Mar

### El desarrollo residencial más importante de Baja California, inaugura una nueva sección para una *Nueva Generación*

Exclusiva pre venta de Lotes Residenciales

FRISA "Constructora de ciudades" con visión a futuro y un lugar donde habitar, ha diseñado un proyecto habitacional de 109 lotes urbanizados con servicios subterráneos de nivel residencial, de diferentes dimensiones y nivelación, ofreciendo ejemplos de prototipos arquitectónicos adaptables al diseño de terracerías.



**PARQUE REAL**  
RESIDENCIAL

Oficinas: (664) 631.3458  
Correo: [ventas@realdelmar.com.mx](mailto:ventas@realdelmar.com.mx)





Planes

# Tablet

Llévate una Tablet **GRATIS**

Tu mejor compañera

Además con el

**DOBLE de MB por 6 meses**

Apúntate



TABLET GRATIS en Plazo forzoso a 24 meses. El DOBLE de MB aplica en los meses 2, 4, 6, 8, 10 y 12. La renta de \$300 corresponde al Plan Tablet 30000. Aplican condiciones de contratación. 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. Las tarifas publicadas incluyen 10% IVA. Precios sujetos a cambio sin previo aviso. Para conocer costos y planes visita <http://www.internet.telcel.com>. Más información en Centros de Atención a Clientes y Distribuidores Autorizados Telcel. Vigencia al 31 de agosto del 2014.



**Polaroid Jet 703**

**GRATIS**

por \$399 al mes

con 3GB para navegar

\$2,659 en **¡amigo!**



**Ipad Air**

16GB *telcel 4G LTE*

**GRATIS**

por \$899 al mes

con 10GB para navegar

\$9,109 en **¡amigo!**



**Sony SGP351  
XPERIA Z Tablet**

**GRATIS**

por \$899 al mes

con 10GB para navegar

\$10,599 en **¡amigo!**

## Meses sin intereses

con tarjetas participantes

## Claró-video

El mejor entretenimiento en donde quieras.

\$69 al mes

**1 MES GRATIS** Para clientes Telcel

# CONTENIDO

Septiembre 2014

TU PAREJA

6pág.

TU PERSONA

8pág.

TUS HIJOS

12pág.

GASTRONOMÍA

18pág.



UNA VENTANA AL VALLE

22pág.

MUJERES INSPIRANDO MUJERES

26pág.

HOMBRES DESTACADOS

28pág.

LA OTRA MITAD

30pág.

VALORES Y GENTE

32pág.



PORTADA

MARTHA PLASCENCIA

FOTOGRAFÍA LEÓN FELIPE CHARGOY

leonchargoy@todonimagen

MAQUILLAJE CLEMENTE ROSAS FÉLIX

14págs.

CIUDAD ACTUAL SAN DIEGO

36pág.

OPINIÓN RELIGIOSA

38pág.

ARQUITECTURA EMBLEMÁTICA

40pág.

PERFIL Y OBRA

42pág.

SOCIALES

49 a la 58págs.

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

 : soymujeractual  : @soymujeractual\_  : @soymujeractual  @soymujeractual



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

**40%**

Hasta un

**90%**

DEL PRECIO REGULAR

**prime**   
**SHOES & MORE**

DONDE PAGAS MENOS POR ZAPATOS, ROPA Y ACCESORIOS DE DISEÑADOR



cupón

**50%**  
de descuento

en la segunda prenda al  
pagar la primera a precio regular.

El descuento solo aplica para ropa en el artículo de menor valor.

Promoción valida solo al presentar este cupón.

No valido con otras ofertas, promociones o descuentos

Solo un cupón por cliente. Valido hasta el 30 de septiembre, 2014.

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

# PRIMERA PERSONA

## ¡Estamos de FIESTA!

**E**ste mes, Mujer Actual cumple orgullosamente 7 años y medio de su fundación, tiempo durante el cual desde marzo 2007 a la fecha, se han publicado 90 revistas que han llegado a cientos de hogares, negocios, oficinas, consultorios...

El crecimiento que hemos tenido ha sido muy importante, pues cada cambio se ha realizado pensando en que nuestros lectores reciban un producto de calidad.

Agradezco a nuestros lectores, clientes y proveedores por su confianza y a mi gran equipo de trabajo que contribuye al éxito de Mujer Actual. El compromiso es seguir ofreciendo un contenido familiar con artículos avalados por especialistas, así como continuar con importantes secciones como: Valores y gente, Perfil y obra, Sociales y Mujeres inspirando mujeres, sólo por mencionar algunas. Somos la única revista que maneja en promedio 80 páginas de contenido mensual.

Por otra parte, en esta edición te presentamos en Mujer del Mes a la matriarca de una de las familias más arraigadas y queridas en Tijuana, la sra. Martha Huerta de Plascencia, quien ha logrado junto con su familia ganarse el corazón de los bajacalifornianos a través del arte culinario.

En la sección de Mujeres Inspirando Mujeres te compartimos la historia



de Liliana Castellanos Mendiola, quien encabeza Mujer Pyme, un proyecto donde las mujeres con espíritu emprendedor tienen acceso a capacitaciones y entrenamiento especializado para adquirir y mejorar sus habilidades para desarrollar proyectos de negocios con visión global e innovadora.

En la sección de Hombres Destacados te presentamos a Cleofas Arreola, un ciudadano orgullosamente tijuaneño y de activa Participación Social, que lo colocan en el Paseo de la Fama de Tijuana 2014.

Esto y mucho más encontrarás en esta edición. ¡Disfrútala!

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

**¡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**  
Roxana Solares

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

**ATENCIÓN A CLIENTES**  
Ixchel Flores  
Karina Castellón  
Leticia Quintero  
Fernanda Fontés  
Cynthia López  
Rosa E. Santiago

**ATENCIÓN A AGENCIAS**  
Mayra Velázquez

**VENTAS ENSENADA**  
Lorena Inzunza

**COLABORADORES**  
Alejandra Enciso  
Diosa Doméstica  
José Gabriel Rivera Delgado  
María E. Lozano  
Mayra Medina de Híjar  
Padre Jorge Echegollén Flores  
Susan Monsalve  
Yolanda Valenzuela

**FOTÓGRAFOS**  
León Felipe Chargoy  
[leonchargoy@todonimagen]  
Claudia Talavera  
[azulstudio33@hotmail.com]  
Alfredo Hernández [664] 641.82.80  
Everardo Castro [664] 398.58.44  
Rafael I. Ramírez [664] 376.92.70

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

**FE DE ERRATAS**  
En la edición 82 del mes de agosto, en la sección de Perfil y Obra, página 46 dice: Lalo Saavedra creador del Cebrá Gracia, lo correcto es: Lalo Saavedra creador del Burro Gracia.

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 83, inicio de impresión el 15/08/2014. Los autores son los únicos responsables por su opinión y no necesariamente expresan la de los editores. Mujer Actual investiga la seriedad de sus anunciantes, mas no es responsable por las ofertas o información que aparece en los anuncios. Edición mensual. Edición mensual. Tiraje 25,000 ejemplares. Mujer actual es distribuida de manera gratuita en las ciudades de Tijuana, Rosarito, Ensenada, y San Diego.

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





DISFRUTA LA VISTA



MÁS ESPECTACULAR

# DOMINGO DE BRUNCH

9 AM - 1 PM




ABIERTO AL PÚBLICO



Información o Reservasiones:

- US: 619-713-7722
- MX: 01-661-612-5227

-  Loscristalesrestaurante
- Lasolasresortspa.com

Carr. Libre Tij - Ens Km. 35.16  
Punta Calafia Rosarito Mex.



# LO QUE NO FUE EN TU AÑO ...¿sí hace daño?

POR MAYRA MEDINA DE HIJAR

**M**uchos hemos escuchado recomendaciones que las madres o abuelas de antaño daban a las mujeres más jóvenes respecto a los hombres, una muy conocida es: "Mira cómo trata a su madre, porque así te tratará a ti".

Sin duda, esta observación no está tan alejada de la verdad, ya que en ella se reflejaba la personalidad a través de la proyección psicológica de la relación hijo-madre sobre la relación hombre-mujer (esto aplica en ambos sexos), indicando con esto el tipo de pareja que seríamos.

## LOS AÑOS PATERNOS/MATERNOS

La calidad de la relación con nuestros padres reflejará el grado de madurez alcanzado sobre la figura femenina y a su vez, la relación paterna sobre la figura masculina. Por ejemplo: consideremos si aún de adultos dependemos emocionalmente de uno o ambos padres, si su aprobación es la última palabra actualmente, si saben a detalle nuestra vida íntima, si no los involucramos en nada de nuestra vida, si presentamos sentimientos reprimidos como ira, amor, culpa o vergüenza frente a su imagen, si los menospreciamos, si nos referimos negativamente de ellos con los demás, si les faltamos al respeto, si los ponemos en un pedestal, si estamos

acostumbrados a que nos resuelvan todo... aspectos como estos y otros más, determinarán la madurez o falta de ella que proyectaremos en nuestras relaciones íntimas.

## LOS AÑOS DE LA EX PAREJA

Algo muy similar ocurre con la madurez alcanzada en nuestras relaciones de pareja pasadas. Pero, ¿Quién quiere hablar de los ex cuando tenemos la oportunidad de un presente y un futuro tan cerca de la mano? ¿Quién quiere saber el nivel de responsabilidad que el pretendiente tuvo en su divorcio pasado? ¿Quién no descalifica al (la) infiel que abandonó a nuestro(a) ahora amado(a)? ¿Quién agradece que nuestro prospecto no quiera ni oír el nombre de su ex? ¿Quién se muerde los labios o sale corriendo cuando el (la) candidato(a) habla muy bien de su ex o, peor aún, mantiene un contacto cordial? .... (Espacio para que medite sus respuestas y tome el teléfono de su terapeuta).

## EL HOY DE LA NUEVA PAREJA

No significa que en la primera cita hagamos una investigación profunda del pasado familiar o de pareja de nuestro nuevo amor, eso rompería el encanto cuyo misterio forma parte del enamoramiento, esa ceguera temporal que nos impide fijarnos en ciertos detalles, si así





fuera, si el percibir el mínimo rastro de inmadurez en las relaciones determinara su continuidad, simplemente el planeta estaría vacío de nosotros.

Sin embargo, lo verdaderamente importante es observarnos, evaluarnos en nuestra madurez con las relaciones tanto paternas como con nuestras parejas pasadas. En la medida en que aprendamos a hacernos responsables de nuestro actuar pasado y presente, podremos ser más que observadores, personas sensibles y receptivas de lo que deseamos dar y en cierta medida recibir de los demás.

Reconocer, responsabilizarse, reconciliarse y aprender de nuestro pasado, sin duda nos blanquea el camino a experiencias mucho más maduras y nos permitirá comprender el contexto de nuestra pareja y de nuestros seres amados, en función de cómo han reconocido, responsabilizado, reconciliado y aprendido de su propio pasado, no para evitarlo o repetirlo, sino para continuar madurando al lado de nosotros.



\*La autora es Psicóloga Familiar y de Pareja.  
[www.facebook.com/psic.mayra.medina](http://www.facebook.com/psic.mayra.medina)  
[www.psicofamiliaypareja.com](http://www.psicofamiliaypareja.com)

**Solmar**  
HOTELS & RESORTS

*Ven y Escápate a Cabo San Lucas*

Quédate en Solmar Resort Todo Incluido a solo unos pasos de la Marina, Restaurantes, Clubs Nocturnos y Plaza Comercial.



*Minimo de estancia 3 noches*

- Habitación Studio en Todo Incluido ocupación doble
- 20% descuento en Cabo Adventures (excepto buceo, velero o tour de bicicleta en montaña)
- 20% descuento en Sunset Cruise con Bucaneros
- Amabilidad de bienvenida (vino espumoso y fresas con chocolate)
- 20% descuento en masajes en el Spa Cabañas
- Impuestos y servicios incluidos

MAYO 01- AGOSTO 17, 2014

\$1,250 pesos por persona, por noche

AGOSTO 18-SEPTIEMBRE 30, 2014

\$1,100 pesos por persona, por noche

\*\$500 pesos por niño máximo 2 niños

Reservaciones al 01-800-398-9898

ó [reservaciones@solmar.com](mailto:reservaciones@solmar.com)

Código: MUJER



**SOLMAR HOTELS & RESORTS**

Av. Playa Grande # 1 Cabo San Lucas,  
BCS México 23450. Tel (624) 145 75 75  
Fax (624) 143 6655 · LADA 01800 398 9898  
[www.solmar.com.mx](http://www.solmar.com.mx)



SIGUENOS



*Hospitalidad* INFINITA



# El milagro DEL PERDÓN

Hasta que no aprendamos a perdonar, no podremos dar por concluido nuestro pasado y, hasta que no demos por concluido nuestro pasado no podremos ser seres adultos y completos en el presente

POR MARÍA E. LOZANO

**R**ecordemos que "milagro" es "mi - logro" así que el perdón tiene que salir de ti, lograr hacer algo distinto en beneficio tuyo.

Si estuvieras con un sicoterapeuta, te haría ver que hay tres demonios que impiden tu desarrollo: creencias tragadas -es decir, introyectos- experiencias obsoletas y asuntos inconclusos. Todo esto no se refiere ni al presente ni al futuro, estaríamos hablando del tiempo más poderoso y sobre el cual sólo tú tienes el control absoluto: itu presente!.

HABLEMOS SOBRE LO QUE PASARÍA DE HACER EL MILAGRO:

**SE TENDRÍA**

**QUE ABANDONAR** la identidad atorada en el pasado, ya no más sentirse herida ni víctima. ¿Sería sano avanzar en forma sana y productiva?

**AVANZARÍAMOS**

con el aprendizaje. ¿Sería bueno desarrollarnos a partir de nuestras heridas?

**EL DOLOR ES**

**INEVITABLE**, el sufrimiento opcional, lo dijo Budha. ¿Sería conveniente evitar sentimientos negativos sabiendo que no compensan el dolor?

**ENFRENTARÍAMOS**

**AL DOLOR**. ¿Sería adecuado atravesarlo, sin

minimizarlo para luego trascender?

**SABRÍAMOS**

**QUE PERDONAR ES UN PROCESO QUE**

**SANA**. ¿Estaría bien sanar con un experto otras heridas que se relacionan con lo que ahora nos ofendió, conectándolas a lo superior para reconocer el crecimiento que se logra a través de esta experiencia?

**DEJAR DE ILUSIONAR-**

**NOS**. ¿Sería prudente renunciar a la fantasía de que si no perdonamos estaríamos castigando a quien nos lastimó?

**YA NO MÁS "OJO POR**

**POR DIENTE"**. ¿Sería realmente liberador para mí abandonar la idea de devolver la ofensa?





**PARA SABER PERDONAR TOMEMOS EN CUENTA QUE:**

- NO SIGNIFICA PASAR POR ALTO.** ¿Qué pasaría si pongo límites?
- NO ES OLVIDAR.** ¿Qué obtendría yo si aprendo de la experiencia y la canalizo para mí bien?
- NO ES SIMULAR NI PRETENDER QUE TODO ESTÁ BIEN.** ¿Cómo me sentiría si contacto mi realidad y busco la manera de transformarla?
- NO ES UN TRABAJO RÁPIDO.** ¿Qué tal si me tomo el tiempo para hacer conciencia, practicar la constancia y la comprensión de mí misma y del otro?
- DECIDIRSE.** ¿Qué tal si acepto, lo siento y lo suelto?
- NO ES OBLIGACIÓN.** ¿Qué si considero que el perdón es un acto de voluntad propia que afecta solamente a mí?
- NO SE TIENE DE VUELTA LO DE ANTES.** ¿Y si trabajo el cambio y trasciendo a partir de ello?

Entonces comprendemos que el perdón es un trabajo interno que hace que nos desprendamos del dolor y sólo así se libera y se va encontrando sanación. Tratemos de identificar y eliminar esa barrera que nos aísla de este proceso y nos endurece. Hacer el milagro nos ablanda, siendo la única manera de moldearnos otra vez. Ya nos lo dijo John Bradshaw: "Hasta que no aprendamos a perdonar, no podremos dar por concluido nuestro pasado y, hasta que no demos por concluido nuestro pasado no podremos ser seres adultos y completos en el presente".

*\*La autora es Life Coach especialista en Orientación de grupos, desarrollo humano y Gestalt. Docencia en nivel medio superior y Capacitación Empresarial.*

# LA TERRASSE

SAN ROMAN

AT ALXIMIA, VALLE DE GUADALUPE

## Cocina Baja-Provencale

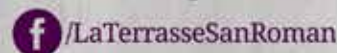


**Miércoles a Viernes:**  
12:00 pm a 8:00 pm  
**Sábado:**  
9:00 am a 8:00 pm  
(Abierto para el desayuno)  
**Domingo:**  
9:00 am a 6:00 pm  
(Abierto para el desayuno)



**Reservaciones al**  
(646) 196 7803  
**E-mail:**  
info@laterrassesanroman.com

**Ubicación:**  
Km.3 El Tigre carretera  
(al ALXimia, junto al Rancho El Parral)  
Valle de Guadalupe, B.C, México



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





MUSCAT  
EVENTOS



CELEBRA TU EVENTO  
CON NOSOTROS

Bodas XV años  
Despedidas  
Baby showers  
Cumpleaños, etc..



