

Mujer

actual

Agosto 2019 | Año 12, Edición 142 | 72 páginas

12
ANIVERSARIO
REVISTA MUJER ACTUAL

POR ELLOS...
divorcio civilizado

La magia del vino
en las **FIESTAS** de
la **VENDIMIA**

**REGRESO
A CLASES**
sin desfalcate

CLAUDIA MAGALLÓN

LA ADVERSIDAD LA HIZO FUERTE

DESCARGA
MUJER ACTUAL
Y SALUD ACTUAL
EN VERSIÓN
DIGITAL
DISPONIBLE EN

Available on the
App Store



**Ejemplar
GRATIS**

2 REVISTAS EN UNA...
AL INTERIOR
ENCONTRARAS
SALUD
actual

Agosto 2019

LA BELLEZA DE LA BAJA

En esta edición queremos que de nueva cuenta te enamores del hermoso lugar donde vives, Tijuana y de Baja California. El mes pasado estuvimos de aniversario en esta ciudad fronteriza que cumplió 130 años de vida, y en Mujer Actual, estuvimos con una campaña en redes #Tijuanaeresgrande con datos sobresalientes de lo que hemos realizado en esta ciudad en los diferentes ámbitos.

Bueno, pues ahora te llevamos un especial del Valle de Guadalupe, que además de incluir los eventos de la vendimia de Provino para este mes de agosto, te lleva la segunda parte sobre lo que hay detrás de una botella de vino de la baja, que muchas veces implica mucho más que una buena cosecha.

Les contaremos la historia de Olivia Maldonado, quien ha dedicado su vida profesional a promover las relaciones binacionales. Le acaban de entregar un reconocimiento por parte del ayuntamiento de Tijuana, por sus 30 años de servicio en el gobierno municipal, además hace un par de semanas fue nominada por el consulado de Estados Unidos en Tijuana y elegida por el departamento de Estado de los Estados Unidos para el programa International Visitor Leadership program.

En portada quien nos cuenta su historia es Claudia Magallón quien ha salido adelante superando la adversidad. Tiene una fundación donde apoya a niños de la calle, especialmente a las niñas, y acaba de ganar un concurso de belleza: Señora Belleza México Baja California 2019.

Tocaremos además en esta edición, temas como el regreso a clases y cómo ahorrar dinero para que no afecte tu bolsillo, además de moda para campamentos y gastronomía con una opción además de rica y saludable, muy fresca, ad hoc a la temporada de calor.

Así que espero que disfrutes mucho de esta edición y que la compartas con tus amigas y seres queridos.

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

SAIDA *Muriel Hid*

Mujer
actual

CRÉDITOS

DIRECTOR GENERAL

Saida Muriel Hid
saida@revistamujeractual.com

DIRECTOR DE DISEÑO

Lorena Soñá Ruiz
lorena@revistamujeractual.com

EDITOR EN JEFE

Ana Patricia Valay
paty.valay@revistamujeractual.com

ASISTENTE DE DIRECCIÓN

Diana Moreno
diana.moreno@revistamujeractual.com

COLABORADORES

Ana Laura Martínez Gardoqui
Becky Krinsky
Carlos Gutiérrez
Maru Lozano
Nelly Castañeda
Tatiana Martínez
Ma. Fernanda Hale Alcazar
Michelle A. Santana Bujazan

FOTÓGRAFOS

Garage PhotoStudio [664] 225.04.00

León Felipe Chargoy
leonchargoy@todonimagen.com [664] 364.04.44

Abigail Fotografía [664] 219.63.88

Andrés Ruiz
Rafael I. Ramírez

SERVICIO A CLIENTES

OFICINA [664] 216.15.12 y 13

CELULAR [664] 674.57.66

ventas@revistamujeractual.com

REPRESENTACIÓN EN SAN DIEGO

Energy Communications

[619] 585.93.98 y [619] 585.94.63

637 3rd. Avenue Suite B,

Chula Vista, California 91910

salesusa@revistamujeractual.com

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 04-2018-070912030400-102. Mujer Actual es una marca registrada ante IMPI, expediente no. 43797. Certificado de licitud de título y de contenido (EN TRAMITE). Año 12, edición 141, inicio de impresión el 15/06/2019. Los autores son los únicos responsables por su opinión y no necesariamente expresan la de los editores. **Mujer actual investiga la seriedad de sus anunciantes, mas no es responsable por las ofertas o información que aparece en los anuncios. Edición mensual. Tiraje 25,000 ejemplares.** Mujer Actual es distribuida de manera gratuita en las ciudades de Tijuana, Rosarito, Ensenada, Valle de Guadalupe 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.



TOYOTA
Tijuana

NUEVO

COROLLA '20

ES CONFIANZA



¡EL PODER QUE NO SABÍAS QUE TENÍAS!



toyotatijuana.com.mx

Contenido

AGOSTO 2019

TU PERSONA

• RECETAS PARA LA VIDA
Tus problemas no siempre son económicos

TUS HIJOS

Cuando llega el divorcio Juntos o separados, pero bien

ESPECIAL

• REGRESO A CLASES
Tu bolsillo, ¿preparado para clases?

MODA

• ASESORÍA DE IMAGEN
Camp Time
Glamour al aire libre

UNA TACITA DE CAFÉ

Catar café
¡Convértete en un experto!

ESPECIAL DEL VALLE

• SEGUNDA PARTE
¡Qué hay detrás de una botella de vino de Baja?

• CALENDARIO
Fiestas de la Vendimia

ESPECIAL CHEF'S

CARLOS BAÑUELOS
ÁNGEL GUTIÉRREZ

GASTRONOMÍA

Saboréate un cheviche **30**

HOMBRES DESTACADOS

HÉCTOR RUIZ PÉREZ
Formando sonrisas, cambiando vidas **34**

8

10

12

16

18

22

24

26

28

PORTADA DEL MES

CLAUDIA MAGALLÓN

LA ADVERSIDAD LA HIZO FUERTE



FOTOGRAFÍA GARAGE PHOTOSTUDIO
MAQUILLAJE MOKA COSMETICS

MUJERES INSPIRANDO MUJERES

OLIVIA MALDONADO
Estrechando lazos entre Tijuana y San Diego

CIUDAD ACTUAL SAN DIEGO

Los latinos levantan su voz desde San Diego

• ESPECIAL
Homenaje Póstumo

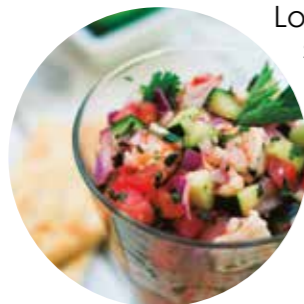


RAFAEL ISAAC RAMÍREZ **40**

HABLEMOS DE CINE **44**

• ESPECIAL
¡Celebran a Tijuana por su 130 aniversario! **46**

SOCIALES **48**



www.revistamujeractual.com

EXPO-PRODUCTOS-SERVICIOS

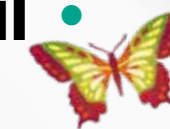
LUGAR
CECUT
SALA
FEDERICO CAMPBELL

MIÉRCOLES
16
OCTUBRE

HORARIO
DE **8:00 AM**
A **8:00 PM**

soy actual

• REVISTA **Mujer actual** •



"El fracaso más grande es nunca haberlo intentado..."

CONFERENCIAS DE EMPRENDEDORES EXITOSOS



• MUJER ACTUAL PROMOVRIENDO la ECONOMÍA de la REGIÓN •

CÓMO TRATAR CON ADOLESCENTES EN UN MUNDO COMPLICADO

Un adolescente es una persona que está tratando de aprender a convertirse en adulto. Entender esta etapa es la clave para evitar confrontaciones innecesarias

POR BECKY KRINSKY

La adolescencia es una etapa importante en el desarrollo de la persona. Es en este momento cuando el niño inicia el camino hacia su independencia, donde experimenta y busca entender

quién es y cómo debe actuar.

El problema más grande que tienen los adolescentes generalmente son sus padres, porque a pesar de que ellos quieren lo mejor para sus hijos, no entienden lo que está sucediendo, y sin querer crean conflictos, lastiman la comunicación y esperan que los adolescentes actúen como ellos esperan.

Así impiden que el proceso de crecimiento y adaptación al mundo adulto, se de en forma natural y

sin tanta pelea.

A pesar de que no todos superan la etapa de la adolescencia, la mayoría de las personas, crecen, maduran y se convierten en adultos exitosos y felices. Ya que logran sanar muchas de las cicatrices causadas por los malentendidos, la rebeldía y el exceso de control que les imponen sus padres y las normas sociales.

La adolescencia no es una etapa fácil para nadie, por más

natural que este proceso sea. Las luchas de poder, los cambios repentinos, las hormonas, los miedos, angustias, confrontaciones y la rebeldía crean conflictos, frustraciones y mucha incertidumbre.

¿QUÉ NECESITAN LOS ADOLESCENTES EN ESTA ETAPA?


Los adolescentes necesitan espacio para crecer, libertad para conocer, oportunidades para hacer sus elecciones. Como padres, soltar el control y la estabilidad del hogar no solo duele, también espanta. Sobre todo, porque es difícil desengancharse del joven inexperto e ingenuo y dejarlo libre en un mundo complicado, algunas veces cruel e incierto.

La misión de los padres como adultos responsables es educar y formar a su vez adultos responsables e independientes. Por lo que es importante, ayudarles a aprender a comunicarse con respeto, darles libertad con límites y explicar con claridad las posibles consecuencias de las malas decisiones.

Es importante dejar a un lado las críticas severas, los castigos, las humillaciones o imposiciones con el fin de demostrar autoridad. Hay que nutrir la relación, recordar el amor incondicional que se les tiene, a pesar de las peleas continuas y sobre todo, es crucial convertirse en el ejemplo que inspira y motiva a ser mejor persona.

Para ayudar a los adolescentes a lograr resultados efectivos y a largo plazo, para que puedan encontrar mejor su camino, se debe uno preguntar: ¿Cómo ayudo a mi hijo/a que sea responsable? ¿Qué herramientas necesita para aprender a solucionar sus problemas? ¿Cómo podemos aprender juntos de los errores que hemos cometido? Hay que dejar de pensar que es el adolescente el que tiene que aprender a escuchar, entender y a cooperar.

Una buena recomendación para tratar con hijos adolescentes es el recordar que esta es una etapa que se pasa.

Hay que tener paciencia e inteligencia para sobrevivir la crisis y aprender a construir una relación con el nuevo adulto que se está formando. 

¿YA ERES PARTE DE NUESTRO GRUPO?

PAG WEB

www.recetasparalavida.com

FACEBOOK

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

TWITTER

[@recipesforlife](https://twitter.com/recipesforlife)

LA RECETA

VALOR PERSONAL

INGREDIENTES

- » **AMOR INCONDICIONAL** – demostrar continuamente el amor con acciones y palabras.
- » **ACEPTACIÓN** – reconocer que las necesidades y los intereses del adolescente.
- » **LIMITES** – dar suficiente libertad para que crezcan, pero establecer hasta reglas y seguridad.
- » **EMPATÍA** – poder sentir con sinceridad sus sentimientos y su necesidad por ser independientes.
- » **CONSECUENCIAS** – enseñar el valor de tomar buenas y malas decisiones.

AFIRMACIÓN POSITIVA PARA ENTENDER A MI HIJO ADOLESCENTE

La adolescencia es una etapa importante en la vida de mi hijo. Puedo entenderlo, apoyarlo y aprender de él, pero no espero que el haga lo mismo por mí. Lo quiero y acepto incondicionalmente. Sus pensamientos no me pertenecen, él tiene sus propias prioridades y lo respeto. Yo soy su guía y su ejemplo. Agradezco el privilegio de ser su padre-madre.

COMO MANEJAR LA ADOLESCENCIA EFECTIVAMENTE

- 1. DEJA QUE TU ADOLESCENTE TE ENSEÑE SU MUNDO.** La mejor motivación y empoderamiento que un padre puede dar es el interesarse en la vida de sus hijos. Dedicarles tiempo y saber que es lo importante para ellos.
- 2. CREA RUTINAS EFICIENTES QUE FACILITEN LA COMUNICACIÓN Y EL DESEMPEÑO FAMILIAR.** La repetición constante fortalece el aprendizaje y el desempeño de cualquier acción que se desea iniciar. Haz arreglos y compromisos para que todos ganen.
- 3. ESTABLECE LÍMITES CLAROS Y CONSECUENCIAS LÓGICAS.** Fomenta seguridad y motiva el respeto mutuo por medio de la toma de decisiones congruentes. Se constante y disciplinado para que las consecuencias establecidas, tengan valor.



El éxito escolar empieza en casa

BECKY KRINSKY
COACH EMOCIONAL

Te ayuda a que tu hijo/a tenga el mejor ciclo escolar



- Mejora las rutinas de estudio
- Motiva a tus hijos
- Elimina los castigos y enseñales con consecuencias
- Ayuda a que tus hijos sean triunfadores
- Aprende técnicas de educación positiva

SESIONES INDIVIDUALES CON OPCIONES TELEFÓNICAS, POR VIDEO CHAT O EN PERSONA.

ASEGÚRATE DE DARLE A TU HIJO/A UN MEJOR FUTURO.



PIDE TU CITA HOY.

recetasparalavida@gmail.com

o al teléfono **619 666 6551**

Cuando llega el DIVORCIO JUNTOS O SEPARADOS, PERO BIEN

POR CARLOS GUTIÉRREZ

En la actualidad es muy común encontrar personas viviendo un divorcio o ya divorciadas, y para ninguna de ellas fue una etapa fácil, y no me refiero sólo a un mal matrimonio, sino al proceso de tener que separarse.

Antes las personas se casaban para siempre, y esto hacía las veces de una cadena irrompible entre dos personas que no deseaban estar juntas.

El divorcio es una necesidad en una relación de pareja que ya no tiene manera de resolver sus diferencias o sus deseos.

Divorciarse es una acción de justicia y de rescate del amor y la dignidad, puede ser una etapa de enorme crecimiento personal y del reencuentro con uno mismo, pero también puede ser un drama enorme

PERO, ¿QUÉ CON ESTA DECISIÓN Y TUS HIJOS?

Divorciarse es un acto que debe hacerse en conciencia del costo emocional y financiero que va a provocar, debe consensarse y negociarse en los mejores términos, de esta manera se mitigará el dolor que este provoca.

Uno de los factores más importantes a considerar son los hijos.

