

Mujer actual

Septiembre 2019 | Año 12, Edición 143 | 84 páginas

ESPECIAL BIENES RAÍCES

- Consejos para comprar la casa o de pa de tus sueños
- Consecuencias de dejar de pagar tu crédito hipotecario

ARAM HODOYAN
Comprometido con Tijuana

WINEMAKER - SOMMELIER - EMPRESARIA

CLAUDIA HORTA

¡SALUD!
POR EL ÉXITO

Ejemplar GRATIS

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

JOANNA CECILIA ARROYO

El rostro femenino del Marketing Digital

DESCARGA MUJER ACTUAL Y SALUD ACTUAL EN VERSIÓN DIGITAL DISPONIBLE EN



12 ANIVERSARIO REVISTA MUJER ACTUAL

Ópera Mixe

Soprano
María Reyna

HUMANO

Digna embajadora de una de las culturas más antiguas y melodiosas del México ancestral: el pueblo Mixe de Oaxaca, ejecutará un repertorio en lenguas mixe, mixteco, maya y español.

Director musical y artístico: **Mtro. Joaquín Garzón**

Sábado 28 de septiembre, 2019

CENTRO CULTURAL TIJUANA

Sala de Espectáculos • 20 h • Boletos en taquilla

*Descuentos autorizados, sujetos a disponibilidad.
En el marco del festival Humano*

Informes: (664) 687-9636 y 9650

www.cecut.gob.mx

 [cecut mx](https://www.facebook.com/cecutmx)



CULTURA
SECRETARÍA DE CULTURA



Tu Vida Conectada con Telcel



La Red más Rápida ahora es mucho más Rápida



Zeek mi auto aplica sólo para dispositivos que requieren instalación, NO plug and play. Para mayor información de tu MoveTrack visita: <http://www.telcel.com/personas/equipos/vida-conectada>. FAMILY WATCH: El dispositivo se puede activar en cualquier Esquema Amigo o Plan vigente, aplican condiciones de cobro y activación dependiendo del Esquema o Plan activado. Más información en www.telcel.com y en Puntos de Venta Autorizados Telcel. Precios incluyen IVA. POMO WATCH: El dispositivo se puede activar en cualquier Esquema Amigo o Plan vigente, aplican condiciones de cobro y activación dependiendo del Esquema o Plan activado. Para mayor información de tu Bill Pocket visita: www.billpocket.com. Válido a nivel nacional, excepto CDMX, Estado de México, Hidalgo y Morelos al 30 de Septiembre de 2019.

Septiembre 2019

¡SALUD! POR EL ÉXITO

A veces es bueno detenernos en nuestro ajetreado andar, para agradecer todas las bendiciones que Dios ha permitido y traído a nuestras vidas; para brindar por esos pequeños y grandes logros que han tenido nuestros hijos desde: el ya avisar para ir al baño, andar en bicicleta, sacar un diez en la escuela, hasta nuestros propios logros en lo personal y profesional.

Hoy aprovechamos para brindar por los logros de nuestra gente, de esas mujeres y hombres de éxito que, con sus éxitos personales a lo largo del tiempo, están poniendo muy en alto el nombre de Tijuana.

Una de estas personas es sin duda nuestra Mujer del Mes, Claudia Horta, sommelier, winemaker, empresaria, madre y esposa, quien está cosechando el triunfo que sólo se alcanza cuando se siembra mucho, cuando se trabaja con ahínco y cuando se tiene visión. Ella, quien desde Julio pasado forma parte del Paseo de la Fama de la Tijuana, compartió con Mujer Actual, sobre cómo en estos momentos, se siente plena y feliz en todas las áreas de su vida, pero que va por más todavía. Sus vinos están ganando premios en Europa, por cierto.

Otras de las figuras importantes de quien les contaremos su historia en Hombres Destacados, es la de Aram Hodoyán, presidente de CDT Tijuana. El proviene de una de las seis familias de armenios, que se asentaron en Tijuana huyendo del Genocidio en su país a manos de los turcos, el siglo pasado. Todos muy trabajadores y emprendedores, forjadores de Tijuana, y Aram no es la excepción. Tiene una visión muy clara de lo que desea para esta ciudad, y lo comparte con nosotros.

En Mujeres Inspirando Mujeres, es Joanna Arroyo, quien nos platica cómo constantemente está innovando y renovándose, tanto en el ámbito profesional con el Marketing Digital, y su nueva marca que lleva su nombre, así como en el de su vida privada que concierne a su familia, pero también a su salud.

Tendremos además un especial que te será de mucha utilidad, de Bienes Raíces, donde hablaremos sobre los riesgos a los que te enfrentas, al dejar de pagar tu hipoteca, y por el otro lado, te damos consejos sobre qué hacer, si ha pasado por tu mente, comprar una casa o departamento de tus sueños.

Espero que disfrutes de esta edición, y escríbenos a nuestros correos que están en el directorio para sugerirnos algún tema o para contarnos de hombres y mujeres valiosas que sería bueno reconocer.

¡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
Tatiana Martínez
Cleofas Arreola
Bianca Castro

FOTÓGRAFOS

Garage PhotoStudio [664] 225.04.00
León Felipe Chargoy
leonchargoy@todonimagen.com [664] 364.04.44
Abigail Fotografía [664] 219.63.88
Rogelio Arena
rogelio_arenas@hotmail.com [664] 648.47.00
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. Certificada 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 143, inicio de impresión el 15/08/2019. 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



toyotatijuana.com.mx

Contenido

SEPTIEMBRE 2019

TU PERSONA

• RECOVECOS
Educando niños ajenos: Cuando Papá se hace cargo

10

TU PERSONA

• RECETAS PARA LA VIDA
Los problemas de dinero no siempre son económicos

12

TUS HIJOS

La disciplina, un verdadero reto

14

ESPECIAL CHEF'S

NATALIA &
ANDREA VELARDE
ANA ARVIZU

16
18

UNA TACITA DE CAFÉ

CATA: vino vs café

20

UNA VENTANA AL VALLE

A cada vino su copa

22

LA DULCE CHEF

Fiestas de Vendimia 2019

24

HOMBRES DESTACADOS

ARAM HODOYAN
Comprometido realmente con Tijuana

32

MUJERES INSPIRANDO MUJERES

JOANNA CECILIA ARROYO
Reinventándose constantemente, con éxito

34

CASOS DE ÉXITO

19 ANIVERSARIO - REGUILETE
Donde cada niño tiene un lugar especial

36

PORTADA DEL MES

CLAUDIA HORTA

PLENA Y FELIZ, PERO VA POR MÁS



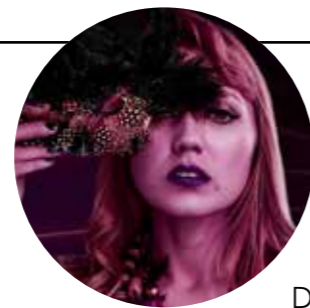
28

FOTOGRAFÍA
GARAGE PHOTOSTUDIO
MAQUILLAJE
MOKA COSMETICS

VALORES Y GENTE

FUNDACIÓN ÓPERA DE TIJUANA
La vida es mejor cantando

38



PERFIL Y OBRA

LINDA OWLEN
Delirando por la música

52

ESPECIAL

Destacan tijuanaenses en juegos panamericanos

56

ESPECIAL XOLOS

X una vejez digna

58

SOCIALES

60

CIUDAD ACTUAL SAN DIEGO

San Diego en un mundo de fantasía durante el COMIC-CON

40

ESPECIAL BIENES RAICES

• Y la Hipoteca, ¿Qué pasa si dejas de pagarla?

44

• DECORACIÓN
5 tendencias en decoración de interiores

46

• Planea para la casa o depa de tus sueños

50



www.revistamujeractual.com



¿Qué gano cuando invierto en una Carrera Gerencial?

1. Obtengo calidad educativa avalada nacional e internacionalmente.
2. Tomo clase con docentes calificados.
3. Estudio con planes de estudios actualizados.
4. Amplío mi red de contactos profesionales en el salón de clases.
5. Obtengo experiencias internacionales.
6. Desarrollo mi espíritu emprendedor y de negocios a través de programas de incubación.

Iniciamos clases en octubre

- Lic. en Dirección Comercial y Mercadotecnia
- Lic. en Dirección de Negocios

Mayores informes:

903 1800 ext. 129

664 389 0056

carreras.gerencialestij@cetys.mx

Termina en:

3 años
días
horas

**CETYS**
UNIVERSIDAD

EXPO-PRODUCTOS-SERVICIOS

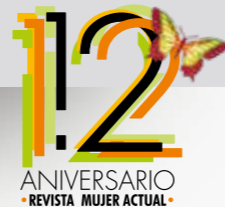
LUGAR
CECUT
SALA
FEDERICO CAMPBELL

MIÉRCOLES
16
OCTUBRE

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

soy actual

• REVISTA **Mujer actual** •



RENDICHICAS



COSMOPOLITAN
CITY CENTER



BIEN **B** INFORMADO



CITY EXPRESS
PLUS.



FRASA



¡ENTRADA LIBRE!

• MUJER ACTUAL PROMOVRIENDO la ECONOMÍA de la REGIÓN •

CONFERENCIAS DE EMPRENDEDORES EXITOSOS



ANAVEL OLMEDO
CREADORA DE
TAMALES GOURMET
UN ANTOJO, CONVERTIDO
EN ÉXITO
8:30 AM A 9:00 AM



GABRIELA SOTO
ESPECIALISTA EN CHOCOLATE
CREATIVIDAD, CHOCOLATE
Y ENDORFINAS
9:10 AM A 9:40 AM



**ALICIA LUNA
Y GLORIA ZUÑIGA**
CREADORAS DE CONCEPTOS DE LA DANZA
LA DANZA, UN CAMINO AL ÉXITO
9:50 AM A 10:20 AM



**MARÍA EUGENIA
ACEVEDO**
LABORATORIOS CERTUS
PREVENIR ES VIVIR
**11:10 AM
A 11:40 AM**



**CHRISTIAN PONCE
HERNANDEZ**
PROMOTOR DE ARTE
JÓVENES CONTRIBUYENDO
AL ARTE
1:00 PM A 1:30 PM



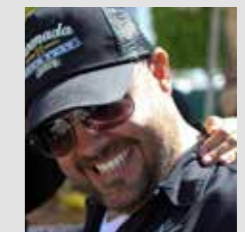
**JOAQUÍN
FERNÁNDEZ RIZO**
ESPECIALISTA EN VINOS
EL CONSUMO
INTELIGENTE DEL VINO
1:40 PM A 2:10 PM



**OLJINKA
DOMÍNGUEZ**
PINTORA
EL ARTE DE CREAR
2:20 PM A 2:50 PM



ATZIMBA VILLEGAS
RELACIONES PÚBLICAS
SECTOR SALUD
LA NUEVA ERA DEL
TURISMO DE SALUD
3:00 PM A 3:30 PM



FRANCISCO USSEL
PIONERO DE LA
CERVEZA ARTESANAL
EL BOOM DE LA CERVEZA
ARTESANAL EN TIJUANA
3:40 PM A 4:10 PM



**FERNANDO
BECERRA**
CALIMAX
INNOVACIÓN Y
DESARROLLO EN CALIMAX
5:30 PM A 6:00 PM



**ELIZABETH
CERVANTES**
PROPIETARIA DE FLORISTERÍA
INNOVANDO: FLORES A
LA DISTANCIA DE UN CLIC
6:10 PM A 6:40 PM



CARLOS SARABIA
DIRECTOR DE
CINETECA TIJUANA
EL AUGE DEL CINE
EN TIJUANA
6:50 PM A 7:20 PM



JAVIER BATIZ
CANTANTE
ANÉCDOTAS Y EXPERIENCIAS
7:30 PM A 8:00 PM

PANEL DE GASTRONOMÍA
COCINA TRADICIONAL MEXICANA ¿SALUDABLE O NO?
11:50 AM A 12:50 PM

MODERADORA MARIBEL MORENO



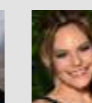
**PABLO
BARRAGÁN**
MAESTRO
EN COCINAS
DE MÉXICO



**JUAN
PABLO
USSEL**
CHEF DE LA
DIFERENCIA



**ADRIÁ
MONTANO**
RESTAURANTE
GEORGINA



**ANABELL
SANTELLANES**
CAMPINA
URBANA



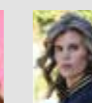
**CARMEN
R. CALLEJA**
MÉDICO
BARIÁTRICA



**DIVA
LOMAS**
BLOGUERA



**DANI
FLOWERS**
YOUTUBER



**MYRIAM
ESCOBEDO**
MODA



**MÓNICA
PRIETO**
HEALTH COACH

PANEL DE INFLUENCERS
CONSTANTE INNOVACIÓN HACIA EL ÉXITO
4:20 PM A 5:20 PM



EDUCANDO niños ajenos, CUANDO PAPÁ SE HACE CARGO

POR MARU LOZANO

Antes la crianza era responsabilidad de mamá mientras papá trabajaba, y por ello es muy común escuchar: "Es que, en otros tiempos, tal o cual cosa no pasaba..." "Los niños jugaban hasta en la calle..." "Los hijos hacían las tareas solitas...", situaciones que ahora, con la necesidad de todos para aportar al hogar, así como el diseño de nuevas formas familiares, hacen que existan varones encargados de educar niños hasta de su nueva pareja.

Según los hombres, no es tarea fácil porque hay una línea muy delgada entre ser el papá biológico y fungir como papá por situación de convivencia.

¿Y CON QUÉ SE ENFRENTAN ELLOS?

- » Con niños que carecen de figura paterna.
- » Con niños con necesidad de orientación.
- » Con hijos confundidos.
- » Con pequeños que requieren identidad y pertenencia dentro de la familia.
- » Con niños que se sienten desplazados porque mamá involucra a la pareja.
- » Con una casa sin reglas establecidas.

Lo que para un hombre suele complicarse, es querer partir desde la sonrisa del niño para crear empatía y suavizar la relación, aunque más tarde le sea imposible establecer límites y controlar situaciones que se salen de control. Entonces surgen los problemas hasta con la pareja, y desencanta la sensación de sentirse "fuera del esquema familiar" y "dentro del esquema proveedor".

Aquí es cuando los hombres buscan un lugar en el mundo, ya sea virtual, social o laboral, dejando la casa sólo como punto de referencia.

A ellos se les hace difícil imponer castigos, porque la intensidad siempre estará marcada y reprochada por la pareja, e incluso por los niños cuando se les ocurre decir: "Tú no eres mi papá" palabras que sin duda hieren profundamente.

Duras situaciones se viven, cuando por eventos familiares, el "nuevo papá" tiene que enfrentar a la familia del ex o al ex mismo!. No se puede evitar sentir cierto coraje y recelo porque el otro goce el resultado del trayecto y por menores que se tuvieron que sortear, y ver cómo de repente el niño está encantado por recibir regalos con esporádicas muestras de cariño del papá biológico.

CONSEJOS

Para un varón papá de niños ajenos es necesario:

- 1. CEDER, SER MÁS PERMISIVO,** pero a la vez está la oportunidad de ser muy cálido, ya que este tipo de niños suelen ser impulsivos, con poco respeto a la autoridad, rebeldes y por tanto más demandantes.
 - 2. PONER LÍMITES CON AMABILIDAD Y EMPATÍA,** lo que se tiene que hacer primero con ella, la pareja.
- A) PLANEAR JUNTOS** lo que esperan de los niños, sean propios o ajenos.
B) COMUNICAR LAS NORMAS de convivencia, los quehaceres de cada quién y las responsabilidades.
C) ORGANIZAR LOS LÍMITES, cómo establecerlos, la manera en que serán dados a conocer a los pequeños, así como las recompensas y sanciones que se impondrán.

LAS VENTAJAS

» Son que por naturaleza ellos viven la "paternidad" y son capaces de amar, saben respetar la relación que tiene la mujer con sus hijos, sin embargo, dirán lo que no les parece. Ellos siempre están dispuestos a involucrarse si sienten que forman parte. Son además excelentes conversadores con los niños.

A final de cuentas, un hogar que se re-diseña, tiene enormes oportunidades de formar niños felices, maduros y adaptables, todo está en dejar que el alma de "niño" del adulto que acompaña, tenga oportunidad de entrarle al juego.

DATOS CORREO

marulozano@hotmail.com

*La autora es Lic en Educación y psicoterapia gestalt. Experta en capacitación empresarial.