VANGUARDIA, ELEGANCIA Y MODERNISMO  
UN LUGAR ESPECIAL

T. (664) 681 7729

[muscateventos@gmail.com](mailto:muscateventos@gmail.com)

Ave. Alba Roja 14153, Col Sonoita 22106 Tijuana B.C. Mx.

LUZE  
SECADO EXPRESS

TE BRINDAMOS MAYOR PRESTIGIO AL MEJOR PRECIO

SECADO	\$90
PLANCHADO	\$90
ONDAS	\$140
RETOQUE	\$300
TINTES DESDE	\$300
CORTES	\$200
CORTE CABALLERO	\$150
GELISH	\$200
MANICURE	\$130
PEDICURE	\$190
ACRILICAS	\$200
TRATAMIENTOS DESDE	\$350
MOROCCAN OIL	
WELLA ENRICH Y MAS	
BRAZILIAN BLOWOUT	\$1000LS
GLOBAL KERATINA	\$1000LS



AVE. SONORA #66 (LA RECTA) TELEFONO: 622 5101 LUZESECADO



CONTAMOS CON VALET PARKING



rafael.vázquez  
PHOTOGRAPHY

[www.rafaelvazquez.net](http://www.rafaelvazquez.net)

[info@rafaelvazquez.net](mailto:info@rafaelvazquez.net)

[rafaelvazquezweddingphotographer](https://www.facebook.com/rafaelvazquezweddingphotographer)



1663 Sierra Verde en **OTAY RANCH**



**\$499,900.00**<sup>USD</sup>

4 recámaras  
y 2.5 baños

RECIENTE REMODELADA

1626 Falling Star en **EASTLAKE**



**\$514,900.00**<sup>USD</sup>

5 recámaras  
y 3.5 baños

EXCELENTE DISTRITO ESCOLAR

997 Red Granite en **OTAY RANCH**



**\$689,900.00**<sup>USD</sup>

5 recámaras  
y 4.5 baños

RECIENTE REMODELADA



PARA MAYORES INFORMES

**IRAIS YU**

619-572-2534

iraisyu@gmail.com

**ROBERTO YU**

619-616-8485

r.robertyu@gmail.com



# Programa PET: PADRES EFECTIVA Y TÉCNICAMENTE PREPARADOS

POR YOLIAND VALENZUELA

**E**l programa PET (Padres Afectiva y Técnicamente Preparados) fue desarrollado por Thomas Gordon en Estados Unidos a partir del modelo de liderazgo, con base en la metodología de la psicoterapia centrada en el cliente de Carl Rogers.

Gordon opina que el liderazgo consiste en una serie de funciones que son propiedad del grupo y deberían ser "distribuidas" entre sus miembros.

El líder más efectivo es aquel que crea las condiciones para ceder el papel de líder típico y se vuelve un miembro más del grupo, como consecuencia los otros miembros llevarán a cabo algunas de las funciones del líder.

Los líderes deberán crear

## LOS CONCEPTOS MÁS IMPORTANTES DEL CURSO PET SON LOS SIGUIENTES:

- Escuchar activamente
- Mensajes yo
- Método 3 o método nadie pierde
- Manejo del choque de valores

las condiciones para que todos los miembros se sientan seguros para comunicar sus ideas y sentimientos.

El líder centrado en el grupo necesita establecer un modelo para manejar a los demás "reflejando los sentimientos" o "escuchando empáticamente", que es también una de las principales habilidades usadas por el terapeuta centrada en el cliente.

El curso PET enseña a los padres varias técnicas de comunicación para ser puestas en práctica con sus hijos y con personas cuya relación es para ellos valiosa o importante. Muchos papás reportan en estos cursos sus "éxitos" al emplearlas también en su área de trabajo, ya sea con subordinados o con superiores.

### ESCUCHAR ACTIVAMENTE, UNA EXPERIENCIA UNIVERSAL

Es una habilidad que consiste en reflejar por medio de la palabra el sentimiento que el niño está expresando, a fin de que se haga consciente de lo que siente y, sobre todo, que se sienta plenamente aceptado por sus padres tal y como es.

La mejor forma de ayudar a las personas a liberarse de sus sentimientos negativos es alentándolas a expresarse abiertamente.

Este es uno de los objetivos de la forma activa de escuchar, ya que ayuda a que los niños sepan con exactitud cuáles son sus sentimientos. Después de





El “mensaje yo” implica una clara comunicación, dice algo de mí, se refiere a mí, es un mensaje que expresa una verdad sobre mí. Un “mensaje yo” es una especie de auto-apertura, da información sobre mí como individuo, como persona, y no en el papel de papá, mamá, esposo, jefe, etc.

expresarlos, desaparecen como por arte de magia.

Escuchar activamente ayuda a que los niños tengan menos miedo de los sentimientos negativos, promueve una relación cálida entre el padre y el hijo, facilita que el niño resuelva sus problemas e influye en que el niño sienta más deseo de escuchar también las ideas y pensamientos de sus padres.

Que alguien escuche nuestros puntos de vista facilita que nosotros escuchemos los suyos; esto constituye una experiencia universal. Los niños se abrirán para recibir los mensajes de sus padres si éstos los escuchan primero.

#### MENSAJE YO, UNA COMUNICACIÓN EFICAZ

Son herramientas maravillosas para la comunicación humana, no sólo para comunicarnos con los niños sino con todas las personas con quienes nos relacionamos. Estos mensajes nos hacen sentir seguros respecto de lo que decimos, y notamos su eficacia en el cambio de conducta que los otros efectúan para ayudarnos a satisfacer nuestras necesidades.

El “mensaje yo” implica una clara comunicación, dice algo de mí, se refiere a mí, es un mensaje que expresa una verdad sobre mí. Un “mensaje yo” es una especie de auto-apertura, da información sobre mí como individuo, como persona y no en el papel de papá, mamá, esposo, jefe, etc.

Cuando establezco comunicación con un “mensaje yo”, entonces me muestro auténtico y congruente; es decir, lo que estoy sintiendo coincide plenamente con lo que estoy diciendo. Hay congruencia.

Con el “mensaje yo” es más fácil para los demás ver u oír lo que pasa en mi interior, saber quién y cómo realmente soy. Con los “mensajes yo” podemos expresar de forma eficaz nuestras necesidades, para ganar respeto y ayuda de los demás. Existen cuatro “mensajes yo” que nos ayudan a vivir y aumentar los momentos libres de problemas con nuestros hijos.

*En la siguiente edición te hablaré sobre el “mensaje yo”, el método 3 o nadie pierde y el manejo de choque de valores.*

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



TEACHER CERTIFICATION PROGRAM

CERTIFICATE COMO  
GUÍA MONTESSORI



PROGRAMA ESCOLAR

- Horario de 3:00 PM a 8:00 PM
- Curso BILINGÜE
- Duración del programa escolar con opción a un año o dos años
- Próximo curso Enero 2015

#### ACREDITACIÓN Y CERTIFICACIÓN

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



Tel. (619) 421 2249

612 Paseo del Rey,

Chula Vista, CA 91910

e-mail: montessorihills@hotmail.com

www.montessorihillsacademy.com





# Martha Plascencia

## TRABAJO, ESFUERZO Y AMOR

POR ALEJANDRA ENCISO

**U**na de las familias con mayor arraigo en Tijuana es la de los Plascencia; con casi cinco generaciones en esta ciudad, han logrado un lugar en su corazón a través del arte culinario. La matriarca de la familia, Martha Huerta de Plascencia cuenta cómo inició todo. Desde un joven noviazgo hasta once nietos y dos más en camino.

"Siento mis setenta años, claro que los siento... nadie queremos sentirnos viejos, yo no me siento 'viejita'. Estoy viviendo horas extras porque tuve cáncer hace siete años. Dios me ha dado la oportunidad de estar aquí y tiene que ser por algo... me preguntaba ¿Qué es? ". La respuesta fue canalizada hacia un grupo de mujeres sobrevivientes de cáncer, que se reúnen una vez al mes para comer y buscar cómo ayudar a través de su experiencia a más personas con esta enfermedad. Otra de las respuestas que la Sra. Plascencia encontró, fue la fortaleza al cruzar este camino. "Te ayuda. Cuando alguien de tu familia padece una enfermedad o tiene un apuro, tú ya te hiciste fuerte; viéndolo de ese lado, fue una experiencia muy bonita porque recibí mucho. Amigos, familia, cariño de amigas que no veía desde la primaria, encontraron mi número y me marcaron, eso te da fortaleza". Desde hace años se encuentra

'haciendo la lucha' para brindar ayuda. "Necesitas hacer algo por alguien más. Es muy importante compartir tus experiencias y ayudar. Aunque sea con un poquito vas ayudando". También desde hace más de veinte años, pertenece al club Soroptimista cuya misión es mejorar la vida de mujeres y niñas en comunidades locales en todo el mundo. A través de esa asociación ha contribuido a distintas causas como el apoyo a enfermos terminales con comida, camas, pañales y otras necesidades. "Hay otro proyecto de una señora que da desayunos en Valle Verde. Esto es el complemento de mi vida porque tengo tanto por qué darle gracias a Dios. Mi familia preciosa, mi marido lo máximo" explicó Martha conmovida quien en breve cumplirá 49 años de casada.

### ¿DE DÓNDE VINO LA IDEA?

Martha y Juan José trabajaban en el Banco de Comercio ubicado en la calle quinta de la zona centro. Al llegar cada quincena y no haber opciones de pizzerías en la ciudad de Tijuana, cruzaban a Chula Vista. "Nos íbamos al 'Pernicanos' a comer pizza. Pues no había acá. No lo hemos podido comprobar, pero al parecer fuimos la primera pizzería en la república, ni en México había. Estaban restaurantes italianos pero no pizzerías". Además al Sr. Plascencia mejor conocido como 'El Tana' tenía gusto y talento por la cocina. Cocinaba para sus amigos y hasta para los jefes. "Siempre tuvo esa cosa de hacer pizzas y se preguntaba -¿Por qué tenemos que ir al otro lado a comer pizza?- hacía las pizzas que estaban muy buenas".

### EN BREVE

- **LIBRO FAVORITO:** Snow flower and the Secret Fan de Lisa See
- **MÚSICA FAVORITA:** Jazz latino
- **MAYOR FORTALEZA:** Mi familia
- **MAYOR DEBILIDAD:** Ir al cine
- **ARTÍCULO INDISPENSABLE:** Mi labial
- **FRASE FAVORITA:** "En vida, hermano, en vida" de María Rabatte

### "EL PAPÁ DE TODOS"

En 1969 después de 5 años de casados, abrieron el Giuseppis, restaurante que se convirtió en tradición para las familias tijuanaenses. "Decidimos rentar un localito en la Cacho y la primera vez que abrimos, tuvimos que cerrar tres veces porque él sabía amasar pizzas, pero el cálculo de la comida no salía. Pues calculaba 20 pizzas y cual, no duraban. Había colas y colas. Además de los amigos que iban a apoyarnos, estaba la gente que quería probar. Eran cuatro mesitas. Yo era la mesera, la cajera y la que limpiaba. En veces hacía las pizzas. Los dos, mi esposo y yo hacíamos todo. Después subí de categoría y ya nada más era la cajera" cuenta la señora Martha riendo contenta al recordar. Siguió subiendo de 'categoría' en el restaurante desempeñando cada puesto, posteriormente vinieron los hijos siendo su trabajo principal; el trabajo en Giuseppis continuó los fines de semana. "Desde el primer día empezamos





FOTOGRAFÍA LEÓN CHARGOY  
MAQUILLAJE CLEMENTE ROSAS FÉLIX



con el pie derecho. Por muchos años fuimos los únicos. Ahora hay mil cadenas... o mil quinientas algo así". El Giuseppis es 'el más querido'. "Yo quiero mucho al Giuseppis del boulevard y les digo a mis hijos que no se les olvide porque de ahí, salió para todos. De ahí nació todo". Y viene otro para finales de este mes o principios del que entra, en el centro entre la calle tercera y segunda.

**EL RESPETO, LA FAMILIA Y EL DÍA A DÍA**

Hablando de compartir experiencias, la señora de Plascencia establece que el respeto entre la pareja es muy importante al igual que inculcarle el respeto a los hijos y el amor entre hermanos. "Mi marido me quiere mucho y yo lo quiero mucho a él. Sufrimos mucho para poder casarnos, pero lo hicimos porque estábamos muy enamorados y hemos trabajado al brazo juntos. Mis hijos igual todos muy integrados. Es un ejemplo que dimos y ellos se lo darán a sus hijos y así se va pasando. Un gran respeto por su papá, por la familia. Lo aprendieron así porque desde chiquitos trabajaban. Cada domingo ir y cumplir

Un granito de arena como familia. Tijuana es mi ciudad, mi amor, mi todo. Con mucho orgullo

sus dos, tres horitas lavando platos y trabajar. Siempre vieron a su papá trabajar y a su mamá un poquito también, pues de ahí les nació el amor". Considera que las hijas son más apegadas a los padres que los varones y, quiere mucho a sus nueras. Considera también, que la clave está en ser una 'suegra alivianada'. "Yo tengo muy bien ubicado que los hijos se casan y forman su propia familia. No hay celos. Si se les olvida mi cumpleaños, no pasa nada ya vendrá otro año. Trato de tener mi distancia como suegra y cuando nos vemos, lo hacemos con mucho gusto. Que esté la familia unida es mi más grande satisfacción".

Los viajes son de sus cosas favoritas y pone en práctica la frase 'En vida hermano en vida'. Otra de las cosas que disfruta mucho es jugar golf, deporte que practica dos veces a la semana. "Tengo un grupito de amigas que jugamos por el placer de estar juntas y de caminar entre los árboles. No somos competitivas. Trato de subirme a la caminadora dos veces a la semana también".

La señora Martha considera que con el esfuerzo y el trabajo todo se va dando. "Mi marido es restaurantero de corazón y somos bastante sencillos. Las cosas materiales nunca han sido nuestra prioridad. Tratamos siempre de andar lo más que podemos juntos, que mejor dinero el invertido en tu familia, cuando tu familia te corresponde; que invertirlo en otras cosas. Esa es nuestra filosofía".

En cuanto a la ciudad que la vio nacer y en la que ha desempeñado tan importante papel, 'Tita' (como le dicen sus nietos) comparte: "Mi ciudad donde nací, crecí, vi nacer a mis hijos y donde pusimos un granito de arena... (O un granote)" dice entre risas. "Un granito de arena como familia. Tijuana es mi ciudad, mi amor, mi todo. Con mucho orgullo".



Patronato de Becas del CEUX A.C.

¡YA LLEGÓ!

12º Sorteo

Gana Becando



Foto sólo para ilustración

4 AUTOS ÚLTIMO MODELO

Primer premio: Renault Duster Expression 2015

¡Y MUCHOS PREMIOS MÁS!

SORTEO: 7 DE NOVIEMBRE DE 2014 | Campus Mexicali a las 12:00 pm | Boleto \$150 M.N.

Tel. 6213550 ext. 142 patronato.xochicalco.edu.mx No. de permiso: 20131038PS02



*"Del Valle a tu mesa productos 100% orgánicos de la región de BC"*



*Licha*

Pan Artesanal fresco todos los días...  
**¡VISÍTANOS!**



● Ensaladas ● Jugos ● Smoothies ● Licuados ● Cafés ● Paninis

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



El  
Lugar  
de  
**NOS**

Tel: (665) 521 3340

Bvd. Juárez #384  
Col. El Refugio  
Tecate B.C. C.P. 21440

"Cocinando  
con Amor"







# Es la cocina mexicana

## PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD

POR MÓNICA MÁRQUEZ

**L**a comida tradicional es parte importante de la cultura de un país; la manera en cómo se habla, su historia, sus tradiciones, su vestimenta y, sin duda alguna, lo que se come, define las características de una región y sus habitantes.

Baja California, un estado de gran diversidad en el que llegan personas de todas partes de la República Mexicana, es un auténtico mosaico de colores, sabores, ingredientes y aromas.

El pasado 8 de agosto salió en el diario oficial del Estado un suceso muy importante para la cocina de Baja California: se decretó a la cocina de Baja California Patrimonio Cultural Inmaterial de los bajacalifornianos.