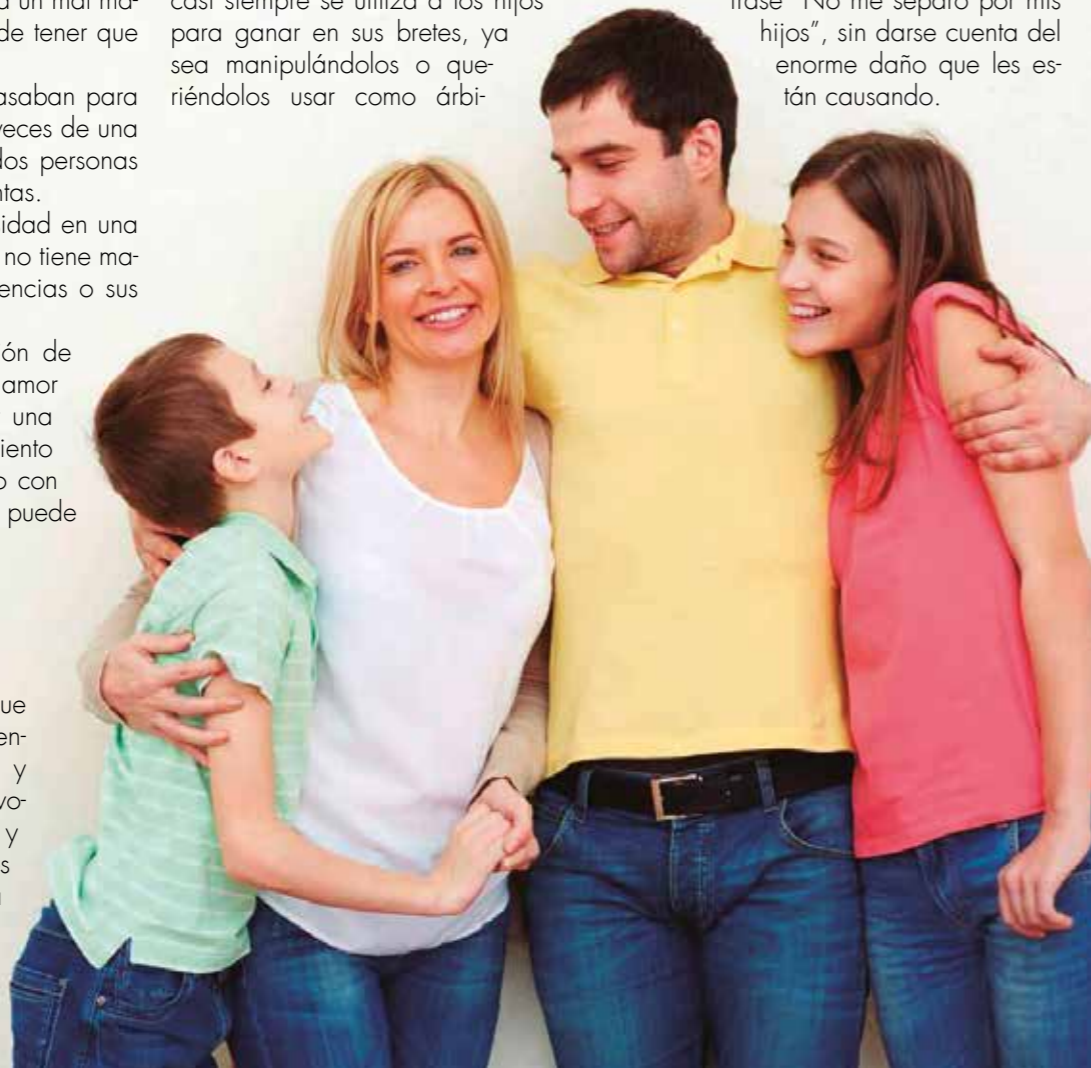
Los hijos no son una moneda de cambio o mercancía en el divorcio, no deben ser objeto de discordia ni de drama. Debe haber un consenso por su bienestar para que sean afectados lo menos posible.

En una relación de pareja conflictiva, casi siempre se utiliza a los hijos para ganar en sus breves, ya sea manipulándolos o queriéndolos usar como árbi-

tros, dejándoles saber los problemas de una manera muy dramática

Existen parejas que usan a los hijos para separarse durante el matrimonio haciéndolos dormir en medio de ellos, y así evitar el contacto físico y emocional.

Otras los usan para no separarse poniéndolos como pretexto en la famosa frase "No me separo por mis hijos", sin darse cuenta del enorme daño que les están causando.



DEPENDENCIA EMOCIONAL /CO-DEPENDENCIA

Muchas personas no saben porque siguen viviendo en una relación en la que sufren, y es muy probable que tengan una afectación psicológica que se llama "Dependencia Emocional", y no sean capaces de separarse de su pareja por el temor de estar solas o no saber qué hacer consigo mismas; otras posiblemente vivan en una relación en donde hay adicciones como el alcoholismo, drogadicción, ludopatía, etc. y no quieran o no puedan separarse, estas persona posiblemente padezcan de otra enfermedad psicológica llamada "Codependencia" llegando en ambos casos a situaciones completamente inaceptables para alguien normal, haciendo todavía más doloroso el matrimonio y la vida de sus hijos.

Si cualquiera está en una situación en la que sufre por su pareja o no está feliz, entonces deberá preguntarse la razón de continuar así, y si es posible continuar o no con el matrimonio.

Una vez que el conflicto inicia y se contratan a los abogados tendrá que prepararse para una batalla campal que puede prolongarse por años en la que sus hijos perderán más de lo que se imagina.

Por eso les sugiero, como en muchas ocasiones "Divorciarse con Gracia", aunque suene a broma es una verdadera postura para enfrentar una situación realmente difícil.

"JUNTOS O SEPARADOS PERO BIEN"

Como terapeuta de pareja les puedo sugerir que asuman una actitud diferente que les permita avanzar en la toma de decisiones respecto a su vida matrimonial o divorcio: "Juntos o Separados Pero Bien", de esa manera las acciones y decisiones se orientarán al bienestar común y no sólo al personal.

Otra idea importante es que se debe aprender a separar los roles que como persona se tienen, uno es el "rol de pareja", y otro es el "rol de padre o madre", y que si el vínculo matrimonial terminó, el de paternidad y maternidad continuará por muchos años.

Piense en que si el padre o madre de sus hijos está bien, sus hijos también lo estarán.


Teniendo estas nuevas ideas al momento de tomar una decisión se verá rodeada de nuevas posibilidades que resultarán en una separación menos traumática para todos.

CONTACTO

CORREO
carlosgutierrezc@gmail.com
TELÉFONOS
(664) 174 4230
y (664) 676 7940

ALGUNOS FACTORES A CONSIDERAR CON CUIDADO:

- » ¿Separación por qué y para qué?
- » ¿Los conflictos entre los padres pueden resolverse?
- » ¿Existen conductas inapropiadas que deban corregirse en la pareja?
- » ¿Qué somos: pareja o padres?
- » ¿Nuestros hijos estarán mejor o peor?
- » Finanzas personales antes y después del divorcio
- » Pensiones alimenticias, escuelas, gastos de los menores, salud, esparcimiento
- » Convivencia antes y después del divorcio
- » Los derechos de los hijos en cuanto a los padres

Tome en cuenta que la felicidad e independencia de sus hijos es el reflejo directo de su ejemplo como ser humano. 



NEXUS
EXPRESS & LOGISTICS

MENSAJERÍA • PAQUETERÍA

ENVÍOS
A TODO
MÉXICO
NACIONAL Y REGIONAL

Recolección y entrega a domicilio

- Especialistas en paquetería y carga aérea nacional.
- Logística Nacional.
- Primera y última milla.
- Entregas en zonas extendidas.
- Servicios dedicados, entregas con cita y a detalle.



Entregamos en menos de

24 hrs.
Garantía de entrega

COBERTURA REGIONAL

TIJUANA • MEXICALI
ENSENADA • ROSARITO
TECATE • SAN QUINTIN
SAN LUIS RIO COLORADO, SON.

www.nexuspaqueteria.com



Expertos en:
Carga Aérea
y última milla
Nacional

Tel. (664) 637 4300
01 800 43 NEXUS
6 3 9 8 7

¿TU BOLSILLO,



PREPARADO PARA CLASES?

POR REDACCION MUJER ACTUAL

LISTO?

Está cercano el regreso a clases, lo que compromete gran parte del presupuesto familiar, y golpea fuertemente el bolsillo después de los gastos de las vacaciones, por tener que comprar todo lo necesario para el nuevo ciclo escolar de los hijos. Pero antes de solicitar un crédito, o de ir a empeñar tus obje-

tos más preciados, es importante que tomes algunas medidas para que no pongas en riesgo tu patrimonio.

PLANEA Y OPTIMIZA

Planea con tiempo. Puedes reciclar o reutilizar lo de otros años, pues no todo debe ser nuevo, y sobre todo, eso también te permitirá con tiempo comparar precios, marcas y calidad de productos en diferentes establecimientos. Comprar de última hora, siempre encarecerá todo, porque, de entrada, comprarás donde sea para garantizar los útiles escolares.

EL TIEMPO, LA GRAN DIFERENCIA

Sabemos que, al finalizar un ciclo escolar, y entrar el periodo vacacional, en lo que menos queremos pensar es justamente en el regreso a la escuela, pero entre más se acerque la fecha, por la ley de la oferta y la demanda, los productos indudablemente se encarecerán.

La procuraduría federal del consumidor, normalmente hace ferias de útiles escolares, donde hay buenos precios. Consulta cuándo será la próxima feria en la página oficial de la dependencia. www.gob.mx/profeco.

EL CUIDADO, AHORRA \$\$\$

Ponte a pensar que, si fomentas en tus hijos el cuidado de sus uniformes y útiles escolares, te podrías ahorrar unos cuantos pesos. Enséñales el valor del dinero y compárteles cuánto te cuesta a ti conseguirlo, con trabajo y esfuerzo.

También debes considerar, en tu presupuesto de ahorro, que durante el ciclo escolar es normal que se presenten algunos gastos extras como: regularizaciones, actividades deportivas o artísticas, excursiones y paseos, entre otros.

LIMÍTATE EN TUS GASTOS

Si los gastos de vacaciones se excedieron y resultaron más de lo que habías planeado, y no cuentas con solvencia económica, una buena opción es comprar únicamente lo indispensable (libros, cuadernos y uniformes), y esperar un poco, tal vez varias semanas, para realizar las compras que te falten. De esta forma

evitarás pedir prestado o adquirir un crédito de último momento.

Si quieres hacer uso del crédito, tienes que actuar con sagacidad e inteligencia, sin excederte de tus ingresos.

OTRA OPCIÓN PARA ALLEGARTE DE RECURSOS, EL CRÉDITO DE NÓMINA

Como al adquirir un crédito de nómina, se toma como garantía el salario que recibes como empleado, éste es depositado en tu cuenta corriente y no necesitas un aval para obtenerlo, pues las Instituciones Financieras cuentan con el respaldo de tus ingresos.

TARJETA DE CRÉDITO

Este medio de pago te permite realizar compras en establecimientos comerciales sin tener que liquidarlo en su totalidad al momento de adquirirlo, gracias a que es un crédito revolvente. Esto se refiere que, al usarla, te vales de la línea de crédito otorgada por la Institución Financiera y la recuperas conforme vas pagando.

Antes de adquirir un crédito, pregúntate, ¿se trata de un gasto imprevisto que no puede esperar?, si es así y además no existe otra opción

para satisfacer esta necesidad, opta por adquirir uno. Solo recuerda acudir a una Institución Financiera debidamente autorizada, y considera cuestiones como: el monto de crédito, plazo, monto a pagar, tasa de interés, Costo Anual Total (CAT) y las comisiones.

En Proteja su Dinero, nos dimos a la tarea de realizar un ejercicio, tomando en cuenta el desembolso promedio de 5 mil pesos por estudiante¹ en nivel básico. Dicho gasto varía ligeramente en función al nivel académico, siendo preescolar en donde se gasta menos, fíjate bien. ¹

Planea con tiempo. Básate en la lista de útiles y uniformes escolares. Esto te permitirá partir de cosas concretas, pues conocerás a detalle que puedes reciclar o reutilizar de otros años

*FUENTE: <https://www.conducef.gob.mx>



INSCRIPCIONES ABIERTAS

CICLO ESCOLAR 2019-2020

T. 976-3300

conservatoriodedanza.com.mx

@conservatoriodedanza conservatorio de danza México



Wipori[®]
Sushi
de autor

664 2089606
RESERVACIONES



Blvd. Agua Caliente #11999 Col.
Hipódromo, 22700 Tijuana
Segundo Nivel, Local 223 A

**PARA COMERTE DOS MÁS.
COCA-COLA SIN AZÚCAR**



SIENTE EL SABOR[®]



HIDRÁTATE DIARIAMENTE. **HOLA** 01800-204-4400 AL CONSUMIDOR
D.R. © 2019 The Coca-Cola Company. COCA-COLA SIN AZÚCAR, la onda dinámica y la botella contour con marcas registradas de The Coca-Cola Company. FENILGETONÓMICOS: CONTIENE FENILALANINA. *un producto de The Coca-Cola Company*

CAMP TIME

GLAMOUR AL AIRE LIBRE

POR HECHO CON CHE CHÉ

Estamos en plena época de calor, con el verano a todo lo que da, y más eventos que involucran estar en ese panorama al aire libre, y como lo sabemos, en cualquier tipo de evento que involucre estar bajo el sol, tierra y aire fresco, el look es algo súper importante y más si nos gusta siempre vernos "fashion" sea donde sea que estemos. Así que por aquí te dejaremos unas piezas, looks y combinaciones esenciales que no pueden faltarte y poder crear este verano de tus looks del día, que estén increíbles, y te sirvan para una ida a algún campamento, festival o conciertos. 

FALDAS y SHORTS de denim.

Los favoritos y los que jamás pasarán de moda y mucho menos para un look casual o algún evento o ida "outdoor". Estos son tan fáciles de combinar: tenis, alpargatas, chamarras de piel, sacos ligeros, sudaderas, algún sombrero llamativo o alguna bolsa statement.



Este look puede ser para una ida de camping (obvio cambiemos las sandalias por unas botas altas o unos tenis). Lo único con este tipo de looks, los que involucran los **"OVERALLS"** es que pueden caer en lo añorado, y tenemos que saber bien con qué tipo de blusas combinarlas abajo. De preferencia opta por camisas de material liso, pero pueden ser de colores o con estampados como líneas o polka dots.

CONTACTO

MA. FERNANDA

HALE ALCAZAR

(664) 368.62.72

MICHELLE A.

SANTANA BUJAZAN

(619) 598.38.17

CORREO

hechoconcheche@gmail.com

FACEBOOK

/hechoconcheche

INSTAGRAM

@hechoconcheche



Para una ida al mundo **"OUTDOOR"** las botas del estilo Timberland son tus aliadas, y quedan increíbles y se ven fabulosas con unos jeans rotos y que no queden tan largos. Aparte de estar cómoda, te verás "cool" en tu outfit.

Las **CHAMARRAS** de denim son un accesorio súper chic para estas aventuras. Pueden ser para algo casual y aparte cubren del frío, mientras tanto, usa algún termal o cuello de tortuga abajo y un gorrito lo harán ver "súper cool".

Este **LOOK** es perfecto para un concierto, o algún evento que no sea tan formal. No necesariamente necesitas combinarlos con botines, unos tenis estarían ideales, junto con una chamarra de piel o denim.



Cargo **PANTS** y **BLUSAS** de manga corta. Son lo más cómodo para usar sin verte "fachosa". Estas pueden ser combinadas con tenis, botas para hacer hike y una buena chamarra.



POR CLEOFAS ARREOLA

Una tacita DE CAFÉ

*Empresario

¿TE INTERESA SABER
MÁS? HAZME LLEGAR
TUS PREGUNTAS A:
tropi@msn.com

CATAR *café*

CONVIÉRTETE EN UN EXPERTO

Conocer y saber distinguir las virtudes y los defectos de un café es de vital importancia para poder juzgar la calidad de este

PRIMERA DE TRES PARTES

Catación es: tomar una pequeña porción de una sustancia para examinar su sabor.

En el caso del vino y del café recurrimos a la "catación o cata" para evaluar sensorialmente, de una forma objetiva, las particularidades de ambas bebidas, sean estas virtudes o defectos.

La "cata" "catación" o evaluación sensorial del café y del vino tiene varios puntos de convergencia. En ella se analizan las propiedades organolépticas de ambas bebidas. En los dos casos, evaluamos las características según las perciben los sentidos, como el olor, sabor, color y textura. La idea es encontrar el perfil que mejor describa la bebida.