Para nosotros el sushi es un arte



TIJUANA 664.208.9606

BLVD. AGUA CALIENTE 11999, GALERÍAS HIPÓDROMO

ENSENADA 646.176.6107

BLVD. ZERTUCHE 284 VALLE DORADO

LOS PROBLEMAS DE DINERO NO SIEMPRE SON ECONÓMICOS

El dinero no vale por lo que es, sino por lo que representa

POR BECKY KRINSKY

Dos cosas comunes por las que la gente sufre y se pelea hasta morir: el amor y el dinero. El dinero así como el amor, han destruido familias, negocios, amistades, y hasta comuni-

dades. Para muchos, dinero significa tener amor y por lo tanto, tener riqueza, sin embargo el verdadero amor y la riqueza valen más que el dinero.

El dinero en un mundo moderno donde todo tiene precio, es un factor importante, este se ha convertido en un recurso material esencial, sinónimo para tener una buena calidad de vida. Por lo tanto, y para muchos, el dinero "es" la base que sostiene su seguridad y estabilidad física y emocional.

Tristemente, el di-

nero, para muchos, representa el respeto y reconocimiento que recibe, el valor personal que cree tener, el aprecio social que se busca con desesperación.

Para vivir se requiere tener algo de dinero y cumplir con compromisos básicos. Pagos esenciales para asegurar techo, comida, ropa, educación, cuidados de salud etc... pero el dinero no lo es todo.

LO QUE NO ES EL DINERO

La cuestión se complica cuando la sociedad y las personas confunden los atributos específicos que ofrecen el dinero, con la validación emocional y el valor irreal que el dinero asigna a las personas que tienen más que otros.

Toda persona es valiosa e importante, no importa si tiene un peso o mil millones de dólares. Toda persona necesita sentirse valorada por lo que hace y no por lo que valen sus propiedades o sus cuentas bancarias.

Otorgarle valor excesivo al dinero sólo distorsiona la realidad y contamina las relaciones interpersonales.

Los logros propios, la integridad, lealtad, bondad, gratitud, buena disposición y la sinceridad con la que las personas se mueven por la vida, son valores que marcan el tipo de individuo que es.



BUSCAN TENER MUCHO DINERO

El tener mucho dinero, puede hablar de la astucia, de organización personal, así como de la manera de conducirse en los negocios o en su trabajo, aunque no siempre. Además, no es lo único que importa para determinar el valor personal.

Las personas que no se sienten valoradas, las personas que envían y recienten el éxito de los demás, las personas que codician o que sólo buscan el dinero insistiendo que la fortuna que no tienen les va a dar el nombre, el honor, el reconocimiento y hasta el amor que carecen. Estas gentes, viven en una constante desilusión. Su pelea interna es terrible, ya que insisten en que el mundo no es justo, y que ellos no tienen lo que merecen.

La realidad es que la riqueza y la pobreza viven en la mente. Hay pobres muy ricos, y ricos muy pobres.

El dinero debe de ser un medio para ser intercambiado, para compartir y para ayudar a quien no tiene. Hay que saber cuidar el dinero y desde luego usarlo con sensatez, recordando que el dinero no determina el valor humano.

El mundo es tan abundante como uno lo quiera percibir. La riqueza proviene del interior de cada quien, se relaciona con y la integridad que cada quien tiene, no con la cantidad de dinero que se tiene. 📌

¿YA ERES
PARTE DE
NUESTRO
GRUPO?

PAG WEB

www.recetasparalavida.com

FACEBOOK

[recetasparalavida](#)

TWITTER

[@recipesforlife](#)

LA RECETA VALOR PERSONAL INGREDIENTES

- » **INTEGRIDAD** – rectitud, no comprometerse ni negociar por vanidad
- » **GENTILEZA** – bondad, sencillez, buen trato
- » **GRATITUD** – agradecimiento y aprecio por lo que se tiene
- » **RESPECTO** – reconocer las limitaciones personales
- » **DISCIPLINA** – orden para vivir y responsabilidad para actuar

AFIRMACIÓN POSITIVA

» Soy una persona valiosa, ayudo y apporto mis talentos los que me hacen único. Mi riqueza depende de mi valor interno, de mi inteligencia y de mi creatividad. No necesito competir con nadie para poder prosperar. El mundo es vasto y hay oportunidad para que toda persona que quiera prosperar encuentre la manera de hacerlo. El dinero es sólo una manifestación física del bienestar y la paz espiritual que tengo dentro de mí.

EL VALOR QUE NO TIENE PRECIO

1. EL DINERO NO DETERMINA MI VALOR PERSONAL. El dinero es un buen medio para obtener cosas necesarias para subsistir, pero para vivir hay que saber disfrutar y valorar las cosas que no tienen un valor monetario, sin ponerles precio.

2. LA ACTITUD PERSONAL PUEDE ATRAER O ALEJAR AL DINERO. La envidia, el resentimiento y la codicia alejan toda posibilidad de prosperidad. La alegría, la paz interior y la gratitud atraen y multiplican la abundancia.

3. CUANDO AYUDAS Y HACES QUE OTROS SE BENEFICEN DE TU TRABAJO, tu valor se multiplica y tu deseo de prosperar tiene una buena misión. Ayudar a otros, aportar al mundo y mejorar la vida de los demás es una buena manera de incrementar tu propio valor para dejar de competir y compararse, y dejar de sufrir.

“Una persona que se siente valiosa, siempre prospera y encuentra abundancia y felicidad”

CDM
CONSERVATORIO
DE DANZA MÉXICO



**INSCRIPCIONES
ABIERTAS**

CICLO ESCOLAR 2019-2020

T. 976-3300

conservatoriodedanza.com.mx

[@conservatoriodedanza](#) [Conservatorio de Danza México](#)

La disciplina, UN VERDADERO RETO

No es castigo, no es militar, no es amenazante, es directiva. Es consensuada, es la construcción de límites como camino y no como barrera

POR CARLOS GUTIÉRREZ

Al hablar de disciplina con los hijos, hemos escuchado muchas veces las historias de "la chancra voladora". Este instrumento disciplinario era suficiente para hacer que los niños obedecieran a su madre... ¡claro que obedecían!, pero construían en su mente la idea de la agresión como disciplina, de tal manera que las personas se acostum-

bran a la violencia y al castigo como parte normal de su vida, y reproducen un patrón de miedo y angustia.

Entender la disciplina es fácil si la vemos como una vereda dentro de un bosque, es decir, como un camino a seguir por donde es seguro andar.

La disciplina constituye una serie de pautas de conducta que se enseñan desde el inicio de la vida, y se van reforzando conforme pasan los años y el desarrollo del niño.

Una parte fundamental en la disciplina es darnos cuenta que hay

conductas a corregir y eso se logra con diferentes métodos alejados del castigo, pues este no siempre corrige, y la mayoría del tiempo lastima la dignidad de las personas.

DISCIPLÍNAME TÚ PRIMERO

Unas de las cosas que siempre recomiendo a los padres es que aprendan a disciplinarse ellos mismos antes de intentar disciplinar a un hijo, me explico: después de comer, levantemos los platos para lavarlos y dejar la mesa ordenada, esto debe verlo nuestro hijo constantemente, pero no



basta hacerlo mecánicamente, debes hacerlo con alegría y de buen humor, de esa forma nuestros hijos aprenderán no sólo a recoger la mesa, también aprenderán la actitud correcta hacia la tarea; pero al contrario si obligamos a nuestros hijos a recoger la mesa y a lavar los trastes, entonces convertirán una tarea común en un infierno diario en el que todos sufren, y los hijos son castigados por no cumplir sus deberes.

Cada tarea o actividad debe enseñarse no sólo con el ejemplo, también con la actitud adecuada.

AL EDUCAR, HAY QUE CONSIDERAR:

LA DISCIPLINA POSITIVA. Es un estilo de disciplina en la que las emociones y la dignidad de los niños son cuidadas y respetadas, en donde se fomenta el amor y la aceptación de las personas con todos sus recursos y posibilidades.

Aquí se reconocen las capacidades de los pequeños y se fomenta su desarrollo, con un manejo adecuado de las responsabilidades de cada miembro y el rol que juega en la familia

MENTALIDAD DE CRECIMIENTO. Este es un concepto en el que se habilita a las personas a creer en el desarrollo de sus capacidades, para usarlas de la mejor manera posible. Es una idea positiva para la resolución de problemas, sin entrar en conflicto emocional.

DIRECTRICES EDUCATIVAS. Las directrices son conceptos generales que nos permiten actuar en circunstancias en donde no hay un manual específico, por ejemplo, yo enseñé a los jóvenes dos directrices principales: la independencia económica y la independencia emocional, de esta forma indico la meta a lograr dejando que cada uno busque sus mejores recursos, y aprendan lo necesario para lograrlo. Una persona que vive en estas directrices jamás dependerá de otros para ser feliz, por el contrario, será un ejemplo a seguir.

CORREGIR EN LUGAR DE CASTIGAR. Como lo mencione antes, el castigo casi siempre lastima la dignidad de las personas y casi nunca corrige de fondo un problema. Corregir es un concepto más amplio que hace que los padres encontremos diferentes recursos, como lo son: la escucha atenta, la validación de las emociones, el entendimiento de las capacidades, las ideas de los hijos, la enseñanza, etc.

AL CORREGIR Y DISCIPLINAR TOME EN CUENTA LO SIGUIENTE:

- » Mantenga la dignidad y el respeto por usted y por sus hijos.
- » Trace metas de largo alcance en su mente y la de sus hijos (dar directrices).
- » Enfóquese en las soluciones, en vez de en los castigos.
- » Investigue qué es lo que sus hijos quieren o han decidido hacer. Esto puede ser diferente a lo que usted intenta enseñarle.
- » Involucre a sus hijos para que aprenda a trabajar hacia soluciones donde exista la cooperación, esto desarrollará DESTREZAS PARA LA VIDA fundamentales para el éxito.
- » Sea flexible, ya que todos los hijos son diferentes.

CONTACTO CORREO


carlosjguterrez@gmail.com

WHATSAPP

664.174.42.30

CONSULTORIO

664.676.79.40

Recuerde que la crianza de los hijos es un reto en donde debemos tener una idea clara y científica de lo que queremos. Sea usted buena persona, y así serán sus hijos. 

*El autor es Psicólogo con maestría en Familia e Hipnoterapeuta.

TODA AVENTURA
COMIENZA CON UN

Si

TE AYUDAMOS A CREAR UN
día único e inolvidable



Bodas
en el Valle
By Eventos Tijuana

eventos
tijuana
relaciones públicas

CONTÁCTANOS

C. Santa María No. 3089-A Col. Gabilondo Tijuana, B.C.
(664) 608.1674 ■ Cel. (664) 375.4423
info@eventostijuana.com

 @bodasvallegpe  @eventostijuana

• ACEPTAMOS TARJETAS DE CRÉDITO •



PRESENTA EN EXCLUSIVA **Especial CHEF'S**

NATALIA & ANDREA



Velarde



—¿POR QUÉ DECIDIERON SER CHEF'S?

—Crecimos en un ambiente familiar rodeado de comida; siempre nos unió la actividad culinaria. Mis papás son unos apasionados por el buen comer y nos transmitieron ese amor a la comida. Yo (Natalia) decidí irme por la ruta de los postres, me apasiona la precisión y perfección de cada receta, y el proceso creativo para crear mis propios postres es lo que más disfruto. Yo (Andrea), disfruto del poder crear una receta de los ingredientes locales, y lo q hay disponible es una satisfacción inigualable.

—¿CUÁL ES SU PROPUESTA CULINARIA?

—Ofrecer al cliente tijuaneño una experiencia de botanas y postres única; crear un espacio que esta 100% dedicado a utilizar estrictamente los ingredientes de la mejor calidad, y elaborados con procesos caseros justo como lo vivimos en casa.

—¿CÓMO DESCRIBIRÍAN SU ESTILO EN LA COCINA?

—En nuestra cocina nos gusta que todos estemos en la misma sintonía. Trabajamos como equipo con las ideas que tenemos en mente para ver qué opinan, como lo pudiéramos llevar a cabo y ver

de qué manera se pueden hacer las pruebas para sacar un producto a la venta. Todo lo hacemos "from scratch" y esto nos da oportunidad de variar y tener creaciones nuevas y diferentes cada día.

Nos encanta usar los productos de temporada. La presentación es muy importante ya que de la vista nace el amor. Con las botanas nos enfocamos en practicidad, y con los postres nos gusta que se les antoje solo con verlos.

—ENTRE TANTA COMPETENCIA, ¿QUÉ CONSIDERAN QUE LAS DISTINGUE COMO CHEF?

—Cada vez hay más competencia, y creo que lo más importante es mantenerte fiel a tu estilo, y no dejarte llevar por lo que están haciendo los demás. Tratamos de estar innovando, pero siempre manteniéndonos con estilo propio.

—Así mismo el enfoque en nuestra presentación, empaques, combinaciones y recetas hechas de manera casera es sin duda nuestro mayor diferenciador.

—¿QUÉ OPINAN DE ESTA NUEVA GENERACIÓN DE

NATALIA
VELARDE PADILLA
& ANDREA
VELARDE DE LEPE
ESPECIALIDAD
Repostería
RESTAURANTE
OUI Repostería
& Delicatessen

EN BREVE...

¿QUÉ NO PUEDE FALTAR EN TU COCINA?

Harina, azúcar y huevos, albahaca, y limón
Platillo favorito a preparar pay de manzana, lo q salga de lo que tengo en mi refrigerador.

¿QUÉ LES HACE AGUA LA BOCA?

Un borrachito de dátil con nieve de vainilla.

¿A QUÉ CHEF ADMIRAN DE BC?

Miguel Ángel Guerrero se ha mantenido fiel a su estilo en todos estos años, y lo que logró con el "bajamed" es increíble. Cocina desde la pasión por los ingredientes locales.

¿QUÉ PLATILLO NO SE DEBEN PERDER DE TU RESTAURANTE?

El pastel de zanahoria, es la receta de mi mamá, fundadora y creadora de OUI Repostería & Delicatessen.

CHEF'S QUE ESTÁ DEJANDO HUELLA EN BC?

—Lo que está pasando en el estado es un fenómeno. Está revolucionando la oferta culinaria de una manera increíble en el país, y es importante mencionar que gracias a Javier González esto se desató, y aunado a la familia Plascencia, son un ejemplo a seguir. Es un orgullo ser Bajacalifornianas de corazón, y poder dejar huella como hermanas y familia en esta bella Tijuana que podemos considerar ahora como propia.



Paella & Tapas

CATERING



Delivery • On-Site Cooking • Take out

Special pricing for catering at: ROMESCOMEXMED.COM/CATERING

t. (619) 475-8627



/ RomescoMexMed

4346 Bonita Rd, Bonita, CA 91902

Your guests will love the aromas and folklore of on site cooked Paella and Tapas



Una experiencia distinta...

NISSAN
KICKS
2019



ANA



Arvizu



—¿POR QUÉ DECIDISTE SER CHEF?

—Desde niña me adentré en los fogones de la cocina de mi abuela en el Edo. de México, y ahí fue donde comencé a interactuar con los ingredientes que mi abuelo llevaba de su milpa y de su natal Hidalgo, también de los mercados a donde diario íbamos a comprar la comida que ahí se elaboraba. Ahora me gustaría colaborar con un granito de arena en esta industria que tanto amo.

—¿CUÁL ES TU PROPUESTA CULINARIA?

—La comida mexicana tradicional adaptada en la Baja California

—¿CÓMO DESCRIBIRÍAS TU ESTILO EN LA COCINA?

—Relaciono los recuerdos de mis viajes y los lugares donde he vivido: platillos, ingredientes, colores, técnicas empleadas, y me remonto a ese momento donde lo probé. El objetivo principal es reinterpretar toda esa experiencia, y realizo un platillo un poco más elaborado con ingredientes de mejor calidad, y un montaje que nadie se espera

de una preparación de calle o de casa.

—ENTRE TANTA COMPE- TENCIA, ¿QUÉ CONSIDERAS QUE TE DISTINGUE COMO CHEF?

—Lo que hago, lo realizo de corazón. —Todos en este medio tenemos un estilo propio que nos marca desde que ingresamos a la escuela hasta que egresamos, o en su defecto, que adoptamos de los lugares en donde hemos laborado que nos han enseñado este hermoso oficio. Considero que tengo una cocina variada sin casarme actualmente con nada en específico, sin olvidar respetar el ingrediente y la técnica esencial.

—Mi lema es "para todos hay un camino especial que el universo nos ha otorgado al nacer, tarea le llamamos".

