

MUJERES

Magazine *Únicas...*

Complimentary
Edition

A su Salud Única
Dr. William Zamora

3er. aniversario
Mujeres Únicas Magazine

Por una Venezuela libre
Javier Pérez

Inmigración
Yasser Sanchez

Cinthya Quintana

Excelencia Profesional

UNA PRODUCCIÓN DE MUJERES ÚNICAS MAGAZINE INTERNATIONAL LLC.



Yasser Sanchez

Immigration Law

SU ABOGADO DE INMIGRACIÓN

Renovaciones.
Defensa de la deportación.
Visas para víctimas.
Procedimiento consular.
Llenado de solicitudes.
DACA.
Permisos de trabajo.
Green Cards.
Visas para novias.

480.275.2407

110 S. Mesa Dr. Suite #2 Mesa Arizona 85210



*MIEMBRO DE LA BARRA DE ABOGADOS DE UTAH

Los 3 años de la revista

El aniversario de nuestra revista se vistió de lujo con la gran celebración de nuestro tercer aniversario cuya fiesta se realizó en UNIVISIÓN. Queremos agradecer inmensamente porque las puertas de esa prestigiosa entidad se abrieron una vez más para brindar por el éxito de nuestra publicación. ¡De corazón, GRACIAS!

Hay que agradecer también a nuestra casa la 1190AM que ha sido nuestra plataforma por muchos años donde el público ha dado su aprobación al show MUJERES ÚNICAS.

Mas allá de lo que significa el enorme trabajo en equipo de Mujeres Únicas Magazine, deseamos expresar nuestro agradecimiento a cada uno de los integrantes, los colaboradores, la imprenta, nuestros diseñadores, fotógrafos y personalidades que desfilaron por las portadas y dejaron impresas sus historias... Mujeres Únicas y Caballeros que plasmaron con gallardía sus imágenes y mensajes...

No era fácil emprender una revista especialmente porque la era de las redes sociales vaticinaban un



no muy buen augurio, más sin embargo, a los que nos gusta el papel y deslizar nuestros dedos en cada página apreciando las imágenes, el color y mensajes... sabíamos que contábamos con un público que la apreciaría... y no nos equivocamos... comenzó dando sus primeros pasos de a poco y hoy ya pisa fuerte.

Hoy al festejar nuestro tercer aniversario nos sentimos orgullosos de continuar con la tradición de elegir al Hombre y la Mujer del Año, premios que fueron entregados al prestigioso abogado que está dejando una huella muy importante en nuestra comunidad YASSER SANCHEZ y la Internacionalmente famosa cantante y filántropo VIKKI CARR.

Nuestro compromiso fue, es y será continuar con la publicación con personalidad y contenido...

A cada lector... Gracias... a cada auspiciador... Gracias... a cada componente del equipo... Gracias... ¡pero especial y primordialmente a DIOS... Gracias!

Editora Ejecutiva

Stella Paolini



Fotografía:
Dora Basaca Art

7 • Cuidados, fuerza y vulnerabilidad

8 • Por una Venezuela Libre

9 • Calambres nocturnos en las piernas

10 • Aniversario Mujeres Únicas Magazine

15 • Hombre Único
Ricardo Cáceres

16 • Entrevista
Cinthya Quintana

18 • Conociendo el plasma rico en plaquetas y su aplicación estética.

19 • La voz del Consulado

20 • Historias de la Policía de Phoenix

23 • Responsabilidad social en un mercado creciente

25 • Artículo Yasser Sánchez

30 • Evely Murillo
Maestro del Alma



DIRECTORA EJECUTIVA / EDITOR EN JEFE
Stella Paolini

VICEPRESIDENTE CORPORACIÓN
Ricardo Cáceres

DIRECTORA DE PRENSA
Nuria Carte

COORDINACIÓN EDITORIAL
Javier Pérez

DIRECTOR DE ARTE Y DISEÑO
Olivia Martínez

EJECUTIVA DE VENTAS
Mariangela Serrano y Esteban Muñoz

RELACIONES PÚBLICAS
PAOLINI P.R.