PARA CATAR UN CAFÉ

El protocolo formal de evaluación de un café de acuerdo a los parámetros establecidos por el SCA (Specialty Coffee Association) se rige por unas normas estrictas:

LA NORMA DICE QUE SE DEBE CONSIDERAR...

- » El tamaño del recipiente en el que se hará la degustación.
- » La cantidad de café
- » La cantidad de agua
- » La granulometría o tipo de molienda
- » La temperatura del agua para la extracción, que se irá degustando conforme el café se vaya enfriando
- » La forma de la cuchara

A partir de ello, se asignarán puntuaciones en cuanto a la fragancia, al aroma, el sabor, la acidez, el cuerpo, el sabor residual y finalmente el balance de todos los atributos en la bebida.

Conocer y saber distinguir las virtudes y los defectos de un café es de vital importancia para poder juzgar la calidad de este.

¡TOMA NOTA Y PREPÁRATE PARA TU PRÓXIMA CATA DE CAFÉ!

En nuestra siguiente entrega, compararemos la cata del café con la del vino, no te la pierdas.



Entrega a domicilio, para llevar o fogón en sitio

Servicio en San Diego

Para precio especial en catering: ROMESCOMEXMED.COM/CATERING

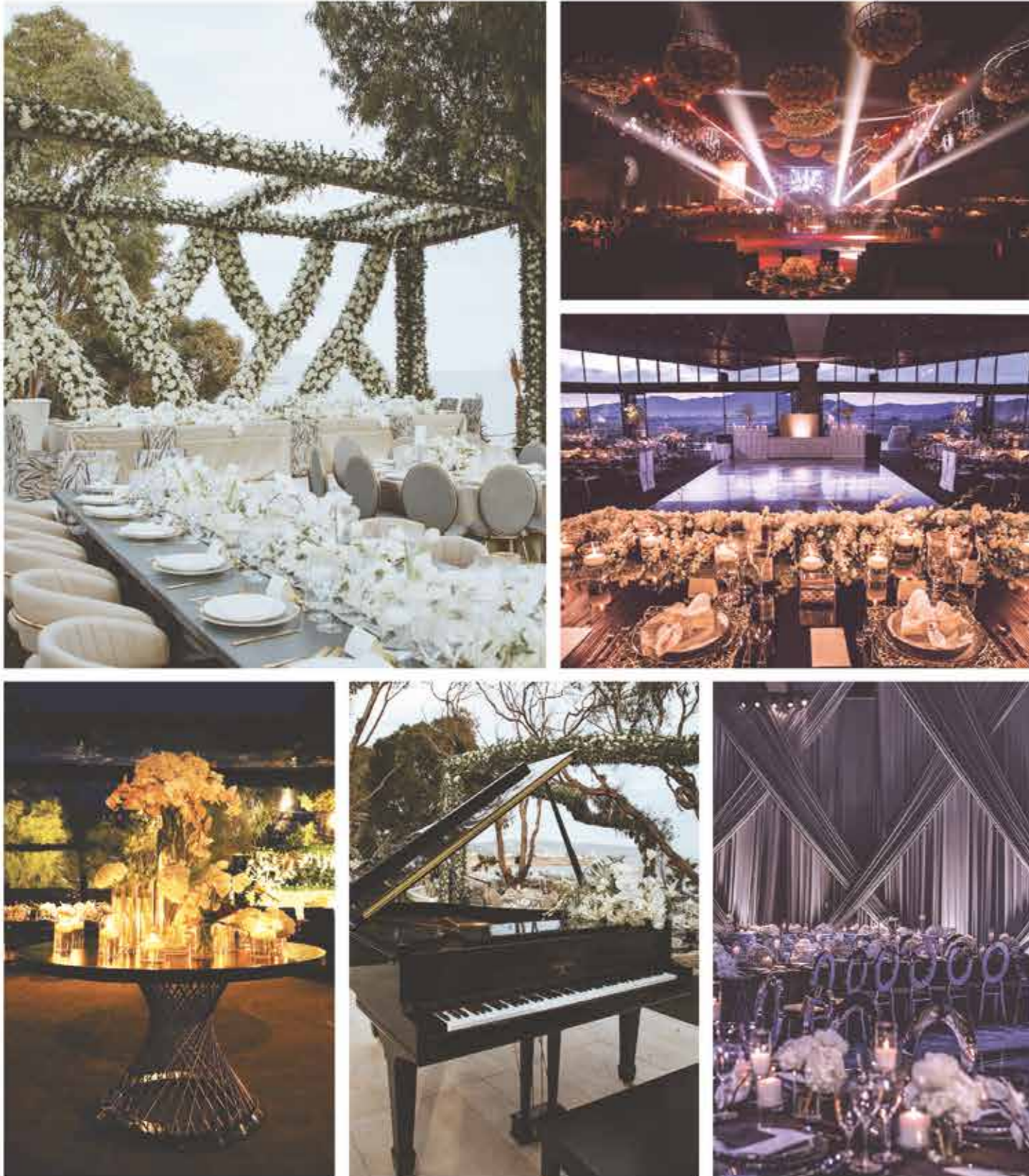
t. (619) 475-8627

/RomescoMexMed

4346 Bonita Rd, Bonita, CA 91902

Tus invitados amarán los aromas y el folclor de Paella cocinándose en tu evento

// Tú eres la verdadera inspiración //
para realizar un evento inolvidable.



ÁLVARO ÁVILA
MASTER EVENT PLANNER



www.alvaroavila.mx

Misión de Loreto 3010, Zona Río | Teléfonos: (664) 634.7922 y (664) 900 74.25



¿Qué hay detrás de una botella de VINO DE BAJA?

POR ANA LAURA MARTÍNEZ
SEGUNDA DE DOS PARTES

La edición pasada, hablamos un poco de la historia del vino en el continente americano y específicamente en la Baja. Tocamos también el tema del simbolismo religioso que tiene y ha tenido, y de la importancia de la

multiculturalidad, pero eso no es todo lo que hay detrás de una botella de vino; aún hay más en este recorrido, y les invito a compartirlo conmigo. Iniciaremos con algo no muy agradable: **Impuestos** el 16% de iva y el 25% del iepe... sin comentarios en este ingrediente, lo que sí hay que ser socialmente más activos para que los funcionarios entiendan que el vino no debe ser tratado como artículo de lujo, si de verdad se quiere incorporar a la cultura

cotidiana de la población.

Pasemos a la salud, en una botella de vino hay paradojas como la francesa que sustenta que a pesar que los galos consumen importantes cantidades de grasa animal en mantequillas, embutidos, quesos, pasa algo que los protege, y lo asocian al consumo de vino tinto. Si bien estoy de acuerdo con ello, falta agregar a la fórmula consumo de verduras, ejercicio, y aceite de oliva que es cotidiano para los franceses.

También algunos componentes del vino como los fenólicos entre ellos el resveratrol tienen propiedades antioxidantes, reconocidas porque actúan de forma positiva sobre los radicales libres.

El noble fermentado de Baja es una verdadera sinestesia, no solo por la riqueza de los estímulos sensoriales e intelectuales proporcionados por el líquido, sino también por que quien degusta lo hace parte de la complejidad de este mundo. Es un misterio el que se nos rebela en cada botella que degustamos.

LA MAGIA QUE ENCIERRA CON LOS RITUALES

Hay una ritualidad en potencia en la botella, que nos pide respeto a ser tratado como se merece. En la copa adecuada, a la temperatura que piden sus cualidades para ser expresadas y realzar su valor.

Sueños, trabajos, desvelos y preocupaciones también están en una botella de vino de BC. Ya que hay factores como los climáticos, financieros, tecnológicos e incluso sociales

Ya lo decía Alejandro Dumas, el vino es la parte espiritual de la comida.

También hay leyendas como la egipcia de la diosa Isis, que al comer una uva quedó embarazada, o la griega de Dionisio el dios griego del vino y la fertilidad,

quien al tintinear las copas para evocar el sentido del oído, habría dado origen al acto de brindar.

SABÍAS QUE...

¿2 mil parras de uva Misión y 100 olivos provenientes de San Ignacio es lo que trajo el padre José Loriente a la fundación de la Misión de Santo Tomás?

Hoy después de experimentos, unos afortunados y otros no tantos son 7 las variedades que ocupan más de la mitad de la superficie del viñedo bajacaliforniano y son: cabernet sauvignon, chenin blanc, merlot, tempranillo, nebbiolo, grenache y chardonnay.

La producción de vino nacional representa menos del 1% del vino elaborado a nivel mundial, en nuestra región participamos con el 90% de ese 1% nacional, es decir con el .9%.

En la región también cooperamos a elevar el consumo per cápita pues el indicador nacional es de 260 ml.

En la región es más frecuente consumir el vino como complemento alimenticio y no como bebida alcohólica, que en otras regiones del país aún tiene esta connotación.

Hay 3 casas grandes comerciales que tienen el 82% de la producción del vino de la región con 821 mil cajas; 3 casas medianas con el 12%, y 120 mil cajas y el resto son pequeñas y micros que se reparten el otro 6% contando con un centenar de estos proyectos, por lo que el vino de Baja se considera aún de pequeña escala.

El vino es el alimento más entrañable en la cultura y en la historia de la humanidad, es lo más saturado de simbolismo.

CORREO
analaura@culinaryartschool.edu.mx

*La autora es fundadora y directora adjunta del Culinary Art School en Tijuana, Sommelier y Chef

PORQUE QUIERES
CUIDAR TU DINERO
Y PLANEAR UN
Día inolvidable
EN TU VIDA

¡NOSOTROS TE AYUDAMOS!

Bodas en el Valle
By Eventos Tijuana

eventos tijuana
misiones publicas

CONTACTANOS
C. Santa María No. 3089-A Col. Gabilondo Tuana, B.C.
(664) 608.1674 • Cel. (664) 375.4423
info@eventostijuana.com
@bodasvallegpe @eventostijuana

• ACEPTAMOS TARJETAS DE CRÉDITO •

CALENDARIO FIESTAS DE LA VENDIMIA AGOSTO 2019

MUESTRA DEL VINO

FECHA: 2 de agosto
HORARIO: 7:00 pm - 12:00 am
LUGAR: Jardines del Centro Cultural Riviera de Ensenada, Ensenada, BC.

VISITA ENOLÓGICA II

Recorrido a tres vinícolas localizadas en Valle de Guadalupe con degustación de vinos acompañados de un ambigü.

FECHA: 3 de agosto
HORARIO: 9:00 am - 3:00 pm
LUGAR: Plaza Cívica de la Patria (3 cabezas), Ensenada, BC.

*No se admiten menores de edad

CENA DE GALA "ANDIARNO IN CORSO"

FECHA: 3 de agosto
LUGAR: Adobe Guadalupe Vinícola

CONCIERTO CREPÚSCULO: DANIEL BOAVENTURA

FECHA: 3 de agosto
HORARIO: 4:00 pm - 11:00 pm
LUGAR: Monte Xanic

VERTICAL DE AFRODITA CON DECKMAN 'S EN LA TRINIDAD

FECHA: 3 de agosto
HORARIO: 6:00 pm - 11:00 pm
LUGAR: La Trinidad

VEINTE COSECHAS, CARNE Y VINO

FECHA: 8 de agosto
HORARIO: 4:00 pm - 10:00 pm
LUGAR: Cava Maciel

FIESTA EN EL VALLE

Evento familiar con degustación de vinos, artesanías y gastronomía local.
FECHA: 8 de agosto
HORARIO: 5:00 pm - 10:00 pm
LUGAR: Parque el Porvenir, Valle de Gdp.

BAJALAJARA

FECHA: 8 de agosto
HORARIO: 6:00 pm - 11:00 pm
LUGAR: Restaurante D'Varios

COFRADÍA DEL VINO NOBLE

FECHA: 8 de agosto
HORARIO: 7:30 pm - 11:00 pm
LUGAR: CEARTE Tijuana

REGRESANDO A LA VENDIMIA

FECHA: 9 de agosto
LUGAR: Vitivinícola Vinisterra

CENA MARIDAJE NORTE 32 + ENCUENTRO GUADALUPE

Cena de 6 tiempos maridando vinos de la vinícola Norte 32 con el arte culinario del Chef Omar Valenzuela del restaurante Origen de Encuentro Guadalupe.

FECHA: 9 de agosto
HORARIO: 5:00 pm - 11:00 pm

BAJALAJARA

FECHA: 9 de agosto
HORARIO: 6:00 pm - 11:00 pm
LUGAR: Restaurante D'Varios

CENA MARIDAJE: ASÍ SE VA A LAS ESTRELLAS

FECHA: 9 de agosto
HORARIO: 7:00 pm - 12:00 am
LUGAR: Finca La Carrodilla

VISITAS ENOLÓGICAS III: ANTIGUA RUTA DEL VINO

Recorrido a 2 vinícolas de la antigua ruta del vino Santo Tomas y MD Vinos.

FECHA: 10 de agosto
HORARIO: 9:00 am - 05:00 pm
LUGAR: Plaza Cívica de la Patria (3 cabezas), Ensenada, BC.

*No se admiten menores de edad.

HILAR COCINA Y VINO

Comida maridaje a cargo del Chef Adolfo Galnares de Restaurante...
FECHA: 10 de agosto
HORARIO: 2:00 pm - 07:00 pm
LUGAR: Hilo Negro

CELEBRANDO LA VENDIMIA EN HACIENDA GUADALUPE

FECHA: 10 de agosto
HORARIO: 6:30 pm - 12:00 am
LUGAR: Hacienda Guadalupe

TALLERES DE APRECIACIÓN DEL VINO

Taller básico sobre las propiedades del vino orientado para toda persona interesada en adentrarse en el mundo vitivinícola.

FECHA: 12, 13 y 14 de agosto
HORARIO: 5:00 pm - 7:00 pm
LUGAR: Laboratorio de vinificación, EEG-UABC

RAÍCES

Cena maridaje con chefs de la región con música en vivo amenizando la velada.

FECHA: 16 de agosto
HORARIO: 5:00 pm - 11:00 pm
LUGAR: Bodegas F. Rubio, Ensenada, BC.

OAXACALIFORNIA

FECHA: 16 de agosto
HORARIO: 6:00 pm - 11:00pm
LUGAR: Finca La Divina

LOMITA / 10 AÑOS

FECHA: 16 de agosto
HORARIO: 7:00 pm - 12:00 am
LUGAR: Lomita

RENACIMIENTO

FECHA: 16 de agosto
HORARIO: 7:00 pm - 12:00 am
LUGAR: Clos de Tres Cantos

VISITA ENOLÓGICA IV

Recorrido a tres vinícolas localizadas en Valle de Guadalupe con...

FECHA: 17 de agosto
HORARIO: 9:00 am - 05:00 pm
LUGAR: Plaza Cívica de la Patria (3 cabezas), Ensenada, BC.

VERBENA CULTURAL 2019

FECHA: 17 de agosto
HORARIO: 12:00 pm - 12:00 am
LUGAR: Bodegas Santo Tomas

CONCURSO DE PAELLAS "DR. RAMÓN GARCÍA OCEJO"

Tradicional evento de cierre de Fiestas de la Vendimias que reúne a 92 equipos paelleros quienes cocinan su mejor receta para deleitar a los asistentes y 60 casas vinícolas participantes para ofrecer degustación de al menos 120 etiquetas de vino.