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

JANINA GARAY
ESPECIALIDAD
Cocina mexicana
RESTAURANTE
Club de
Empresarios BC

EN BREVE...


¿QUÉ NO PUEDE FALTAR EN TU COCINA? Mole
¿TU PLATILLO FAVORITO A PREPARAR? Pato
¿QUÉ ES LO QUE TE HACE AGUA LA BOCA? Un buen aguachile o unas almejas gratinadas.

¿A QUÉ CHEF ADMIRAS DE BC?

Admiro a todos los que han puesto un granito de arena en la industria.

¿QUÉ PLATILLO NO SE DEBEN PERDER DE TU RESTAURANTE?

Los tacos de cochinita de pork belly con recado hecho en casa.

—Es un agasajo poder ver a los que algún día fueron mis compañeros de escuela, cumplir los sueños que en su momento nos motivaron para innovar hace ya algunos años, para que la zona fuera reconocida por su gastronomía que en ese momento estaba, pero era más complicado darla a conocer y valorarla. Esta padrísimo poder ver cómo evoluciona lo que algún día pensó la nación que estaba vacío y ahora es un punto estratégico de turismo y gastronomía. 



Toma el control del camino...

NISSAN
MURANO
2019



NUEVA

PAUSA · DISFRUTA · CONTINÚA

HECHO CON
EXTRACTO DE CAFÉ



COCA-COLA es una marca registrada de THE COCA-COLA COMPANY. D.R. © THE COCA-COLA COMPANY 2019. HIDRÁTATE DIARIAMENTE.



POR CLEOFAS ARREOLA

Una tacita DE CAFÉ

*Empresario

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

CATA Vino VS Café

SEGUNDA DE TRES PARTES

En nuestro artículo anterior hablamos de la cata, y en qué consiste específicamente la de café, hoy la contrastaremos con la del vino, y tocaremos los puntos a saborearse, degustarse, y calificarse, porque también de eso se trata la cata. En el caso de querer catar al elixir de la vida, la técnica es fácil de aprender, pero es difícil dominar su arte

LOS INSTRUMENTOS TÍPICOS NECESARIOS PARA UNA CATA SON:

- » Una mesa cubierta de mantel blanco.
- » Una lámpara que provea buena iluminación.
- » Un recipiente para el vino que se descarta (escupe).
- » Copas que deben ser de cristal incoloro y fino y de pie largo, con una boca más estrecha que su cuerpo (forma "de tulipa").

AROMA O FRAGANCIA

EN EL CAFÉ los aromas deseados son dulces, florales, ácidos agradables, frutos secos, etc. Los que no deberíamos percibir son aromas a goma, químicos, cuero, plata o madera seca.

EN EL VINO los aromas deseados son frutales, florales, herbáceos, tostados y especiados, valorando su limpieza, complejidad e intensidad.

CUERPO con el tacto de la boca y paladar percibirás la sensación que produce la densidad de la bebida y de sus elementos.

EN UN CAFÉ el cuerpo puede ser cremoso, ligero, lleno o redondo.

EN EL VINO SE CATA: la astringencia dada por los taninos, materia y cuerpo, equilibrio, etc.

SABOR

EL SABOR DE UN CAFÉ puede ser ácido o dulce, y en función de estos puede ser de acidez brillante, suave, balanceante o de dulzura frutal, floral, achocolatada,



almendrada, etc. El sabor del café varía a medida que este va avanzando por el paladar, percibiendo primero los dulces, después los salados, y finalmente los ácidos y amargos.

EL SABOR DEL VINO la menor o mayor graduación alcohólica se percibe en boca también, porque el alcohol produce una sensación cálida y dulce.

PARA DISTINGUIR LOS AROMAS SE CLASIFICAN LAS DIFERENTES GAMAS

Los aromas primarios o varietales son muy característicos e identificables, predominan las series florales, frutales, vegetales, minerales y a veces especiadas.

Los aromas secundarios procedentes de las levaduras, de la transformación del azúcar en alcohol o de la fermentación malo



láctica son los más frecuentes y abundantes en los vinos. En esta gama predominan las flores, las frutas, las especias y las notas vegetales.

Para los aromas de crianza o bouquet las gamas se multiplican: florales, frutales, miel, madera, café, chocolates, y otros.

Luego se buscan solo las sensaciones ácidas y amargas, los ácidos se notan en los laterales de la lengua, y los amargos en la parte posterior.

Esos sabores amargos se deben a los taninos, donde en el caso de los vinos tintos, los taninos ponen la lengua rasposa y los labios tirantes.

Cuando el vino se calienta en la boca, se comienzan a apreciar más los aromas, ya que la boca y la nariz están íntimamente ligadas.

Por lo pronto, ahí la dejamos: Buen café o tendré que decir también ¡¡SALUD?! 🍷

CELEBRA EN DECANTOS TU GRAN DÍA... TÚ BODA



decantosvinicola.com T +52(646) 688.1019 ventas@decantosvinicola.com

Facebook: /decantosvinicola Twitter: @decantosV



Tradición Tijuanaense desde 2004

Trufas • Chocolatería fina • Regalos
Fuentes de Chocolate • Regalos corporativos
Fuentes de Chamoy • Agradecimientos

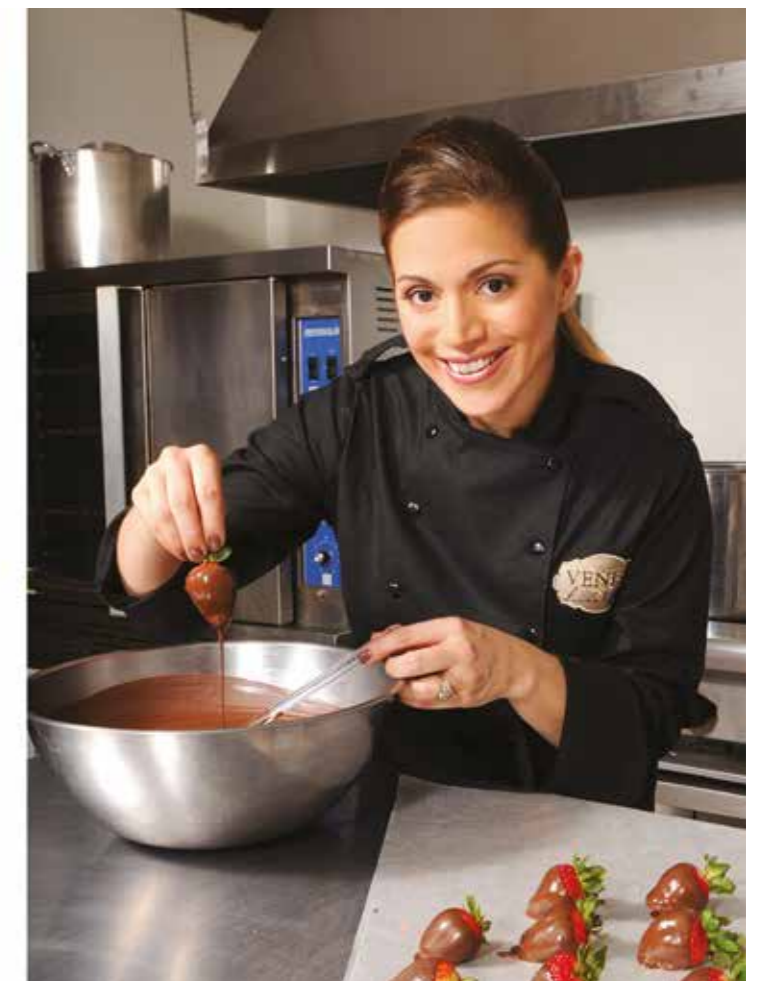
Ave. Tapachula 5-A
Col. Hipódromo, Tijuana B.C.



visita nuestra tienda online

www.venuschocolates.com

Tel: (664) 9-7293-38



A CADA VINO SU COPA

la forma de la copa es determinante a la hora de experimentar los aromas, y se adapta a cada tipo de vino y el momento en el que lo disfrutamos

POR ANA LAURA MARTÍNEZ GARDOQUI

Si bien antiguamente se tomaban los vinos en copas de diversos materiales como la cerámica, la porcelana o la madera, con el tiempo se fue popularizando cada vez más el uso de las copas de cristal para saborear mejor todas las cualidades del vino.

Las copas de cristal fino e incoloro, totalmente transparentes, son las que mejor nos dejan apreciar todos los matices del vino. Y es que, para saborearlo en su totalidad, no solamente es importante el sabor, sino todos los elementos como el color y el olor. Por ello, la forma de la copa es determinante a la hora de experimentar los aromas, y se adapta a cada tipo de vino y el momento en el que lo disfrutamos.

Las tres partes que conforman la copa de vino: pie, tallo y cáliz, determinarán su uso para un tipo de vino u otro.

CORREO
analaura@culinaryartschool.edu.mx


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

COPAS PARA EL VINO

Puckette, M. y Hammack, J. (2015), afirman que existen muchos tipos de copas para servir el vino de donde elegir. Aquí unos pocos hechos acerca de las copas de vino para ayudar a decidir qué cristalería es mejor.

VIDRIO VS. CRISTAL

Las copas de cristal reflejan la luz debido a su contenido mineral. Los minerales aportan dureza al cristal, permitiendo a las copas ser muy delgadas. Tradicionalmente, las copas de cristal son pesadas, pero actualmente hay muchas opciones de copas ligeras hechas con magnesio y zinc. Muchas copas de cristal ligeras son seguras para la máquina lavatrastos. Sin embargo, son porosas y deben ser lavadas a mano con jabones libres de aromas.

Las copas comunes de vidrio son técnicamente más frágiles que las de cristal, pero al hacerlas más gruesas son más durables. Estas son también seguras para la máquina lavaplatos. 



CÓMO AFECTA LA FORMA DE LA COPA, LA APRECIACIÓN DEL VINO

La forma del recipiente afecta la intensidad del aroma, mientras que el borde afecta cuánto vino impacta a tu paladar.

CADA TIPO DE VINO CON SU COPA

1. VINOS ESPUMOSOS

Se sirven en copas de tipo flauta, alargadas, altas y estrechas con el borde algo curvado. La idea de estas copas es brindar con ellas y evitar que se pierdan las burbujas con la boca ligeramente cerrada.

2. COPAS PARA VINOS TINTOS

Para los vinos tintos se utilizan las copas tradicionales de tulipa o las ovaladas con la boca ligeramente cerrada para concentrar el aroma y que el vino no se airee de forma excesiva. Los vinos crianza, reserva o gran reserva se servirán en una copa ligeramente mayor y algo más abierta. Por otro lado, los vinos tintos jóvenes y rosados pueden apreciarse al máximo en una copa ligeramente romboidal, más ancha a la mitad y más cerrada en la parte superior.

3. COPAS PARA VINOS BLANCOS

Las copas para vinos blancos suelen aconsejarse ligeramente más pequeñas y estrechas que las del vino tinto para mantenerlos bien fríos. Por ello, tienen también un tallo más alto para poder agarrar la copa mejor sin calentarse accidentalmente el vino.

4. VINOS DULCES

Los vinos dulces suelen tomarse generalmente con el postre y en copas más bajitas, redondeadas y cerradas en la parte superior para mantener mejor los aromas afrutados de estos vinos.

5. MISCE LÁNEA

Existen tipos de vinos tan reconocidos internacionalmente como el champán francés o el oporto, que cuentan con copas de formas especiales para potenciar las características propias del vino.

* Fuente: Bodegas Monje Gastronomía, 2018



¿QUÉ CARACTERÍSTICAS SE DEBEN TENER EN CUENTA A LA HORA DE ELEGIR Y SERVIR UNA COPA DE VINO?

USAR COPAS INCOLORAS Y TRANSPARENTES DE VIDRIO FINO. Evitar copas con serigrafías y ornamentos para apreciar todas las cualidades del vino.

NO LLENAR LA COPA HASTA ARRIBA. Se recomienda incluso llenar la copa solamente un tercio para que el olor del vino pueda liberarse girando ligeramente la copa y oxigenándola, guardando los aromas en la parte superior.

NO CALENTAR EL VINO TOCANDO LA COPA, intentando sujetarla siempre por el tallo.

LAVAR LAS COPAS A MANO DE MANERA DELICADA, secándolas con un paño absorbente y guardándolas posteriormente colgadas boca abajo, para no almacenar malos olores y evitar que se deterioren.



POR **BIANCA CASTRO-CERIO TRENTI**

La DulceCHEF

*La autora es chef repostera

FAN PAGE
bianca repostería
creativa
TELÉFONO
686 569 7755

FIESTAS DE VENDIMIA 2019

Como cada año en el Valle de Guadalupe, llegó la época de vendimias. Tres semanas en las que Casa Vinícola prepara sus celebraciones hasta cerrar el 18 de agosto; veintiún días de felicidad en lo que todos los amantes del vino y del buen comer tienen la oportunidad de probar la comida de cocineros locales y de todo el país, además de aprender un poco más sobre los procesos del vino, degustarlos y acompañarlos en diferentes maridajes. Para mí es una de las mejores épocas del año.

Este año he tenido la fortuna de participar en dos vendimias. Primero en la de Cuatro Cuatros con dos grandes cocineros invitados de la CDMX, Luis Serdio

y Bernardo Bukantz. Luego en la vendimia de La Esperanza, a la que me invitó Miguel Ángel Guerrero, chef de este restaurante y La Querencia. Esta cena fue un festejo doble, pues se celebraron los 18 años de la comida BajaMed y la cena maridaje contó con el talento y sabor de los chefs Alberto Collarte, de los Cabos, Alejandro Ruiz, de Oaxaca, Martín González, de Culiacán, y la colaboración de los Sommeliers Marco Amador y Judith Medrano.

En estos días se presentó la Cofradía uno de los eventos más importantes de vendimia. En ésta un productor de vino trabaja de la mano de un restaurante para hacer el mejor maridaje. Así, todos los asistentes probarán maridajes increíbles con productos de la localidad.

Este 2019 se tuvo el talento y la muestra gastronómica de excepcionales cocineros como Juanxo Sánchez, Alex Ruiz, Guy Santoro, Pedro Martín, Luis Robledo, Celia Florian, Edgar Nuñez y muchos más. Además, se disfrutó de la mejor música en las fiestas de los viñedos como Monte Xanic y L.A. Cetto.

Para cerrar la temporada con broche de oro se realizó la competencia de las Paellas, en la que más de 200 equipos compitieron por un lugar en el podio. Estuvieron presentes todas las vinícolas de Baja California dando degustaciones; hubo música en vivo y los asistentes degustarán las paellas de los concursantes.

¡ASÍ CLAUSURAMOS EL 2019 CON UNA GRAN FIESTA Y YA ANHELANDO LAS VENDIMIAS DEL 2020!



90 AÑOS
L. A. CETTO
UN SUEÑO
MÁS VIVO QUE NUNCA

WWW.LACETTO.MX / @VINOSLACETTO

EVITE EL EXCESO / 183300201A1588

L. A. CETTO
BOUTIQUE

Malbec
2014
Vino Tinto

*De nuestros viñedos
Nuevo Colorado en el Valle de San V
Esta uva se vinificó con el m
largo, de maceración prolongad
envejecimiento en barrica de roble
2 meses. Con lo que res
profundo, persiste*

OENO

WINE RESORT

MÁS QUE UN HOTEL, UNA EXPERIENCIA

POR ANA PATRICIA VALAY

Enclavado en pleno corazón de Valle de Guadalupe, OENO Wine Resort te lleva a experimentar a flor de piel, y con tus cinco sentidos, la percepción y sensación de tú mismo formar parte de tan maravilloso paisaje.

Su privilegiada ubicación y su inigualable diseño arquitectónico, pensado justamente para lograr transportarte a vivir esa increíble fusión de la infraestructura, de las habitaciones, de cada una de las áreas del lugar, con el paisaje en sí mismo, te hará vivir una experiencia única e inolvidable.

PRIVILEGIADO PAISAJE

OENO Wine Resort sin duda se distingue de otros conceptos hoteleros por su paisaje. "A pesar

de que el Valle tiene muchísimas vistas espectaculares y muchas áreas de viñedos y miradores que pueden impresionar por su belleza, la ubicación geográfica de OENO te permite tener tres o cuatro paisajes distintos, y sólo depende de dónde te pares", nos dice, Gerardo Alcalá uno de los encargados del hotel.