GERENTE DE REDES SOCIALES
Sandra Orozco

MERCADEO / PUBLICIDAD
Grupo Cartier



MUJERES ÚNICAS MAGAZINE ES UNA PUBLICACIÓN MENSUAL. TODOS LOS MATERIALES EDITORIALES, GRÁFICOS Y DISEÑOS ESTAN PROTEGIDOS POR LA LEY DE DERECHOS RESERVADOS DE AUTORÍA ANTE EL CONGRESO DE LOS ESTADOS UNIDOS. PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL DEL CONTENIDO SIN PREVIA AUTORIZACIÓN POR ESCRITO DEL EDITOR EJECUTIVO. NO SOMOS RESPONSABLES DE LA IDIOSINCRACIA Y CADA ARTÍCULO ES RESPONSABILIDAD DE SUS AUTORES ASIMISMO LA PUBLICIDAD ES RESPONSABILIDAD DE LA EMPRESA QUE LO PUBLICITA.
UNA PRODUCCIÓN DE MUJERES ÚNICAS MAGAZINE LLC.
ALL PHOTOS COPYRIGHT OF MUJERES ÚNICAS MAGAZINE INTERNATIONAL LLC. ALL RIGHTS RESERVED ©2017/2018

MUJERES ÚNICAS
1601 N. 7th Street Suite 230. Phoenix, Az 85006
Phone 480 217 7473



¡Boletos para Niños desde \$18!

Edades 2-12. Límite de dos (2) boletos para niños con la compra de un boleto de adulto a precio regular. Restricciones, exclusiones y cargos adicionales podrían aplicar. Sujeto a disponibilidad. Boleto al precio del mercado. Compra boletos en la taquilla o ticketmaster.com.

TALKING STICK RESORT ARENA | 12 – 14 de marzo

DisneyOnIce.com

Mujeres Únicas Magazine International LLC
mujeresunicas.com

100% **HONRADOS** INCOME TAX

**LO ATENDEMOS
TODO EL AÑO**

**Reembolsos
rápidos**

**Más de 11 años atendiendo
a la comunidad hispana
y en la misma localidad**

**NO PAGUE HASTA
RECIBIR SU CHEQUE**

- **E-file**
- **Impuestos personales**
- **Impuestos de negocios**
- **Impuestos de años anteriores**
- **Impuestos de otros estados**
- **Enmiendas**
- **Trámite y renovación de ITIN**

**51 St. Ave. y McDowell Rd.
(Enfrente del SONIC)**

**5030 W. McDowell Rd. Ste
32 Phoenix, Az. 85035**

602-272-8564

100% Honrados Income Tax:

Es una oficina que abrió sus puertas en Phoenix AZ, en enero del 2009 hace 11 años, teniendo como principales clientes a gente de habla hispana.

Nuestra misión, como nuestro nombre lo indica, es atender de manera justa, con transparencia e integridad a todos nuestros clientes. Siempre cumpliendo con nuestro deber y haciendo las cosas correctamente de tal forma que el cliente reciba el máximo reembolso que le corresponda por ley y también explicando a los clientes cualquier duda, de manera que los clientes sientan que el trámite que hicieron en nuestra oficina esta correcto y que se sientan satisfechos con el trato que recibieron y el precio que pagaron por el servicio brindado.

En nuestra oficina el cliente no paga hasta que reciba su reembolso, dándole así también la seguridad de que estaremos siempre dándole seguimiento a cada caso hasta que reciban sus reembolsos.

Presentamos todo tipo de declaraciones de impuestos: personales y de negocios.

Durante los meses de enero a abril abrimos los 7 días de la semana.

Estamos muy agradecidos con nuestros clientes por su lealtad, ya que la mayoría de ellos, año tras año siguen con nosotros y además nos recomiendan con amistades y familiares.

Estamos a sus órdenes, para estimados o cualquier pregunta pueden *llamarnos al 602-272-8564* y con gusto les atenderemos sin compromiso.

Atte. Margarita Baca



CUIDADOS, FUERZA Y VULNERABILIDAD

Por: MONICA GOBBA
Certified Integrative Nutrition Health Coach
CEO & Founder; Live in Balance Consulting.

El balance en el estilo de vida es la práctica del cuidado de uno mismo en cuerpo, mente y espíritu. Cuando trabajo con clientes, nos enfocamos en lo que llamo “Los tres pilares del balance del vivir”: la nutrición, el estar en forma y cuidados. Debemos honrarnos a nosotros mismos siendo conscientes de cómo nos alimentamos, movemos y cuidamos nuestros cuerpos, ya que es la llave para vivir una vida plena y feliz. A veces somos vulnerables y debemos reconocer que necesitamos una pausa y tomar tiempo para cuidarnos a nosotros mismos.

Todos sabemos que cuando nos sentimos sobrecargados y nuestras energías nos indican con una luz de advertencia, nuestros cuerpos nos están diciendo que paremos y analicemos. Muchas veces ignoramos las señales porque estamos envueltos en el frenesí del día, pero si continuamos ignorando esas señales de advertencia, como dormir poco,

fatiga, problemas digestivos, ansiedad, depresión o cambios de humor, nuestros cuerpos comienzan a deteriorarse. Eventualmente esta ignorancia abre la puerta a enfermedades crónicas como la diabetes, enfermedades del corazón, cáncer, fatiga crónica, Alzheimer y enfermedades autoinmunes. Tú tienes la fuerza para hacer esa pausa.