FECHA: 18 de agosto
HORARIO: 12:00 pm - 7:00 pm
LUGAR: Viña de Liceaga

4TA SALSA & VINO

FECHA: 24 de agosto
HORARIO: 5:00 pm - 11:00 pm
LUGAR: Alximia





PRESENTA EN EXCLUSIVA **Especial CHEF'S**

CARLOS

Bañuelos



¿POR QUÉ DECIDISTE SER CHEF?

Siempre quise estudiar gastronomía. Desde que era niño el ver a mis papás cocinar hizo que naciera en mí, un gusto y atracción por la cocina. Nunca me llamó la atención ninguna otra profesión.

¿CUÁL ES TU PROPUESTA CULINARIA?

La propuesta culinaria que tenemos en Estación Central es retomar la cocina original de Tijuana que tiene grandes influencias asiáticas, italianas, francesas y demás por su multiculturalidad, antes de que viniera tan fuerte la fuente de Baja-Med. Tratamos de desarrollar un menú con la comida original que se encontraba ya en Tijuana.

¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU ESTILO EN LA COCINA?

Mi estilo en la cocina es muy disciplinario. Considero que en este punto de la gastronomía las bases de la cocina ya están bien sembradas, sólo es cuestión de darle nuestro toque y darle un estilo. La cocina sencilla es muy rica y hay que

tratar de hacerla bien.

ENTRE TANTA COMPETENCIA, ¿QUÉ CONSIDERAS QUE TE DISTINGUE COMO CHEF?

Lo que me distingue como chef es que busco innovar los platillos que ya están bien establecidos. Como comentaba, en mi cocina siempre trato de seguir una línea, pero marcando mi propio estilo.

¿QUÉ OPINAS DE ESTA NUEVA GENERACIÓN DE CHEFS QUE ESTÁ DEJANDO HUELLA EN BC?

Es una de las más importantes de todo México y me atrevo a decir que parte de la historia de la gastronomía. Creo que no se había visto antes tanto ímpetu y tantas ganas de crecer y hacer cosas nuevas en un estado que es tan joven en temas gastronómicos. Se han logrado bastantes cosas importantes en poco tiempo gracias a

CARLOS BAÑUELOS
ESPECIALIDAD
 Cocina contemporánea
 Cali-baja
RESTAURANTE
 Estación Central

EN BREVE...

¿QUÉ NO PUEDE FALTAR EN TU COCINA? Disciplina y diversión. Al trabajo venimos a divertirnos.

¿TU PLATILLO FAVORITO A PREPARAR? Chicharrón de pulpo y rib-eye.

¿QUÉ ES LO QUE TE HACE AGUA LA BOCA? Toda la cocina ahumada.

¿A QUÉ CHEF ADMIRAS DE BC? Giovanni Brassea de Humo, por el tipo de cocina ahumada, relajada y menos estricta que utiliza.

los cocineros jóvenes que ahorita están empujando, y también a los cocineros de la vieja escuela que nos guían. Considero que esa es la mancuerna que está logrando el éxito en BC y nos está posicionando a nivel nacional e internacional.

¿QUÉ PLATILLO NO SE DEBEN PERDER DE TU RESTAURANTE?

Chicharrón de pulpo, ribeye y el arroz chino. Son los platillos insignia de Estación Central.



Una experiencia distinta...

NISSAN KICKS 2019



Valle de Guadalupe

B.C. México



WWW.OENO.MX

RESERVACIONES@OENO.MX
+52 (664) 391-4998
OENOWINERESORT

MENCIONA EL CÓDIGO

MUJER ACTUAL

Y RECIBE 15% DE DESCUENTO



PRESENTA EN EXCLUSIVA **Especial CHEF'S**

ÁNGEL

Gutiérrez



¿POR QUÉ DECIDISTE SER CHEF?

Porque desde niño estuve en contacto con la buena comida, ya sea con mi madre, abuela o bisabuela; después de un tiempo me di cuenta que me apasionaba mucho el cocinar.

¿CUÁL ES TU PROPUESTA CULINARIA?

Mi propuesta y la de "Matilde", está basada en una cocina honesta, si bien la presentación es muy importante prefiero no olvidarme de lo que realmente importa que es el sabor. Es muy importante ofrecer productos de alta calidad y sobre todo ingredientes que estén a nuestro alcance.

¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU ESTILO EN LA COCINA?

Es una cocina relajada, pero con mucho sabor, es sumamente importante cocinar perfectamente cada proteína, vegetal o lo que sea que cocinemos. Lo que más me gusta del proceso es poder sacar el mejor sabor de cada ingrediente, y que

nuestros comensales sepan que están ahí en su plato; a esto le sumamos una presentación moderna, agradable y limpia.

ENTRE TANTA COMPETENCIA, ¿QUÉ CONSIDERAS QUE TE DISTINGUE COMO CHEF?

La pasión con la que cocino, el hecho de que verdaderamente respeto el producto; no presentamos un platillo hasta que la técnica este 100% dominada. Me considero muy sencillo y honesto. No trato de inventar el agua tibia, simplemente tomo el producto y busco transformarlo en un platillo delicioso, manteniendo su esencia.

¿QUÉ OPINAS DE ESTA NUEVA GENERACIÓN DE CHEFS QUE ESTÁ DEJANDO HUELLA EN BC?

Que es justo lo que necesitábamos en el estado para proyectar nuestra cocin

ÁNGEL GUTIÉRREZ
ESPECIALIDAD
Cocina a la leña
y catering
RESTAURANTE
Matilde Valle
de Guadalupe

EN BREVE...

¿QUÉ NO PUEDE FALTAR EN TU COCINA? Leña
¿CUÁL ES TU PLATILLO FAVORITO A PREPARAR?

Cualquier asado, no hay nada más emocionante que escuchar el primer contacto del producto con una parrilla bien caliente.

¿QUÉ ES LO QUE TE HACE AGUA LA BOCA? Un cerdo ahumado a la vuelta y vuelta.

¿A QUÉ CHEF ADMIRAS DE BC? Admiro mucho a Marcelo Hisaki, su pasión por la cocina contagia, aunque mi estilo es diferente, de él aprendí muchísimas cosas, y por supuesto su cocina es deliciosa.

¿QUÉ PLATILLO NO SE DEBEN PERDER DE TU RESTAURANTE? En Matilde la terrina de costilla, esta cocinada 24 horas a la leña y después sellada. Se acompaña con un puré de coliflor rostizada.

na y productos en el país y el mundo. Me da mucho gusto saber que cada día hay más cocineros trabajando para poner el nombre de Baja en lo más alto.



Toma el control del camino...

NISSAN MURANO 2019



Saboréate un CEVICHE

POR ANA LAURA MARTÍNEZ GARDOQUI

En muchos países latinoamericanos, el ceviche forma parte de la cultura gastronómica base, al ser nativo del océano Pacífico. Es así que lugares como Chile, Colombia, Costa Rica, Guatemala, México y Perú -entre otros- han convertido al ceviche en un plato insigne de las marisquerías.


En nuestro país, el ceviche se prepara sobre todo con pescado

de carne blanca, aunque también con pescados azules y mariscos, que se marinan en jugo de limón y se sirven fríos, por lo que se considera un plato fresco y delicioso para comer siempre y especialmente en estos días de verano.

VARIEDAD DE CEVICHE EN MÉXICO

Existen muchos tipos de ceviche mexicano. Está, por ejemplo, el ceviche acapulqueño, el jalisciense, el sinaloense, los bajacalifornianos por supuesto; todos con pequeñas variaciones como la forma

en que se presenta el pescado o detalles en las recetas, como la inclusión de pepino, aguacate o mango. Se come, tradicionalmente, sobre tostadas de maíz - que es la base de toda nuestra alimentación- o sobre galletas saladas.

Las técnicas de la comida en crudo llegaron a México a través de los inmigrantes orientales, y fue gracias a esta mezcla cultural tan poderosa, que se logró una receta que ha trascendiendo fronteras y que ha invitado a la experimentación desde entonces. 



CORREO
analaura@culinaryartschool.edu.mx

*La autora es fundadora y directora adjunta del Culinary Art School en Tijuana, Sommelier y Chef



RECETA DE CEVICHE CLÁSICO PERUANO DEL CHEF GASTÓN ACURIO

INGREDIENTES

- » 4 filetes de pescado blanco picadas
- » 1 cebolla morada cortada en medias lunas
- » 2 dientes de ajo picados
- » Sal y pimienta
- » 2 cditas de ají limo, que se puede sustituir por chile California verde
- » 1 mazorca de maíz cocida y desgranada
- » Jugo de 20 limones
- » ½ camote cocido y en rodajas
- » 1 cda de hojas de cilantro

PREPARACIÓN

Cortar el pescado en dados de 2 cm, ponerlo en un bowl y salpimentar. Pasado 1 minuto, añadir el ajo y el ají limo o chile. Mezclar bien. Rociar el pescado con el jugo de limón, agregar el cilantro. Mezclar y dejar marinar unos segundos. Añadir la cebolla y rectificar sazón. Servir el ceviche en un plato hondo con el maíz y el camote.



CEVICHE DE GUERRERO DEL RECETARIO INDÍGENA Y POPULAR

INGREDIENTES

- » 1 kg de filete de pescado picado
- » 45ml de aceite de oliva
- » 1 manojo pequeño de cilantro
- » ½ kg chícharos (lata)
- » 3 cdas cafeteras de salsa Búfalo
- » 1 litro de refresco de naranja
- » 1 kg de jitomate
- » ¼ kg de cebolla
- » 5 chiles verdes
- » Sal al gusto

PREPARACIÓN

El filete se lava bien y se deja escurrir, enseguida se pone al fuego un recipiente con suficiente agua y sal al gusto para cocer el filete al primer hervor e inmediatamente se retira del fuego cuando la carne esté y se deja escurrir. Después se coloca en un recipiente; se pica finamente la cebolla, unas ramitas de cilantro, los chiles, los jitomates, enseguida se vacía en un recipiente y se le agrega la salsa cátsup, el refresco de naranja, la salsa búfalo y los chícharos. el aceite de oliva se fríe con unas rodajas de cebolla, se deja enfriar y se añade, se mezcla añadiéndole sal al gusto y se deja reposar unos 20 minutos. Se sirve con galletas saladas.



CEVICHE DE MARISCOS DE SONORA

INGREDIENTES

- » 450gr de camarones, almejas y carne de cangrejo en trocitos
- » 2 cdas de vinagre
- » ¼ tz jugo de lima
- » ¼ tz jugo de limón
- » 225 gr jitomate maduro, sin semillas, pelado y cortado en cuadrillos
- » 115 gr cebollitas de perla encurtidas picadas
- » 2 cdas aceite comestible
- » 1 cda de orégano fresco

PREPARACIÓN

Se lavan los mariscos con agua fría mezclada con vinagre, se secan a golpecitos y se colocan en un tazón de vidrio o porcelana donde se rocían con los jugos de lima y limón, y se dejan marinando en el refrigerador toda la noche, revolviendo ocasionalmente. Luego, se agregan el jitomate, la cebolla, el aceite y el orégano. Se sirven en vasos de cristal o en copas cevicheras, con galletas saladas o tostadas.



CEVICHE AL ESTILO LA MORENA DE OAXACA

INGREDIENTES

- » 1 kg filete de guachinango o robalo
- » 20 limones (jugo)
- » 8 jitomates chicos
- » 1 manojo grande de cilantro
- » 1 cebolla mediana
- » 1 tza salsa de tomate en escabeche
- » ½ tza de aceite de oliva

PREPARACIÓN

Se lava muy bien el pescado y se corta en cuadrillos, se le quita toda la carne que se vea negra o rojiza; los jitomates se pelan, se despepitan y cortan en cuadrillos; se pica finamente el cilantro y la cebolla. Los cuadrillos de pescado se ponen en el jugo de los limones durante 24 horas y después se lavan; se mezclan con los demás ingredientes, menos los chiles, y se sazonan con sal, pimienta y el escabeche de los chiles; éstos se ponen en una salsera aparte para que cada quien se sirva al gusto. El ceviche se refrigera durante 20 minutos y se sirve acompañado de tortillas o galletas saladas, rinde para ocho personas.

CLAUDIA

MAGALLÓN RICCO

LA ADVERSIDAD LA HIZO FUERTE

POR MÓNICA MÁRQUEZ | FOTOGRAFÍA GARAGE FOTOGRAFÍA

Con una infancia difícil, una maternidad temprana y sin apoyo alguno, Claudia Araceli Magallón Ricco abrió sus alas superando obstáculos, cayéndose y levantándose, voló fuerte y empoderada hasta convertirse en excelente mamá, fundadora de Mujeres con Misión A.C. y reina de Señora Belleza México Baja California.

A sus 42 años, Claudia tiene una historia de éxito que contar, una historia que inicia con hechos que la marcaron, aunque hoy se encuentra escribiendo uno de los capítulos de su vida que para ella es más gratificante: su labor altruista.

“Lo que más disfruto es mi trabajo en Mujeres con Misión, me siento muy satisfecha y orgullosa de haberla fundado; aquí, hacemos la recolección de donaciones en especie, comida, ropa y demás cosas que sirven a otras personas; nos enfocamos en ayudar a niños y ancianos”, explicó Claudia.

Esta Asociación Civil la fundó oficialmente en noviembre de 2018 y a pesar de ser pocos los meses en función, cada esfuerzo realizado ha sido gratificante, especialmente porque ha podido ayudar a niños en condiciones vulnerables y en extrema pobreza.

“Conocí a una niña, Jacky de 12 años, que me recuerda tanto a mí, cuando yo la vi sentí una empatía con ella, cuando traté de acercarme, ella estaba

“Comíamos de lo que nos daban los vecinos, vivíamos en casas que nos prestaban, yo vendía gelatinas para buscar el alimento... como yo fui la mayor, yo me hacía cargo de mis hermanos y no tuve oportunidad de llorar o de quejarme...”

un poco reacia al contacto físico, pero yo sentía mucha empatía con ella, me recordaba mucho a mí, incluso físicamente... Si yo logro que ella haga algo en su vida, esa será mi misión en esta vida”, expresó sonriente.

Jacky es una niña que vive en condiciones muy especiales: no tiene padres, legalmente no existe porque nunca fue registrada, no tiene un techo dónde vivir, la mayor parte de su día a día la pasa en el basurero del Valle de las Palmas en Tecate, no sabe leer ni escribir, pero sí tiene mucha sed de aprender.

UNA INFANCIA DIFÍCIL

Hoy, la vida la sonríe a Claudia: es una mujer de éxito y con muchos proyectos por delante, una familia que la apoya y la quiere, pero no siempre fue así, pues

tuvo enfrentarse a una infancia difícil y llena de carencias.

Siendo la mayor de seis hermanos, sus primeros años los vivió en un hogar quebrantado con sus padres Salvador Magallón y Martha Ricco, él víctima del alcoholismo y ella postrada en cama por enfermedad.

Ante tal situación, su casa estaba llena de carencias, recordó con nostalgia, “comíamos de lo que nos daban los vecinos, vivíamos en casas que nos prestaban, yo vendía gelatinas para buscar el alimento... como yo fui la mayor, yo me hacía cargo de mis hermanos y no tuve oportunidad de llorar o de quejarme, tenía que estar ahí, ser el soporte de mi mamá y la defensa de mis hermanos porque mi mamá era muy violenta”.

Sin duda, esta infancia la hizo fuerte, la forjó, la enseñó a trabajar en todo desde los 14 años, sin sentirse humillada o avergonzada, al contrario, siempre orgullosa de poder llevar un poco de dinero a su casa.