"Por ejemplo estamos situados entre un cerro lleno de rocas gigantes que tienen ahí, cientos si no es que miles de años ahí, y un río de temporal, entonces tenemos unas perspectivas que no sólo te muestran viñedos, sino en las que puedes ver la naturaleza endémica de Valle de Guadalupe. Tenemos muchas cactáceas, plantas de río, estas rocas que están encima del cerro, y que es como si tuviéramos

una mini rumorosa dentro de la propiedad. Creo que los paisajes es algo único, que me atrevería a decir, que ninguna otra propiedad u hotel en Valle de Guadalupe te ofrece esta diversidad".

HABITACIONES TIPO ROCA

OENO Wine Resort está diseñado para tener a todo tipo de mercado



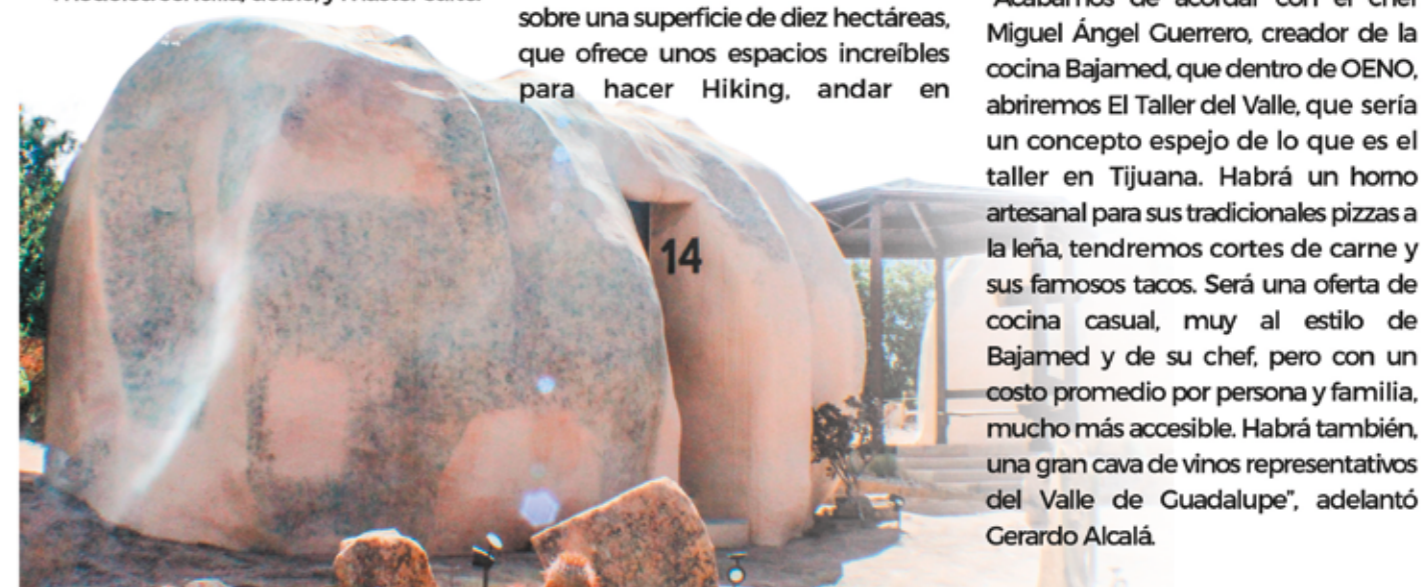
con tres tipos de habitaciones, y una de esas habitaciones son las tipo roca, que fueron pensadas específicamente para las parejas. "Lo que se hizo con esas habitaciones, es que se diseñaron de manera externa, emulando rocas, como las que te platico que están en el cerro. Entonces de repente es como si estuvieras durmiendo en una piedra gigante. Es una experiencia que a la gente le encanta. Tenemos cuatro habitaciones de este tipo".

HABITACIONES TIPO ALDEA

El otro tipo de concepto es el de once habitaciones que forman un círculo, a las que se le llama La aldea. Son once habitaciones que están colocadas de manera circular, y que tienen un fogatero al centro, lo que es perfecto e ideal para grupos o familias grandes, en las que pueden dormir y convivir en espacios comunes. Estas habitaciones, también están ambientados con plantas endémicas de la región, y la aldea está decorada con bisnagas, cactáceas, cactus y muchas plantas que sirven además para apreciar la belleza de Baja California. El diseño de la aldea te ofrece la más absoluta privacidad a tu grupo.

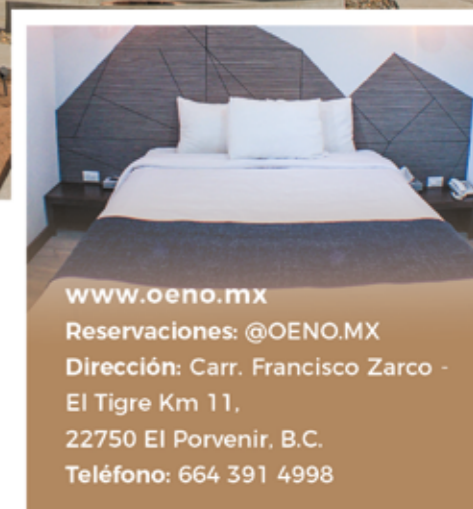
CABAÑAS ELEVADAS

El tercer concepto de habitaciones es de las más populares. Son diez cabañas elevadas, con una vista a profundidad de lo que es el río y los viñedos de Valle de Guadalupe. Y como hay para todos los presupuestos, se encontrarán los modelos: sencilla, doble, y master suite.



En las habitaciones dobles, la experiencia es apegada a su nombre. En cada cabaña, hay dos recámaras, no sólo dos camas en el mismo espacio, como en cualquier otro hotel, ello le da a las familias, la privacidad que requieren. Incluso están las dobles junior, que además, cuentan con una sala en el área del centro, y con una televisión. "Así, los matrimonios con hijos no tendrán pretexto para no quedarse en Valle de Guadalupe, porque los hoteles no son amigables", nos comenta Gerardo, y agrega, "...y tenemos como cereza en el pastel una master suite, que es una habitación tipo cabaña, con dos recámaras, dos baños, una chimenea interior, una barra, una mesa de póker ideal para grupos y familias, y además, tiene como plus que se tiene derecho a utilizar una terraza adjunta con jacuzzi para diez personas, una fogata, una barra, y dos baños exteriores".

OENO Wine Resort está construido sobre una superficie de diez hectáreas, que ofrece unos espacios increíbles para hacer Hiking, andar en



www.oeno.mx
Reservaciones: @OENO.MX
Dirección: Carr. Francisco Zarco - El Tigre Km 11,
22750 El Porvenir, B.C.
Teléfono: 664 391 4998

bicicleta, o simplemente caminar y disfrutar del paisaje. Espacio por cierto ideal para reuniones o festejos de hasta 10 a 15 personas. Se cuenta además con un área para eventos y bodas, con espacio para hasta 900 personas.



TENDRÁN SU PROPIO TALLER

"Acabamos de acordar con el chef Miguel Ángel Guerrero, creador de la cocina Bajamed, que dentro de OENO, abriremos El Taller del Valle, que sería un concepto espejo de lo que es el taller en Tijuana. Habrá un homo artesanal para sus tradicionales pizzas a la leña, tendremos cortes de carne y sus famosos tacos. Será una oferta de cocina casual, muy al estilo de Bajamed y de su chef, pero con un costo promedio por persona y familia, mucho más accesible. Habrá también, una gran cava de vinos representativos del Valle de Guadalupe", adelantó Gerardo Alcalá.

WINEMAKER-SOMMELIER-EMPRESARIA

CLAUDIA

HORTA MEZA

PLENA Y FELIZ, PERO VA POR MÁS

POR ANA PATRICIA VALAY | FOTOGRAFÍA GARAGE PHOTOSTUDIO

Claudia Horta es una mujer a la que el éxito le sienta muy bien. Se le ve radiante y feliz, plena. Disfruta como nunca de sus dos jóvenes hijas, y goza lo que pocas: un matrimonio de 24 años donde han combinado también los negocios. Su más reciente logro como emprendedora y empresaria, es el de ser la primera mexicana en ganar doble medalla de oro en un concurso de enólogas en España, y su inclusión al Paseo de la Fama de Tijuana, como mujer en el mundo del vino.

UN POCO DE SU HISTORIA

Claudia nació en Ensenada, B.C., y egresó de Cety's Universidad de contador público; tiempo después obtuvo una especialidad en finanzas, ambas con mención honorífica. Dada su trayectoria como empresaria y su obtención de medallas, su alma mater la nominó ORGULLO CETYS.

Junto con su esposo Sergio, incursionó hace 23 años, en negocios de diversos giros: deportivo con Sportsfan, del que tienen ya 26 tiendas, y restaurantero con Baja Terra y Baja Artesanal. Además, se metió de lleno a hacer su propio vino, creando la vinícola Casta de Vinos, en el Valle de Guadalupe, y especializándose

“Yo quiero que mis hijas vean en mí a una persona honesta trabajadora, que pueda caminar con la frente en alto, y que te abren las puertas por ser leal

como Sommelier y winemaker.

Hasta hoy, sus vinos han obtenido 46 medallas, doble oro, plata y bronce en concursos internacionales como Bacchus en España, IWSC en Inglaterra, CINVE España, Challenge International Du Vin en Francia, Concours Mondial de Bruxelles en Bruselas, y Vino y Mujer en España.

De sus negocios Claudia platica que

todos han iniciado para satisfacer una necesidad y prácticamente como un hobby, pero que la pasión es lo que los ha transformado en negocios prósperos.

—¿CÓMO DESCRIBIRÍAS EL MOMENTO QUE ESTÁS VIVIENDO AHORITA?

—Cada momento tiene su faceta, empezamos por la principal que es ser mujer, ser mamá y esposa. Creo que, como mamá, no puedo juzgar si soy buena madre o si estoy en lo correcto educando a mis hijas, pero lo que si te digo es que hasta ahorita me siento satisfecha de educar a unas niñas, ahora jovencitas, que están cada una tomando su camino por lo cual quieren hacer algo en la vida. Las veo como unas mujeres convencidas de su integridad como personas.

—Como esposa, creo que “trabajar en ello” nunca acaba; a la que diga que su matrimonio es perfecto, no le creo nada -suelta la carcajada-, eso de pintar que la mujer es la más feliz, pues no... ni él, ni yo... nuestro matrimonio ha sido entre altas y bajas, pero creo que, a estas alturas, después de 24 años de casados, ya conoces bien a tu esposo, tu compañero, tu amigo y tu amante, y siempre habrá algo que no terminas de conocer.

“Me encanta compartir con los amigos del vino; me encantan las carnes asadas con mis compadres, ahí no hay negocios, sólo sonrisas, carrilla. ¡Me encanta viajar, y lo que más me encanta es correr!, algo que hago todos los días...”



Mujer DEL MES

—¿CUÁL FUE LA PARTE MÁS DIFÍCIL DE HACER EQUIPO ENTRE USTEDES DOS?

—Es como si tuvieras dos matrimonios. En tu casa, tu esposo y tus hijas, y en el otro, el negocio. Al principio es una lucha de poder. Los dos con carrera y con especialidad, y buenas calificaciones en la escuela. Lo cierto es que, si no sabes separar tu etapa emocional y tu etapa como profesional, la verdad es imposible llevar un negocio. Y la parte más difícil fue la financiera, pero bueno, después logramos entendernos para poder hacer equipo. En cuanto logramos ponernos de acuerdo, logramos paz como socios. Nos costó también porque empezamos desde abajo; nuestros negocios no fueron heredados, iniciamos con poco capital propio, y como socios, aprendimos a respetarnos y complementarnos.

—HOY, TUS NEGOCIOS VAN VIENTO EN POPA, PERO PASARON POR MOMENTOS MUY DIFÍCILES.

—Sí... En 2007 fue la devaluación; las rentas se fueron hasta el tope, las deudas y las cuentas con proveedores eran en dólares, y yo decía: ¿cómo las voy a pagar?!

—Otro momento difícil fue en 2006, época de secuestros en Tijuana, ¡horrible! También un momento que ha marcado mi vida como empresaria, es cuando decidimos vender un porcentaje de la empresa (sports fan) y la primera negociación no fue la mejor, pues nuestros socios quisieron quedarse con los negocios. Pagamos un dineral a licenciados, fue algo muy fuerte, que no puedas entrar a tu propio negocio, que no existas, pero luchamos hasta el final. Es muy doloroso cuando estás a punto de perderlo todo. Otro momento difícil es cuando mi padre fallece en 2013. También hubo un tema muy difícil con un problema de mi mamá ese mismo año.

—Y CON BASE A TU EXPERIENCIA, ¿QUÉ CONSEJOS LES DARÍAS A LAS MUJERES QUE QUIEREN EMPRENDER, SOBRESALIR EN LOS NEGOCIOS?

—Yo siento que, si nosotros como mu-

“ ¡Hay que trabajar! ¡nada es gratis! Cualquier negocio es bueno si lo trabajas, si no lo dejas caer. Siempre va a haber tropiezos, no va a haber día en que no halla, pero si todo fuera fácil todo mundo lo haría

ieres no tenemos definido nuestro objetivo y nuestra meta final, nunca vamos a lograr nada. Yo creo que un objetivo puede estar primero basado en un sueño, pero ese sueño hay que empezar a tratar de descifrarlo. Y creo firmemente que, si no tienes pasión, nunca será un éxito tu negocio.

DE TAL PALO TAL ASTILLA

Una de sus hijas, Ana Sofía Castañeda, quien estudia enología en España, también como su mamá, soñó con el éxito, y para ello trabajó. “Ella anheló sacarse una medalla. Ella me dijo quiero hacer vinos como ustedes, y mis hijas están haciendo un poco de lo que están viendo. ¡Hay que trabajar! ¡nada es gratis! Cualquier negocio es bueno si lo trabajas, si no lo dejas caer. Siempre va a haber tropiezos, no va a haber día en que no halla, pero si todo fuera fácil todo mundo lo haría”.

Ana Sofía, es ya considerada, la wine-maker más joven de México, y sigue los pasos de su madre pues ya obtuvo dos medallas de oro y una de plata en 2016, y acaba de ganar un Diamante en España, (medalla de oro) por su vino Flor de Roca.

Claudia dice estar muy orgullosa de lo que han logrado sus hijas, tanto Ana Sofía como Valeria, quien se fue en agosto

a estudiar Administración Turística, también en España, y nos dice cómo quisiera que ellas la vieran.

“Yo quiero que mis hijas vean en mí a una persona honesta trabajadora, que pueda caminar con la frente en alto, y que te abren las puertas por ser una persona con principios”.

—¿CUÁL CREES QUE ES LA CLAVE CLAUDIA, QUE TE HA PERMITIDO LLEGAR Y MANTENERTE COMO EMPRESARIA?

—Considero que la clave es hacer una planeación estratégica de lo que quiero lograr en el año.

¿ALGO QUE APARTE DE LO QUE HACES TE LLENE DE SATISFACCIÓN?

Ser maratonista y la filantropía. Es mi faceta que no tenía, el sentirte que la gente te da bendiciones. Recibes tantas cosas tan bonitas que haces feliz a esa persona.

—TÚ HAS DICHO QUE ES IMPORTANTE EL EQUILIBRIO EN LA VIDA DE UNA MUJER EMPRENDEDORA Y EMPRESARIA, ¿TÚ CÓMO TE DIVIERTES FUERA DEL TRABAJO?

—Me encanta correr con mis amigas. Me encanta compartir con los amigos del vino, todas nuestras notas de críticas positivas, intercambiar opiniones diferentes, porque aprendo. Me encantan las carnes asadas con mis compadres; ahí no hay negocios, sólo sonrisas, carrilla. ¡Me encanta viajar, y lo que más me encanta es correr!, algo que hago todos los días! También leo mucho de vinos.

—¿Y QUÉ SIGUE?

—Todavía tengo dos proyectos más en puerta: Hacer un hotel en Valle, con un concepto diferente, y un proyecto que tengo para Europa, específicamente en Madrid, donde mi hija estudia enología; así me sentiré útil cuando la visite. 🍷

EN BREVE...

- » **VINO PREFERIDO:** Chateau Margaux
- » **VINO SUYO PREFERIDO:** Casta Tinta Mourvedre
- » **ARTÍCULO DEPORTIVO INDISPENSABLE:** Tenis para correr
- » **FORTALEZA:** Soy muy aguerrida, lo que empiezo lo termino.
- » **DEBILIDAD:** La impuntualidad.

Applebee's
GRILL + BAR

TODAS LAS TARDDES

de 5 P.M. a 8 P.M. y de 9 P.M. a 12 A.M.