Todo comenzó con la Declaratoria de



la UNESCO a la Cocina Tradicional Mexicana con trabajos hechos desde los años 80, cuando se inició con la lucha para que la gastronomía mexicana se

convirtiera en patrimonio de la humanidad, varias personas entregaron expedientes, entre ellas Cristina Barros, pero justo cuando empezaron las celebraciones en Puebla sobre la comida típica poblana se derivaron las primeras propuestas, explicó Jiapsy Arias González, catedrática de Culinary Art School.

Posteriormente, entregaron algunas propuestas a la Unesco pero no salieron victoriosos, explicó, pues no lograron que la gastronomía mexicana se convirtiera en patrimonio de la humanidad. Además, hasta ese momento no se había contemplado a la comida como parte del patrimonio, a pesar de que es parte de la cultura de una nación.

Dijo que después se hizo otra propuesta para hacer que el maíz se convirtiera en patrimonio nacional, pero analizando la situación Gloria López Morales, presidenta del Conservatorio de la Cultura Gastronómica Mexicana, sugirió que era mejor proponer a la

gastronomía mexicana en general y no sólo un producto, por lo que ella y algunos investigadores, entre ellos el Dr. Luis Alberto Vargas y Cristina Palacios, además de algunos chefs, empezaron a trabajar en esa idea.

Tiempo después empezaron a realizar eventos de cocinas tradicionales y tuvieron la idea de rescatar trabajos con cocineras tradicionales como las de humo en Veracruz o las de Michoacán que sirvieron de soporte al expediente presentado a la UNESCO.

Las cocinas michoacanas fueron el punto esencial para que otros estados también dieran a conocer lo tradicional de su gastronomía. Finalmente en el 2010 por fin se decretó que la gastronomía mexicana es patrimonio cultural de la humanidad.

La cocina de Baja California es una cocina que nace por el producto maravilloso fruto de los litorales y esta tierra bendecida, aderezada con migraciones, además no la encuentras en otra parte porque no se puede replicar en otros lugares por la misma conformación de la gente que está aquí

#### LA COCINA DE LA BAJA

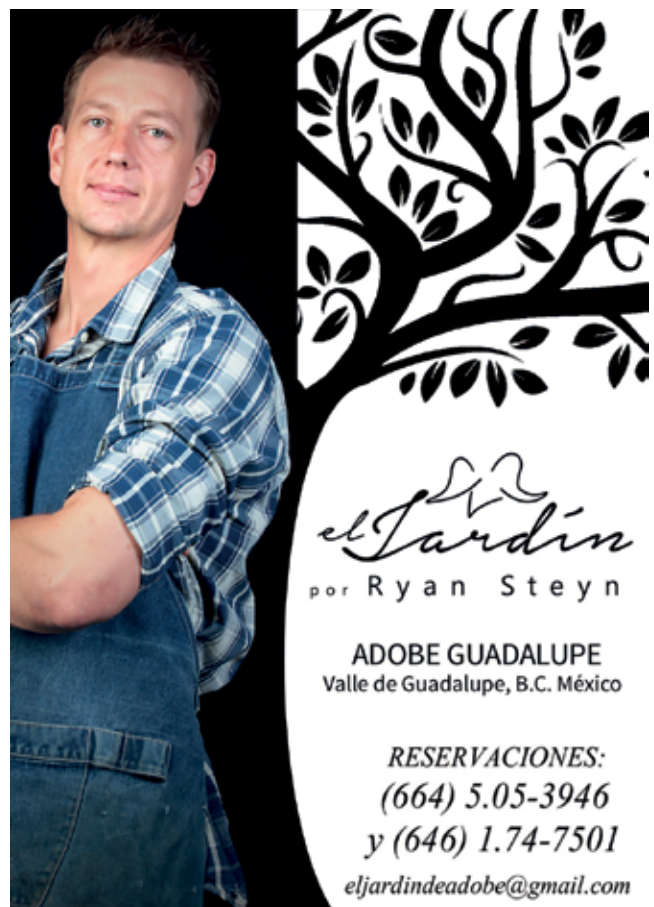
A partir de la declaratoria, el Conservatorio de la Cultura Gastronómica Mexicana, que preside Gloria López en la Ciudad de México, hizo la invitación para que cada estado tuviera su propio conservatorio, proyecto al que se unió Baja California.

Javier González, Irais Piñón y Ana Laura Martínez fueron quienes tomaron la idea y fundaron el conservatorio en esta región, con la finalidad de salvaguardar, rescatar y promocionar la cocina de Baja California y que las instituciones esculturales los apoyen para poder llevar a cabo el inventario que conforma nuestra cocina.

"¿Qué es la cocina de Baja California?", cuestionó Ana Laura Martínez, la gran desconocida, piensas en Yucatán y piensas en la cochinita pibil y el achiote... en Baja California hay mucha riqueza desconocida o que no está articulada para representarse como estado... somos un

estado con una gastronomía que es una potencia cultural".

"El trabajar en la cocina propia de Baja California es primero conocer quiénes estaban aquí antes de que llegaran todas las migraciones; se hizo un expediente con todas las etnias... empezamos a reconocer ciertos ingredientes, después un recorrido rápido por las misiones, migrantes extranjeros que aportaron algo, después las migraciones que vienen del interior donde también traen su propuesta de cocina", explicó.





Sin duda, nuestra región es rica gastronómicamente por su gran mezcla de sabores, olores..., expuso, bien podemos ver en una esquina un letrero donde dice: "carnitas estilo Michoacán"... más adelante uno que dice: "birria estilo Jalisco" o "tamales estilo Sinaloa", formando así este mosaico que es Baja California.

De ahí que aquellas personas que vienen de otras partes de la república saben hacer cierta comida a su estilo pero llegan a la región y se encuentran con nuevos productos y aplican lo que saben con lo nuevo y es ahí donde nace la cocina de Baja California, considero.

"La cocina de Baja California es una cocina que nace por el producto maravilloso fruto de los litorales y esta tierra bendecida, aderezada con migraciones, además no la encuentras en otra parte porque no se puede replicar en otros lugares por la misma conformación de la gente que está aquí".

## LOS BENEFICIOS

De acuerdo con Ana Laura Martínez, el hecho de que esta cocina se declare como patrimonio de la humanidad tiene grandes beneficios, el primero es que se podrán dar a conocer las riquezas desconocidas que existen en la región.

"Cuando tú le das valor a un alimento o preparación y te haces consciente de su consumo, enriqueces a tu región".

En definitiva, esta cocina posee muchas riquezas gracias a su ubicación geográfica y a su clima, aseguró, entre ellas la variedad de sus productos, los cuales muchos de ellos son desconocidos pero son apreciados por otras culturas, por ejemplo el pepino de mar, la almeja generosa y el erizo.



Por ello, es importante conocer los productos que tenemos en la región, valorarlos y saberlos preparar y después consumirlos para que las riquezas se queden aquí, considero.

## DE LO MEJOR NUESTRA COCINA

Como en todo, también en la cocina existen medidores y gracias a ellos podemos saber que algunos restau-

rantes se encuentran en los primeros lugares, uno de ellos es la Guía de San Pelegrino, donde se publicaron a los 50 mejores restaurantes de América Latina, entre ellos se encuentran: los restaurantes Corazón de Tierra y Laja, en el Valle de Guadalupe, así como Merotoro, que aunque está en la Ciudad de México es de la inspiración Yair Téllez de Laja.

**EL GRANO DE ORO**  
Tortillería, Carnicería y Abarrotes

¡Nueva!  
**Cocina Express**

¡Hacemos tu cocina más fácil con deliciosa comida lista para llevar!

Disponibles en:

Suc. Salinas	Suc. Central	Suc. Cacho	Suc. Benton
191 71 54	104 16 29	681 87 55	972 06 31

[granodeoro.com.mx](http://granodeoro.com.mx)





## BONAPARTE

BELLE CUISINE & BAR

### *Plat Principal*

MEJILLONES CON CHISTORRA  
CHISTORRA, MORRON, TOMATE Y VINO BLANCO

PECHUGA DE PATO  
SALSA DE HIGOS, PURE DE CAMOTE Y VERDURA

PASTA CON ALMEJAS  
DELICIOSA PASTA ALDENTE COMBINADA CON TROCITOS  
DE ALMEJA Y SALSA CREMOSA

### *Contamos con Mixiología de la Casa*

JOSEFINA  
VODKA, ARANDANO, ANGOSTURA Y TORONJA FRESCA

GUILLOTONA  
MEZCAL, NARANJA, ANGOSTURA Y CIRUELAS CON CHILE

KYR ROYAL  
CHAMPAGNE CON CHAMBORD

### *Brunch Domingos*

DE 10:00 AM A 2:00 PM

OMELETTE CHAMPS ELYSEES  
QUESO, ESPARRAGOS, JAMON Y SALSA HOLANDESSA

CROISSANT DE BRIE  
QUESO BIRE, QUESO DE CABRA Y BERRIES

OMELETTE GRUYERE  
ESPINACAS, HONGOS Y TOCINO BAÑADOS  
EN CREMA DE QUESO GRUYERE

BOTTOMLESS MIMOSAS  
DOMINGOS DE 10AM A 2PM



CALLE COLOMBIA 2511, LOCAL 1 COLONIA CACHO, TIJUANA. RESERVACIONES 200 2347





# ¿CONOCES A LOS KUMIAI?

Esta comunidad indígena, localizada cerca del Valle, se dedica a las actividades agropecuarias y artesanales

POR SUSAN MONSALVE  
Y HORACIO MONCADA



**E**n la cercanía del Valle de Guadalupe se encuentran localizadas dos comunidades indígenas Kumiai en San Antonio Necua y San José de la Zorra, cuyos pobladores son descendientes de los primeros habitantes; de acuerdo a los hallazgos realizados comenzaron a llegar a esta región en un periodo que va de los 4 mil a 2 mil años.

San José de la Zorra, localizada a 16 kilómetros del Ejido el Porvenir, es una bella comunidad ubicada en un pequeño valle habitada por aproximadamente 200 personas, las cuales en su mayoría se dedica a las actividades agropecua-

rias como la ganadería o el trabajo en los ranchos y viñedos cercanos.

En esta comunidad, habitan artesanas que continúan elaborando la tradicional cestería de junco y sauce; en los últimos años, han ganado gran relevancia al obtener premios nacionales tanto sus técnicas como premios en lo individual.

## TURISMO ALTERNATIVO

San Antonio Necua, ubicado en las cercanías del arroyo Guadalupe y al pie de la Sierra Blanca, es la otra comunidad Kumiai del Valle de Guadalupe. Al igual que los pobladores de la otra comunidad, también se dedican a las actividades agropecuarias y principalmente al





trabajo relacionado con la vitivinicultura.

En años recientes, la comunidad ha iniciado actividades de turismo alternativo, cuentan con un área de acampar, asadores y un centro de visitantes que tiene un museo donde se presenta parte de su cultura e historia, así como un módulo de ventas, donde se pueden adquirir artesanías o plantas utilizadas en su herbolaría tradicional.

El uso de la herbolaría es muy importante en su cultura, y para su conocimiento, Baja California cuenta con una gran variedad de plantas medicinales. Algunos de los platillos tradicionales que los Kumiai consumen son flor de quiote, cebollinas, atole de bellota, cilantro, tunas silvestres, conejo, palomas y codorniz.

### ARTE ÚNICO

El arte kumiai es único y se constituye de hermosas piezas de rama de sauce que recolectan en primavera, con éstas elaboran vasijas y figuras decorativas de diversas formas y tamaños. También utilizan la piel de res, las vértebras de víbora de cascabel, las semillas, plumas y las cuentas de colores. Cada año se realiza un festival muy importante (Festival Nativa), en el que pueden conocer más sobre esta interesante cultura.

¡Valle de Guadalupe tan cerca de ti, tan increíble!

FOTOGRAFÍA ADOLFO GARCÍA



COCINA CAMPESTRE CON EL SABOR DEL VALLE DE GUADALUPE

**F·U·E·G·O**  
-RESTAURANTELOUNGE-

LA MAYORÍA DE NUESTROS PLATILLOS SON ELABORADOS CON PRODUCTOS DE NUESTRO PROPIO HUERTO ORGÁNICO.



EN EL CORAZÓN DEL VALLE



Reservaciones: (664) 688.7008, (664) 529.8516  
f fuegorestaurantlounge  
fuegorestaurantlounge.com





*Coca-Cola*  
*Life*



ENDULZADA  
NATURALMENTE  
BAJA EN CALORIAS\*

\*BASADA EN UNA PORCIÓN DE 200ML

HAZ DEPORTE **HOLA** 01800-704 4400 llama sin costo INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR

COCA-COLA LIFE es una marca registrada de The Coca-Cola Company, D.R. © The Coca-Cola Company 2014. *un producto de The Coca-Cola Company*





# Liliana

## CASTELLANOS DEJA HUELLA A TRAVÉS DE MUJER PYME

POR MÓNICA MÁRQUEZ

**O** riginaria de esta ciudad y con el firme deseo de impulsar a otras mujeres hacia el éxito, Liliana

Castellanos Mendiola encabeza Mujer Pyme, un proyecto donde las mujeres con espíritu emprendedor tienen acceso a capacitaciones y entrenamiento especializado para adquirir y mejorar sus habilidades para desarrollar proyectos de negocios con visión global e innovadora.

Egresada de la carrera de Diseño Gráfico con maestría en Mercadotecnia, Liliana Castellanos se ha dedicado por más de 15 años a las Relaciones Públicas y MKT. En el 2000 inició con su firma Vertex, la cual en el 2010 cambió al nombre de EC/PR Group.

En el 2012 llevó a cabo la primera edición de Mujer Pyme, un evento que rebasó sus expectativas por la gran necesidad de apoyo que existe en las mujeres para impulsar sus proyectos y sacar a sus familias adelante. El próximo 25 de septiembre en Bit Center Tijuana





se llevará a cabo la 3ra edición del Foro Mujer Pyme. Para platicarnos sobre este proyecto, sus logros y experiencias, Mujer Actual charló con Lily Castellanos.

### **¿CÓMO TE INVOLUCRAS EN MUJER PYME?**

Precisamente por la empresa de EC/PR Group, uno de los clientes de la firma era la Secretaría de Desarrollo Económico (Sedeti), la cual hacía algunos mixers para mujeres emprendedoras a los que llamaba Mujer Pyme; estos encuentros eran aproximadamente de 100 personas. Este programa nos lo encomienda la Secretaría con la finalidad de rediseñar algo totalmente diferente que dejara huella en las mujeres de la región. Para ello, invito a Edna Patricia Hernández a este proyecto, para entre las dos armar algo que realmente tuviera relevancia en la mujer emprendedora y empresaria empoderándola e impulsándola a crecer. Así ideamos Mujer Pyme.

### **¿CUÁL HA SIDO TU MAYOR RETO EN MUJER PYME?**

El concientizar e involucrar a los organismos para que nos apoyen y se sumen al proyecto. Mujer Pyme no persigue fines de lucro, el acceso es gratuito. Es un proyecto muy grande que nació por la necesidad de las mujeres a emprender negocios, por lo que necesitamos mucho del apoyo de los organismos y dependencias de gobierno para poderlo llevar a cabo.

### **¿QUÉ HACE FALTA PARA QUE LAS MUJERES TENGAN MAYOR PARTICIPACIÓN?**

Decisión y motivación. La mujer es la que tiene que participar y depende de ella formar parte en el sector empresarial. No es que no se acepte a la mujer en la dinámica empresarial, sino que ella misma se está relegando, muchas veces por la falta de apoyo y los diferentes roles que juega (mamá, esposa, hija, empresaria, etc). Existen muchos proyectos de mujeres que casi no se conocen por su poca participación en el sector. Y hay otras mujeres con grandes deseos de participar y emprender, pero no se atreven...

Nuestro mensaje en Mujer Pyme es: "Te ayudamos a emprender, te llevamos de la mano con quien te puede mostrar el mejor camino hacia el éxito, te mostramos ejemplos de cómo "sí se puede", te presentamos con la dependencias de apoyo para que te ayuden con los trámites... pero necesitamos que te pongas las pilas, te decidas y participes".

Te ayudamos a emprender, te llevamos de la mano con quien te puede mostrar el mejor camino hacia el éxito, te mostramos ejemplos de cómo sí se puede, te presentamos con la dependencias de apoyo para que te ayuden con los trámites... pero necesitamos que te pongas las pilas, te decidas y participes

### **¿QUÉ DIFERENCIA HAY DEL PRIMER AÑO A LA FECHA EN MUJER PYME?**

Este tercer año, Mujer Pyme pasó de ser un "evento" para ser un "proyecto" anual conformado por: 1. Concurso de Idea o Proyecto Innovador de Negocios, se lanzó en mayo la convocatoria y del cual participaron 40 proyectos de mujeres. 2. El Foro Mujer Pyme 2014, que es el evento magno que se llevará a cabo el 25 de Septiembre y este año con la participación especial de Margarita Gralia (como empresaria, no como actriz) para la conferencia magna con el tema de: "La Esencia de la Mujer Triunfadora". Y 3. Bloque de Mujer Innovadora en el marco de Tijuana Innovadora, con un panel de casos de éxito de mujeres destacadas como Beatriz Acevedo (productora), Ximena Valero (diseñadora de modas), Flor Franco (chef) y Margarita Castro (fundación Castro Limón); dos conferencias magistrales con Devorah Szekeli (Rancho la Puerta) y Lu Cordova (CEO of Corlund Industries); y la premiación del Concurso de los Proyectos Innovadores de Mujeres.