MAMÁ A LOS 15 AÑOS

A los 15 años su vida dio un giro: se convirtió en mamá, un acontecimiento que la hizo aún más fuerte. “Yo fui muy feliz, mi embarazo lo viví por dos meses porque ni siquiera sabía que iba a tener un bebé, hasta que una doctora me dijo que estaba embarazada, tenía 7 meses y no sabía, a mí me faltaba mucha educación... Yo era muy delgada, sentía una bolita y como que algo se me movía, pero nunca pensé que era un bebé”, relató.

La llegada de su pequeñito representó una etapa muy difícil, admitió, su sueldo solo le alcanzaba para pañales y no para comer, así que ella tenía que buscar la manera de salir del entorno en el que se encontraba, por lo que decidió irse como indocumentada a Estados Unidos.

“Me fui a Estados Unidos con una conocida, y ahí cambió mi vida, todo mundo me quería ayudar porque era una menor de edad con un bebé en brazos, tuve mucho apoyo, gente que me guio, aprendí a hablar inglés rápido, trabajé mucho y me empezó a ir muy bien”.

LA VIDA LE SONRÍE

Transcurridos los años, de la jovencita temerosa, pero con mucha sed de salir adelante con su hijo, Claudia se convirtió en una mujer empoderada y exitosa, madre de 5 hijos, educada y con gran espíritu altruista que la llevó a buscar la corona de Señora Belleza México Baja California.

Claudia necesitaba un trampolín que le permitiera hablar sobre Mujeres con Misión A.C., por lo que decidió en febrero entrar a la audición de dicho certamen, donde finalmente compitió al lado de otras 17 mujeres, viviendo una experiencia que tuvo impacto en su vida. “Disfruté esta etapa, me descubrí más segura de mí de lo que yo creía”.

En las 8 semanas que duró la preparación, tuvo que aprender a ser tolerante, a convivir entre tantas mujeres con diferentes ideas, a no ser tan

franca ni directa, siempre resaltado sus virtudes: persistencia, disciplina y honestidad.

FELIZ DE SUS LOGROS

Hoy, con una corona, con la misión de ayudar y el apoyo de una gran familia encabezada por su esposo José Flores, quien le permite volar y crecer, disfruta de su éxito... “Me siento satisfecha de dejar un pequeño legado, de seguir trabajando por los niños que tienen menos”, mencionó.

Para concluir, Claudia invitó a las mujeres a que no olviden que la felicidad de cada una viene del interior, va de adentro hacia afuera, pues nadie puede dar eso, la felicidad depende de cada una. ■

EN BREVE...

» **LIBRO FAVORITO:** Los Cuatro Acuerdos de Miguel Ruíz

» **ARTÍCULO INDISPENSABLE:** Cepillo de dientes

» **MÚSICA FAVORITA:** El mariachi

» **MAYOR FORTALEZA:** Sus hijos

» **MAYOR DEBILIDAD:** Sus hijos

» **FRASE FAVORITA:** “Hay aves que cruzan el pantano y no se manchan, y mi plumaje es de esos”.



HÉCTOR Ruiz Pérez

FORMANDO SONRISAS, CAMBIANDO VIDAS

POR MÓNICA MÁRQUEZ

De espíritu alegre y emprendedor, siempre de la mano de Dios, Héctor Ruiz Pérez, director de Dental Health Care, se ha dedicado durante 23 años a formar sonrisas y cambiar la vida de cientos de personas mediante la Odontología y la Ortodoncia, una profesión que lo apasiona.

Para platicarnos un poco sobre su vida y profesión, nos recibió en su consultorio dental en el que pasa la mayor parte de su día haciendo lo que más le gusta. Conozcamos más de él.

Héctor Ruiz nació en Tijuana el 14 de mayo de 1973, es el primero de tres hijos de los señores Héctor Ruiz y Marcela Pérez, quienes llegaron a esta ciudad hace 48 años.

De 1992 a 1996, cursó la carrera de Odontología y posteriormente, ingresó a la especialidad de Ortodoncia, tiempo en el que conoció a su hoy esposa Carolina Arnaud, quien hoy por hoy es su ayuda idónea y con quien tuvo la dicha de convertirse en padre de tres niños.

Desde hace 23 años, la Odontología se convirtió en una de sus pasiones, "le tuve que poner límites porque podía pa-

“ Si puedes hacer algo por un corazón dolido o una persona en necesidad, hazlo; por eso estamos aquí, para ser una mejor versión de nosotros mismos el tiempo que estamos vivos

sar horas trabajando, se me iba el tiempo”, compartió el dentista Ruiz Pérez.

Su motivación y pasión se la debe en parte a su abuelo José María Ruiz Acevedo, expuso, quien fue un reconocido dentista autodidacta de la calle Primera de la Zona Centro de la ciudad.

Dijo que otra motivación es que le gusta y se le facilita mucho trabajar con las manos,

por ello decidió incursionar en odontología, carrera con la cual considera puede hacer la diferencia en la gente al lograr cambios tanto físicos como mentales. “Cuando ves cambios en la persona sientes que estás aportando algo a la vida de alguien”.

Sin duda, el don que le fue asignado por Dios es otra de sus grandes alicientes, aseguró, para él resulta gratificante ver todo lo que puede hacer y cómo puede cambiarles la vida a algunas personas ayudándoles en su salud y estética bucal.

EN BREVE...

- » **LIBRO FAVORITO:** La Biblia y Una Vida con Propósito
- » **ARTÍCULO INDISPENSABLE:** El celular
- » **MÚSICA FAVORITA:** U2 y Hillsong
- » **MAYOR FORTALEZA:** Dios y su familia
- » **MAYOR DEBILIDAD:** No saber decir no
- » **FRASE FAVORITA:** “Solamente sonrío”

CONSTANTE ACTUALIZACIÓN

De 1996 a la fecha, no todo ha sido fácil, Héctor ha tenido que superar diversos retos, especialmente los que la ciencia le va dando continuamente, ya que para sobresalir debe mantener siempre a la vanguardia en tratamientos, materiales y equipos.

“El reto es no quedarte atrás, es ir a la par con la ciencia y no dejar de crecer, aunque nunca hay que hacer menos las bases porque es de donde sale todo... La ventaja de la ciencia es que te va haciendo que tengas resultados acertados, duraderos y que verdaderamente puedas lograr las expectativas tanto médicas como estéticas”, consideró el director de Dental Health Care.

De sus inicios a la fecha, la evolución en la rama de la odontología ha sido impresionante, agregó, pues no solo hay avance en cuanto equipos y materiales, sino también en los resultados al hacer el trabajo más fácil a los pacientes y al dentista, teniendo más opciones de tratamiento y preservación de dientes, así como la posibilidad estética y funcional de sentirse bien consigo mismo.

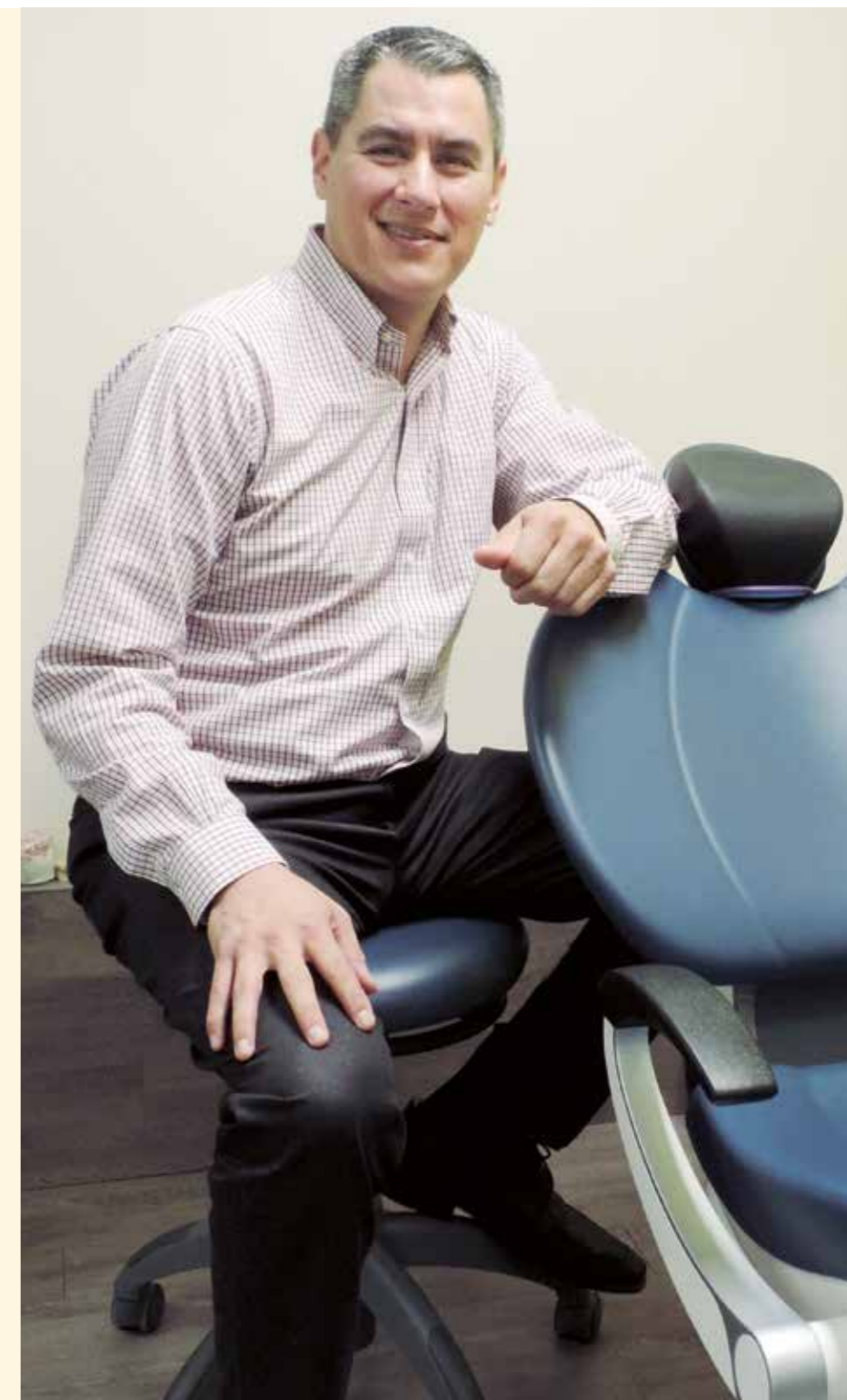
DE LA MANO DE DIOS

Contar con el reconocimiento y el éxito que ha logrado hasta ahora ha sido el resultado de mucho trabajo de él y de su equipo, aunque parte importante es el “ir de la mano de Dios, ya llevas las de ganar porque de él viene todo”, aseguró.

“Es necesario ser honesto con el paciente, no enfocarte en la economía; nos debemos enfocar más en el bienestar del paciente, en entenderlo, escucharlo... no solo llegas, ves un diente y se va, es escuchar toda la historia”, puntualizó.

En sus tiempos de estudiante, hubo una anécdota que lo marcó para siempre: “estaba atendiendo a una paciente y en ese momento pasó algo donde mezclé un sentimiento de coraje y aunque la atendí bien, no fue la forma correcta de estar involucrado en cosas. Al final, ella me dijo: ‘cuida tu actitud’... esa fue la ocasión que marcó mi carrera estos 23 años porque dije: ‘de la puerta para afuera es una cosa y de la puerta para adentro es el paciente’”.

Otra anécdota importante es cuando llegan jóvenes o adultos con una actitud o semblante de inferioridad, tímidos o cohibidos y conforme llevan el tratamiento y empiezan a ver el cambio en su dentadura, al cabo del tiempo, son otras personas: más seguras, hablan más... “esto es algo que me hace ver que mi parte la estoy haciendo bien”, afirmó orgulloso.



SATISFACCIONES PERSONALES Y PROFESIONALES

Sin lugar a dudas, lo que se hace con dedicación y entrega deja importantes huellas, en el caso del Lic. Héctor su mayor satisfacción personal es su familia; profesionalmente hablando es el poder hacer una diferencia en las personas, el haber sido bendecido con la posibilidad de tener a dentistas

trabajando con él e impulsarlos a hacer otras cosas.

“Hay una frase en la que siempre pienso: ‘El límite es el cielo’... siempre dale para enfrente, sé la mejor versión de ti mismo y comparte las habilidades y los dones con los que fuiste creado y nunca dejes de aprender y siempre lleva a dios por delante en todo lo que hagas”, concluyó el entrevistado. ■

OLIVIA MALDONADO

ESTRECHANDO LAZOS ENTRE TIJUANA Y SAN DIEGO

POR ANA PATRICIA VALAY

Olivia Maldonado se especializa en las relaciones binacionales gubernamentales en el Ayuntamiento de Tijuana, colaborando para la región Tijuana-San Diego, y lo hace discretamente y tras bambalinas, sembrando constantemente en foros, en reuniones, en talleres, con medios de comunicación, entre otros, por una cada vez mejor relación binacional entre San Diego y Tijuana.

Para ella, su compromiso de estrechar estos lazos, en todas sus facetas, va mucho más allá de meramente una jornada laboral, pues se trata de una verdadera convicción de sacar lo mejor de esta región compartida, siempre con pasión, y sintiéndose orgullosa de Tijuana como ella misma lo describe.

Son 30 años de servicio en el gobierno los que tiene Olivia, por lo cual recibió un reconocimiento por parte del Ayuntamiento de Tijuana. Quince de estos años, los ha dedicado a asuntos binacionales.

UN POCO DE SU HISTORIA...

Olivia es orgullosamente tijuanaense, pero su padre sí es uno de tantos migrantes que han venido a Tijuana a hacer de

EN BREVE...

- » **LIBRO FAVORITO:** Milagros
- » **ARTÍCULO INDISPENSABLE:** La bolsa con todo lo que lleva dentro
- » **MÚSICA FAVORITA:** De los 80s en inglés
- » **MAYOR FORTALEZA:** LA ENSEÑANZA de mi madre
- » **MAYOR DEBILIDAD:** La pérdida de mi madre
- » **FRASE FAVORITA:** Una región Tijuana-San Diego

esta tierra su terruño. Llegó a Tijuana para hacer su residencia como médico, mientras que su mamá es de Ensenada.

Estudió Administración de Empresas en la Universidad de las Californias, y tiene diplomados en protocolo consular, desarrollo humano y organización de eventos.

—¿Y CÓMO ES QUE EMPEZASTE A DEDICARTE A ASUNTOS BINACIONALES?

—El trabajo de gobierno te va llevando a conocer diferentes áreas de trabajo, y cuando ves que aprendiste y pasaste por todas las áreas y diste lo mejor de ti, dices ¿qué sigue?, ¿qué quiero?

—Para mí, dentro del estatus del gobierno, es una oportunidad de poder servir desde mi trinchera, realizando trabajos que benefician a la ciudad y

a las diversas dependencias, buscando cursos para funcionarios, certificaciones para maestros; acercando las herramientas que les permitan hacer mejor su trabajo, y ese servicio a la ciudad te va formando una carrera dentro del gobierno.

CUANDO LE PREGUNTAN: ¿QUÉ TANTO TRABAJO HAY?, RESPONDE: MUCHO.... ¡TODO EL TIEMPO!

“Estás atendiendo un tema de una visita diplomática, y a la par un tema de un memorándum de entendimiento, de un hermanamiento, o al mismo tiempo viendo la agenda de ciertos funcionarios, para ver qué puedan aprovechar, y por ejemplo ir a algún encuentro con homólogos, lo que se puede dar en diferentes sectores. Es un error pensar que la relación con San Diego sólo es económica”.