CERVEZA NACIONAL A \$25



EL 2º TRAGO VA POR NUESTRA CUENTA

ARAM HODOYAN

COMPROMETIDO FIELMENTE CON TIJUANA

POR ANA PATRICIA VALAY

Aram Hodoyan es un empresario tijuaneño, armenio de tercera generación; padre de tres hijos. Es licenciado en

Economía Internacional e Ingeniero Mecánico por la San Diego State University. Es CEO de la Agencia Aduanal Hodoyán Navarro, SA de CV. Que se especializa en comercio exterior y logística internacional.

Además, es socio de Casa de Piedra Paralelo, y de Serena Senior Care/Casa Harmony, y actual presidente del Consejo de Desarrollo Económico de Tijuana. Este último, un puesto que extrañamente no había ocupado antes, pues él fue de los fundadores del organismo en 1997.

“En ese año, viajamos a Bilbao, España, un grupo de empresarios, el presidente municipal de Tijuana, Héctor Osuna, y el alcalde electo, Guadalupe Osuna, para ver qué estaban haciendo con la ciudad para transformarla, y tenían un programa que se llamaba

Bilbao Metrópoli 21, y con base a ello, se fundó el CDT en Tijuana. La idea del CDT es que como tienes un cambio de administración cada tres años, y otro cada seis años, cada quien llega con sus nuevas ideas y visiones, y la idea del CDT, es dar un rumbo a largo plazo a la ciudad de Tijuana”.



Aram quiere profundamente a esta ciudad, y está convencido de que hay que regresarle algo de lo mucho que nos ha dado. Lo dice además, alguien agradecido con lo que la ciudad le ha dado a su familia, empezando por su abuelo.

HERENCIA ARMENIA

Su abuelo paterno, Alexianos Hodoyán, llegó a Tijuana a la edad de 15 años, huyendo del genocidio armenio que llevaron a cabo los turcos, buscando exterminarles por ser cristianos.

“Fue el primer genocidio del siglo XX. A mi abuelo lo escondieron unos sirvientes turcos y fue a dar por un tiempo a Damasco; una tía de él que se había escapado también, no sé cómo, lo encontró y pagó un rescate por él, y se fue a Marsella. Tomó un barco a Veracruz, de ahí a CDMX y luego a Mexicali; llegó a Tijuana, se cruzó a California y se regresó a Tijuana, porque a él le gustó más la cultura mexicana, y se puso a trabajar con el señor Enrique Aldrete ahí en la tienda 5 de mayo, y con el paso de los años, cuando Don Enrique cerró la tienda, mi abuelo puso un mercado”.

Además del legado que el abuelo de Aram dejó en Tijuana quien también emprendió con sus hijos Industrias Hodoyan, que proveían de todo lo necesario a la industria panificadora, existe la herencia de otras familias armenias como los: Baloyan a quienes se atribuye inventar el filtro del cigarro, del que tienen la patente; los Kaloyan y Kayachanian, que pusieron zapaterías y joyerías; los Avakian, dueños del hotel César y con una frecuencia de radio, y los Unigian, dedicados a la producción de marcos de madera. En total son seis las familias armenias en Tijuana.

“Todos fueron refugiados, que huyeron de la masacre de los turcos. Somos amigos y procuramos juntarnos. Nos decimos paisanos”, nos comenta Aram.

—¿Y QUÉ REPRESENTA TIJUANA PARA TU FAMILIA?

—Para el abuelo, México fue el país que lo recibió y le dio una segunda vida. Le dio a su familia, y se dio cuenta que este país tiene valores muy similares a los que tienen en Armenia. México significó el renacimiento de mi abuelo, y Tijuana es nuestra casa.

“Yo quisiera que más que un puente o que más que un parque, poder dejar institucionalizado y que sea política pública el PEM, y que siguiendo esa ruta, ese mapa, Tijuana se convierta en una ciudad de servicios, de servicios financieros, en una ciudad donde esté la economía naranja, y que las empresas que estemos haciendo productos, pasemos del ensamble a la manufactura y al diseño. Una ciudad tecnológicamente avanzada, que tenga mucha cultura”

POR UNA MEJOR TIJUANA Y ÁREA METROPOLITANA

Desde que Aram Hodoyán asumió la presidencia del CDT en Tijuana en junio de 2018, adquirió el firme compromiso, de actualizar el Plan Estratégico Metropolitano 20-30 que también incluye a Rosarito y a Tecate, y elevarlo a PEM 20-40.

Existen 11 ejes en los que trabaja CDT de la mano de expertos. Algunos son: educación, seguridad, emprendimiento social, emprendimiento empresarial, el eje de movilidad, el urbano y el binacional.

En este último, por ejemplo, se trabajará en el tema de las aguas contaminadas, buscando con autoridades de ambos lados de la frontera, una solución al problema de la descarga de aguas residuales.

En el eje de movilidad por su parte se espera que este año quede definido el polígono donde se construirá la nueva garita Otay 2; que el gobierno federal adquiera los terrenos y se definan las vialidades que darán acceso.

También se trabaja en el parque biosfera, en el umbral de las Américas, y en un centro comunitario en el Rubí.

Pero él tiene muy claro que busca un desarrollo integral de la ciudad y área metropolitana. “No me quiero enfocar en un solo proyecto. Quiero que todos los pro-

yectos, todos los ejes, estén funcionando, y por eso tenemos a líderes de la ciudad encabezándolos, y además queremos que todo sea transparente y que se informe a los medios sobre lo que se está haciendo”.

LO QUE QUIERE LOGRAR COMO PRESIDENTE EN CDT

“Yo quisiera que más que un puente o que más que un parque, poder dejar institucionalizado y que sea política pública el PEM, y que siguiendo esa ruta, ese mapa, Tijuana se convierta en una ciudad de servicios, de servicios financieros, en una ciudad donde esté la economía naranja, y que las empresas que estemos haciendo productos, pasemos del ensamble a la manufactura y al diseño. Una ciudad tecnológicamente avanzada, que tenga mucha cultura”

EN BREVE...

- » **LIBRO FAVORITO:** Mil y una noches.
- » **ARTÍCULO INDISPENSABLE:** Mi navaja suiza.
- » **MÚSICA FAVORITA:** Rock de los 80s.
- » **MAYOR FORTALEZA:** Ser transparente.
- » **MAYOR DEBILIDAD:** No sé decir no.
- » **FRASE FAVORITA:** No digas que no puedes, porque tal vez sí puedes.

Joanna Cecilia Arroyo

REINVENTÁNDOSE CONSTANTEMENTE, CON ÉXITO

POR ANA PATRICIA VALAY

Emprendedora, aguerrida, dinámica, y con una cualidad que pocos tienen: la capacidad de reinventarse constantemente con éxito tanto en su vida personal como profesional. Así podría describir en pocas palabras a Joanna Cecilia Arroyo Salazar, quien no deja de innovar. Y es que en este 2019 sumó a su agencia de diseño gráfico y marketing digital Studio Arsa, de la que es fundadora y directora creativa desde hace 17 años, así como a su otra unidad de negocios Arsa eflyers, una nueva marca que lleva su nombre: joannaarroyo.com.

De esta manera, Joanna creó una plataforma que la consolida como asesora y consultora especializada en marketing digital, proyectando a otros mercados y sin limitante del espacio físico, lo que viene haciendo desde hace más de cuatro años: impartir cursos sobre branding, marketing de contenidos y de email, redes sociales, y tendencias y tecnologías sociales digitales entre muchos otros temas.

—¿CÓMO TE SIENTES DE QUE TU NOMBRE AHORA TAMBIÉN ES UNA MARCA?

—¡Estoy muy feliz!, pero me cuesta mucho trabajo asumirlo, porque es una gran responsabilidad. Lo que pasa es que aunque es una bendición que los clientes te busquen a ti aquí dentro, se volvía un poco complicado si no estaba yo, porque decían: “me espero hasta que esté ella”... empezamos a notar eso, y que los cursos que impartía tenían mucho éxito, así que con el agradecimiento por enfrente y el trabajo por detrás, decidimos hacer la marca, y llegó en el momento exacto porque ahorita ¡estamos listos!

En la plataforma digital, Joanna comparte artículos de interés y utilitarios, ofrece sus cursos en línea, con asesorías que se pueden impartir en tiempo real a cualquier parte del mundo, y, además, nos permite conocer mucho más a la mujer profesionalista, que te ofrece crear una estrategia integral de marketing digital para que tu negocio, cualquiera que sea, tenga éxito.

MÁS SOBRE LA MUJER

Pero Joanna no sólo se ha reinventado como profesionalista, también lo ha hecho en su vida personal y desde muy pequeña, pues al vivir y estudiar en varios países, for-

talecó su capacidad de adaptación.

“Nací en Panamá. Mi papá, mi hermano y yo somos de allá, pero luego viví en Ecuador, después en Ensenada, y a Tijuana llego en sexto de primaria; cursé un año de secundaria en Ensenada, y la prepa ya la hice aquí, en el Instituto México”.

Estudió Diseño Gráfico en San Diego State University, y su especialidad en mercadotecnia, en CETYS Universidad.

“Me gusta mucho estudiar, y si no fuera así, no pudiera hacer este trabajo. Todos los días me exige renovarme. Tomo mucho curso de muchos temas. Creo que todos tenemos que seguir estudiando siempre”, nos comparte.

—¿Y CÓMO INFLUYÓ EN TU FORMACIÓN, CAMBIARTE CONSTANTEMENTE DE PAÍS?

—Influyó mucho, porque NADA me detiene. La verdad es que mi cerebro nunca había hecho una diferencia entre un gringo o un mexicano, o entre una persona de color o una anglosajona, ¡no crecí con eso! Yo tuve que acoplarme. No me quedó de otra más que salir adelante y adaptarme a todo. Mis papás hicieron una muy buena tarea, y pienso que algo hicieron muy bien en este y otros temas. ¡Mis aplausos para ellos!



“Me gusta mucho estudiar, y si no fuera así, no pudiera hacer este trabajo. Todos los días me exige renovarme”

EMPRENDEDORA Y EMPRESARIA

Joanna empezó a trabajar como diseñadora y cuando se percataron de que tenía buena relación con los clientes, un amigo le ofreció una cuenta que el no podía atender. “Era una súper empresa, me fui para atrás...”, y empezó a tener mucho éxito.

“Me llegaban los clientes por recomendaciones, lo que es una bendición muy grande. Nosotros trabajamos con Vía Corporativo, la Revista Mujer Actual la diseñamos hace algunos años; nos tocó ser la agencia del World Trade Center; hicimos la campaña grandísima de Rancho Tecate, en fin, hemos tenido muchas cuentas grandes, y aunque las seguimos teniendo trabajamos ahora mucho con las PYMES y con el sector médico”.

UNA PRUEBA DE VIDA

Y continuó hablando de la capacidad extraordinaria de Joanna para reinventarse, porque justo cuando tenía estas

EN BREVE...


- » **LIBRO FAVORITO:** Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva
- » **ARTÍCULO INDISPENSABLE:** El Celular y Rimel
- » **MÚSICA FAVORITA:** Depende de mi estado de ánimo, pero la de los 90s.
- » **MAYOR FORTALEZA:** Mi disciplina.
- » **MAYOR DEBILIDAD:** El amor que le tengo a mi hija.
- » **FRASE FAVORITA:** ¡Échale ganitas...! (de su autoría)

grandes cuentas que absorbían gran parte de su tiempo, conoció a Kristian, su ahora esposo, y se convirtió en madre primeriza poco antes de llegar a los 40. Tuvo que cambiar completamente su ritmo de trabajo:

“Tuve literalmente que hacer hasta una estrategia de negocios para casarme...”, confiesa. Sin embargo, el cambio mayor, sobre todo de mentalidad y actitud, lo tuvo que hacer cuando le diagnosticaron hipotiroidismo.

“Desde ese momento me dediqué a

estudiar sobre ello, a recurrir a la medicina alternativa, a endocrinólogos, hasta que fui conociendo mi cuerpo, y entendí que tengo que hacer muchísimo ejercicio para evitar esos bajones que me daban, y lo que a mí realmente me sacó adelante en los últimos años, ha sido la psicología. Siempre estoy en terapias holísticas, sé lo que debo comer, aunque no soy perfecta y sufro las consecuencias, y sé de las combinaciones naturales que tengo que consumir. Para mí realmente todo esto es disciplina y he tenido que trabajar en la aceptación, y dentro de mi ser”.

Así, Joanna Arroyo busca un equilibrio en su vida. Cuida su interior, “leo todo lo que me ayude a mejorar como persona, porque si no estoy bien adentro, tampoco por fuera”. Ve por su salud, y sigue capacitándose en su desarrollo profesional, pero ante todo busca momentos de calidad con su esposo y con su muy amada hija Sofía, por ellos también fue capaz de reinventarse. 

19 ANIVERSARIO

REGUILETE

DONDE CADA NIÑO TIENE UN LUGAR ESPECIAL

“Creemos que el ser psicólogas, educadoras y mamás, nos permite tener una visión diferente e integrar estas tres áreas en nuestro programa

POR ANA PATRICIA VALAY

Dos amigas, compañeras de Universidad, con una misma formación en Psicología Clínica y en Educación Preescolar, pero sobre todo con la misma visión de iniciar un proyecto educativo para pequeños de kinder, que tuviera un claro y profundo enfoque en el desarrollo de la inteligencia emocional desde temprana edad, son el motor detrás del éxito del jardín de niños Reguilete, que este 2019 está cumpliendo 19 años de que abriera sus puertas aquí en Tijuana.

Se trata de Adriana Arrieta Elizondo y Mariana Garza Díaz, quienes no sólo han emprendido su propio proyecto, sino que han sido punta de lanza en la formación de niños desde su primer año de vida y hasta los seis, con una visión hacia su desarrollo emocional, sin menoscabar el área académica, y estando siempre a la vanguardia.

Ambas siguieron preparándose, y cursaron una especialización en dirección de centros educativos y un diplomado en psicoterapia infantil. Por su parte, Adriana, estudió también un diplomado en autismo y en guía de estimulación temprana.



ASÍ INICIÓ TODO

“Empezamos a hacer servicio social juntas, en el Children’s Hospital al otro lado, y ahí tuvimos la inquietud de hacer algo de nuestra carrera. Creamos primero un curso de preparación para el kinder, de estimulación temprana a bebitos, y tuvimos tan linda respuesta que empezamos a sentir la necesidad de pasar a preescolar”, nos platica Mariana.

“Hace 19 años los preescolares no estaban preparados para proteger el desarrollo emocional, todo era como muy académico; ni la reforma educativa lo abarcaba, entonces nosotros sí veíamos, porque habíamos trabajado en escuelas regulares, esta necesidad de proteger el desarrollo emocional, que es lo que realmente nos distingue en el kinder”.

—¿Y POR QUÉ ES IMPORTANTE LA PROTECCIÓN DEL DESARROLLO EMOCIONAL DEL NIÑO?

—Porque si el niño desarrolla emocionalmente las habilidades necesarias para socializar adecuadamente, si logra entender sus emociones y desarrollar una comunicación clara y asertiva para dar a conocer sus necesidades, el potencial del aprendizaje se dispara aún más... y, al contrario, si no lo logra, se bloquea, explican ambas.

—Y, ¿QUÉ ESPECÍFICAMENTE OFRECE REGUILETE?

—Reguilete es un jardín de niños que ofrece atención personalizada, y busca crear un ambiente de paz y confianza en donde cada niño tenga un lugar especial.

—Aquí los niños son acompañados durante su desarrollo, respetando su evolución, buscando potenciar todas sus fortalezas, de manera que se favorezca su autonomía, y trabajando para identificar y mejorar cualquier oportunidad que exista de crecimiento personal.

RECONOCIMIENTO A LA LABOR DE REGUILETE

“En estos 19 años nos hemos caracterizado en formar niños seguros que pueden adaptarse a cualquier sistema; con seguridad emocional y con grandes resultados académicos”, nos detalla Adriana.



FOTOGRAFÍA SALVADOR BORBOA

“En Reguilete crecimos y maduramos como familia, estamos muy contentos y agradecidos de haber cursado estos 3 años llenos de amor, cariño, y sobre todo dedicación hacia nuestra hija

FAMILIA RUJANA NAVARRO

en todas las áreas de su desarrollo”. “Además de un programa de valores que refuerza esa convivencia sana que nuestro mundo actual necesita, y un programa de autoestima e inteligencia emocional que constituye la base para un buen desarrollo de la personalidad, y permite tener relaciones sanas”.