### **¿QUÉ TE HA DEJADO MUJER PYME COMO APRENDIZAJE?**

Que muchas mujeres a pesar de los diferentes roles que juegan, y sin apoyo la mayoría de las veces, con un poco de decisión, son capaces de sacar a sus familias adelante rebasando tremendos retos, además de ayudar a otras a hacer lo mismo. Esa red de apoyo que se está dando es algo increíble y lo veo en toda la región. Además, aprendimos que con un poco de decisión las mujeres pueden hacer grandes aporta-

ciones a sus familias, a su comunidad y a la región en sí... Las mujeres son formadoras, y por ello una gran clave para lograr el cambio que tanto buscamos en nuestro país.

### **¿QUÉ CARACTERÍSTICAS CONSIDERAS QUE DEBE TENER UNA MUJER EMPRENDEDORA CON HAMBRE DE HACER ALGO?**

Decisión. Cuando tienes la decisión de hacer algo, todos los caminos se te van acomodando y buscas la forma de cómo sí se pueden hacer las cosas.

### **¿CUÁLES SON TUS MAYORES LOGROS PROFESIONALES Y PERSONALES?**

Definitivamente el equilibrio entre mi vida personal y profesional es mi gran reto, pero también mi mayor logro. Mujer Pyme es un proyecto muy absorbente y demandante, es mucha la responsabilidad pero la compartimos con una gran compañera Paty Hernández y un gran equipo que nos respalda, eso me permite equilibrar con otros proyectos pero sobre todo con mi vida personal y familiar.

### **¿TIENES ALGÚN PROYECTO EN PUERTA?**

Con mi esposo y otros socios seguimos emprendiendo, ahora incursionando en la gastronomía con una empresa llamada Indulge Catering en San Diego Ca., y Valle de Guadalupe; también estamos iniciando en Encuentro Guadalupe Convivia Cantina Artesanal; y en otro giro de ventas por internet participamos también en la empresa de Click Baja en Tijuana.



# JOSÉ CLEOFÁS Arreola León:

## ORGULLOSO TIJUANENSE APASIONADO DEL CAFÉ

POR KARLA V. RENTERÍA A.

**A**mante del buen gusto y los exquisitos aromas de granos de café, Cleofás Arreola es un hombre con un talento especial y Don carismático que lo hace único a la hora de conducir un evento ya sea como maestro de ceremonias o juez barista en competencias mundiales.

Licenciado en Administración de Empresas, José Cleofás Arreola León ha participado durante más de 20 años como Director General de Tropical Moka, S.A. de C.V., empresa regional Fabricante de Café Sabarex por más de 64 años, en donde se elabora el primer café gourmet del Noroeste del país gracias a los exigentes procesos de selección de los mejores granos de altura que se producen en México.

José Cleofas es el único mexicano representante de World Coffee Events; además, forma parte del Comité de Certificación de Jueces de la WBC (World Barista Championship) para el hemisferio Americano y por 12 años consecutivos ha sido juez certificado por la WBC. Es co organizador y maestro de ceremonias en la "Competencia Mexicana de Baristas" en México desde el 2002 a la fecha.

Ha tomado innumerables cursos sobre el café para conocer sus características y a pesar de que en un principio se negaba a trabajar en el negocio del café, no pasó mucho tiempo para quedar atrapado de por vida en este mundo mágico de sabor y aromas.

### ¿SIEMPRE TE GUSTO EL CAFÉ O HUBO ALGO QUE MARCÓ TU VIDA?

Fui invitado a trabajar en este negocio del café hace muchos años pero no sa-

Tú puedes tener el café de mejor calidad pero mal preparado va a ser un café malo y puedes tener un café de menor calidad pero bien preparado, no será un mal café

bía nada sobre el tema, así que busqué un curso para empezar a conocer y creo que quedé atrapado en el cuándo en mi primer curso, fui sorprendido con tres mesas de catación en las que cada una de ellas tenía seis cafés de seis orígenes diferentes y cada muestra tenía tres tuestes distintos. Hasta ese momento, yo pensaba que todo el café era igual... imagínate mi error... Yo pensaba: "¿Qué tan difícil puede ser? ¡Café es café!"

Gracias a ese curso descubrí que el café no crece en todo el mundo, sólo ciertos países tienen la enorme fortuna de poder producirlo, entre ellos se encuentra México. ¿Sabías que nuestro país ocupa del 4to al 6to lugar de producción a nivel mundial, dependiendo del año?

Me di cuenta que el café ofrece un sabor distinto, según como se hubiese procesado, según como se hubiese tostado y finalmente según como se hubiese preparado. Todo eso me pareció tan



mágico: que un producto pudiera tener mil caras, y sobre todo, darme cuenta que la mano del hombre ya sea la mano del producto o recolector o tostador o finalmente la del barista puede afectar el sabor de la taza que se ofrece.

### EL CAFÉ SIEMPRE PRESENTE

Para Cleofás Arreola el café une lazos, pues aún recuerda el primer trago de café que le dio su papá a escondidas de su mamá, tendría como tres años pero fue un momento especial que lo vinculó más a él.

"El café siempre está presente en la vida de las personas, pues cuando uno anda de pretendiente invita a la amiga o novia un café, cuando estás de estudiante te desvelas para un examen acompañado de un café, cuando se acaba una boda no te corren, te envían un café y con eso ya sabes que es hora de decir gracias, sin olvidar que cuando uno muere lo despiden con un café".

### ¿QUÉ ES LO QUE DISTINGUE A UN BARISTA DE CALIDAD?

Yo creo que la pasión por el oficio y por el café, su conocimiento del café de calidad y de las diferentes técnicas para prepararlo, sin olvidar un excelente servicio de atención al cliente. Un buen barista siempre busca la excelencia.



## EN BREVE

### ■ BEBIDA FAVORITA:

Café americano preparado en método Chemex.

### ■ LIBRO FAVORITO:

La Consagración de la Primavera, de Alejo Carpentier.

■ **HOBBIE:** Leer, escuchar música, ir al cine, viajar, conversar y escuchar a la gente.

### ¿CÓMO LLEGASTE A SER JUEZ DE BARISTAS?

Conociendo las técnicas para competir uno mejora la calidad. Por ello, cuando vi las competencias de barista, reconocí la importancia de la calidad y el papel que juegan los jueces para mejorar el desempeño de los baristas y con ello, mejorar el café que disfrutamos los consumidores en general. Tú puedes tener el café de mejor calidad pero mal preparado va a ser un café malo y puedes tener un café de menor calidad pero bien preparado, no será un mal café.

### ¿CUÁL ES TU MAYOR APORTACIÓN DEL MUNDO DEL CAFÉ?

Durante más de 14 años me he dedicado a entrenar jueces en diferentes países del mundo para prepararlos y certificarlos para que puedan certificarse como jueces nacionales de baristas.

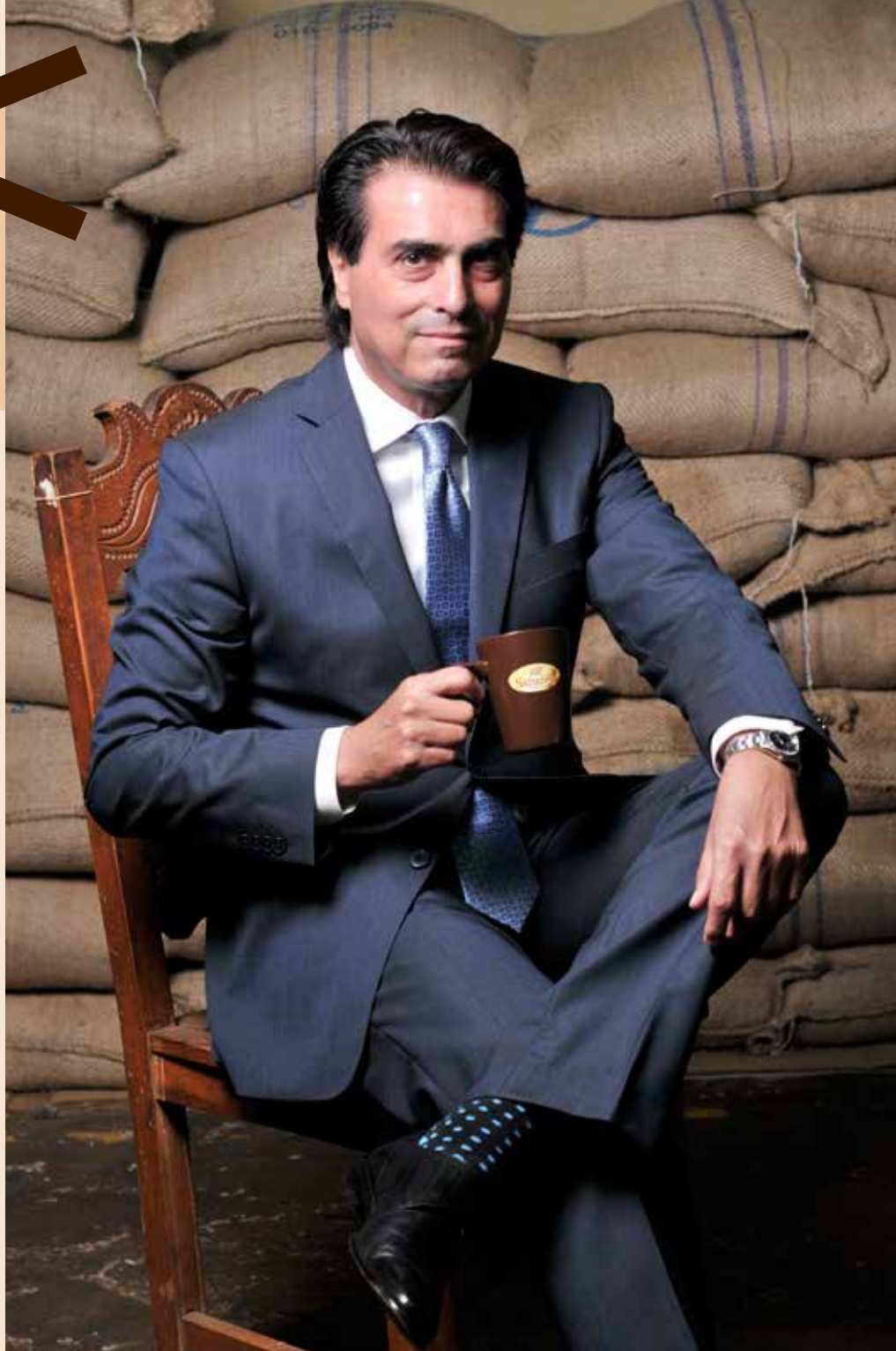
Hemos entrenado campeones nacionales y mundiales de baristas. Muchos de estos jueces han logrado certificarse como jueces internacionales. Ser juez les ha abierto la puerta a otros oficios, desde entrenadores hasta tostadores y empresarios. Por otro lado, soy co-fundador de la Competencia Mexicana de Baristas desde hace 14 años por donde han pasado más de mil baristas y de ellos, muchos ahora son tostadores, entrenadores, empresarios y todo esto ha contribuido a la creación de empleos y con ello, al pago de impuestos.

### ¿QUÉ ES LO QUE MÁS ADMIRAS DEL CAFÉ?

Su nobleza. Admiro mucho a los productores que contra viento y marea, en nuestro país, dan trabajo a más 500,000 familias para que el gran público consumidor pueda degustar cafés mexicanos de excelente calidad.

### ¿CUÁL SERÍA UNO DE TUS MEJORES RECUERDOS DE TUS INICIOS EN EL MUNDO DEL CAFÉ?

Tener la fortuna de encontrarme en el



FOTOGRAFÍA CLAUDIA TALAVERA

camino con personas valiosas que no tuvieron ningún reparo en compartirme abiertamente sus conocimientos.

### CONSEJOS PARA PREPARAR UN BUEN CAFÉ:

- 1. NO COMPRAR MUCHO**, sólo lo que vas a consumir en una semana para que siempre esté fresco.
- 2. USAR AGUA DE BUENA CALIDAD**, inodora, limpia, con ciertas partículas disueltas, alrededor de 150 mil por millón.
- 3. TENER UN CAFÉ DE BUENA CALIDAD** y molerlo justo antes de utilizarlo.
- 4. DARTE EL TIEMPO** de disfrutar una buena taza de café.

José Cleofás Arreola León es un ciudadano orgullosamente tijuaneño y de activa Participación Social, es consejero del CECUT (Centro Cultural Tijuana), El Trompo, Museo Interactivo de Tijuana, CDT (Comité de Desarrollo Económico de Tijuana), Promotora de las Bellas Artes, Fundación Esperanza de México, Fundación Castro Limón y es parte del Senado Universitario de la Universidad Iberoamericana de Tijuana, acciones que influyeron tal vez en la decisión de reconocerlo este 2014 en el paseo de la fama de Tijuana.



# CUOTA DE GÉNERO

## ¿NECESARIA PARA LA PARTICIPACIÓN DE LA MUJER EN LA POLÍTICA?

POR GUSTAVO FERNÁNDEZ DE LEÓN

**L**a cuota de género en la política busca un mayor equilibrio de participación entre hombres y mujeres, particularmente en el ámbito legislativo. La modificación al artículo 257 de la Ley de Instituciones y Procedimientos Electorales del Estado de Baja California de 20 de abril de 2012, menciona que en ningún caso las candidaturas a diputados y regidores podrán exceder más del 60% de candidatos propietarios del mismo sexo. Aunque no lo dice expresamente, queda claro que se busca que más mujeres ocupen puestos de elección popular. ¿Es necesaria esta ley para una mayor y mejor participación de la mujer en la política?

A principios del siglo pasado la participación de la mujer en el ámbito político, académico y empresarial era mínimo, o inexistente en algunos de los casos. Por ejemplo, en las Olimpiadas de Francia en 1900 participaron por primera vez mujeres con un 2% de atletas en tres disciplinas (tenis, golf y croquet). En Londres 2012 se registró una participación femenina del 46% siendo la primera vez que lo hacen en todos los deportes, demostrando que con esfuerzo y perseverancia se pueden alcanzar importantes peldaños.

Aunque algunas actividades tienden a ser dominadas por el género femenino como educadoras en un 98%, trabajo y atención social en 95%, enfermería en un 91%, según datos del INEGI, también en algunas actividades tradicionalmente para varones las mujeres han ganado lugares importantes. Así en Tijuana, tenemos la primera directora de policía y tránsito municipal, como hecho inédito en nuestra ciudad y nuestro estado y la cuarta a nivel nacional. También tenemos a una exitosa pugilista conocida por ser la primera mujer Cam-

peona del Consejo Mundial de Boxeo, una presidenta estatal de un partido político entre muchos otros casos exitosos. Además, algunas transformaciones se han dado de forma natural como la tradicional imagen del profesor varón del siglo pasado que en la actualidad se transforma a un 89% de docentes mujeres, o los trabajadores de ciertas industrias en las que cada vez la mano de obra femenina toma mayor relevancia.

En México prácticamente somos una población mitad hombres y mitad mujeres, y ambos géneros tenemos el mismo acceso a estudiar, a practicar algún deporte, a desempeñar alguna disciplina o profesión según nuestra Constitución Política.

A pesar de la igualdad de condiciones, se ha contemplado que la evolución de la mujer en la política nacional y local debe ser reforzada con una ley que obliga a los partidos a postular a un número determinado de candidatas.

En el trayecto de mi vida he conocido mujeres y hombres exitosos, que han sabido salir adelante y posicionarse en todos los ámbitos tanto del sector público como privado, con esfuerzo, perseverancia, estudio y dedicación. Y este proceso de superar cualquier barrera social o cultural, los hace mejores y más fuertes generando un natural proceso de selección para que lleguen siempre los mejores.

Este es un tema que genera controversia con manifestaciones en los extremos a favor o en contra, los primeros asegurando que la mujer necesita ayuda para posicionarse en la política y otros, que consideran que el reconocimiento de las personas debe ser por su capacidad, trabajo, esfuerzo, preparación y valores y no por su género, edad, preferencia sexual y creencias religiosas.

Para tener un mejor cuerpo legislativo debemos garantizar que se dé la igualdad de condiciones,

y exigir que lleguen los mejores legisladores de ambos géneros a través de un proceso de selección por capacidad y competencias, y buscar que esta ley ayude al equilibrio pero que no demerite el trabajo de las mujeres que con gran esfuerzo han logrado posiciones importantes en la política.