—Y PARA TI QUE ERES EMBAJADORA DE TIJUANA EN SAN DIEGO, ¿QUÉ REPRESENTA ESTA CIUDAD FRONTERIZA?

—Tijuana es una ciudad multicultural, binacional y bilingüe, estamos en interacción con EU y somos importantes porque somos frontera, y ambas ciudades estamos unidas.

—Somos un ejemplo de región fronteriza, y se puede decir que podemos sentirnos orgullosos, porque nosotros trabajamos de manera diaria con nuestros homólogos. Hacemos con equipos deportivos como los Padres de San Diego, es decir, no nada más trabajamos con los gobiernos.

—¿CUÁL CONSIDERAS QUE ES LA CLAVE DEL ÉXITO DE TU TRABAJO?

—Considero que la clave es la confianza. En la cultura latina somos fáciles de brindar confianza y en EU no es así, y cuando ya demostraste que lo pudiste hacer bien, de ahí empieza la confianza. Luego viene la relación de amistad, porque creas amistades, y posteriormente creas respeto.

—De lo que se trata mi trabajo, es

de la relación pública binacional con gobiernos, federales, estatales y locales en EU. Somos un enlace entre las dos partes, desde temas educativos, de seguridad pública, culturales, de desarrollo económico, bomberos, protección civil, un abanico de acciones y deporte. Y no se trata sólo de buscar el enlace sino de buscar qué es lo mejor para Tijuana, y cuál es el mejor escenario que te puede beneficiar. Siempre ganar-ganar.

—¿Y CUÁLES SON TUS RETOS?

—Mis retos son los de seguir entendiendo cada vez más de la relación binacional. Por eso me dio mucho gusto que se me nominara para un programa internacional

de visitantes de liderazgo, en donde fui aceptada por el departamento de estado. Éramos sólo dos personas representando a México en reuniones con funcionarios federales, cámaras y organizaciones en las ciudades de Washington, Filadelfia, Dallas y San Francisco.

—Como sueño me gustaría tener una oficina, despacho, con equipo de trabajo, y entrenar personas, para acercarse con EU de forma asertiva y crear esa confianza.

Una de mis grandes satisfacciones es poder plasmar en renglones el producto de mi investigación y de mis pensamientos y dársela al político para que dirija un mensaje ante un público extranjero, siempre enalteciendo las ventajas competitivas de esta región Tijuana-San Diego.

“ Mi trabajo es la relación pública binacional. Somos un enlace entre las dos partes, y no sólo eso, sino que buscamos qué es lo mejor para Tijuana, y cuál es el mejor escenario que le puede beneficiar. Siempre ganar-ganar ”



LOS LATINOS LEVANTAN SU VOZ DESDE SAN DIEGO

UNIDOSUS SE REÚNE DEL 3 AL 6 DE AGOSTO

POR TATIANA MARTÍNEZ

Transforma, influye y dirige, es el lema que utiliza UnidosUS en su convocatoria a la convención anual que se lleva a cabo en el Centro de Convenciones de San Diego del 3 al 6 de agosto. Este foro busca promover el cambio social a favor de la comunidad latina, por lo que líderes, expertos, oficiales electos, y todo aquel que busca y promueve el bienestar del latino dentro de la Unión americana, estará presente. En el marco de la convención, también abre al público de manera gratuita la Feria Nacional de la Familia que durante el 3 y 4 de agosto ofrece más de 150 expositores, información y servicios a favor de los residentes latinos de esta frontera.

¿QUÉ ES UNIDOSUS?

Desde 1968, UnidosUS -antes conocida como el Consejo Nacional de la Raza, o NCLR- ha sido considerada la voz latina más confiable e imparcial dentro de los Estados Unidos. Al estar conformada por más de 300 organizaciones latinas sin fines de lucro, desde hace 50 años trabaja en los temas de mayor interés para la comunidad. Aboga a favor de políticas públicas más progresistas, pero también promueve una mayor participación cívica; busca una reforma migratoria y la reducción de deportaciones, pero también promueve talleres y servicios que facilitan la obtención de la

COMUNIDADES MÁS FUERTES CREAN UNA AMÉRICA MÁS FUERTE

Anualmente 900 mil latinos cumplen 18 años, la edad para comenzar a votar. Se

calcula que, en 20 años, uno de cada tres estadounidenses será latino. Ante este crecimiento de la comunidad latina, UnidosUS trabaja arduamente en su empoderamiento, manteniendo como lema de base "Comunidades más fuertes, crean una América más fuerte".

Janet Murguía, CEO de UnidosUS, reconoce que aún existen muchos obstáculos para la comunidad latina, que no son tiempos fáciles, sin embargo, está convencida de que este es nuestro mejor momento para trabajar unidos como comunidad.

"Debemos aprovechar el poder colectivo", explicó Janet Murguía en su visita a San Diego el 7 de junio pasado.

Al frente de la organización y con la voz más fuerte entre los latinos, Janet Murguía proyecta la participación de más de 3 mil visitantes a la Convención Anual, que incluye talleres y ponencias de vital importancia para los latinos, en la antesala de las elecciones presidenciales de noviembre.

"Juntos, construiremos un país más fuerte, creando oportunidades para los latinos. Visualizamos una América en donde el progreso económico, político y social sea una realidad para todos los latinos, donde todos los hispanos prosperen y sean reconocidas sus contribuciones a la comunidad", insistió. ■

INFORMACIÓN PORTAL
www.unidosus.org
TWITTER
[@WeAreUnidosUS](https://twitter.com/WeAreUnidosUS)
CONTACTO DE LA AUTORA
tatiana.martinez@tamar.uo

CUSTODIA DE LOS HIJOS Y REGRESO A CLASES

¿CÓMO REPARTIR RESPONSABILIDADES, SIN INTERFERIR EN SU DESEMPEÑO EDUCATIVO?

POR BECKY KRINSKY

Cuando una pareja se divorcia y todavía tiene hijos en la escuela, se tienen que establecer claramente todos los aspectos importantes respecto a su educación, sobre todo cuando se comparte su custodia. El establecer quién va a las conferencias con los maestros y cómo se comunican en caso de que se tengan que tomar decisiones importantes referentes a la educación, puede llegar a ser un tema delicado y complicado.

Por ejemplo, es necesario estipular quién se encargará de pagar colegiaturas, libros, uniformes, o viajes escolares, etc... Hasta detalles insignificantes como quién dará los permisos para paseos, y quién firmará las calificaciones.

Es importante establecer los horarios y las rutinas que funcionen mejor para nuestros hijos y la expareja, con el fin de causar el mínimo estrés posible, para asegurarse que los hijos tengan un buen año escolar.

El bienestar de los hijos es y debería de ser siempre la prioridad para los padres, sin importar los conflictos internos que el divorcio pudiera suscitar.

¿CÓMO SE PUEDE EVITAR CONFLICTOS Y ASEGURARSE QUE TODOS TENGAN UN BUEN AÑO ESCOLAR?

- 1. HAY QUE TENER PRESENTE** que los hijos no tienen la culpa del divorcio de sus padres, por lo que hay que darles las mejores oportunidades.
- 2. REVISANDO PERIÓDICAMENTE** el arreglo y la orden que se estableció en el documento legal del divorcio.
- 3. SE RECOMIENDA HACER REVISIONES** periódicas del sistema educativo que cambia dependiente el grado escolar, para adaptarse a las nuevas necesidades.
- 4. SE DEBE ACLARAR** previamente quién es responsable de los pagos y los permisos, y dejarlo por escrito.
- 5. BUSCA AYUDA PROFESIONAL** para proteger todos los intereses. Busca con abogados, el servicio de mediación para lograr el mejor arreglo posible.

Los niños necesitan estabilidad, confianza y tranquilidad para que tengan éxito en sus estudios. Los problemas de sus padres no deben de interferir con su educación.

Deben de entender que ellos no son el problema. Las decisiones que se toman, siempre deben de estar basadas en el mejor interés para ellos. No es justo que los hijos sufran también y paguen las consecuencias con su futuro.

Los padres deben actuar como adultos responsables, sin importar que tan enojados o lastimados estén.

Si estas en medio de un divorcio o tienes que revisar las condiciones de la custodia de tus hijos, hazlo pronto y asegúrate que este año escolar tus hijos tengan las mejores oportunidades. ■

CONTRERAS LAW CENTER
TELÉFONO
(619) 648 9652

*Esto es un artículo informativo, no es un documento legal.

CONTRERAS
LAW FIRM

ABOGADOS DE SAN DIEGO QUE SE PREOCUPAN

DERECHO FAMILIAR
LITIGIO DE NEGOCIO
SUBROGACIÓN



402 West Broadway Suite 1200
San Diego, CA 92101
619-238-0616

contreraslawfirm.com



Anuncio legal

RAFAEL ISSACC RAMÍREZ

SUS
FOTOGRAFÍAS,
PARTE
IMPORTANTE
DE LA
CRÓNICA
DE TIJUANA

POR ANA PATRICIA VALAY

No había evento o reunión social en Tijuana en donde no se le viera. Su sonrisa y su cabellera completamente blanca siempre se destacaban entre los asistentes... y así la magia de su lente se hacía presente en los previos del evento o al concluir el mismo, lo que permitía a los asistentes, convertirse en protagonistas, y tener un recuerdo que perdurará a través de los años.



Sin distinciones Rafael Issacc Ramírez asistía a tomas de protesta empresariales, a eventos de fundaciones o asociaciones civiles, a foros, conferencias, exposiciones, pasarelas, desfiles, conmemoraciones y aniversarios. Todos eran cubiertos por igual, por su lente; a todos los eventos era convocado.

UN POCO DE SU HISTORIA

Rafael Issacc Ramírez Siqueiros, nació un 11 de abril de 1953 en Mexicali, Baja California, y dedicó gran parte de su vida al ámbito financiero, trabajando y haciendo carrera en instituciones bancarias, sin embargo, su vida profesional dio un giro radical, cuando decidió dedicarse a retratar la vida social de Tijuana.

Además, poco a poco fue incurriendo también en el mundo de la moda. Su gran amigo y con quien había una estrecha relación laboral, Jesús Hernández, director general de mbc management dijo que ambos buscaban cambiar la imagen de los eventos a través de buenas modelos y producción.

"Fue una persona muy importante en la moda, porque tenía ingerencia en decisiones importantes, le preguntaban cómo se hacía una pasarela, como se debía colocar la iluminación, era invitado por todas las agencias; siempre lo consideraban y tomaban en cuenta", comentó.

Para él, uno de los grandes aciertos que tuvo Rafa, fue el de ir más allá en el mundo de la moda, para llevar el detrás de y no sólo lo que se veía en un desfile o pasarela.

Además del importante trabajo de Rafael Issacc en el mundo de la moda y de los eventos sociales, su contribución en medios de comunicación, impresos y televisivos, también fue de gran relevancia.



SU PASO POR MUJER ACTUAL

Durante ocho largos años, una de las principales secciones fijas de la revista, sociales, se vio engalanada por el trabajo de Rafael Ramírez, quien llevaba la imagen de Mujer Actual a donde se presentará.

Saida Muriel, directora de la Revista, afirmó que para ella Rafa, como le decíamos de cariño, siempre fue "un hombre tenaz, trabajador, excelente ser humano, siempre disponible para apoyarnos; era muy querido por todos. La palabra no, no existía en su vocabulario. Él siempre buscaba como sí, y siempre nos buscaba para compartir y apoyar. Él será para nosotros, irremplazable, nos dejará un hueco inmenso y lo extrañaremos muchísimo. Dejó huella en Tijuana".

Diana Moreno, asistente de dirección de la Revista Mujer Actual, y quien tiene ya, seis años trabajando ahí, así recuerda a Rafa:

"Desde el primer día que llegué a esta oficina, Rafa me brindó su amistad, apoyo y confianza, y durante varios años seguimos fortaleciendo la buena relación, compartiendo momentos muy agradables de trabajo y otros de diversión. Fue un gran apoyo para poder realizar nuestros compromisos sociales de manera oportuna con cada uno de nuestros clientes; definitivamente una pérdida irremplazable. Lo extrañaremos y echaremos mucho de menos", comentó.

DEJANDO TESTIMONIO HISTÓRICO

El presidente de la Sociedad Mexicana de Geografía y Estadística Correspondiente a Tijuana, Gabriel Rivera, hizo una reflexión muy interesante sobre el gran legado que un fotógrafo deja a su comunidad.

"Siempre fue "un hombre tenaz, trabajador, excelente ser humano, siempre disponible para apoyarnos; era muy querido por todos. La palabra no, no existía en su vocabulario. Él siempre buscaba como sí, y siempre nos buscaba para compartir y apoyar. Él será para nosotros, irremplazable, nos dejará un hueco inmenso y lo extrañaremos muchísimo. Dejó huella en Tijuana"

SAIDA MURIEL, DIRECTORA DE LA REVISTA

"Al tomar una imagen, el fotógrafo se convierte en un fiel registrador de un suceso cotidiano. Este evento se podrá observar con el transcurso del tiempo y esa imagen se convertirá en un testimonio gráfico de un hecho o suceso. Es el historiador o el antropólogo o científico social, el que le otorgará una valoración a esa imagen por el contenido de la misma, por las personas que participan o por la época en que fue registrada. Así es como una fotografía se convierte en un documento histórico que puede ser empleado no sólo para ilustrar un texto o publicación, sino para documentar de primera mano, ese hecho".

Para el historiador, "una fotografía y el personaje que la realizó se convierte en un elemento fundamental en la crónica histórica de una comunidad".

Bajo esta premisa, sabemos que el trabajo de nuestro amigo y compañero Rafael perdurará no sólo en la memoria de quienes lo conocimos, sino que será testigo mudo para las nuevas generaciones, de lo que en algún tiempo fue Tijuana, con su gente y sus personajes ilustres.

Le sobreviven sus hijas Danett y Danitza Ramírez, y todos sus amigos y compañeros que lo queríamos.

DEP RAFAEL ISSACC RAMÍREZ. †

Especial



CARLA ROSSI

DT. DEL EQUIPO FEMENIL XOLOITZCUINTLE

La exseleccionada nacional tomó el cargo rumbo al Torneo Apertura 2019 de la LIGA MX-Femenil.

La entrenadora tapatía, Carla Rossi Balado será la Directora Técnica del equipo femenino del Club Tijuana Xoloitzcuintles de Caliente a partir del Torneo Apertura 2019 de la LIGA MX-Femenil.

Tras fungir como Auxiliar Técnica del cuadro femenino Xoloitzcuintle desde el 2017, al lado otrora DT Andrea Rodebaugh, la exseleccionada nacional tomó las riendas del conjunto fronterizo y ya trabaja en la pretemporada rumbo a la nueva campaña del fútbol femenino Azteca.

Nativa de Guadalajara, Jalisco, Carla inició su camino en el fútbol femenino en 2004; ingresó a los 19 años de edad al equipo de Leones Negros de la Universidad de Guadalajara, con quienes conquistó tres medallas de Oro, y tres medallas de Bronce en Universidades Nacio-



nales. También logró dos campeonatos de Liga Nacional Libre, así como dos Liga Mayor con el conjunto universitario.


En su etapa como jugadora, formó parte del equipo nacional mexicano de 2004 a 2008 bajo el mando de Leonardo Cuellar.

Tras cumplir con su ciclo como jugado-

ra de la UdeG, tuvo su primera experiencia como DT en el banquillo del mismo cuadro tapatío en el año 2010, en donde conquistó una Liga Mayor.