“También somos el primer preescolar en contar con Lia®, un programa de computación 100% tijuanaense que se adapta a las necesidades del jardín”, agrega.

IMPORTANTE EL INVOLUCRAMIENTO CON LOS PADRES

Tanto Mariana como Adriana están convencidas de que el acompañamiento de los niños en su aprendizaje se tiene que hacer de la mano de sus padres.

“Trabajamos con las mamás de hoy. No sólo han cambiado los niños, también los papás, y trabajamos con los ellos. Reguilete es un programa de acompañamiento a los papás”.

“Como psicólogas que somos, sí acompañamos a los papás y les resolvemos todas sus dudas e inquietudes, porque consideramos que es fundamental involucrarlos en la formación de sus hijos desde temprana edad. Por ello, siempre está una de las dos dentro de la escuela para poder atenderles”.

“Tenemos testimonios muy lindos, de familiares con varios hijos, que han estado con nosotros, y ello nos llena de alegría”.

“Creemos que el ser psicólogas, educadoras y mamás, nos permite tener una visión diferente e integrar estas tres áreas en nuestro programa”, coinciden las dos. ■

JARDÍN DE NIÑOS REGUILETE
NUEVAS INSTALACIONES
Leandro Valle 8189,
Col. Juárez
TELÉFONO
664 2002844

FUNDACIÓN ÓPERA DE TIJUANA A.C.

♪♪ LA VIDA ES MEJOR CANTANDO ♪♪

“La música produce un tipo de placer, sin el cual la naturaleza humana no puede vivir

CONFUSIO, FILÓSOFO

POR ANA PATRICIA VALAY

Cuando pensamos en cómo la cultura y el arte vivifican, en cómo liberan los sentidos de los oyentes, curando el alma, y transformando completamente a toda una comunidad, no podemos dejar de pensar en: la Fundación Ópera de Tijuana A.C., o en la Ópera de Tijuana como se le conoce coloquialmente, cuyo éxito ha traspasado los límites de esta bella ciudad fronteriza.

Y es que sobre todo con su festival de Ópera en la Calle, innovó y logró sacar del teatro a este género musical, para acercarlo a la comunidad, y fusionarlo con los sonidos urbanos y con las expresiones espontáneas de una ciudadanía ávida de aquello que le motive a lo positivo y a seguir adelante, en este caso: la música, a través de la ópera.



SIN DUDA, LA APORTACIÓN QUE HA HECHO LA ÓPERA DE TIJUANA A ESTA CIUDAD, ES INDISCUTIBLE

Para Teresa Riqué, su directora, la Ópera de Tijuana, ha tenido un fuerte

impacto en la sociedad, especialmente entre las clases menos favorecidas económica y socialmente, con poco o nulo acceso a las artes, por lo que desde su fundación ha irrumpido en su dinámica social sin importar raza, etnia, religión,

“Ópera en la Calle, innovó y logró sacar del teatro a este género musical, para acercarlo a la comunidad

ni ninguna condición social, sino que ha llevado la “alta cultura” más allá de los teatros convencionales, cultura considerada hasta hace pocas décadas como una pieza de lujo, a la que otros grupos no tenían acceso.

“Ha sido un agente facilitador que ha ido conquistando los espacios públicos; así, ha creado un diálogo entre arte y sociedad, muestra de ello es la entusiasta integración de los propios miembros de las comunidades para que sean parte de la organización y fomento de las actividades”, profundizó la maestra Riqué.

—¿Y CÓMO ES QUE SURGE LA ÓPERA DE TIJUANA?

—Sus antecedentes los podemos encontrar en la organización ACORDE, de donde surge, convirtiéndose en una compañía que produce y promueve el género operístico. Su objetivo más profundo está el acercar al público a una forma placentera de entretenimiento, que paralelamente pretende contribuir al mejoramiento del entorno.

En las producciones y coproducciones de la fundación, han participado artistas locales, nacionales y extranjeros, de ambos lados de la frontera, y la forma en la que se han acercado al público, es a través de recitales, de pequeñas escenas y de la producción de “gran” ópera. El grado de ejecución y de producción de las piezas musicales artísticas que se preparan es de primer nivel, porque la visión ha sido siempre la de conformar una compañía de ópera de nivel internacional que provea servicios culturales de gran calidad a nuestra región.

Lo cierto también, es que la Ópera



—Y ¿QUÉ FUTURO LE ESPERA A LA ÓPERA DE TIJUANA, ES DECIR, ¿QUÉ PROYECTA USTED PARA SU FUTURO?

—Lo que tenemos contemplado para el futuro a mediano plazo, es consolidar la parte financiera para ofrecer una temporada con óperas completas en teatro, que es uno de los principales objetivos por los que se creó esta organización.

Y es que el tema de la falta de recursos es recurrente, no hay dinero que alcance. Si tú que lees este artículo tienes la misma visión de apostarle al arte y a la cultura, como forma de ir sanando a nuestra comunidad desde la raíz, como una forma de inhibir los delitos, como una forma de prevención, súmate y apoya la labor de la Fundación de la Ópera de Tijuana. Te dejamos todas las formas de contacto. 📧

CONTACTO
PORTAL

www.operadetijuana.org/

TELÉFONO
(664) 686 32 80

CORREO
difusionoperadetijuana@gmail.com

FACEBOOK
/OPERADETIJUANA

TWITTER
/OperaDeTj

INSTAGRAM
/operadetj

de Tijuana es un proyecto que ha dejado huella al paso de las generaciones, no sólo por su producción artística, sino porque también ha formado a niños, jóvenes y adultos interesados en participar, muchos de ellos sin haber estudiado música pero que comparten la ilusión de hacer lo que les place.



SAN DIEGO EN UN MUNDO DE FANTASÍA, DURANTE EL **COMIC-CON**

135 MIL ASISTENTES ACUDIERON ESTE AÑO

POR TATIANA MARTÍNEZ

Como toda buena historia, Comic-Con comenzó con un: "Érase una vez que un grupo de amantes de los comics que vivían en San Diego decidieron organizar un evento en el que pudieran intercambiar sus revistas de comics,

venderlas e incluso comprar aquellas de edición limitada para completar su colección. Era el año de 1970, y el evento se llevó a cabo en uno de los salones del Hotel U.S. Grant con bastante éxito, ya que contaron con 300 asistentes".

Lejos estaban sus organizadores de calcular que, con el paso del tiempo, Comic-Con se convertiría en la convención anual de comics y cultura

pop más grande del mundo, logrando atraer anualmente a 135 mil asistentes provenientes de 80 países que hacen todo lo posible por asistir al Centro de Convenciones y vivir en un mundo de fantasía por cuatro días. Y menos aún, de proyectar que este evento lograría generar un impacto regional para San Diego de \$149 millones de dólares, de los cuales, \$88 millones son de gasto directo de sus visitantes.

EVENTO ESTELAR

Comic-Con se ha posicionado como el evento de mayor asistencia y derrama económica para el Centro de Convenciones de San Diego desde su apertura en 1989. Ha logrado "secuestrar" la vida cotidiana de la ciudad, para disfrazarla con los trajes de superhéroes, vestir sus edificios con grandes espectaculares que invitan a la fantasía y a la imaginación, y ver ríos de gente en sus calles, como nunca.

Tal parece que cada año, -este 2019 fue del 18-21 de julio- San Diego decide dormir, y al hacerlo, las fantasías y los sueños toman control de la ciudad para vivir en un mundo de ciencia ficción.

En la edición de este año, Comic-Con contó con más de mil expositores en un área superior a los 460 mil pies cuadrados, lo que significa que se utilizó todo el espacio del Centro de Convenciones dentro de su planta baja y el segundo piso, además de que se usaron otras sedes: Manchester Grand Hyatt, Hilton San Diego Bayfront, Marriott Marquis San Diego Marina Hotel, Horton Grand Theatre, San Diego Library, BarrioHaus en Barrio Logan y el Museo de Comic-Con en Parque Balboa que opero temporalmente, pero abre oficialmente sus puertas en el 2021. Esto sin incluir la zona del Embarcadero y Gaslamp que tuvieron exposiciones abiertas al público que no requerían del gafete exclusivo de Comic-Con.

Aunque el entusiasmo de los seguidores de los comics, juegos de videos, amantes de la cultura pop y ciencia ficción continúa siendo el motor de Comic-Con, resulta evidente que esta convención anual es la mejor oportunidad de dar un vistazo al futuro, y dejar volar nuestra imaginación.

LOS COMICS MARCARON MI PROFESIÓN

Decidí ser periodista gracias a la lectura de los comics. Recuerdo que mi hermano Arturo era fanático de las revistas de superhéroes, y destinaba una buena parte de su dinero a comprarlas. Las coleccionaba y guardaba con recelo, aunque me permitía hojearlas. Así descubrí que existían dos superhéroes que en su personalidad secreta trabajaban como reporteros, me refiero a



LA CLAVE

para ser parte de Comic-Con es registrarse anticipadamente en WWW.COMIC-CON.ORG y obtener una identificación como miembro, y al hacerlo, quedar registrado en su banco de datos para recibir notificación del inicio de venta de boletos que arranca alrededor de octubre.

Clark Kent, alias Superman y Peter Parker, alias el Hombre Araña.

Como no existía una

imagen femenina asociada al periodismo y a los superpoderes, llegué a pensar que yo podría crear ese personaje. El deseo infantil quedó en mi subconsciente, e indiscutiblemente me marcó en el momento de elegir mis estudios profesionales.

INICIA EN OCTUBRE VENTA DE BOLETOS

En esta edición me encontré con la novedad de que los gafetes cuentan

ya con radiofrecuencia para registrar la entrada y salida al Centro de Convenciones. Aunque las medidas de seguridad son más rígidas, no alteran el ambiente de fiesta que se percibe durante los cuatro días de duración. Comic-Con es una pasarela de grandes artistas, dibujantes y autores que buscan conectarse con su público y promover la nueva película, programa, libro, videojuego o historieta de comics. También están los coleccionistas que buscan ediciones difíciles de conseguir, y los amantes del ensueño, que caminan orgullosamente disfrazados, permitiendo que la gente les tome fotos y haciendo realidad, su mayor fantasía. [N](#)



Iluminada 2019

30th Anniversary Gala

SAVE *the* DATE

10.04.2019 | 6:00 P.M.

MARINA VILLAGE CONFERENCE CENTER
1936 QUIVIRA WAY, SAN DIEGO, CA 92109

OUR SPONSORS



For reservations and sponsorship opportunities, please contact
Socorro Ruiz at 619.520.9130 or by email at coco@himagency.com.

Expertos • TUS DERECHOS LEGALES

¿LA INFIDELIDAD ES RAZÓN PARA DIVORCIO?

SI ROMPIÓ TODOS LOS LAZOS AFECTIVOS Y LA CONFIANZA, SÍ. ES MEJOR TERMINAR Y CONSERVAR LA SALUD MENTAL

POR BECKY KRINSKY

La infidelidad no siempre es razón para divorcio. De hecho, hay varias ocasiones que la infidelidad crea el puente que faltaba para sanar la relación distante y fría, a pesar de que en un principio se crea un periodo de dolor, ira, resentimiento y decepción. Con el tiempo, el arrepentimiento y la voluntad de reparar el daño causado, logra que la pareja pueda darle una segunda oportunidad a su matrimonio. De hecho, se llegan a revivir los votos de amor y se inicia una nueva etapa en la relación que parecía estar perdida.

Esta relación paradójicamente se solidifica, y llegan a tener más intimidad y una comunicación más sincera. Claro que para llegar a esto la pareja tiene que trabajar mucho con personas profesionales en el perdón, la aceptación, y sobre todo dejar ir los malos recuerdos para iniciar una nueva etapa en la vida.

Sin embargo, hay ocasiones que la infidelidad causa tanto daño, que es imposible la reconciliación. Vivir en un ambiente hostil, con personas que han defraudado y que ya no se les tiene confianza, no es sano; lejos de buscar el bienestar y la armonía, se vive en un ambiente tóxico y muy poco tolerable.

Cuando el deterioro de la relación es tal, que sólo se discute y se lamenta, es importante reconocer que es momento de terminarla. Los hijos y todos los bienes materiales no son una buena razón para permanecer en el martirio de ese matrimonio.

¿QUÉ HACER CUANDO YA SE AGOTARON TODAS LAS OPORTUNIDADES PARA SALVAR EL MATRIMONIO, CUANDO LA TERAPIA DE PAREJA NO SIRVE, CUANDO EL GUÍA O CONSEJERO ESPIRITUAL NO TIENE MÁS HERRAMIENTAS Y LA FAMILIA YA NO TIENE UN DIÁLOGO SANO?

- 1. RECONOCER** que esa relación ya no funciona y que es mejor terminarla con sensatez y de mutuo acuerdo.
- 2. HAY QUE BUSCAR UN BUEN ABOGADO** o un grupo legal que puedan ejercer como la voz profesional que va a cuidar los intereses personales, y va a ver por el bienestar de los hijos, procurando que el diálogo sea civilizado, y que se haga el menos daño posible.
- 3. ES IMPORTANTE QUE EL ABOGADO CONOZCA LAS LEYES DEL ESTADO** donde se vive, para que se haga el trámite de divorcio.
- 4. SE DEBE TENER UN INVENTARIO DETALLADO** de los bienes materiales como las propiedades, las inversiones y las cuentas bancarias. Si tienen un negocio familiar, se deberá de estipular cómo quedarán dividido el capital y cómo se separan las acciones.
- 5. EN EL TEMA DE LOS HIJOS**, se deberá definir la manutención, las responsabilidades y la custodia.
- 6. EL ABOGADO QUE TOMA EL CASO DEBERÁ DE SER NO SÓLO CAPAZ**, sino sensible; precavido y asertivo, alguien de mucha confianza pues el futuro y la seguridad personal dependerán del buen arreglo que el divorcio ofrezca.

Contreras Law es un grupo de abogados que cuenta con muchas mujeres profesionales preparadas para defender tus intereses. Si te vas a divorciar, asegúrate de estar en las mejores manos. Llama hoy y pide tu cita gratuita.



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

Y LA HIPOTECA



¿QUÉ PASA SI DEJAS DE PAGARLA?

REDACCIÓN REVISTA MUJER ACTUAL

Una de las metas importantes de la vida de una persona, es sin duda la de tener un patrimonio, un hogar que nos permita sentar las bases sólidas de nuestro propio futuro, sobre todo cuando tenemos ya nuestra propia familia.

La opción natural a la que recurrimos, es al crédito hipotecario. Pero como la situación financiera cambia con el

paso del tiempo, en ocasiones a mejor, en otras a peor, a muchos les pasa por la mente dejar de pagar, simplemente porque sienten que no tienen la solvencia. ¿Qué pasa en estos casos?

ANTES QUE NADA, PARA LLEGAR A ESE PUNTO EXTREMO DE NO PODER PAGAR, HUBO ETAPAS DE DIFICULTADES ECONÓMICAS. ASÍ QUE EL CONSEJO SERÍA:

1. ACUDIR AL BANCO o entidad acreedora del préstamo hipotecario para explicarles la situación con suma franqueza, y tratar de renegociar las condiciones del crédito.

2. NEGOCIAR ampliar la duración del crédito, a cambio de que el monto de lo que pagamos mensualmente sea menor. En realidad, no tendríamos que dejar de pagar el crédito.

PERO, SI ACASO NO PUDISTE LLEGAR A UN ACUERDO CON EL BANCO, Y DEJASTE DE PAGAR TU CRÉDITO.... ¿QUÉ PODRÍA PASAR? LO DIVIDIREMOS EN TRES ETAPAS: ¿QUÉ PASA SI NO PAGO MI CRÉDITO HIPOTECARIO?

» **PRIMERA ETAPA:** Un mes de retraso. Si ya transcurrió un mes desde que dejaste

de pagar, el banco se pondrá en contacto contigo vía telefónica o por correo electrónico, para verificar si la falta de pago se debe a un error, dándote la opción de ponerte al corriente, pagando el respectivo interés.

Cómo no te negaste a hablar con ellos, los bancos y acreedores están dispuestos a negociar una reestructuración de la deuda o una prórroga de tiempo.

» **SEGUNDA ETAPA:** Tres o cuatro meses de retraso.

Después de este periodo de tiempo, el adeudo es considerado mora legal y el banco podrá hacerte formalmente un requerimiento de pago.

En estos casos, el banco o acreedor, buscará negociar el pago de entre 30% y 70% del adeudo, para evitar una cancelación de tu financiamiento.

» **TERCERA ETAPA:** Más de seis meses de retraso.