*\*El autor es Presidente de Coparmex Tijuana, tiene una Maestría en Administración de Instituciones Educativas por el Tec de Monterrey.*

*gustavofernandezdeleon@hotmail.com*







# CREPERÍA POLANCO

## *abre sus puertas*

*Apoyada con el programa Aviso de Apertura Inmediata*



*La propietaria de CREPERÍA POLANCO inicia su negocio en centro comercial Pets Inn, con la asesoría especializada que el H. Ayuntamiento de Tijuana otorga a través de la Secretaría de Desarrollo Económico, impulsando así el éxito de las empresas locales.*

Con el programa de Aviso de Apertura Inmediata, inicias operaciones con solo notificar por internet. Tienes hasta 90 días hábiles para solicitar y obtener tu licencia de operación de giros comerciales.

[www.sedeti.tijuana.gob.mx/aperturainmediata](http://www.sedeti.tijuana.gob.mx/aperturainmediata)

**¡Abre tu  
negocio  
YA!  
Solo Avisa**







# ANIMATE A WAY

## PREVIENE LA VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO A TRAVÉS DEL ARTE

POR TATIANA MARTÍNEZ

“**T**here is always a way” es el emblema con el que Karla Duarte y su equipo de trabajo motivan desde el 2010 a muchas jóvenes a prevenir la violencia en el noviazgo y en el hogar, bajo el entendido de que siempre existe una manera de hacer el cambio.

Que logra una artista comprometida con la labor filantrópica en ambos lados de la frontera? La creación de “Animate a Way”, una organización sin fines de lucro que enseña a jóvenes latinas que radican en la zona de Linda Vista en San Diego, a utilizar el arte como herramienta para elevar la conciencia social y promover el cambio dentro de su comunidad.



**KARLA DUARTE.**

“Desde que iniciamos el proyecto nos dimos cuenta de que las jóvenes son muy receptivas, lo absorben todo como si no fuera foráneo o extraño, es algo con lo que se identifican. La violencia doméstica viene de muchas

formas, verbal, física, financiera y emocional. Nos damos cuenta que no discrimina estatus económico o educativo”, asegura Karla Duarte.

Consciente de que muchas jóvenes son vulnerables a repetir el patrón observado en casa, Karla Duarte decidió formar una organización que centrara su labor en prevenir la violencia, ofreciéndoles estrategias que eleven su confianza y fortaleza.

Algunos de sus programas denominados “Girls, Camera, Action”, “In Motion”, entre otros mas, les ofrecen entrenamiento para que puedan elaborar un anuncio de servicio público animado con el uso de plastilina, realicen entrevistas y logren producir un documental.

“En la exhibición que tuvimos en Junio, una chica dijo que si pudo lograr la realización de esa película, era capaz de hacer cualquier cosa”, insistió.



“Animate a Way” trabaja con estudiantes de la secundaria pública de Montgomery en Linda Vista, en donde predominan los grupos étnicos. A decir de Karla, su primer grupo de trabajo en el 2010 estuvo integrado por 10 jóvenes de entre 12 y 15 años que provenían de grupos mixtecos de México, Guatemala y Honduras. En su último grupo logro integrar a 40 niñas de entre 12 y 17 años de edad.

“Las estadísticas demuestran que una de cada cuatro amigas será víctima de violencia doméstica. Nosotros nos dedicamos a educar, si tu sabes que puedes hablar, que tienes apoyo moral, legal y de salud, es una herramienta que pones en la bolsa y la usas cuando sea necesaria”, puntualizo.

### SER MADRE DE DOS NIÑAS LA MOTIVA

Karla Duarte es originaria de Tijuana y madre de María José de 4 años y Victoria de 2, y desde que confirmo su embarazo en el 2010 supo que tenía un compromiso social muy fuerte con esta comunidad binacional.

“Todo surge de una experiencia personal, una experiencia de altruismo. Me dijeron que iba a ser mamá de una niña en el 2010 y en paralelo surge una convocatoria para hacer un documental sobre mi comunidad” relata Karla.

Egresada de la Universidad de California en San Diego con la licenciatura en Historia del Arte, jamás imagino que este proyecto la llevaría a realizar el documental titulado “Mujer inmigrante” en donde relata la historia de Valentina Torres, la primer mujer mixteca que logro graduarse de la Universidad Estatal de San Diego como licenciada en negocios internacionales.

“Su historia era muy atractiva, había viajado desde Oaxaca para cruzar la frontera a los 12 años. Entro escondida en una caja de madera, no tenía pasaporte, ni hablaba inglés o español y cruzo para reencontrarse con su padre que trabajaba en San Diego, esa historia me cautivo mucho y la contacte”, declara convencida.

En el proceso de la entrevista logro

Desde que iniciamos el proyecto nos dimos cuenta de que las jóvenes son muy receptivas, lo absorben todo como si no fuera foráneo o extraño, es algo con lo que se identifican. La violencia doméstica viene de muchas formas: verbal, física, financiera y emocional. Nos damos cuenta que no discrimina estatus económico o educativo

detectar que además de ser una historia poderosa de superación y asimilación a la cultura estadounidense, -ahora es una líder mixteca que ayuda a los residentes de Linda Vista a que aprendan a hablar inglés y español, conservando su lengua nativa -, se encontraba oculta una historia oscura como víctima de violencia doméstica.

Gracias a su dolorosa descripción, Karla decidió iniciar un proyecto de prevención de la violencia que opera bajo el título de “Animate a way”, el cual realiza junto con Stephen Topham, y lo lleva de la mano con sus proyectos profesionales.

Inquieta y comprometida con el arte, las causas sociales y su familia desde muy temprana edad, Karla cursa actualmente la maestría en “Expressive Arts Therapy” lo que le permite perfeccionar el uso del arte como una herramienta de ayuda.

### SAN DIEGO VALORA SU TALENTO

El trabajo fílmico que realiza Karla Duarte y su equipo, no pasa desapercibido en la zona de San Diego. En el festival de cine latino logro participar en el área de mujeres cineastas; los anuncios de servicio público y los do-

cumentales que realizan las jóvenes atraen respuestas positivas de los canales de televisión y medios impresos; y así paulatinamente, logra atraer la atención a una problemática que merece prevenirse.

“El latino piensa que es una norma que la pareja te agrede, a veces es la mujer la que agrede, va de los dos lados. Es algo cultural porque existe el patriarcado, el machismo. Si tienes además problemas con tu estatus migratorio, tienes un agresor que amenaza con tu deportación”, explica.

Uno de los centros que opera a favor de las víctimas de violencia doméstica es el Family Justice Center de San Diego, que ofrece todos los servicios que una sobreviviente puede necesitar, sin hacer preguntas.

“Es muy interesante compartir con ellas el conocimiento, no se les exige, sino que se les participa, se les ofrece, es decisión de ellas si quieren estar o no, pero hasta en la más rebelde se ve su crecimiento y madurez con su participación” asegura.

Que predomina en su vida? La inspiración para buscar la belleza en todo lo que le rodea y su compromiso social.





CLUB DE NIÑOS Y NIÑAS DE MÉXICO, INC.

PRESENTS

# THE HEADQUARTERS CROSSES BORDERS

Saturday

HOSTED BY  
THE HEADQUARTERS AT SEAPORT DISTRICT  
789 W Harbor Dr, San Diego, CA 92101

September 27, 2014

11 A.M. - 3 P.M.

FREE FAMILY DAY –  
face painting, opportunity  
drawings, carnival games,  
live music, food stations,  
great raffle prizes and more!  
MEET Los Toros de Tijuana  
and Zonkeys de Tijuana

DIA FAMILIAR GRATIS –  
kermes, pintura de cara, rifas,  
juegos de carnaval, música en  
vivo, artesanía, muestras de  
comida y más!  
CONOCE Los Toros de Tijuana  
y Zonkeys de Tijuana



For more information, call Tom Hazard (619) 855-1216 or visit [www.nynac.org](http://www.nynac.org)  
A 501(c)(3) organization



CLUB DE NIÑOS Y NIÑAS DE MÉXICO  
BOYS AND GIRLS CLUB



THE HEADQUARTERS  
AT SEAPORT DISTRICT





# Alma verde

Juice Bar · Cafe · Deli

Síguenos en nuestras **Redes Sociales**



almaverdetijuana

Calle Brasil 8930-A colonia Francisco I. Madero Tijuana.

**Reservaciones**

Tel: (664)634-1716

Email: [info@almaverde.com.mx](mailto:info@almaverde.com.mx)

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

Horario: Lun - Sáb: 8:00 - 21:00

**BUICK**   
PERFECTO PARA TI.

QUE BIEN SE SIENTE TOMAR  
LAS **MEJORES DECISIONES**

**ENCLAVE 2014** La nueva ENCLAVE es tan confortable por dentro, como poderosa y elegante por fuera. Es la mezcla perfecta de estilo, seguridad y comodidad, logrando crear una experiencia de manejo inigualable que te cautivará a cada momento.

- 7 bolsas de aire
- Cámara frontal y trasera
- Sensores de reversa y laterales "punto ciego"
- Encendido por control remoto
- Sistema Quiet Tuning
- Rines de aluminio 20"
- Quemacocos panorámico doble y delantero convencional
- Parrilla en cromo ahumado



**SOLICITA TU PRUEBA DE MANEJO**

**MOTORES DE LA PENÍNSULA S.A. DE C.V.**  
TIJUANA: Av. Vía Rápida Poniente No. 4902  
Tel. (664) 211.65.85  
[WWW.BUICKGMCTIJUANA.COM.MX](http://WWW.BUICKGMCTIJUANA.COM.MX)

**BUICK**   
PERFECTO PARA TI.



# UN POCO DE LONDRES EN SAN DIEGO Y CON BOTA ROJA...

POR ALEJANDRA ENCISO GUZMÁN

**C**harlie Price es 'hijo' de la cuarta generación en la empresa familiar "Price and Son", una fábrica de zapatos ubicada en el centro de Inglaterra.

Simón también es del centro de Inglaterra, criado en una familia de raza negra, su padre un hombre muy conservador, está perplejo al ver el interés de su hijo por bailar usando los zapatos de tacón rojos de su mamá. El papá de Charlie al ir envejeciendo, añora que su hijo se quede al pie de la fábrica. Pero éste se encuentra en vías de mudarse a Londres con su prometida -e interesada- Nicola. Cuando el señor muere, Charlie vuelve a su tierra de la infancia para el funeral y también se topa con una fábrica en bancarrota. Los zapatos que han vendido por años son de muy buena calidad, sin embargo la moda los superó y ya no hay mercado para ellos. Charlie no haya como salvar el negocio familiar. Quiere cerrar la fábrica y a la vez, conservar el empleo de los trabajadores quienes no entendieron porque Charlie se mudó a Londres y algunos lo ven como un niño mimado.

En Londres, Charlie se ve involucrado en un altercado callejero y conoce a una drag queen, Lola cuyo nombre de pila es, Simón. Charlie se da cuenta



que las botas de tacón que lleva Lola no están diseñadas para aguantar el peso de un hombre. Lola le revela que hay muchas más drags de lo que la gente piensa y, que todas añoran zapatos de tacón alto. Charlie regresa a la fábrica y junto con su compañera de trabajo Lauren (a quien le ha gustado desde siempre), encuentra un nicho de mercado nunca antes atendido. Charlie invita a Lola para colaborar en el diseño de unas botas fuertes y glamorosas para presentar en el desfile de Milán, a las que les dan el nombre de 'Kinky Boots'.

## PARA CONOCER MÁS VISITA:

- [www.kinkybootsthemusical.com](http://www.kinkybootsthemusical.com)
- [www.twitter.com/KinkyBootsBway](https://twitter.com/KinkyBootsBway)
- [www.facebook.com/KinkyBootsBway](https://www.facebook.com/KinkyBootsBway)

## BASADA EN HECHOS REALES

La historia que se basa en hechos reales, fue llevada al cine en 2006. Siete años después, debutó el musical en Broadway el 4 de abril de 2013 y sigue en cartelera hasta hoy con funciones abarrotadas. En octubre de 2013 recuperó su inversión cumpliendo 30



semanas en la gran vía blanca de Nueva York.

La música es de Cindy Lauper, famosa intérprete del tema ochentero 'Girls just want to have fun' y fue galardonada ese mismo 2013 con el premio Tony, el más alto reconocimiento para el teatro musical americano. El espectáculo se llevó 5 preseas más y continúa recibiendo galardones.

Este reconocido espectáculo se presentará en San Diego a fines de mes del 23 al 28 de septiembre en el Teatro Civic de San Diego. Los boletos ya se encuentran a la venta en taquilla o por internet en BroadwaySD.com. Además, el actor Steve Booth quien es el sustituto del personaje de Lola en Nueva York será el consentido Charlie en la temporada del condado vecino. El guión es de Harvey Fierstein actor y dramaturgo responsable de otros éxitos como 'La Jaula de las locas' y 'Newsies' de Disney.

La historia de Kinky Boots en el fondo, hace a un lado los zapatos vistosos, el miedo y los prejuicios para dejar como moraleja que a veces, una de las mejores formas de pertenecer, es sobresaliendo.



*Charlie Price has reluctantly inherited his father's shoe factory, which is on the verge of bankruptcy. Trying to live up to his father's legacy and save his family business, Charlie finds inspiration in the form of Lola. A fabulous entertainer in need of some sturdy stilettos, Lola turns out to be the one person who can help Charlie become the man he's meant to be. As they work to turn the factory around, this unlikely pair finds that they have more in common than they ever dreamed possible... and discovers that when you change your mind about someone, you can change your whole world...*

*Directed and choreographed by Tony Award-winner Jerry Mitchell, Kinky Boots opened on Broadway April 4, 2013 and continues to play to standing-room-only crowds nightly. The show, which has broken all box office records at the Hirschfeld Theatre, recouped its costs in October 2013, after just 30 weeks on Broadway.*



VIVE las  
**FIESTAS patrias**  
y consiéntete  
en nuestras nuevas  
áreas *Spa...*

- + 3 CABINAS para pareja y cabinas de aparatología
- + Hydrafacial
- + Microdermoabrasión
- + Oxigenoterapia
- + Radiofrecuencia
- + Detox de pies
- + Cama de jade
- + Cavitación
- + TRATAMIENTOS FACIALES y CORPORALES de Natura Bisse, Dr. Perricone y Janssen

\*PREGUNTA POR NUESTROS PAQUETES

PARA MAYOR INFORMACIÓN COMUNÍCATE AL  
**636 00 16 (17) | 634 26 39**

f [www.facebook.com/vita.spa.94](http://www.facebook.com/vita.spa.94)  
[info@vitaspatijuana.com](mailto:info@vitaspatijuana.com)



# LA ONU Y SU DOBLE DISCURSO RESPECTO A LA PEDOFILIA

POR PADRE JORGE ECHEGOLLÉN FLORES  
Segunda y última parte

**L**AS INVESTIGACIONES DE KINSEY El Instituto lleva el nombre de Alfred Charles Kinsey, un entomólogo "gringo" que se entregó al estudio de la conducta sexual y que publicó el infame Informe Kinsey. Como ha señalado Roberto Marchesini en Kinsey, fue un gurú maniaco de la cultura gay (en italiano): "El aspecto más preocupante de este personaje se refiere a los experimentos sexuales llevados a cabo en niños. No voy a referir aquí tales experimentos que ni los mismos NAZIS podrían haber imaginado.

Paul Gebhard, colaborador de Kinsey y futuro director del instituto, admitió que "cuando entrevistamos a los pedófilos, estábamos seguros de que continuarían con sus actos, pero no hicimos nada."

Pero nunca han sido demandados por pedófilos los que fueron estudiados por el equipo de Kinsey, por la sencilla razón de que, como añade Genhard, "no podría haber habido ninguna investigación si los hubieran arrestado". Y así continúa: "fueron prácticas ilegales y sabíamos que era ilegales, y es por eso que muchas personas están furiosas".

De hecho John Bancroft, director del Instituto del 1995 hasta el 2004, no reveló ningún misterio al decir que Kinsey aseguró el 'anonimato a los informantes' y siempre evitó 'juicios de valor acerca



de su comportamiento'. Él mismo dio testimonio a favor de los pedófilos y sus estudios favorecieron una línea más suave en la imposición de sanciones por los delitos de pedofilia en Estados Unidos.

## KINSEY EN EE.U. Y LA COMUNIDAD EUROPEA

El Instituto Kinsey, que con los años ha recibido apoyo sustancial de la Fundación Rockefeller, ahora está extendiendo un programa de educación - o mejor dicho: iniciación sexual - llamado SIECUS (Sexuality Information and Education Council of United States) dirigido a niños y adolescentes (reglas inmorales por cierto). Además que el SIECUS ha sido una de las fuentes para la redacción de la sección europea del documento de las Naciones Unidas "Normas para la educación sexual en Europa".