Para el 2015, Rossi volvió a ponerse los zapatos de fútbol para enrolarse como jugadora del equipo femenino del Club Tijuana, el cual competía en ese entonces en la Women's Premier Soccer League de los Estados Unidos.

Después de vestir los colores Rojinegros, Carla optó por el retiro definitivo como jugadora. Retomó el camino como entrenadora de nueva cuenta con la UdeG. En dicha etapa sumó un tercer lugar en la Copa Telmex, en la que llevó a un equipo integrado por jugadoras de preparatoria a la antesala de la Final de dicha competencia, en un certamen de categoría Libre, superando a Pumas de la UNAM por el tercer lugar de aquel torneo.

A partir de 2017 volvió a la Frontera de Tijuana para enrolarse como Auxiliar Técnica de las Xoloitzcuintles y para el Apertura 2019 será la entrenadora del equipo Rojinegro. 



CALENDARIO-AP-2019

Caliente ESTADIO

LIGA BBVA



SÁBADO
27 JUL
7:00 PM



VIERNES
09 AGO
7:00 PM



MIÉRCOLES
28 AGO
9:00 PM



VIERNES
13 SEP
7:00 PM



MIÉRCOLES
25 SEP
7:00 PM



VIERNES
04 OCT
7:00 PM



VIERNES
25 OCT
7:00 PM



VIERNES
08 NOV
7:00 PM



VIERNES
22 NOV
7:00 PM

LIGA MX FEMENIL



LUNES
22 JUL
7:00 PM



LUNES
05 AGO
7:00 PM



LUNES
12 AGO
7:00 PM



JUEVES
22 AGO
0:00 PM



LUNES
09 SEP
7:00 PM



MIÉRCOLES
19 SEP
0:00 PM



LUNES
30 SEP
7:00 PM



LUNES
21 OCT
7:00 PM



LUNES
04 NOV
7:00 PM

COPAMX



MARTES
30 JUL
7:00 PM



MARTES
22 OCT
7:00 PM

#UnidosSomosMásPerros

CALENDARIO SUJETO A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO





POR NELLY CASTAÑEDA

Hablemos DE CINE

*La autora es Directora de Baja Films.

BAJA STUDIOS
DIRECCIÓN
 Carretera
 Transpeninsular 45,
 Baja California
TÉLEFONO
 664.204.5911
PORTAL
 www.bciff.mx

TIJUANA SE CONVIERTE EN EL HOLLYWOOD MEXICANO

En hablamos de cine, nos dimos a la tarea de vivir al máximo lo que se vivió dentro de la 3ra edición del Festival Internacional de Cine de Tijuana, el #BCIFF, que representa a la Región norte, como un destino fílmico, en coproducción con el Centro Cultural Tijuana CECUT, y el Consejo de Desarrollo de Tijuana (CDT), BAJA STUDIOS, y en colaboración con "FESTIARTE".

El protocolo de inauguración fue distinguido por la presencia de Oscar Escobedo Carignan, secretario de turismo del estado, Pedro Ochoa Palacio, quien será el secretario de cultura del gobierno entrante, encabezado por Jaime Bonilla, Carlos Sarabia, director de la Cineteca Tijuana, Arturo Pérez Behr, secretario de economía, la actriz Danay García, y Nelly Castañeda, directora del festival.



EL TEMA MIGRANTE, PRESENTE

En un encuentro cinematográfico de talla internacional, en el cual se dieron cita productores, directores, actores, distribuidores, líderes de opinión y personalidades de la industria del entretenimiento, la película inaugural de esta edición fue de estreno, ya que se exhibió la película mexicana "CHICUAROTES" del director Gael García Bernal, que fue presentada en Cannes, en el festival de Shanghai, y en el BCIFF, el festival de cine de Tijuana. Quienes pudieron vivir parte de la magia única de esta frontera norte del

país, se sensibilizaron con la visita al muro de la hermandad, donde pintaron mensajes de paz y solidaridad ante la realidad de la situación migratoria que se vive en la frontera, iniciativa del artista Enrique Chiu.

EL FESTIVAL Y SU RIQUEZA

Posteriormente ante una sala llena, la Carlos Monsiváis, presentaron la película "CHICUAROTES", y al final, los protagonistas interactuaron con el público, y platicamos su experiencia de filmar este largometraje con el director, Gael García Bernal.

Entre alfombra roja, master class, talleres, conferencias, networking, exhibiciones de películas regionales, nacionales e internacionales, homenajes, premieres y muchas actividades artísticas, tuvo lugar este festival. También participaron grandes estrellas de la industria como Danay García, actriz protagonista de la serie "Fear the Walking Dead", quien en esta ocasión se sumó con la premiere de su primer medimetraje como directora, el cual fue filmado en Baja California: "LA CURA".

Por su parte, el actor Marco de O, protagonista de la serie del Chapo, impartió un taller de actuación, mientras que el actor, Luis Fernando Peña, nos compartió su estreno como director, y nos presentó parte de su trabajo en el panel de ACTORS/ASH, proyecto dirigido

por Vange Tapia, que reúne actores que crean oportunidades, pues aparte de actuar, dirigen o producen.

Desde Colombia tuvimos el estreno de la película "VIRGINIA CASTA" producida por la actriz Colombiana Juliana Betancourt, cinta que cuenta con un elenco de lujo. De los momentos más emotivos fue el panel "LAS PROMESAS DEL FUTURO", niños actores de películas muy importantes de la pantalla grande, como Daniela Demesa (Roma), Violeta Quezada (Baja Movie), Sebastián Cano (Miss Bala), y Kaarlo Isaac (Chicuarotes), quienes nos compartieron la maravilla de entregarse a su pasión desde niños. Un panel súper nutrido, lleno de valores y momentos de mucho aprendizaje para otros niños que tienen el mismo sueño de llegar a la pantalla grande.

OTROS TALLERES Y HOMENAJES

El guionista Seth Álvarez impartió un taller de guion para niños y adolescentes; los masters el director Rafael Lara y la guionista Lola Jauregui, impartieron una master de análisis y estructura de guion, el cineasta Pablo Mondragón nos impartió conocimiento sobre la distribución, comercialización y creación de audiencias.

Ben López, director de la Asociación Nacional de Productores Latinos en Hollywood "NALIP" nos deleitó con una master class del Ecosistema de Hollywood, y de cómo vincularnos positiva, cultural y artísticamente con el país vecino.

Se les realizó un homenaje en reconocimiento



a su arduo trabajo y gran trayectoria a la directora Gabriela Tagliavini, a la productora Rossana Arau, al director Sergio Arau, al actor y músico Javier Batiz, y a la productora Luisa Gómez. El #BCIFF, cree que los reconocimientos deben ser en vida.



Presentamos el primer capítulo de la serie de Netflix "TIJUANA" la cual fue filmada aquí con la presencia de la showrunner Luz Adriana Pérez, la actriz Tamara Vallarta, y el actor Edén Villavicencio.

Nos deleitamos con películas como "NADIE SABRA NUNCA", del director Jesús Torres Torres, "INFLUENCIA" del director Pablo Aura, "ARGONAUTA" del director Óscar Rosas, "CÓMO CORTAR A TU PATÁN" de la directora Gabriela Tagliavini, "CORAZÓN DE MELÓN" de la productora Rossana Arau.

MÁS DE LAS GRANDES PERSONALIDADES

En esta gran fiesta del séptimo arte, se reunieron personalidades líderes en la industria entre actores, directores, productores, como Bruno Musso, Markín López, Carlos Yorvick, Alex Sirvent, Luis Fher Palato, el chef Ruffo, Yareli Arizmendi, Edgardo González, Mario Corona, Susana Buitrago, Tanya Mordacci, Liliana Moreno, Leandro Arvelo, Mirna Bustamante, Anouar Smaine, Andrea Martina, Rafael Sigler, Lucy Vico, Bob Isaacs, Majo Castillo, Carmelina Vuelvas, Mauricio Mendoza, Yenifer Behrens, Gabriel del Valle.

Se proyectaron más de 40 películas internacionales, 60 nacionales y 30 películas de nuevos talentos emergentes regionales. Con un profundo agradecimiento a DIOS, a todos nuestros aliados, invitados de honor, staff, a la revista Mujer Actual por el gran apoyo, a todos y cada uno de los que nos apoyaron e hicieron que esta edición fuera algo increíble, como el primer festival de cine que representa a Tijuana. El Baja California International Film Festival les da las gracias, por ser parte de esta gran aventura cinematográfica.



IPEC Solar
 Empresa en Baja California No.1 en instalación y venta de paneles solares.

SUNPOWER
 Authorized Dealer

PANELES SOLARES PARA HOGAR, NEGOCIO E INDUSTRIA
 Energía Solar, la solución a los incrementos en tu recibo de luz.

PANELES DE 470 WATTS
 GENERAMOS + ENERGÍA EN - ESPACIO

AHORRA HASTA UN 95% EN TU RECIBO DE LUZ
 ¡DIAGNÓSTICO SIN COSTO!
 ¡Inicia tu trámite de financiamiento ahora!

30 años
SUCURSAL TIJUANA +52 (664) 647 8402
SUCURSAL MEXICALI +52 (686) 290 5706

www.ipecindustria.com.mx **IPEC Solar**

emprender **COPARMEX TIJUANA**

EMPRENDER TIJUANA

INCUBADORA BÁSICA RECONOCIDA
 por el INADEM.

CAPACITACIONES Y TALLERES GRUPALES

- Creación de modelo de negocios canvas (2 sesiones)
- Finanzas básicas
- Marketing Digital
- Beneficios de pertenecer al RIF
- Conoce tu mercado a través de INEGI
- Pitch Empresarial
- Servicio al cliente: "La clave del éxito"

Te ayudamos a que tu idea de negocio se convierta en una realidad mediante:

- Talleres y Capacitaciones
- Asesorías personalizadas
- Gestión Financiera

REGISTRA TU MARCA
 Y dale valor a tu empresa.

Búsqueda fonética ante el IMPI
 Llenado y envío de solicitud
 Seguimiento

MODELO DE INCUBACIÓN GRUPAL

682 99 50 ext. 113 y 121
 emprender@coparmex.com.mx | emprender@coparmex.com.mx

CENTRO DE DESARROLLO EMPRENDEDOR

INADEM **CDT** **FIDEM** **SEDECO**

ENTRE
MARIACHIS,
JAZZ
Y FUEGOS
ARTIFICIALES

Tijuana se vistió de manteles largos en el mes de julio por su 130 Aniversario, por ello durante una rueda de prensa a finales de junio, fue anunciado el calendario de actividades artísticas, culturales y atléticas que se llevarían a cabo durante julio para todos los ciudadanos.

Entre estas actividades se destaca la visita a Tijuana de la primera actriz y escritora, Diana Bracho nieta de Enrique Bordes Mangel, precursor de la Revolución Mexicana y personaje ilustre de la ciudad, para realizar un homenaje en su memoria.

Además, se realizaron eventos con causa, como la Cena de Gala del DIF para continuar apoyando los diversos programas encaminados al fortalecimiento de las familias tijuanaenses, así como el concierto de las bandas gruperas.

En el camino hacia la fecha de aniversario, hubo exposiciones fotográficas, música, actividades deportivas y más, sorprendiendo con la presentación del Canto a Tijuana: "Aquí empieza la Patria", cantada por los niños del Coro en Movimiento Caminante, la pieza musical fue escuchada por el alcalde Juan Manuel Gastélum, quien espera se pueda oficializar para ser cantada en las escuelas de la ciudad.

No podemos dejar de lado el Concierto Popular de Los Moonlights que se llevó a cabo en la Plaza Bicentenario, contando con la asistencia de más de mil 500 personas que disfrutaron de música y talleres para toda la familia.

El color verde se hizo presente, con Tijuana



¡CELEBRAN A TIJUANA POR 130 ANIVERSARIO!

“A pesar de los retos, vivimos en una de las ciudades más atractivas para la inversión visitada cada año por miles de turistas. Tijuana es sin duda una tierra de soñadores, valientes, emprendedores, luchadores, gente generosa decidida a salir adelante”

JUAN MANUEL GASTÉLUM, ALCALDE

na Innovadora, quien Reverdeció Tijuana, plantado 130 árboles y plantas de diversos tipos como jacarandas, árbol cepillo y bugambilias, en una gaza ubicada en Vía Rápida Oriente y Puente Simón Bolívar.

Fueron diversas las actividades que anticipaban la llegada del 11 de julio, día en que se llevó a cabo la Ceremonia Oficial del Aniversario de la ciudad, celebrada de forma tradicional

en el Patio Central de Palacio Municipal, con la presentación del canto a Tijuana: Aquí Empieza la Patria.

La ceremonia fue presidida por el alcalde, Juan Manuel Gastélum, quien destacó las cualidades que tiene Tijuana, mismas que la convierten en una de las ciudades más importantes del país y una de las fronteras con más presencia a nivel mundial, que diariamente acoge a gran diversidad

de ciudadanos, pues como lo dice su canto: "Si son buenas intenciones, bienvenidos sean señores, a esta tierra noble y bella, tierra de oportunidad".


"A pesar de los retos, vivimos en una de las ciudades más atractivas para la inversión visitada cada año por miles de turistas. Tijuana es sin duda una tierra de soñadores, valientes, emprendedores, luchadores, gente generosa

decidida a salir adelante", señaló.

Durante la celebración fueron entregados reconocimientos a ciudadanos destacados por participar activamente con actividades culturales y de gran importancia en la ciudad, como Mario Córdoba Torres, presidente de la Sociedad de Historia de Tijuana; Huberto Martínez Tadeo, director de la Compañía de Danza de Baja California; María Teresa Riqué, directora

de la Ópera de Tijuana, entre otros.

Fue en compañía de la presidenta de DIF municipal, María Dolores Rivera de Gastélum y su familia, que el presidente municipal realizó el tradicional corte del pastel, mientras se le cantaban las mañanitas a la ciudad.

Amenizado con mariachi, jazz y fuegos artificiales, fue como concluyó la celebración del 130 Aniversario de Tijuana en la Explanada de Palacio Municipal. 



Evento de **LA BOTA**

ANFITRIÓN: Decantos

Con lleno total y una vista espectacular tuvo lugar el evento de la Bota, con motivo del cuarto aniversario de la vinícola. Con música en vivo, bailables, comida deliciosa, y exquisito vino, se llevó a cabo uno de los eventos más tradicionales e importantes de Valle de Guadalupe.



Festival de la **PAELLA Y EL VINO**

ANFITRIÓN: Torre de Aguacaliente

Gran afluencia de personas se registró el pasado 14 de julio, en el regreso de este festival a Tijuana, donde se pudo degustar de una exquisita paella, ensalada y pan, y de una botella de vino. Organizó L.A. Cetto y el Ayuntamiento de Tijuana.




 HR Residencial
RIVIERA
 Cielo • Mar • Golf

¡Lo tiene todo!