Si dejas de pagar por más de seis meses, en este punto la institución bancaria podría emprender acciones legales, tendientes a ejecutar la garantía del préstamo, es decir, para recuperar el monto que te prestaron, embargando tu

propiedad.

El embargo y la subasta de la propiedad, suele ser el resultado de dejar de pagar por tanto tiempo.

En este punto, a menos que liquides la deuda por completo más los intereses moratorios, el banco iniciará el procedimiento de ejecución hipotecaria.

Y AHORA, ¿QUÉ HAGO?

» **NEGOCIAR** la liquidación total inmediata del inmueble que podrías negociar pagando el 70% del monto total del crédito inicial.

» **REESTRUCTURACIÓN DEL SALDO** adeudado de la hipoteca. Consiste en llegar a un acuerdo con el banco en liquidar todo lo adeudado más intereses en una fecha específica.

» **REESTRUCTURACIÓN DEL TOTAL** del crédito. En este punto, negociarás las condiciones de tu crédito hipotecario, del monto adeudado, pero también de la tasa de interés, de los plazos, etc. Deberá de anularse el otro contrato y este quedar por escrito.

PARA EVITAR EL RIESGO

de nopagar por cualquier emergencia, la recomendación de los expertos es contar con un fondo de emergencias de al menos de tres meses de tu sueldo.

» **VENDER EL INMUEBLE.** Otra opción sería traspasar la deuda a otra persona, interesada en adquirir la propiedad.

¡Ojo! Ni el Infonavit ni el banco aceptan traspasar la deuda, así que el comprador deberá liquidar la deuda con el banco o el Infonavit, ante Notario Público.

» **ACEPTAR LA DACIÓN EN PAGO.**

Consiste en regresar el inmueble para liquidar el saldo restante del crédito hipotecario, pero se pierde el dinero que se haya pagado por concepto de enganche y de las mensualidades.

¿Y SI MI CRÉDITO ES INFONAVIT?

EXISTEN LAS SIGUIENTES OPCIONES:

» Fondo de Protección de Pagos por desempleo. Este beneficio será una alternativa que tendrán los acreditados, en caso de que pierdan su trabajo de manera involuntaria. El apoyo se puede usar hasta 6 meses, cada 5 años, pero para solicitarlo...

» Tu crédito debió ser contratado a partir del 2009, y debes acreditar que tuviste relación laboral vigente al menos 6 meses para haber aportado al fondo.

» Tener un mes de desempleo, no por pensión, jubilación, incapacidad o invalidez.

Fuente: www.legalario.com



PARA VIVIR O RENTAR TU MEJOR INVERSIÓN

www.hirbaja.com ©(664) 631 2323 USA (855)765.4516 Carretera Escénica Km. 22, Salida San Antonio del Mar.

5 Tendencias

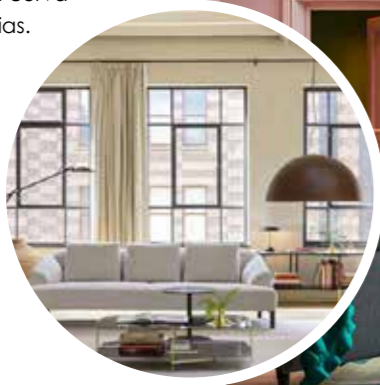
EN DECORACIÓN DE INTERIORES

Ya pasamos de la mitad del año y ¿se te antoja una renovación en tu hogar? ... dale un toque diferente con lo que hay en tendencia...

POR REDACCIÓN MUJER ACTUAL

1. LAS CURVAS EN TENDENCIA

El diseño, tal como lo ha hecho la moda, recupera la curva para vestir nuestras estancias. Ante el minimalismo y su ensalzada línea recta, esta tendencia trae de vuelta las formas redondeadas y sinuosas, lo que da vida y sensación de movimiento y mayor profundidad a los interiores, con una mirada 'deco', eso sí, femenina y muy sensual.



2. 'VELVET' SE QUEDA

¡Se queda el terciopelo por un año más! aunque renovado e integrado a ambientes modernos. " Este año lo seguiremos viendo en sofás, sillones y sillas, también puede usarse para revestir paredes.

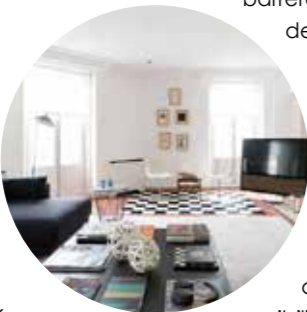
segunda planta sin pared: "... como divisiones entre espacios, se utilizan elementos ligeros y translúcidos, creando barreras psicológicas de limitación".



apuesta por grandes cuarterones y molduras XL, para dar un toque de clasicismo a las estancias.

3. LAS PAREDES ESCUCHAN

Las paredes se configuran como espacios arquitectónicos donde se utilizan paños muy claros y, en ocasiones, se funden con el techo incluyendo las molduras. El interiorista José Arroyo ([josearroyo.com]) asegura que la amplitud está de moda: escaleras abiertas y habitaciones o salones en la



4. EL LIMITE ES EL TECHO

Las tendencias apuestan por molduras, pintura decorativa o adornos, atrayendo toda la atención hacia el techo y sus posibilidades decorativas que aporten carácter. Puedes pintarlo de otro color o elevar su altura hasta el infinito, o reducirla, para sentir que se alcanza el cielo; o se

5. EL QUE DE AMARILLO SE VISTE

Aunque el Living Coral es el color del año, según ha publicado Pantone, lo cierto es que no todos tenemos que ver la vida y la casa de color de rosa anaranjado, ya que convive con otros tonos llenos de fuerza y alegría, como el amarillo. La tendencia está en usarlo en grandes piezas como el sofá y el puf, demostrando que no entiende de discreciones. Además, el ambiente respira cierto aire pop, otro 'hit' de este año.

Fuente: <https://mx.hola.com>



COSMOPOLITAN GROUP



Invierte en tu

ESPACIO IDEAL

Para mayor información: - Tel: 634-1271 y 634-1145
ventas@cosmopolitangroup.mx - www.cosmopolitangroup.mx

7ª EDICIÓN
InnovaModa 2019
 AQUÍ EMPIEZA LA MODA

TIJUANA *es mi Estilo*

18 Y 19 DE
 OCTUBRE

CONFERENCIAS,
 TALLERES Y
 PASARELA

REAL INN
 TIJUANA

VENTA DE BOLETOS
www.innovamoda.org

Tijuana
 Innovadora



VALLE
 FOOD &
 WINE
 FEST

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

PRESENTANDO A MÁS DE 40 CHEFS DE CLASE MUNDIAL DE ESTADOS UNIDOS Y MÉXICO
 INCLUYENDO A WOLFGANG PUCK, JAVIER PLASCENCIA, NANCY SILVERTON,
 ELENA REYGADAS, RICK BAYLESS, DREW DECKMAN, EDUARDO GARCÍA Y MUCHOS MÁS!

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

¡COMPRÁ TUS BOLETOS YA!
VALLEFOODANDWINEFEST.COM

USA EL CÓDIGO: MUJER
 Y RECIBE UN 20% DE DESCUENTO

TEAM VFWF



PATROCINADORES

FRASA RESIDENCIAL

CONOCE NUESTRO CATÁLOGO DE PROYECTOS EN
FRASA.COM.MX



MAGNITUD
 Otay Residencial

Alameda Otay
ÚLTIMOS DEPARTAMENTOS
 DESDE \$199,000 USD

COLIMA
 LA CACHO

COL. CACHO
PREVENTA
 DESDE \$307,000 USD

PARALELO²¹
 Residencial

COL. JUÁREZ
PREVENTA
 DESDE \$3,204,000 MN

AGENDA UNA CITA AL **634 1122**   



PLANEA PARA LA

CASA ○ DEPA DE TUS SUEÑOS

REDACCIÓN REVISTA MUJER ACTUAL

A mig@ Millennial, ¿empiezas a 'coquetear' con la idea de tener una casa o departamento propios? Tal vez no tengas una pareja, o si la tienes, aún no piensas pasar al siguiente nivel, pero lo cierto es que ya caíste en cuenta de que tener una casa o departamento propio, es una inversión que siempre valdrá la pena. ¿Pero qué tienes que hacer para prepararte para adquirir un bien?

En Tijuana ya hay muchas opciones para pensar en tu futuro, y las hay variadas para encajar en tu presupuesto. Así que empieza a planificar tu próxima compra...

Así que deseamos que estos consejos te sirvan, y que en poco tiempo adquieras esa casa o depa de tus sueños.

AQUÍ TE DAREMOS UNOS CONSEJOS A TOMAR EN CUENTA...

1. CUIDA TU CRÉDITO. Como invertir en bienes raíces no sucede de un día para a otro, existen pasos que debes hacer seguir, antes de comprar un inmueble. Por ejemplo, es muy recomendable que tengas un buen crédito, por lo que tienes que procurar tenerlo, pues te dará una mayor ventaja a la hora de pedir una hipoteca.

2. CONSOLIDA TU AHORRO. Siempre que volteamos a ver a inversionistas exitosos, nos percatamos que son verdaderos expertos en finanzas personales; tienen un ahorro sólido, y es la clave para tu primera compra: El ahorro. Al hacer esto también aprenderás el valor del dinero y las inversiones.

3. DEJA LAS DUDAS. No debes permitir, por ningún motivo, que el miedo se interponga entre tus metas. Siempre existen riesgos, pero si te preparas e investigas al respecto puedes minimizarlos. No se vale que, para no cometer errores, te pierdas de tener un patrimonio.

4. EMPIEZA A SOCIALIZAR. Lo que queremos decirte en este punto,

es que empieces a involucrarte con la comunidad de bienes raíces, es decir: empieza a conectarte con las personas adecuadas para tu meta. Conoce a agentes inmobiliarios, acércate a desarrolladoras y a otros inversionistas, eso es sumamente importante, ya que podrás aprender más sobre la industria, y tu decisión será mucho más informada.

5. SÉ ANALÍTICO. Una propiedad a ti te puede parecer perfecta, pero siempre es bueno buscar el consejo de un profesional. Consigue un inspector externo, y así tomarás una decisión basada en algo más sólido que una corazonada.

6. CONOCE EL MERCADO. Antes de adquirir la propiedad, investiga bien. ¿Qué sería bueno saber? Es indispensable que conozcas el rango de precio en el cual se encuentra el inmueble que deseas adquirir, por ejemplo. Eso lo puedes hacer fácilmente en línea, visitando las páginas de desarrolladoras o inmobiliarias, o preguntando en el mercado. ¹¹

*Fuente: www.metrocubicos.com

Casas de 3 y 4 recámaras • Casa Club con alberca • Gimnasio
Área de eventos • Fogatero • Juegos infantiles • Acceso controlado

Valparaíso

Residencial

Vive lo que otros *sueñan.*



478.8100

rubaresidencialtijuana.com/valparaiso





DELIRANDO
POR LA
MÚSICA

LINDA

POR ANA PATRICIA VALAY | FOTOGRAFÍA BERNARDO CORONEL PHOTOGRAPHY

Linda Owlén es una talentosa jovencita tijuanaense, compositora e intérprete; de sentimientos profundos y con una capacidad impresionante para expresarse artísticamente a través de la música.

Tiene 15 años dedicándose a la música, pero profesionalmente está de estreno con su material *Delirios*, del que nos platicará en este artículo.

Linda ha cantado con el icónico grupo de: Tijuana No, ha abierto conciertos como el de Monsieur Periné de Colombia, de Siddharta y de Javier Mena, banda chilena por ejemplo, y su banda ha estado en Entijuanarte, Festiarte, y por cinco años consecutivos ha participado

en el San Diego Latino Film Festival.

¿CÓMO FUE LINDA, QUE DESCUBRISTE LA MÚSICA?

“Estoy muy agradecida con la música, y ya no sé si yo la encontré o ella me encontró a mí”, sonríe, “pues yo empecé en la música cantando con mi mamá, que me ponía música de los 80s. ¡Era una niña ochentera!”, ríe con su característico sentido del humor. “Mi mamá me ponía mucho Depeche Mode, David Bowie, The Cure, U2, y por otro lado mis abuelos escuchaban música mexicana: Chavela Vargas, Rocío Dúrcal, Juan Gabriel, Pedro Infante, pero yo me iba más por el lado rockero, por eso mi mamá me decía que era niurra, de un movimiento que estaba en boga, de New Wave”.

“Ya cuando era adolescente, empezó todo

este movimiento de las chicas en la música, y yo las miraba tocando la guitarra y me impacataba, porque en bandas siempre eran hombres los que tocaban, fue cuando surgió: Avril Lavinge, así que ello influyó en mí. Después conocí a Cranberries y a Dolores O’ Riordan, ella es mi mayor inspiración e influencia”.

—¿Y CÓMO ES QUE TE ENAMORASTE DE LA MÚSICA?

—Cuando uno pasa por un momento difícil, casi siempre lo quieres expresar de alguna manera y a veces nos da por pintar, o a mí, de hacer música. He encontrado la manera de expresarme. La que he escrito anteriormente, han sido de vivencias que no han sido muy buenas, y otras que he escrito son motivacionales, de levantarte y seguir, de decir: ¡yo puedo!”.

Linda es licenciada en teatro, egresada de la UABC, y aunque alguna vez de pequeña comentó que quería ser abogada, por la gran admiración que sentía por su tía Martha, en paz descanse, licenciada en derecho, lo cierto es que se inclinó por hacer algo que complementara su trabajo con la música, porque para ella siempre fue claro que quería hacer música de manera profesional.

“Y ahora me preguntan. ¿Te dedicas a eso?”, y les respondo. “¡No! No soy maestro, no doy clases de teatro, pero todas mis clases están ahí en el escenario, en cada concierto, y en lo más importante, en entretener al público”.

“Estoy muy contenta de haber escogido esa carrera, unos dicen que, si los artistas nos morimos de hambre, pero yo pienso: a lo mejor me voy a morir de hambre, pero me voy a morir feliz”.

REDES
SPOTIFY
LindaOwlen
FACEBOOK
LindaOwlen
YOUTUBE
LindaOwlen
GOOGLE MUSIC
LindaOwlen
I TUNES
LindaOwlen

“Estoy muy agradecida con la música, y ya no sé si yo la encontré o ella me encontró a mí, pues yo empecé en la música cantando con mi mamá, que me ponía música de los 80s. ¡Era una niña ochentera!”

Owlen

—PLÁTICANOS DE TU NUEVO CD: DELIRIOS

—Mira, tengo 500 copias conmigo, no pude sacar más todavía porque después quiero hacer algo más compacto. Es un disco muy íntimo. Tiene una foto de mi mamá y mía. Hay una canción que le compuse a mi papá, una canción que le compuse a mi tía Martha, que te conté que, para mí, siempre fue una mujer muy admirable. Tiene dedicatoria para ellos.

—POR LO QUE VEO, TU FAMILIA ES MUY IMPORTANTE PARA TI...

—Fíjate que sí, estoy agradecida con la familia que me inculcó valores muy bellos como el respeto. Mi familia es primero. Mis abuelos son mi adoración estoy muy contenta de que aún los tengo. Y en mi familia han pasado cosas buenas como tristezas. Algo que me impactó muchísimo,

fue la muerte de mi tía Martha por un accidente automovilístico. fue como shock porque ella era como mi segunda madre, fue un golpe duro para mí, y bueno, a todas estas cosas buenas o malas, añádeles otros temas: los amores, los desamores, y cuando ya creces vas madurando, y lo único que queda son recuerdos.

—Y ESTOS TEMAS QUE ME COMENTAS, ¿LOS ABORDAS EN TUS CANCIONES?

—Sí y, por ejemplo: Contigo estoy (primer sencillo) habla de que, si no tienes a nadie más que te abrace, abrázate a ti mismo... No vas a caer y sí te caes te levantas.

Me gustaría que la gente se conmoviera con mi música, por ejemplo: una canción que compuse a mi papá, me recuerda a mi ex; cada quien la interpreta como quiere.

Cabe destacar que el género musical que toca Linda es el underground, y se podría definir como indie pop o pop alternativo. La banda se compone casi de puras chicas: Ángel Meléndrez es el director musical, Mónica Pasaye es la baterista, Itzel Carolina es la segunda vocalista, Janelle Saucedo es guitarrista o bajista, dependiendo la canción, y el productor del disco es Héctor Verdugo de Tijuana. Su discografía es Lennon Mx agencia de booking y management y distribución digital.

—¿CUÁL ES TU META CON ESTE DISCO?