Recordemos también que el Instituto Kinsey instituye becas en memoria de John Money, el psicólogo infame que persuadió a los padres de Bruce Reimer para educarlo como niña, con el resultado de que un día Bruce - luego llamado por todos Brenda - se suicidó por desesperación.

Ahora en Estados Unidos ha comenzado

una petición patrocinada por el sitio [www.stopthekinseyinstitute.org](http://www.stopthekinseyinstitute.org) para revocar o no renovar el crédito al Instituto Kinsey de parte de la ONU, la petición fue relanzada desde el sitio web CitizenGO.org.

Algunos precedentes pueden dar esperanza para que se realice: ILGA (International Lesbian, Gay, Bisexuales, Trans e Intersex), la más poderosa asociación homosexual en el mundo, perdió su acreditación en 1993 en la ONU, precisamente por la sospecha de asociación con alguna realidad de este tipo que llevara a la promoción de la promiscuidad sexual y moral.

¿Por qué nuestras famosas cadenas de televisión mexicanas y estadounidenses no se esmeran en mencionar estos datos a los televidentes? ¿Le tienen miedo a la ONU? Eso sí, estoy seguro que a la Iglesia la seguirán atacando porque ésta no va a prestarse al juego de la ONU. ¿Por qué los periodistas como Carlos Marín, Carmen Aristegui, Jorge Ramos o la mismísima Patty Chapoy o el Payaso "Brozzo" no hacen investigaciones sobre esta realidad? Yo creo que más bien le tienen miedo a meterse en problemas de a gratis, pero como saben que la Iglesia no se vengaría de ellos, entonces ellos le seguirán echando a la Iglesia Católica hasta el cansancio; sin embargo, "los poderes del infierno no prevalecerán sobre ella", lo promete Jesús. Aunque sabemos que sigue habiendo mucho odio a la Iglesia, porque no es posible que sólo la "agarren" contra ella, y las demás comunidades cristianas ¿qué?.

*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](http://www.nuevacatedraldetijuana.org)  
info@nuevacatedraldetijuana.org

Vea los avances en: [nuestra catedral de Iguazu](https://www.youtube.com/channel/UC...)

Av. Paseo del Centenario 10150 Zona Río, Tijuana.

**Tel: 607-3775**



En Tijuana, la excelencia y la belleza han hecho un nombre...



**Ricardo Vega**  
Cirujano Plástico Certificado .com

**Cirugía Plástica para  
Ella y para El**



- Cirugía del Contorno Corporal • Mummy Makeovers •
- Lipoescultura • Cirugía de Mamas •
- Rejuvenecimiento Facial • Cirugía de Nariz •
- Reducción de Ginecomastia • Rejuvenecimiento de cara y manos con transferencia de grasa.

**Cosmetic Spa**

**Botox  
Dysport  
Restylene  
Juvederm**



**Skin Boosters**

Rellenos y productos

LABORATOIRES

**FILORGA**

PARIS



Blvd. Agua Caliente 4558, Centro Médico 3, C2. Las Torres, Colonia Aviación  
Tijuana B.C. (664) 686 5599 | USA: (619) 946 1074  
[info@ricardovega.com](mailto:info@ricardovega.com) | [www.ricardovega.com](http://www.ricardovega.com)



# TEATRO ZARAGOZA, MÁS DE 90 AÑOS DE HISTORIA

POR JOSÉ GABRIEL RIVERA DELGADO

Las salas de cines son por tradición espacios de diversión y entretenimiento para el ser humano. En el caso de Tijuana, desde los años veinte, los cines y teatros han formado parte de la cotidianidad de sus habitantes.

La primera sala de cine que existió en Tijuana fue el denominado Teatro Zaragoza, instalado a inicios de los años veinte sobre la calle Segunda, entre "B" (Constitución) y "C" (Niños Héroe), a un costado del Palacio de Gobierno. A mediados de la misma década, se estableció otra sala llamada de la misma manera: Teatro Zaragoza, pero perteneciente al Benemérito Centro Mutualista de Zaragoza. Fue precisamente al poco tiempo de fundada la asociación que sus integrantes crearon el teatro con el fin de efectuar diversas actividades culturales y artísticas. Este organismo fundado en 1921 se ha destacado en ser un sitio de convivencia de un

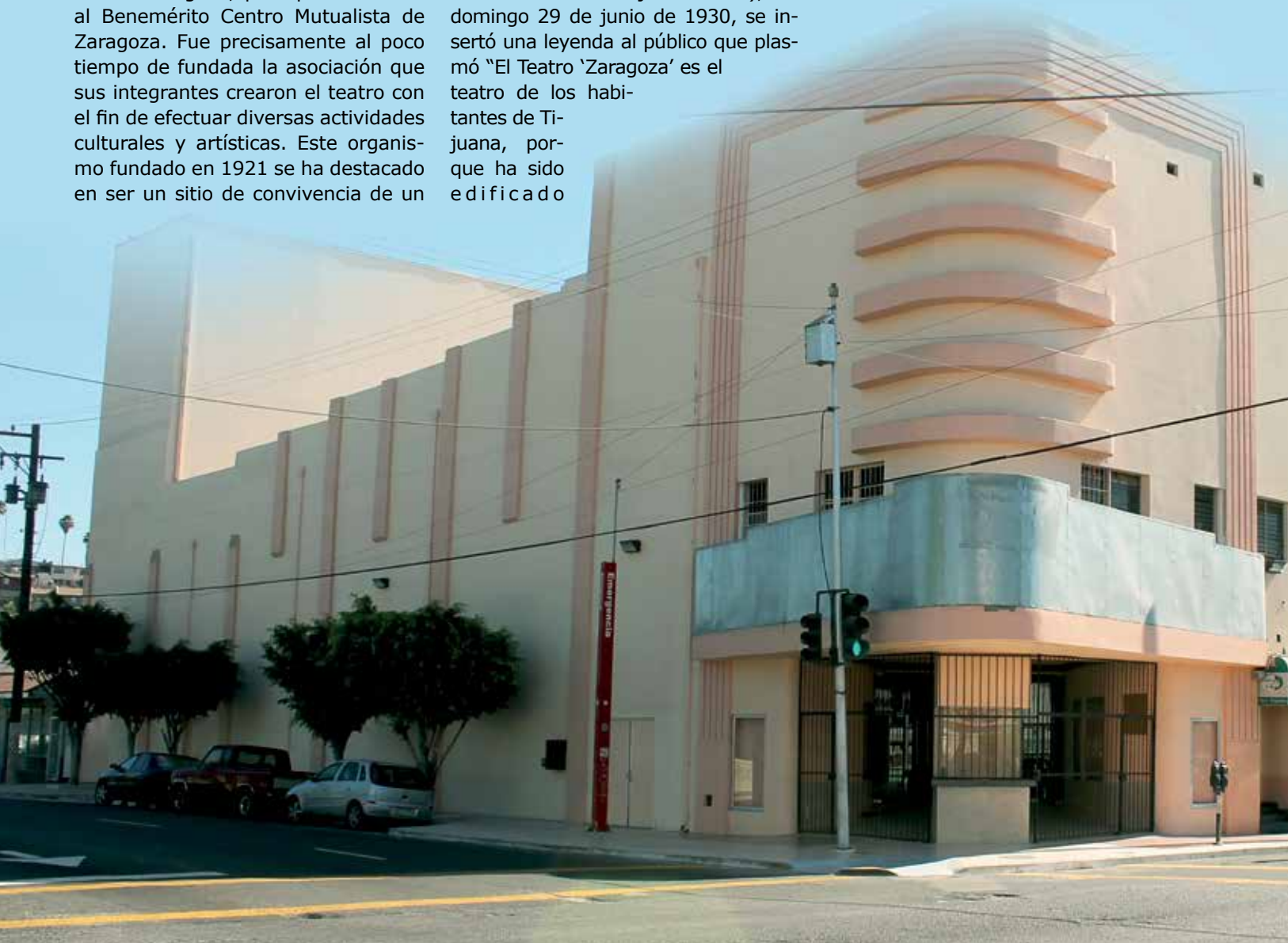
sector de la comunidad tijuanaense. La sala se ubicó en la esquina de la calle Cuarta y "E" hoy Mutualismo.

El señor Gilberto Ríos, consocio del Centro Mutualista Zaragoza así como de la Sociedad de Historia de Tijuana, A. C., y residente de Tijuana desde finales de los veinte, recuerda como se anunciaban las películas mudas de la época en el Teatro Zaragoza: "para anunciar las películas se dibujaba en una cartelera con pintura a brocha algunas escenas de la película hechas por un pintor apodado 'don Panchito', también se colocaban carteleras en las esquinas o a viva voz con el auxilio de un cono".

Uno de los tantos carteles que se editaban para promocionar los eventos en el Teatro Zaragoza (se imprimían en las imprentas de la época: Victoria, CROM o Editorial Baja California), del domingo 29 de junio de 1930, se insertó una leyenda al público que plasmó "El Teatro 'Zaragoza' es el teatro de los habitantes de Tijuana, porque ha sido edificado

con el fruto del sudor de todos y cada uno de los miembros de la Sociedad Mutualista Zaragoza, todos los cuales son MEXICANOS y radican en Tijuana".

El anuncio invita a los habitantes de la Tijuana de los años veinte: "Si pertenece usted a dicha Sociedad, o es usted pariente o amigo o simpatizador de dicha Sociedad, patrocine usted dicho teatro asistiendo a sus funciones constantemente, pues este teatro continúa bajo el dominio de la Sociedad y el fruto de las entradas diarias lo recibe a porcentaje con la Compañía "MENDOZA LOPEZ HNOS. SOCIEDAD COOPERATIVA". El cartel finaliza advirtiendo: "En este teatro no hay empresarios explotadores ni del público ni de los artistas, porque el teatro pertenece a una Sociedad Mutualista y la Cía. Está organizada en SOCIEDAD COOPERATIVA". Este anun-





cio publicitario era el que se colocaba en las paredes y postes de la localidad para que los residentes de la Tijuana de los años veinte se dieran cuenta del tipo de espectáculo cultural que se iba a desarrollar en el Teatro Zaragoza.

### TIPO DE ACTIVIDADES EN EL TEATRO ZARAGOZA

En ese entonces, las películas eran mudas y a los pocos años empezaron las sonoras, las cuales en su mayoría eran extranjeras, principalmente estadounidenses.

Por ejemplo en la sala del Teatro Zaragoza las películas de Tom Mix y las comedias de Charles Chaplin eran la felicidad y complacencia de los concurrentes. Otras cintas cinematográficas que se presentaron fueron "The Diamond Prince", "After the Fog (Después de la niebla)", "Royal Romance", "Sombras de Gloria", "Chang", "Hula", "La moral del candado", "Dios y ley" y las cintas infantiles "The Crazy Cat (El Gato Félix)" y "Los últimos días de Pompeya".

Las películas se proyectaban en un aparato de ocho o diez rollos y eran habladas en inglés o español, o bien, estaban subtituladas en español. Paralelo a la proyección de cintas cinematográficas, el Teatro Zaragoza era ampliamente utilizado para la presentación de obras teatrales, de ópera, musicales y de zarzuela española y mexicana, por cierto muy de moda en esa época.

Una de las presentaciones más es-



peradas por el público tijuanaense fue la obra titulada "Toral, su crimen, su proceso y su muerte", que solamente se presentó en una ocasión y fue traída de la capital del país. De igual forma hicieron acto de presencia en el Teatro Zaragoza los artistas Ninfa Salazar, el tenor Fernando Meléndez, la bailarina húngara Ari-Ana y la diva del Complejo Turístico de Agua Caliente, Sarita Narváez.

La mayoría de estas funciones era organizadas por varios organismos benéficos de la localidad y el fin de las utilidades de las funciones era para un bien común como lo era para los niños enfermos de Tijuana o la para la construcción del Hospital de la Maternidad y un asilo-escuela.

### SEGUNDO EDIFICIO

Para los años cuarenta, los socios del Centro Mutualista Zaragoza vieron la necesidad de construir un nuevo edificio con otras dimensiones así con otros materiales y diseños arquitectónicos de la época. La construcción estuvo a cargo del señor Bernardo González y se inició en la gestión del presidente de la Mesa Directiva del señor Moisés Sánchez Aldana.

Para 1942 la revista Turismo en su edición especial sobre Baja California en un anuncio comercial del Teatro

Zaragoza lo describió como "El salón más moderno en el territorio norte de la Baja California. Capacidad para 1000 espectadores. Sonido 'Western Electric'. Todas sus butacas acojinadas".

El inmueble fue inaugurado el día 23 de marzo de 1945, según lo registró la revista llamada Cóndor en un anuncio publicitario que el Teatro Zaragoza era un orgullo de la ciudad de Tijuana y que sin duda, venía a llenar "una verdadera necesidad" de la población tijuanaense. Al respecto hay que mencionar por un lado que en esa época era los años de oro del cine mexicano y por el otro, la ciudad ya estaba presentando ese crecimiento demográfico y urbano de la década de los cuarenta.

Durante un buen tiempo la operación de la sala de cine estuvo a cargo del socio mutualista, señor Miguel Bujazán Petro, quien era el gerente de la compañía "Cines Baja California", que con el transcurrir de los años formó una gran cadena de cines no sólo en la entidad sino en el país. Décadas más adelante, al llegar la crisis de las salas de cine a nivel nacional, tanto el Teatro Zaragoza como otras salas, dejó de ser rentable, por lo que se tuvo que darle otro giro al edificio.

### LA REAPERTURA

Recientemente el Teatro Zaragoza volvió a abrir sus puertas con el espectáculo "Postales de Tijuana". Gabriel Arvizu Loyola fue el encargado de la obra de restauración de uno de los inmuebles de la ciudad en busca de ser nombrado patrimonio histórico de Tijuana.

La demolición de algunos elementos, la creación de camerinos, la ampliación del escenario, la rehabilitación de los exteriores y la taquilla fueron algunos de los cambios, los cuales estuvieron a cargo de Verónica Ocampo, joven arquitecta de la ciudad.



# Nuria Bac

## APASIONADA DE LA VIDA Y EL ARTE



POR YAN GONZÁLEZ

**N**uria Marcela Benítez Álvarez del Castillo, mejor conocida como Nuria Bac, es originaria del Distrito Federal y criada en Tijuana. Estudió la licenciatura en Derecho en la Universidad Autónoma de Baja California (UABC) y nunca tomó un curso ni taller de pintura, por lo que se considera una artista autodidacta.

La perseverancia de Nuria Bac la ha llevado a superar grandes retos en su vida, tales como ser la única sobreviviente de cáncer en su familia, ser propietaria de un estudio, dos galerías y exponer sus obras de arte en el extranjero. Para conocer más sobre su trayectoria artística, Mujer Actual sostuvo una amena charla con ella.

### SOBREVIVIENTE DE CÁNCER

A pesar de las adversidades a las que ha tenido que enfrentarse, Nuria Bac ha logrado salir adelante gracias a su valentía, coraje y agallas.

“Vengo de una familia donde desgraciadamente hemos perdido familiares por cáncer. Soy la única sobreviviente. Fue un



proceso muy largo, yo solita iba a quimio y a radio y salía manejando, nunca dejé que me afectara más allá de; tenía que seguir instrucciones médicas pero hasta ahí”, compartió.

Durante esta transición de debatirse entre la vida y la muerte, Nuria Bac se

■ **TÉCNICAS:** Pastel sobre papel, acuarela, acrílico con tinta sobre madera.

■ **ARTISTA FAVORITO:** Yves Klein, Frida Kahlo, Salvador Dalí, Tamara de Lempicka, Shield y Klimt

retiró de las artes plásticas, ya que este periodo que duró seis años la obligó a establecer prioridades, y la más importante de ellas en esos momentos fue su salud.

“Me concentré en esa lucha que fue muy importante en mi vida; decidí de lleno enfocarme a sacar mi salud adelante y ya estoy bien, e hice mi regreso”, afirmó.

### SU AMOR POR LAS ARTES

Nuria Bac incursionó en las artes durante su infancia, etapa en la que también descubrió su pasión y habilidad por esta disciplina.

“Tenía toda la santa casa rayada debajo de las mesas, las paredes, la fruta. Siempre pinté, y de alguna manera ha sido muy lógico para mí; yo veía trabajos y me quedaba muy claro cómo estaban hechos. Entiendo el material, entiendo la forma de utilizarlo. Ya después fui desarrollando mi lenguaje propio, pero es un idioma que siempre me quedó muy claro”, recordó.



Aunque Nuria Bac estudió Derecho siempre supo que nunca se dedicaría a eso, comentó, ya que su pasión siempre han sido las artes plásticas, y en ese entonces no existía tal carrera, además para su padre era muy importante estudiar, ya que esa sería su única herencia.