3 MODELOS A ELEGIR

VISTA AL MAR

CAMPO DE GOLF

HOTEL CON ALBERCA

IGLESIA

RESTAURANTE

BAR

TIENDA DE AUTOSERVICIO

SALÓN DE EVENTOS

Real del Mar, Carretera Escénica Tijuana-Rosarito KM 19.5

(664) 631.2323 From USA 1(855)765.4516 www.hirbaja.com

VALLE
FOOD &
WINE
FEST

ACOMPÁÑANOS A CELEBRAR LA TERCERA EDICIÓN
DEL VALLE FOOD & WINE FESTIVAL

FINCA ALTOZANO
VALLE DE GUADALUPE, MÉXICO
5 DE OCTUBRE, 2019

BUY TICKETS TODAY!
VALLEFOODANDWINEFEST.COM

USE CODE: MUJER

FOR 20% DISCOUNT

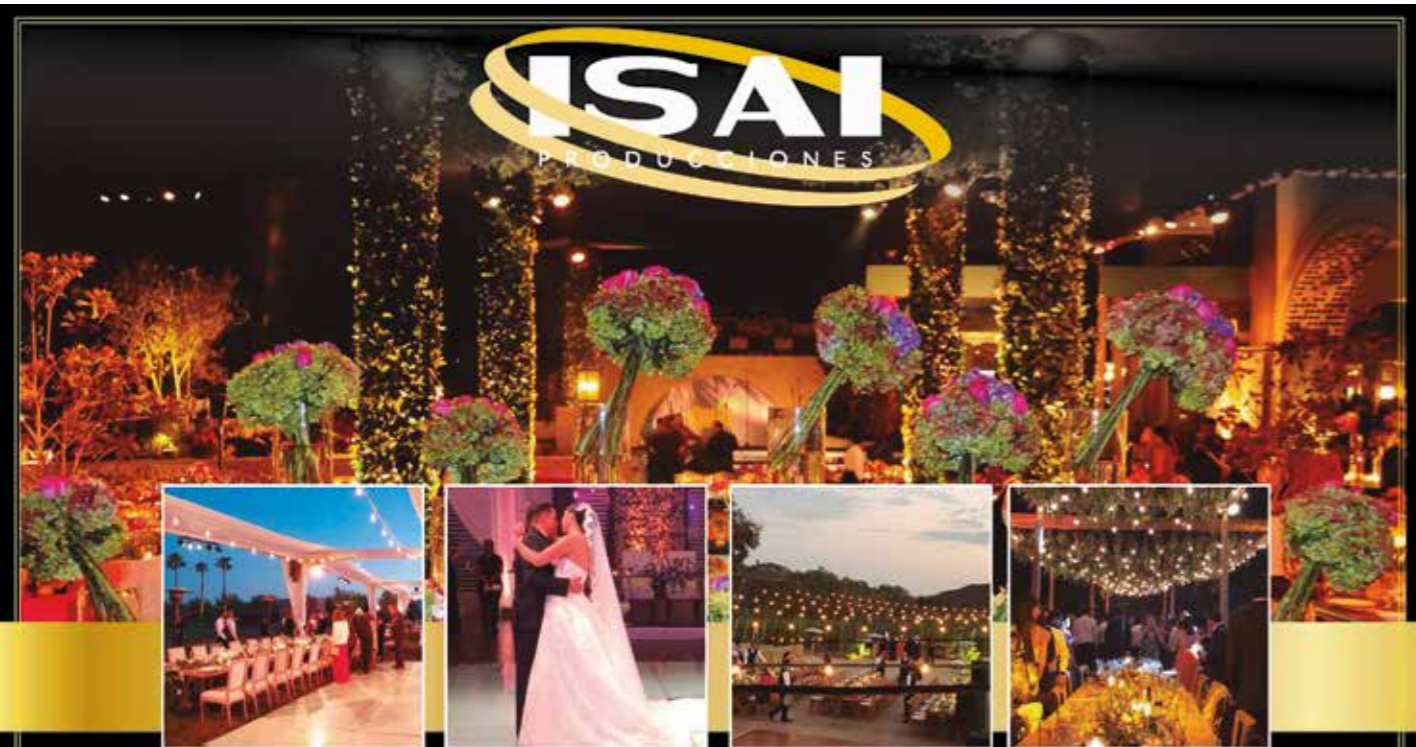
f i VALLEFOODANDWINEFEST

PRORPBC
ASOCIACIÓN DE PUBLIRRELACIONISTAS
DE BAJA CALIFORNIA



Toma de
PROTESTA

ANFITRIÓN: Quartz Hotel
La Asociación de Publi-relacionistas de Baja California llevó a cabo la toma de protesta de la mesa directiva, que presidirá Pepe Avelar para el periodo 2019-2021. Con la presencia del Presidente de la Asociación a Nivel Nacional, Rafael Garante, la mesa quedó constituida por Jorge D' Garay, como Vice-presidente, Patricia San Román como tesorera, Facundo Gámez como secretario, Sara Leal, como comisaria y Atzimba Ville-gas como vocal. El evento tuvo como conferencista invitada a Giselle Perezblas, especialista en comunicación política, medios y manejo de crisis.



ILUMINACIÓN DE VANGUARDIA PARA TU EVENTO ESPECIAL

- Iluminación (Salón, Jardines, Viñedos) • Audio • Pantallas led • Pistas
- Pirotecnica fría • Maquina de confeti • Diseño en estructura

664. 204.55.49 f i isaiproducciones www.isaiproducciones.com

Aprende a hablar, leer y escribir inglés en la institución más recomendada

Lab
Laboratory
1967

INICIAMOS EL
9
Septiembre

MEJOR ELECCIÓN RECOMENDADA

634 1709 langlab.com



ÓPERA
en la Calle

ANFITRIÓN:
Colonia Libertad
Se llevó a cabo con éxito rotundo, el 16vo festival del Festival Ópera en la Calle un canto a la Libertad, en la calle 5ta de la Colonia que lleva el mismo nombre. Se presentaron una serie de números artísticos que culminaron con un gran concierto, con corales de óperas famosas.



AMBERES SALON & SPA *Menú de Servicios*

HAIR	DESDE
SECADO/PLANCHADO	\$150
ONDAS	\$200
CORTE DE CABALLERO	\$200
CORTE DE DAMA	\$280
CORTE DE NIÑO/NIÑA	\$150
RETOQUE DE RAIZ	\$550
TINTES	\$700
BALAYAGE	\$2000
BRAZILIAN BLOWOUT	\$1800
TRATAMIENTO SCHWARZKOPF	
PROFESSIONAL	\$350
EXTENSIONES + APLICACIÓN	\$3.500
MAQUILLAJE Y PEINADO	\$850

NAILS	DEPILACIÓN	CERA	HILO
GELISH		\$150	\$180
RELLENO		\$90	\$100
UÑAS ACRILICO		\$400	\$500
MANI CLÁSICO		\$200	\$300
MANI SPA			
PEDI CLÁSICO			
PEDI SPA			

CONTAMOS CON SERVICIO DE VALET PARKING!

LUNES A SÁBADO 9:00 AM - 8:00 PM
DOMINGO 9:00 AM - 4:00 PM

HIPÓDROMO: LAS PLAZAS:
(664) 805.1228 (200) 0661 (664) 499.8577 (208) 9749

Av. Hipódromo 19 Int. 105-A (A un costado de Alma Verde Hipódromo)

baja cuadros
Servicio de enmarcado a la medida

Enmarcamos:

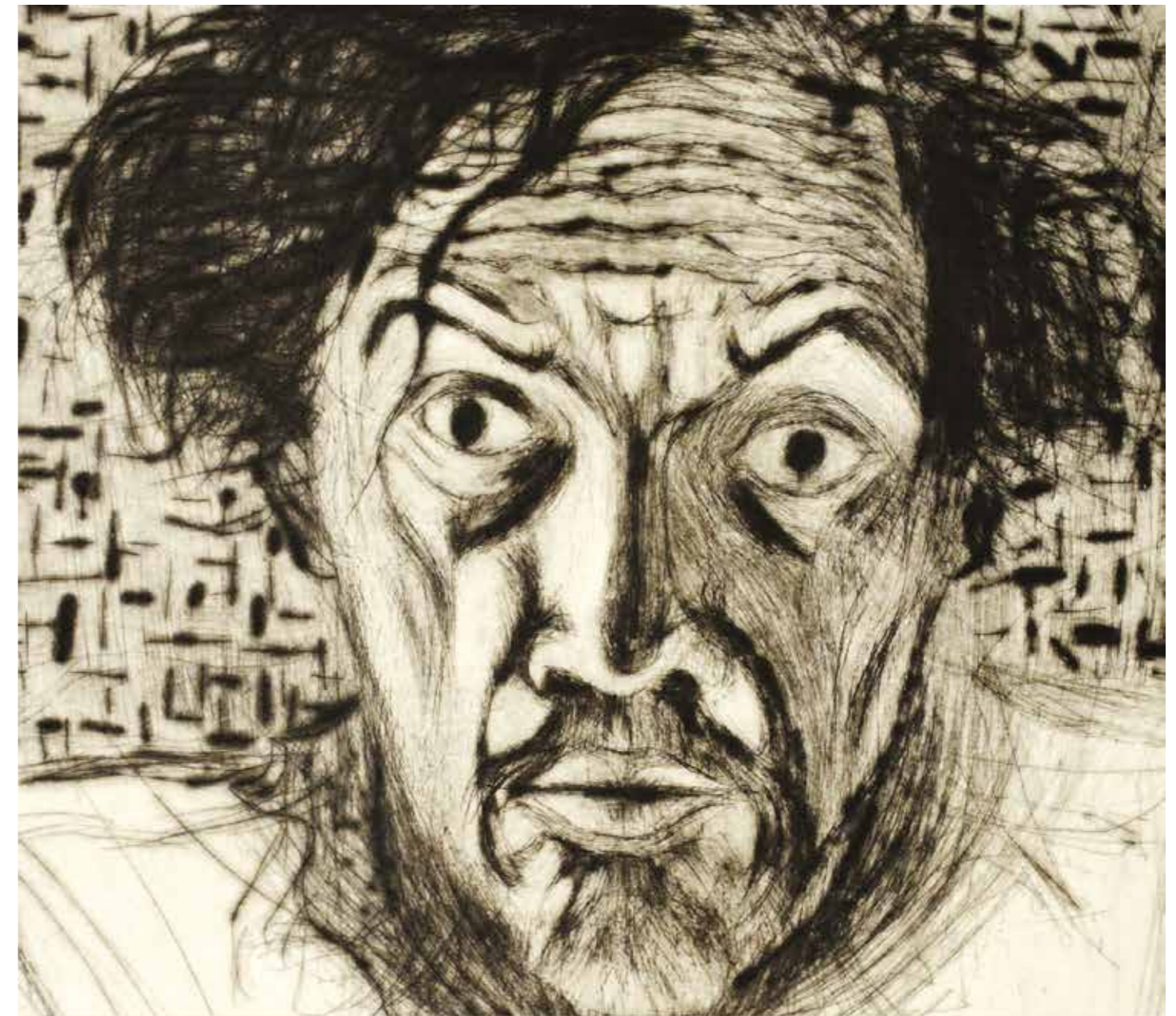
- Documentos
- Fotografías
- Pinturas
- Posters
- Camisetas
- Otros Objetos

TEL. (664) 681 2051
Calimax Hipódromo

Tensado de lienzos, espejos biselados, pegado sobre foamboard.

Bldv. Agua Caliente No. 11988-6 TEL. (664) 6812051
Centro Comercial Calimax Hipódromo, Tijuana, B.C.

cuadrosbc@hotmail.com Baja Cuadros



Carlos **MONSIVAÍS**
Francisco

Exposición gráfica a dos voces que recoge la complicidad entre el pintor Francisco Toledo y el escritor Carlos Monsiváis, misma que los llevó a colaborar en muy diversos proyectos.

CENTRO CULTURAL TIJUANA
El Cubo, Sala 1 • Martes a domingo, de 10 a 19 h
Domingos entrada libre



SANTO TOMÁS 130
DESDE 1888



CULTURA
SECRETARÍA DE CULTURA









BAJA Film

ANFITRIÓN: Escenarios diversos de BC
Se llevó a cabo la tercera edición del Baja California International Film Festival con éxito rotundo, evidenciado por las figuras más destacadas del cine nacional e internacional, que se dieron cita en nuestro estado, para dar talleres, master classes, presentar un nuevo filme como Chicuarotes de Gael García Bernal y exhibir otras tantas películas, así como para dar conferencias sobre la cultura y el séptimo arte. ¡Mujer Actual, presente en los mejores eventos!.





La mejor plaza de Tijuana



Plaza LAS PALMAS











Todo en el mejor lugar

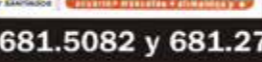
- Restaurantes
- Tiendas
- Bancos
- Farmacias
- Spa
- Café
- Karate y mucho más



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



REVERDECIENDO

Tijuana

ANFITRIÓN: 3era etapa Río Tijuana

Con motivo del 130 aniversario de la ciudad y en conmemoración del día del árbol, se plantaron en esta área, más de 130 árboles. En el evento estuvieron presentes: Sue Saarnio Cónsul General del Consulado de Estados Unidos en Tijuana, y José Galicot, presidente de Tijuana Innovadora entre otras personalidades que coadyuvaron en el proyecto. También acudió Juan Eduardo Pérez director de protección del medio ambiente del Ayuntamiento de Tijuana.





SG Estilo "Show Room"

Sala de exposición, donde diseñadores o fabricantes exponen sus nuevas colecciones.
MODA, ACCESORIOS & MÁS...



Avenida Las Palmas #4617, Las Palmas, Tijuana BC

(664) 681 2728 [fsgestiloshowroom/](https://www.facebook.com/sgestiloshowroom/)





2ª Expo DOSSIER

DEL *Anfitrión* EJECUTIVO

¡Porque ya es posible planificar el éxito de tu evento!



CONOCE PRODUCTOS Y SERVICIOS PARA LA ORGANIZACIÓN DE TU EVENTO

En el marco del **5o. ENCUENTRO INDUSTRIAL DIMBC** **21 Agosto 2019**
 8:00 a.m. a 6:00 p.m.
 en: **BAJACENTER.**

ENTRADA LIBRE

EVENTO EMPRESARIAL | SÓLO MAYORES DE EDAD

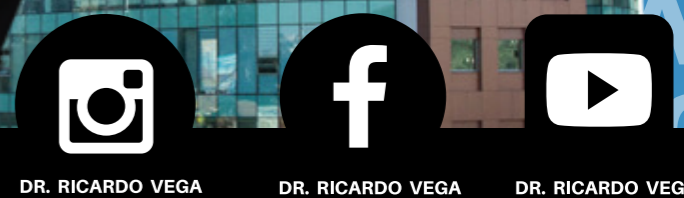
Tels.: (664) 215 1792 - 93 y (664) 608 9548
 www.dossierejecutivo.com | expo@dossierejecutivo.com



RICARDO VEGA

CERTIFIED PLASTIC SURGEON

UNO DE LOS MEJORES CIRUJANOS PLASTICOS DE MÉXICO PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN DE PLASTICÓLOGOS DE MÉXICO 20 AÑOS DE EXPERIENCIA 20 AÑOS DE PRESIDENCIA DEL BAJA HEALTH CLUSTER MIEMBRO DE AMERICAN SOCIETY OF PLASTIC SURGEONS 20 AÑOS DE PRESIDENCIA DEL BAJA HEALTH CLUSTER MIEMBRO DE AMERICAN SOCIETY OF PLASTIC SURGEONS



prime*

SHOES & MORE

Donde pagas menos por zapatos, ropa y accesorios de diseñador



EN LA COMPRA DE
\$50.00^{DLLS.} RECIBA
\$5.00^{DLLS.} DE DESCUENTO
EN SU COMPRA.
VÁLIDO AL 31 DE AGOSTO DEL 2019.

MERCANCÍA NUEVA TODOS LOS LUNES

SOMOS ÚNICOS,
NO TENEMOS SUCURSALES

320 West San Ysidro Blvd., San Ysidro, Ca. 92173

www.primeshoesandmore.com