—La meta que tengo, aparte de que me gustaría que todo mundo lo escuche, es que me gustaría llegar a grandes escenarios y compartir esos momentos con mi banda, y con toda la gente involucrada en ese disco, y llevar el nombre de Tijuana adelante.



entijuanarte 2019 | EL ARTE DE SER TIJUANENSE

04,05 | **OCTUBRE**
Y 06 | EXPLANADA DEL CECUT
ENTRADA LIBRE



SI NO NACISTE,
TE HICISTE

FRONTERA

TIJUANENSE.

¿Te acuerdas cuándo fue? Ven a recordarlo y compartirlo.



VIERNES 04
NUNCA
JÁMAS
EL GRAN
SILENCIO

SÁBADO 05
TREN A
MARTE
CONCHA
BUIKA

DOMINGO 06
VANESSA
ZAMORA



DESTACAN TIJUANANENSES EN JUEGOS PANAMERICANOS

Sin Duda la participación femenina de las jóvenes tijuanaenses en la selección mexicana dio mucho de qué hablar y se encuentran actualmente preparándose para cumplir en las siguientes justas internacionales

Los Juegos Panamericanos 2019 es un evento multideportivo de nivel internacional donde participan 41 países de América en 39 disciplinas deportivas y este año se llevaron a cabo en Lima, Perú del 26 de julio al 11 de agosto de 2019.

Como parte de la delegación mexicana el estado de Baja California envió a 32 de sus mejores deportistas a esta justa internacional de los cuales 16 representan a la ciudad de Tijuana en los deportes de Aguas Abiertas, Box, Canotaje, Esgrima, Gimnasia Artística, Handball, Salto con Garrocha, Racquetbol y Tae Kwon Do.

Durante estas justas se destaca la participación femenina de 7 atletas tijuanaenses como: Daniela Souza Naranjo de Tae Kwon Do; Martha Aguilar, Aguas Abiertas; Stephanie Rodríguez, Canotaje; Nicolle Castro, Gimnasia Artística; Natalia Botello, Julieta Toledo y Elizabeth Medina de Esgrima.

Una de las primeras medallistas en darle Oro a México fue la tijuanaense Daniela Souza Naranjo quien compite en su segundo evento internacional, luego de haberse colgado la presea dorada en los Centroamericanos de Barranquilla 2018.

La taekwondoin de 19 años de edad se convirtió en la primera medallista de



Baja California en los Juegos Panamericanos dentro de la división de menos de 49 kilogramos en la rama femenil, midiéndose en la final con la brasileña y campeona defensora Talisca Jezier.

En Aguas abiertas la nadadora Martha Aguilar Ortega se ha destacado en esta disciplina por su participación en diversos eventos internacionales como los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Barranquilla 2018 al anotarse en cuarta posición, además fue segundo lugar en el Campeonato de Aguas Abiertas en Puerto Morelos 2019 y terminó su parti-



cipación en los Panamericanos de Lima en la posición número 12.

La canoista Stephanie Rodríguez tuvo una importante participación en los panamericanos al finalizar entre las 7 mejores del continente en la prueba de Sprint en 200 Metros, hay que recordar que la joven de 17 años obtuvo medalla de bronce en los Juegos Olímpicos de la Juventud Buenos Aires 2018.

Otra de las jóvenes que ha puesto el nombre de México en alto es la esgrimista Natalia Botello Cervantes medallista mundial quien se adjudicó medalla de



plata en los Juegos Olímpicos de la Juventud en Argentina 2018 y primer lugar en el mundial juvenil de Plodvic, Bulgaria en 2017 por lo que fue reconocida por el XXII Ayuntamiento de Tijuana con el Premio Municipal del Deporte a la Excelencia Deportiva los últimos dos años.

La Sablista Olímpica Julieta Toledo Ames también forma parte de la delegación mexicana en los Juegos Panamericanos de Lima, anteriormente los había acompañado a los Juegos Olímpicos en Rio de Ja-

neiro 2016 y llegó a la posición número 10 del ranking mundial de la Federación Internacional de Esgrima en 2016.

Mientras que Elizabeth Medina de la categoría de Espada ha sido campeona en Olimpiada Nacional y 8vo lugar en el campeonato Panamericano de Mayores en Cuba 2018, ese mismo año se colgó el bronce en equipos dentro del campeonato Panamericano Cadete y Juvenil en Costa Rica.


Natalia Botello y Julieta Toledo cayeron en el duelo por la medalla de bronce ante el con-

Una de las primeras medallistas en darle Oro a México fue la tijuanaense Daniela Souza Naranjo quien compite en su segundo evento internacional, luego de haberse colgado la presea dorada en los Centroamericanos de Barranquilla 2018

junto canadiense, que se impuso por resultado de 45-38. El representante de Canadá estaba conformado por Pamela Brind'Amour, Gabriella Charl Page y Marissa Jayne Ponich.

En cuanto al desempeño individual por parte Natalia Botello, logró avanzar hasta la fase de octavos de final, en donde fue superada por la argentina María Alicia Perroni por marcador de 15-11. La especialista en Espada Elizabeth Medina también sucumbió en octavos de final ante su compatriota Sheila Tejada, que se impuso en el salto por 15-10.

Por otro lado, la gimnasta Nicolle Castro fue medallista de bronce por equipos en los pasados Juegos Centroamericanos y del Caribe de Barranquilla 2018 y desafortunadamente no pudo participar en los Panamericanos debido a una lesión en el tobillo izquierdo durante los entrenamientos en Lima.

Sin Duda la participación femenina de las jóvenes tijuanaenses en la selección mexicana dio mucho de qué hablar en los Juegos Panamericanos y se encuentran actualmente preparándose para cumplir en las siguientes justas internacionales. 



X UNA VEJEZ DIGNA

Xolos X Ti realiza una edición más de la campaña "X una vejez digna" de la mano con el Centro del Anciano de la Fundación Fimbres. Este mes, celebramos a aquellos miembros de la familia que, con la sabiduría y experiencia adquirida a través de los años, se convierten en un ejemplo de vida para todos los que los rodean. Ellos nos han consentido desde niños y hoy nos toca hacerlo a nosotros. El pasado mes de julio, realizamos el partido "Amistoso con Causa". El club costarricense Herediano nos visitó como parte de la preparación previa al arranque del torneo. La dinámica consistió en que, por cada artículo de higiene donado, se entregó una entrada al partido. Como siempre, nuestra afición demostró que es incondicional, y con su apoyo, logramos recolectar más de 6,000 artículos. El donativo fue entregado al Asilo El

Refugio y al Centro del Anciano de la Fundación Fimbres, con quienes trabajamos desde hace 3 y 4 años, respectivamente. En agosto, arrancamos con la campaña "X una vejez digna", cuyo principal objetivo es promover el respeto entre generaciones y la calidad de vida de los adultos mayores. Los Xoloitcuintles Omar Mendoza y Fernando Arce Jr, además del Xolo Mayor, se suman como embajadores de esta edición. "Para mí, es súper importante el respeto hacia las personas de la tercera edad, ellos siempre son muy agradecidos y tienen muchos consejos de vida para darnos, es necesario incluirlos en nuestro día a día", señaló Fernando Arce Jr. En tanto, Omar Mendoza extendió la invitación sumarse a esta bonita causa: "Ser embajador de una campaña como esta es algo único, no podemos dejar a nuestra gente de tercera edad en el olvido, son muy valiosos e importantes porque cada uno de ellos nos dejan enseñanzas y experiencias. El poder co-

laborar, aunque sea un poco para que tengan una vejez digna, me hace muy feliz. Invito a toda la gente a que les tienda una mano y procure más a nuestros viejitos, para que puedan disfrutar seguir disfrutando de su vida", señaló. El 28 de agosto celebramos el Día del Abuelo y por ello, los abuelitos serán nuestros invitados de honor a la zona "Lugar con Estrella", en la que podrán disfrutar del partido entre los Xoloitcuintles y Cruz Azul, además de una deliciosa hamburguesa, cortesía de nuestros amigos de Carl's jr. Cerraremos los festejos con un convivio en el Centro del Anciano, en el que asistirán nuestros embajadores. Emma, fiel aficionada Xoloitcuintle se mostró emocionada por la visita de los Xoloitcuintles a la estancia. "Me encanta que nos visiten y también que nos inviten al estadio, son muy lindos con nosotros los abuelitos, son un gran aliciente. Esta campaña nos ayuda mucho, les agradezco que nunca se olviden de nosotros", indicó.



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

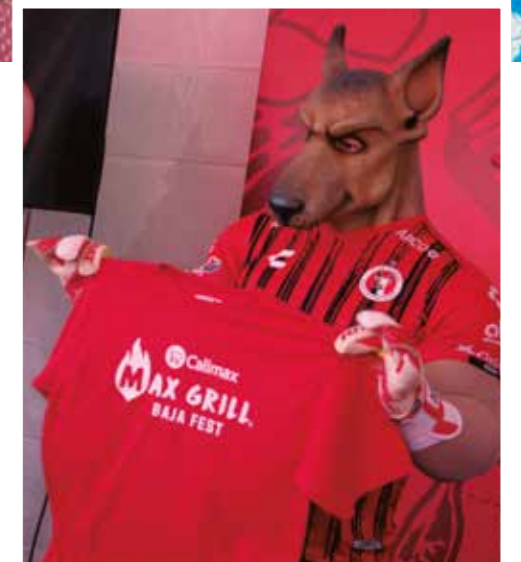
CALENDARIO SUJETO A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO



MAX GRILL Baja Fest

ANFITRIÓN: Calimax

El primer festival de carne de Baja, tendrá lugar el 21 de septiembre, en el estacionamiento del Estadio Caliente, de 2pm a 12am, gracias a la visión innovadora de Calimax. El festival reunirá a los mejores parrilleros, cocineros, y productores de la región, para que convivan con el público, en una gran fiesta que tendrá como protagonista a la carne, y sus distintas variedades de preparación y degustación. Habrá un concurso de parrilleros, y la música en vivo de los Amigos Invisibles, entre otras sorpresas: ¡No te lo pierdas! Por cada \$250 pesos de compra en tu tienda Calimax favorita (aplica sólo en productos participantes) recibe un cupón de acceso para entrar al festival.



Clausura FASHION KIDS CAMP 2019
ANFITRIÓN: Plaza Las Palmas
 La agencia Portafolio, dirigida por Claudia Muñoz, celebró este martes 30 de julio el cierre de su Fashion Kids Camp 2019 con una pequeña pasarela que se hizo ante auditorio, en la plaza comercial Las Palmas. Durante el campamento, los pequeños aprendieron a conducirse en pasarela, en T.V. y comerciales, a adquirir poses fotográficas y algunos pasos de baile entre otras actividades.

soymujeractual

La mejor plaza de Tijuana

Plaza LAS PALMAS

Todo en el mejor lugar

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

BANORTE
 AB SOLUT
 (664) 681-1469
 total white

COMIDA CHINA XIN GONG 681-3291
 PÉLOQUERÍA
 ESCUELA DE JUDO
 Pet Center

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

Aqua Río
 Salón de Eventos

NUESTRAS NUEVAS INTALACIONES ESTÁN LISTAS PARA ATENDER TU EVENTO ESPECIAL

¡COMO TE MERECE!

Av. Paseo de los Heroes #9547 Zona Rio, BC
 TELÉFONO:(664) 900-60-58
 Fk: Aquario-Salones www.aquariosalones.com

emprender COPARMEX TIJUANA

EMPREENDER 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

682 99 50 ext. 113 y 121
emprender1@coparmex.tijuana.org emprender@coparmex.tijuana.org

CENTRO DE DESARROLLO EMPREENDEDOR

INADEM CDT Consejo de Desarrollo de Tijuana FIDEM SEDECO BAJACALIFORNIA



Galerón al Mérito EMPREENDEDOR

ANFITRIÓN: Casa de la Cultura

Con gran éxito, tuvo lugar este 30 de julio la primer edición del "Galerón al Mérito Emprendedor 2018" organizado por la asociación Talita Kumi Mujeres Emprendedoras A.C. que preside la comunicadora y empresaria Laura Franco. Algunos de los galardonados de la noche fueron Horcencia Bello en la categoría de gastronomía, Pedro Kuri en servicios y productos, María Monter en Arte y cultura, entre otros homenajeados.



PASEO DE LA FAMA, Generación 2019

ANFITRIÓN: Torre de Agua Caliente

En el marco del 130 aniversario de la ciudad, Tijuana Innovadora A.C., el Comité de Imagen de Tijuana y CDT, presentaron a las nuevas personalidades que engalanarán el Paseo de la Fama este año. Las personalidades reconocidas son: Benjamín Rendón Castrejón, Claudia Horta Meza, David Saúl Guakil, Isaac Saúl y Salomón Saúl, Deborah Szekely, Enrique Chiu Arias, Fundación Castro Limón, Juan Medrano Padilla, Lizelda López, y Maribel y Raquel Orozco de León.



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.ipecindustrial.com.mx IPEC Solar

SG Estilo "Show Room"

Sala de exposición, donde diseñadores o fabricantes exponen sus nuevas colecciones.

MODA, ACCESORIOS & MÁS...

chics Salon & Supply

Avenida Las Palmas #4617, Las Palmas, Tijuana BC

(664) 681 2728 sgestiloshowroom/

Adony's Spa Héctor (664) 136 2296

ESTILO SHOWROOM



LA BAJA está de moda

ANFITRIÓN: Bruma

El trabajo de los diseñadores mexicanos Monserrat Messeguer, Iván Avalos y José Sánchez se presentó en las instalaciones de la casa vinícola Bruma, en el último día del evento: La Baja está de moda, que se llevó a cabo el pasado 26 de julio en Valle de Guadalupe. El propósito del evento era apoyar a las instituciones: Turbantes Oncológicos Chic y López, y a la Fundación Mujeres Trabajando por Rosarito.



soyjueractual



PREMIOS NACIONALES

de la Cultura NFIA

ANFITRIÓN: Casa de la Cultura Altamira

En el marco del 13vo aniversario de la Fundación Internacional de Artistas Independientes (NFIA), 35 personas de Tijuana recibieron el galardón de agradecimiento de apoyo a la cultura desde cada una de sus trincheras, ceremonia que se llevó a cabo en la Casa de la Cultura Altamira de Tijuana. El evento un esfuerzo encabezado por el artista visual, Enrique Chiu, lo realizó con el apoyo de COTUCO. Entre los homenajeados se encuentra Saida Muriel Hid, directora de la Revista Mujer Actual, por el apoyo que a la cultura y a los artistas se da en la sección: Perfil y Obra.



soyjueractual



Aquí encontrarás todo lo que una Lady necesita

Colectivo Las Ferias

BYCHILDREO

Demali

CURADURÍA DE MARCAS

TOPOLLI

SOB by Silvia Ortega

EURO

VERTICAL

¡¡Y muchas marcas más!!

Av. Álamo #1
Frac. Del Bosque
Av. Las Férias
(664) 549-7601

colectivo_lasferias

@colectivolasferias

AG gimnasia TIJUANA

CLASES DE GIMNASIA

CLASE MUESTRA GRATIS

VÍA RÁPIDA
Tel: 626 84 48
C. VÍA RÁPIDA ORIENTE #16784
COL. RÍO TUJUANA, 3RA ETAPA

20 DE NOVIEMBRE
Tel: 383 0601
AV. 20 DE NOVIEMBRE #12686
COL. 20 DE NOVIEMBRE





Entrega de **AMBULANCIA**

ANFITRIÓN: Cruz Roja Tijuana
 El pasado 26 de julio a las 10 de la mañana, las damas del voluntariado de Cruz Roja encabezadas por la coordinadora de la Benemérita Institución en Tijuana, Tatiana Michel, hicieron entrega de una ambulancia para poder brindar una mayor atención a la ciudadanía tijuanaense, población que crece día con día.



*Los mejores momentos en tu vida,
 hacemos que duren para siempre*



Rogelio Arenas
 FOTOGRAFÍA

USA 📞 (619) 862-7029
 MEX 📞 (664) 648-4700
 ✉️ rogelio_arenas@hotmail.com

📱 RogelioArenasFotografia

RICARDO VEGA

CERTIFIED PLASTIC SURGEON

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



DR. RICARDO VEGA



DR. RICARDO VEGA



DR. RICARDO VEGA

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 30 DE SEPTIEMBRE DEL 2019.



MERCANCÍA NUEVA TODOS LOS LUNES

SOMOS ÚNICOS,
NO TENEMOS SUCURSALES

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

www.primeshoesandmore.com