### FAUVISMO, EL ARTE FELIZ

El arte que plasma Nuria Bac en cada uno de sus lienzos es denominado "fauvismo"; sin saber que ésta era la clasificación exacta de su estilo, el trabajo que Nuria había desarrollado a lo largo de su trayectoria artística era catalogado como pop y action painting.

"Me costó muchos años encontrar la perfecta clasificación de mi estilo, y hace muy poco Jorge Conde, que es un maestro de las artes, me ayudó con esa definición; y encontré que el fauvismo lo venía haciendo desde hace muchos años sin conocerlo", compartió.

Dijo que el fauvismo es un arte que se revela ante todos los conceptos clásicos de punto de luz, sombra, volumen, que no tiene reglas pero sí es muy característico y que la fuerza de este tipo de arte proviene del uso de color. Por ello, la inspiración de Nuria Bac surge a través del color.

Yo quiero que el arte sea motivo de felicidad, que el arte sea una escapatoria a lo que vivimos normalmente

"La combinación de colores transmite el sentimiento, incluso en un rostro que puede ser muy abstracto definido por tres, cuatro, cinco trazos, pero si hay tristeza, felicidad, rabia, emoción, encuentras esa fuerza en los colores que utilizas y eso es lo que se ve en mi obra; un trazo muy simple pero una carga de sentimientos y emociones logradas con color", puntualizó.

Las técnicas que utiliza Nuria para realizar sus obras son pastel sobre papel, acuarela y acrílico con tinta sobre madera, este último es de sus favoritos, comentó, ya que la mezcla del acrílico con tinta sobre madera le da una definición más original a su trabajo.

Las obras de Nuria Bac han sido expuestas en Alemania, Londres, Luxemburgo, el Norte de Italia, Cartagena de Indias, Bogotá, Boston, Nueva

York, Barcelona, Valencia, Vich, París y a nivel regional, en Rosarito Art Fest, Happening en El Valle, Art Walk de San Diego y Big Bear.

### SUS GRANDES SATISFACCIONES

Las mayores satisfacciones que la vida le ha brindado a Nuria han sido sobrevivir a su enfermedad y tener su espacio reservado dentro del ámbito cultural y artístico.

"Esa satisfacción de haber vencido esa sentencia que es el cáncer, de la mano que mi espacio estuvo reservado por así decirlo; yo creo que es lo más importante que he hecho en mi vida. Fueron 25 rondas de quimio, 25 rondas de radiación, 13 cirugías y aquí estoy haciendo lo que me gusta, y no quiero hablar con la voz del ego pero sí con un reconocimiento relativo", asecuró.

### ORGULLO TIJUANENSE

Actualmente, Nuria Bac se está preparando para exponer sus obras de arte en los festivales de Art Walk de la Bahía en Liberty Station, San Diego, ca., en Point Loma, de La Joya y de Beverly Hills que se llevarán a cabo durante el mes de octubre. Dichas presentaciones son con el fin de recaudar fondos para presentar sus obras de arte en La Bastide, París, donde el estado de Baja California fue invitado con motivo del 25 aniversario de los artistas plásticos de París, concluyó.

**PA' LA SALIDITA**  
CON TUS AMIGAS,  
UNA CERVECITA.

DE LUNES A MIÉRCOLES  
LA CERVEZA\* DE BARRIL,  
TE LA DEJAMOS  
A SOLO

**\$20 C/U**

**Las ALITAS**  
BURGERS • RIBES • BURGERS • SALADS

@Wingalesio /LasAlitas lasalitas.com

Prohibida la venta de bebidas alcohólicas a menores de edad.  
No aplica con otras promociones, cupones o descuentos.  
Válido sólo en Tijuana, Chihuahua y Cd. Juárez. Válido en consumo de alimentos. \*Solo cerveza nacional de barril en tarro. Válido solo en sucursal. Vigencia 31 de diciembre del 2014. Precio incluye IVA.  
En Las Alitas\* disfrutamos, no nos embriagamos.



# VIVE UNA EXPERIENCIA INOLVIDABLE EN **REAL DEL MAR**



**R**eal del Mar, enclavado entre colinas con una vista espectacular hacia el Océano Pacífico, una experiencia perfecta para los que buscan salir de lo cotidiano, caminar por sus terrazas, recorrer sus jardines y deleitarse en sus colores, sabores y aromas son parte de lo que tienes que vivir en Real Del Mar, un lugar de ensueño.

La experiencia inicia en el trayecto para llegar a este hermoso lugar, localizado sobre una de las carreteras costeras panorámicas más bellas del país, en este trayecto podrás ser testigo de las maravillas de la naturaleza donde el azul del mar te da la bienvenida.

## **SPA DAGNINO'S**

Si tu objetivo es disfrutar de unas vacaciones relajantes aquí lo puedes lograr; puedes relajarte en nuestro recién renovado Spa Dagnino's at Real Del Mar, contamos con terapeutas altamente calificados atendiendo diferentes tipos de masajes tales como el sueco, presión suave, regular, profundo, tres presiones, piedras calientes, reflexológico en manos o pies, atención a mujeres embarazadas,



el sazón del Restaurant Hacienda del Real, una combinación de atmosfera relajantes y platillos succulentos; también contamos con las especialidades de la casa que incluyen desde chilaquiles picosos hasta exóticas creaciones como chicharrón de rib eye, ceviche de atún español, pulpo mediterráneo y otras especialidades al horno de la leña. Disfruta de un vino mientras la puesta del sol se muestra al fondo, y al caer la noche Real del Mar se llena de vida en Habana Bar, donde disfrutarás de un ambiente como ningún otro.

## **PABELLÓN GASTRONÓMICO**

Para complementar la experiencia puedes disfrutar de los sabores y aromas de Real del Mar en nuestro Pabellón Gastronómico; contamos con restaurantes de calidad mundial para deleitar el paladar más exigente, tales como Pizzeria Albasoul, con una propuesta singular de platillos de fusión mediterránea y otras combinaciones dignas de disfrutar, pizzas artesanales, pastas, vinos de la región y un ambiente que te invita a quedarte.

No puedes perderte de degustar

el sazón del Restaurant Hacienda del Real, una combinación de atmosfera relajantes y platillos succulentos; también contamos con las especialidades de la casa que incluyen desde chilaquiles picosos hasta exóticas creaciones como chicharrón de rib eye, ceviche de atún español, pulpo mediterráneo y otras especialidades al horno de la leña. Disfruta de un vino mientras la puesta del sol se muestra al fondo, y al caer la noche Real del Mar se llena de vida en Habana Bar, donde disfrutarás de un ambiente como ningún otro.

Hay mucho por descubrir en Real del Mar; disfruta de unas vacaciones únicas en el tesoro de Baja California, consulta nuestras ofertas especiales.

PARA MÁS INFORMACIÓN VISITA [www.realdelmar.com.mx](http://www.realdelmar.com.mx)



# entijuanarte 2014 | 10 ANIVERSARIO

festival cultural



**Diez**

ANIVERSARIO

**10 años creando contigo**

**25 de septiembre  
al 02 de octubre**  
Sedes Alternas

**03 al 05 de octubre**  
Centro Cultural Tijuana  
[entijuanarte.org](http://entijuanarte.org)  

FRONTERA



URBANO  
LINOIO



BAJA  
ESTADOS UNIDOS

COTIJO  
Tijuana

TELNOR  
tu mundo es posible



TOYOTA  
Tijuana



CONACULTA



# EL SECRETO DE LOS MILLONARIOS EN LA INDUSTRIA INMOBILIARIA

POR YOLANDA DE RIQUER  
PRIMERA DE DOS PARTES

**C**uando pensamos en los grandes inversionistas de bienes inmuebles en Estados Unidos, como Donald Trump tratamos de imaginar cómo le hacen para comprar más propiedades y más grandes cada vez. Aquí tenemos el secreto: UN INTERCAMBIO 1031 que nos ayuda a diferir todos los impuestos que pudieran generar la plusvalía de un bien inmueble.

Cuando vendemos una propiedad que hemos estado rentando o que nos genera un ingreso (propiedad de inversión), tenemos que pagar impuestos sobre las ganancias netas. Actualmente, en Estados Unidos la tarifa es 15% para las personas físicas y el 35% para las personas morales; un Intercambio 1031 permite aplazar el pago de dicho impuesto para una fecha posterior a la establecida.

Por ejemplo: si vendemos una propiedad de inversión que nos costo \$500,000 dólares a un precio de \$1, 200,000 se tendrían que pagar el porcentaje correspondiente ya sea el 15% ó 35%, de \$700,000 dólares de ganancia. Al 15% serían \$ 105,000, y si quisiéramos re-invertir éste capital en otra propiedad tendríamos \$105 mil menos, para adquirir esta nueva propiedad. Mi deuda tributaria redujo mi poder adquisitivo; y es en este caso, debemos considerar un intercambio 1031 que nos permitirá usar el 100% de las ganancias en la nueva inversión.

Un intercambio 1031, es un intercambio con pago de impuestos diferidos que concede el IRS (dirección recaudadora de impuestos de los Estados Unidos), para las propiedades de inversión. Cuando hablamos de intercambio no nos referimos al

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



intercambio de propiedades entre dos dueños, sino al proceso de vender una propiedad y comprar otra. Estas transacciones se rigen por la Sección 1031 del código de rentas internas; de allí que se conozca como Intercambio 1031.

## REQUISITOS

Uno de los requisitos del IRS, es que siempre en un intercambio 1031 debe haber un intermediario que maneje los fondos y documente la transacción; este intermediario debe estar capacitado para cumplir con las regulaciones impuestas por el IRS. El proceso de este tipo de transacciones no es muy diferente de la venta tradicional de una propiedad y la compra de otra, simplemente la participación del intermediario hace la transacción más eficiente y asegura que todos los fondos se manejen adecuadamente.

El segundo requisito es que nuestro capital de inversión se transfiera de una propiedad a otra; de manera que la plusvalía de la venta de la propiedad se use para la compra de una nueva, esto quiere decir, que no se podrán tocar los fondos de la venta y que serán manejados por el intermediario. También es importante recalcar, que la propiedad nueva debe ser de igual o mayor valor al patrimonio neto que la anterior. De esta forma podremos adquirir propiedades de mayor valor y mayor rendimiento, cada que hacemos dicho intercambio, además es posible intercambiar múltiples propiedades en una sola transacción 1031.

Otro de los requisitos es que la regla del Intercambio 1031 exige que las dos

## REGLAS MUY ESPECÍFICAS CON RESPECTO A LOS PERÍODOS DE IDENTIFICACIÓN E INTERCAMBIO

1. **LA NUEVA** propiedad debe estar ubicada en los Estados Unidos
2. **EL VENDEDOR** tiene 45 días calendario, desde la fecha de cierre de la antigua propiedad para proporcionar al intermediario calificado una lista de las propiedades que desea comprar (esta se llama "la lista de los 45 días" y generalmente incluye más de una propiedad en el caso de que un trato no pueda materializarse)
3. **A PARTIR DE LA FECHA** de cierre de la antigua propiedad, el vendedor tiene 180 días calendario para comprar una o más de las propiedades de la lista de los 45 días
4. **EL VENDEDOR** de la antigua propiedad debe asumir el título de la nueva propiedad con el mismo nombre legal, con el que figuraba como dueño de la antigua propiedad
5. **EL VENDEDOR** debe comprar la nueva propiedad a un monto igual o mayor que el precio de venta de la antigua propiedad. El dinero en efectivo proveniente de la venta de la antigua propiedad, luego de pagar los costos y obligaciones de cierre, debe entregarse al intermediario calificado y utilizarse para la compra de la nueva propiedad.

propiedades sean "similares". Las reglas consideran que el intercambio de propiedades de inversión residenciales por propiedades de inversión comerciales y viceversa, es un intercambio de propiedades similares. Sin embargo, la propiedad debe estar ubicada en los Estados Unidos, ya que el intercambio de una propiedad estadounidense por una propiedad extranjera no se considera "similar" bajo estas reglas.

## PERÍODO

Existen límites de tiempo estrictos en una transacción 1031. Las propiedades de re-cambio deben identificarse dentro de un período de 45 días del cierre de la venta de la propiedad cedida. Además, existe un límite de 180 días entre el cierre de la venta de ésta, y el cierre de la compra de la nueva propiedad que se adquiere.

La capacidad para diferir los impuestos por medio de un intercambio 1031 es una poderosa herramienta para incrementar el capital. Un intermediario capacitado puede ayudarle a lograr sus metas.

*En la siguiente edición hablaré de las ventajas y desventajas del intercambio 1031, y del intercambio calificado.*





**El Surtidor del Tapicero**

Mayoreo y Menudeo

DISTRIBUIDOR Y FABRICANTE DE TELAS

**50%**  
de desc.  
en etiqueta  
naranja

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

*Estilo*

Este 2014 celebra  
dándole un  
*nuevo aire*  
a tus muebles

*color*



6 meses sin intereses en tarjetas de crédito  
**Banamex HSBC** Compra mínima de \$50000

**AVE. NEGRETE No. 1127**  
ENTRE 5ta. y 6ta. COLONIA CENTRO  
C.P. 22000

TELÉFONO  
**685 99 07**

Obregón • Hermosillo • Mexicali • Los Mochis • Culiacán • Mazatlán

**toke**  
interiores



Tel. 686 51 01 - 685 51 03  
Av. Tapachula 1C. Col. Hipódromo  
[www.tokeweb.com](http://www.tokeweb.com)



**20%**

DE DESCUENTO  
PRESENTANDO ESTE CUPÓN  
NO APLICA CON OTRAS PROMOCIONES  
VÁLIDO DEL  
1 AL 30 DE SEPTIEMBRE 2014



Hannah Anna

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



HannahAnnaTijuana

Ave. de las Ferias local #5  
Col Hipódromo, 10551 Tijuana, B.C.

Teléfono: 608 9901





# CORONAN A NATALIA EN BAILE DE DEBUTANTES

**DETALLES:** Baile de Debutantes 2014

**LUGAR:** Club Campestre

**DETALLES:** Un especial día vivieron 28 lindas quinceañeras durante el tradicional baile que organiza la familia

Campestre, del cual resultó ganadora Natalia Ruiz Harrel. Previo a la velada, las quinceañeras protagonizaron emotiva ceremonia religiosa en la iglesia del Espíritu Santo.



f : soymujeractual  
i : @soymujeractual  
t : @soymujeractual\_



Produced by Feld Entertainment

# Disney ON ICE

PRESENTS

## WORLDS OF FANTASY



# ¡AHORRA \$7 dls.!\*

En boletos de \$17 y \$25 • Pide tus cupones en las tiendas Calimax • Cupón válido hasta por 8 boletos.

## 2 - 5 de OCT.

Válido Únicamente*			
Jue. 2 de OCT.	Vie. 3 de OCT.	Sáb. 4 de OCT.	Dom. 5 de OCT.
		11:00 AM*	
		3:00 PM	1:00 PM**
7:00 PM	7:00 PM*	7:00 PM	5:00 PM*

+ Función en español: Domingo, 5 de OCT., 1:00 PM

Compra tus boletos para funciones selectas en [www.disneyonice.com](http://www.disneyonice.com), [www.AXS.com](http://www.AXS.com) o por teléfono al 888.929.7849, mencionando la clave **Calimax**, o canjea tu cupón en la taquilla de la arena.

\*Descuentos adicionales no aplican. Oferta sujeta a disponibilidad. Número limitado de asientos VIP y Primera Fila. No es válido en asientos de Primera Fila ni VIP. Cargos por servicio y manejo podrían aplicarse.



3500 Sports Arena Blvd. • San Diego  
ValleyViewCasinoCenter.com  
(Antes San Diego Sports Arena).



[Disneyonice.com](http://Disneyonice.com)







# PASEO DE LA FAMA 2014

**EVENTO:** Edición 2014 del Paseo de la Fama  
**LUGAR:** Patio central de Palacio Municipal  
**DETALLES:** En el marco de las celebraciones por el 125 aniversario de Tijuana, se llevó a cabo la edición 2014 del Paseo de la Fama.  
**GALARDONADOS:** Andrés Reyes, Jordi Muñoz, Olivia Graeve, José Andalón y María González, Adriana Cuéllar y Marcel Sánchez, Liza María Pompa, Jorge Cevallos, Cleofas Arreola, Hugo Salcedo, Miguel Ángel Guerrero, Carlos Sánchez, Carlos Valverde, Claudia Ledesma y fotógrafos de la Av. Revolución.

FOTOGRAFÍA ALFREDO HERNÁNDEZ [664] 641.82.80

f : soymujeractual  
 i : @soymujeractual  
 t : @soymujeractual\_

## Gala Ropa

Te invita a su Gran Venta a Precio de Costo  
 Toda la mercancía de invierno, primavera y verano  
 a precios nunca antes vistos!  
 Este próximo 1, 2 y 3 de Octubre de 10:00am a 10:00pm



Recibirás un masaje totalmente gratis por  
 Yulitza Masajes Terapéuticos  
 Rifa de BOFOX, PRP y Facial cortesia de  
 Jouvence Beauty  
 and Wellness Surgical Center  
 y dos certificados en mercancía de

## Gala Ropa

TEL: 902-0004  
 US: 619-735-9595  
 Ave Los Olivos 3270,  
 Local 2, Fracc. Neidhart, Frente a  
 La Quinta Los Contreras.

f

## Panadería Artesanal

MERCADO REGIONAL




Pan artesanal  
 Repostería fina  
 Quesos y carnes frías  
 Vinos y cerveza  
 artesanal  
 Mesa de postres  
 Catering para  
 toda ocasión...



Lunes a sábado 8 am - 10 am | Domingo 11 am - 6 pm  
 Nacoziari #93-3 esquina con Sonora (la recta)  
 Fracc. Chapultepec, frente a Farmacia Roma  
 Tel 382-7665

f HogazaTijuana Tijuana



## Terapia de Ultrasonido Focalizado + Radiofrecuencia Fraccionada La más novedosa tecnología para el cuidado de la piel



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

Tel. 6346580 y 6225061

Estamos visitando al Dr. José Antonio Cueva, que de nueva cuenta trae a Saudé Spa, primero que nadie, la más novedosa tecnología para el cuidado de la piel, flacidez, arrugas y cicatrices de acné.

Justo en enero estuvimos en Saudé Spa conociendo lo más nuevo para modelado corporal, la criolipólisis, y aquí estamos una vez más.

### ¿Doctor, cómo funciona esta nueva tecnología?

Combina la Terapia con Ultrasonido + Radiofrecuencia Fraccionada.

En Saudé fuimos los primeros en presentar la radiofrecuencia fraccionada INTRAcél hace ya tres años, pues bien, este nuevo tratamiento viene a evolucionar lo que logro el INTRAcél. La Radiofrecuencia Fraccionada, como todos lo conocen, es para flacidez y para cicatrices de acné, con finos electrodos de oro, descarga calor directo en la dermis para mejorar estas dos condiciones.

**La Terapia de Ultrasonido Focalizado (FUS)** es la parte novedosa de este tratamiento, funciona para tratar la flacidez a nivel de musculo, con pequeños puntos de calentamiento profundo. Justo lo que faltaba para complementar la Radiofrecuencia Fraccionada.

**Dr. José Antonio Cueva**  
Director Médico de Saudé Spa  
Médico especialista en Dermatología con experiencia desde el año 1992



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

En Saudé siempre hemos sido los primeros en traer la tecnología más innovadora del mundo para nuestros pacientes. Ahora somos los primeros no sólo de Tijuana, sino en México en presentar la tecnología ULTRAeffect.

Otra gran ventaja con nosotros es que contamos con todos los servicios para el cuidado de la apariencia física y la piel del paciente, con más de 30 personas en nuestro staff, todos profesionales en sus áreas, sin duda somos la opción más completa. Y además, como todos nos conocen, siempre contamos con las mejores promociones.

Así que no esperen más, presenta esta publicación para hacer válida tu promoción.

### ¿Para quién esta indicado el tratamiento?

Esta indicado para todas las personas, hombres y mujeres con edad superior a los 30 años, en los que su cara presenta signos de envejecimiento como flacidez, arrugas, líneas de expresión, etc.

### ¿En qué áreas se puede realizar el tratamiento?

Esta indicado para toda la cara, particularmente ayuda a:

Lifting Facial.

Levantar las cejas.

Delinear borde de la mandíbula.

Contraer la papada.

### ¿Cómo es el tratamiento?

La Terapia de Ultrasonido es un tratamiento sumamente cómodo ya que trabaja de forma profunda y no deja ninguna marca en la piel. El paciente tendrá una ligera sensación de calor.

Prácticamente el paciente sale de su sesión sin necesidad de pasar un tiempo de recuperación, no hay marcas en la piel, no hay cuidados especiales del sol ni del ambiente. Al finalizar, el paciente verá y sentirá su piel más tensa, más firme y continuará mejorando por hasta seis meses.



# ULTRAcél





MUJER  
PYME  
INTERNACIONAL  
2014

f /mujerpyme

@mujerpyme1

mujerpyme.com



UNA MUJER  
PRODUCTIVA  
ES UNA MUJER PYME

FORO PARA EL DESARROLLO  
EMPRENDEDOR Y EMPRESARIAL  
25 DE SEPTIEMBRE

BIT CENTER



Conferencia magna

Margarita Gralia

"La Esencia de la Mujer Triunfadora"







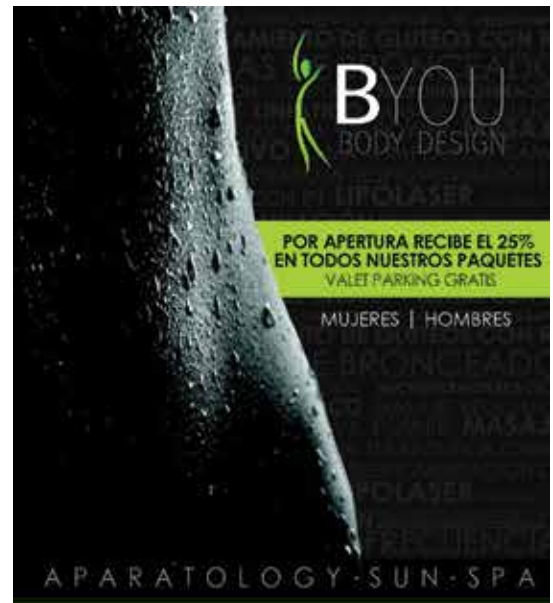
## CELEBRAN 50 AÑOS DE LA POLI

**EVENTO:** Cena y baile, 50 aniversario de secundaria poli

**LUGAR:** Minarete de la preparatoria Lázaro Cárdenas

**DETALLES:** Ex alumnos de la generación 61-64 organizaron una cena y baile en conmemoración a los 50 años de la Poli en el minarete de la preparatoria Lázaro Cárdenas. A dicho evento, asistieron los egresados a partir de la generación del 64, y se les tomó el pase de lista, además otorgaron reconocimientos a todos los profesores con trayectoria que han sido parte de la formación académica del alumnado, pero en especial a la mtra. María Luisa Bargallo quien no estuvo presente por motivos de salud, pero envió su agradecimiento por medio de una carta que fue leída al público presente. Sin duda, una noche para recordar.

f :soymujeractual  
 @soymujeractual  
 @soymujeractual\_



**LIPOLASER** (ÚNICO EN TIJUANA) liposucción sin cirugía, la tecnología más avanzada eficaz y versátil **NO INVASIVA** que puede trabajar más de dos áreas al mismo tiempo para la reducción de grasa y pérdida de medidas. **MOLDEAMIENTO CORPORAL CON CAVITACIÓN, Rejuvenecimiento Facial con RADIOFRECUENCIA, DEPILACIÓN PERMANENTE con LUZ PULSADA INTENSA, PRESOTERAPIA** entre otros. Ofrecemos la más alta calidad en productos, así como un ambiente de completa relajación.

ANTES

DESPUÉS



664 634 33 83

spa@byoubodydesign.com  
 www.byoubodydesign.com  
 Torre Platino, Blvd Sánchez  
 Taboada 10488 Zona Rio 22010





# SALUDANDO AL CHEF JUAN MANUEL LUGO

**EVENTO:** Saludando al Chef Juan Manuel Lugo  
**LUGAR:** Villa Saverios

**DETALLES:** Amigos, familiares e invitados especiales asistieron a la cena de 5 tiempos y maridaje que ofrecieron el Chef Javier Plascencia, Chef Miguel Ángel Guerrero, Chef Ryan Steyn, Chef Margarita Prieto, Chef Bianca Castro Cerio y el Sommelier Marco Amador a beneficio del Chef Juan Manuel Lugo, quien desde hace 7 años sufrió un accidente automovilístico que cambió su vida y la de su familia. Sin duda, todos disfrutaron de una gran velada aportando su granito de arena a una noble causa.



f : soymujeractual  
 i : @soymujeractual  
 t : @soymujeractual\_

## cuadros custom frame service



### SERVICIO DE ENMARCADO A LA MEDIDA

- Marcos de madera y poliestireno
- Espejos sencillo y biselado
- Poliester brillante y semi-mate
- Impresión sobre canvas

Centro Comercial Calmax Hipódromo Local 6

(664) 681,2051

f /cuadrosbc



Deja el mantenimiento de tu privada en manos de los expertos desde **\$1,500 pesos mensuales**

#### ¿Qué es SERCMA?

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



#### MEMBRESÍAS

Adquiere una membresía anual y obtén grandes descuentos y asesoría gratuita por parte de nuestros técnicos  
 Costo desde \$200 anual

#### NUESTROS SERVICIOS

- Limpieza privada
- Jardinería
- Pintura
- Plomería
- Electricidad
- Albañilería
- Tableros de Yeso
- Impermeabilización
- Herrería
- Carpintería
- Mantenimiento de portón eléctrico



ÁREA DE Tijuana  
 TEL: 103 60 29  
 CEL: 664 111 66 38

ÁREA DE ROSARITO  
 CEL: 661 661 17 45

CONTACTO  
 gerenciaventas@sercma.mx  
 WWW.SERCMA.MX

Síguenos en facebook





## PAOLA RECIBIÓ SU PRIMERA COMUNIÓN

**EVENTO:** Primera comunión de Paloma Mayer

**LUGAR:** La Candelaria

**DETALLES:** Acompañada de sus padrinos Carlos y Cova Escalante, la pequeña Paola Mayer recibió su primera comunión en la parroquia Espíritu Santo, en manos del Padre Jorge Echegollén Flores. Posteriormente, los invitados se reunieron con Paola y sus padres, Alberto y Viviana Mayer, en La Candelaria para celebrar este acontecimiento tan importante, en la vida de la pequeña.



f : soymujeractual  
 @soymujeractual  
 @soymujeractual\_



Este verano  
**Diviértete**  
 con más de **130** Juegos Interactivos  
 y película gratis

¡Imagínate, aprende jugando!

**MUJER**  
 actual

**2x \$99**  
 personas pesos

el trompo  
 Museo Interactivo Tijuana

Cupón  
**Gratis**  
 Buscalo en nuestra  
 Página Web  
[www.mujeractual.com](http://www.mujeractual.com)

¡Imagínate, aprende jugando!

el trompo  
 Museo Interactivo Tijuana

Tel: 634 34 76 www.eltrompo.org @eltrompo.tijuana Libramiento las Ingenuas Río Tijuana, 3ra etapa



La unión de dos grandes eventos



# BAJA CALIFORNIA CULINARY FEST • 2014 •

OCTUBRE 29 al 2 de NOVIEMBRE  
TIJUANA - ENSENADA - VALLE DE GPE.

CHEFS, ENÓLOGOS Y PRODUCTORES INVITADOS /  
CONCURSO DE NUEVOS TALENTOS / CONGRESO  
ENSENADA GASTRONÓMICA / CLASES DEMO /  
MESA REDONDA / CENAS TEMÁTICAS / PASEOS /  
FESTIVAL GASTRONÓMICO



www.bcculinaryfest.com /BCCulinaryFest @bcculinaryfest



La mejor  
plaza de  
Tijuana

## Plaza LAS PALMAS



Todo en  
el mejor  
lugar

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



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



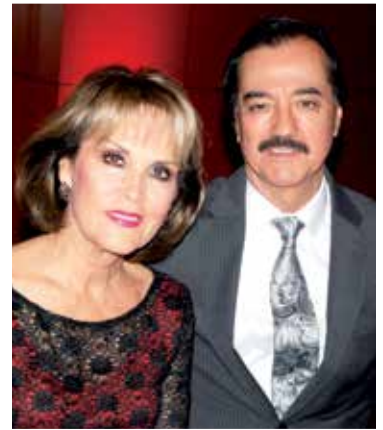


# TODO UN ÉXITO LA TRADICIONAL CENA DE GALA DE CRUZ ROJA

**EVENTO:** Cena Gala de Cruz Roja

**LUGAR:** El Cubo del Centro Cultural Tijuana

**DETALLES:** Empresarios de la región e invitados especiales se dieron cita en El Cubo para presenciar la cena de gala que año con año lleva a cabo la Cruz Roja, en esta ocasión a beneficio del Proyecto de Remodelación de Quirófanos. A dicho evento asistió el delegado estatal, Salvador Gutiérrez, el director del nosocomio en Tijuana, Carlos Velasco Samperio y su esposa Mariza Monar, el acalde de la ciudad y ex presidente del consejo Tijuana, el dr. Jorge Astiazarán Orci, y su esposa y presidenta del DIF municipal, Elia Manjarrez de Astiazarán.



f : soymujeractual  
 i : @soymujeractual  
 t : @soymujeractual\_

FOTOGRAFÍA ALFREDO HERNÁNDEZ [664] 641.82.80



**BLUE LUNA**  
Café & Deli

<p><b>Río</b>                  Ignacia Caimonfort                  #9330-7 Zona Río                  t. 634.04.44                  r. 152*190094*4</p>	<p><b>Palacio</b>                  Paseo Camaronero                  montano #24                  Zona Urbana Río                  t. 864.20.04                  r. 152*190094*3</p>	<p><b>Pío Pico</b>                  Avenida Pío Pico                  #2141 Zona Centro                  t. 684.76.38                  r. 152*190094*1</p>	<p><b>Nueva Sucursal Palmas</b>                  Av. Las Palmas                  404 esq. Santa Bárbara                  (a un costado de Duanes Veracruz)</p>
--	--	--	--

f
@

Servicio a domicilio

¡Visita nuestra página renovada! [www.blueluna.com.mx](http://www.blueluna.com.mx)







# CLUB DE NIÑOS Y NIÑAS CELEBRA CAMBIO DE DIRECTIVA

**EVENTO:** Ceremonia de Cambio de Directiva del Club de Niños y Niñas  
**LUGAR:** Gimnasio del Club Loma Dorada  
**DETALLES:** Amigos e invitados especiales se reunieron para presenciar el cambio de directiva del Club de Niños y Niñas, donde la ex presidente Pely Guevara de Gándara dio unas motivadas palabras para recibir al nuevo presidente de la organización sin fines de lucro, al lic José de Jesús Calleros. A la mesa directiva se le sumaron Carolina Aubanel Riedel como vicepresidente, José Ramírez Ríos como secretario y Elisa Ibáñez Aldana como tesorero.

f : soymujeractual  
 @soymujeractual  
 @soymujeractual



## Ocean City

RESTAURANT & BUFFET

SÍGUENOS EN  RESTAURANT OCEAN CITY

**VISÍTANOS EN PLAZA MINARETE**

DESAYUNO A PARTIR DE LAS 8AM

**¿YA COMISTE?**

¿YA PROBASTE LOS CHILAQUILES?

LOS CAMARONES ESTÁN UFFF!!!

CONVIVE CON TUS **amigas** Y DISFRUTA DEL MEJOR BUFFET DE TIJUANA

**A TU GUSTO.**

OMELETTE AL GUSTO!!!!

ENSALADA DE FRUTA FRESCA!

VENCE EL 30 DE NOVIEMBRE, 2014



4 AMIGAS Y LA 5 ES GRATIS  
 LUNES A JUEVES DE 8AM A 10AM  
 EXCEPTO DÍAS FESTIVOS

📍 BLVD. SÁNCHEZ TABOADA 4555. COL. AVIACIÓN, TIJUANA, B.C.

**EL MEJOR BUFFET DE TIJUANA 634 6788 Y 634 7688**



**DOS DÉCADAS** DE MODAS HAN IDO Y VENIDO  
EN LOS CUALES **CIMA MUEBLES** HA PERMANECIDO CONTIGO  
COMPLEMENTANDO TU ENTORNO CON NATURALEZA Y DISEÑO  
**Y ESTE ES TAN SOLO EL COMIENZO...**



*aniversario*



**CIMA**

MUEBLES + ARTE + ACCESORIOS + WALLPAPER + INTERIORISMO

TEL. 664/622.2670

ERMITA 47, LA MESA, TIJUANA, B.C. MÉXICO

 CIMA MUEBLES



# ¿Necesitas reunirte con tus clientes o equipo de trabajo en cualquier lugar?



## Ahorra tiempo y dinero con Conferencia Web Negocio de Servicios Cloud



- Ten reuniones virtuales ilimitadas con audio y video hasta para 25 participantes desde tu PC, tableta o smartphone.
- Comparte tu escritorio, documentos y contenido web.
- Registra tus reuniones: grabación, edición y playback.

Desde:

**\$919** pesos  
al mes.

Contrátalo al  
**01 800 123 3535**  
o en [telnor.com/cloud](http://telnor.com/cloud)

**TELNOR**<sup>®</sup>  
tu mundo es posible