Toma un momento que te guíe hacia la lista de cuidados. Pregúntate: “¿Qué necesita mi cuerpo en este momento, nutrición, movimiento, calma o diversión?”



Este llamado de conciencia creará un espacio para que suceda algo remarcable. Cuando tomemos conciencia de ello nos mantendremos enfocados en sentirnos fuertes, mantener en foco el propósito, comprometido y vivir un mejor entorno para nuestra salud. Sentirse bien es contagioso.

- Escuchar música, visitar museos donde podamos apreciar color, creatividad y belleza.
- Disfrutar paisajes y tiempo afuera en contacto con la naturaleza nos hará bien.
- Reírnos ya que la risoterapia es salud.
- Tomar un baño de espuma a la luz de velas.

En mi práctica de balance del vivir ofrezco productos con mi Collection de Spa y hogar como mis series de velas, jabones y spray de ambientes. Les invito a visitar mi página

www.liveinbalanceconsulting.com
Cuidarse es simple te traerá mucha felicidad.

Por Una **VENEZUELA**

¡Libre!



Discurso de la Unión del Estado Nicolás Maduro y Juan Guaidó

Por Javier Pérez Torres

Juan Guaidó tras haberse proclamado como el presidente interino de Venezuela, ha estado trabajando arduamente por la aceptación y el reconocimiento de la comunidad internacional. A pesar de que muchas personas tomen estas acciones como insuficientes o sin propósito, ha quedado en evidencia la presión internacional que se ha logrado en contra del régimen narco-dictador.

El 4 de febrero de 2020 durante el discurso conocido como "State of the Union Address" en inglés, quedó nuevamente en evidencia el apoyo total de los Estados Unidos para con Juan Guaidó y la mayoría de la población venezolana que en su momento salió y ejerció su derecho a elegir. Dejando así demostrado la falta de credibilidad y el rechazo total del sistema político socialista que se vive en Venezuela bajo el ilegítimo "presidente" Nicolás Maduro.

Durante dicho discurso, Venezuela surgió como uno de los temas a tocar. Adicionalmente, el presidente Trump hizo mención y señaló la presencia del único al cual los Estados Unidos considera y re-

conoce como presidente de Venezuela, Juan Guaidó.

Entre las palabras de Donald Trump, mencionó que los Estados Unidos esta completamente comprometido con que los países latinoamericanos, entre ellos Venezuela, restauren su democracia. Afirmó que Maduro es un presidente ilegítimo y tirano que abusa de la población venezolana pero que pronto será destituido.

Solicitó a Juan Guaidó que por favor llevase el mensaje de que todos los ciudadanos americanos se encuentran unidos con los venezolanos en su intento y lucha por la libertad de Venezuela.

Para los venezolanos son palabras de aliento que sirven de motor para seguir luchando, porque cada paso por muy pequeño que sea es un paso hacia la libertad. Además, es un breve recordatorio que no estamos solos y que la comunidad internacional está aclamando de igual forma la instauración de la democracia una vez más.

CALAMBRES NOCTURNOS EN LAS PIERNAS



Por: Dr. William Zamora DO

Los calambres de noche en las piernas son una condición especialmente que se da en la población de edad mayor. En un estudio editado por el Dr. Lewis Rabbit, el 50% de los estudios dicen que la población de avanzada edad ha experimentado calambres en los últimos 2 o 3 meses. Muchos pacientes en este estudio eran mayores de 60 años de edad. De ese 50%, el 40% reportaron haber tenido calambres de noche más de 3 veces por semana. Adicionalmente se encontró que a medida que estas personas envejecían los calambres se presentan con mayor frecuencia e intensidad. Los estudios además encontraron que es una pérdida de neuronas motrices en las fibras nerviosas en los músculos de la gente mayor de edades. El deterioro de estas fibras nerviosas se pronuncia más en la parte inferior del cuerpo que en los brazos. La etiología de este fenómeno no está bien definida aun y por consecuencia no se conoce un tratamiento para el mismo.

Los calambres del músculo han sido definidos como un disparo repentino de impulsos eléctricos de las fibras nerviosas del músculo causando la repentina y dolorosa contracción del músculo. La inestabilidad en las células en las neuronas y las fibras del nervio es la causa de que ocurran frecuentemente los calambres nocturnos.

Una teoría sugiere que los calambres nocturnos se deben a la deterioración de la fibra nerviosa en los tejidos del músculo de la parte inferior del cuerpo.

En otros estudios presentados por el Dr. Richard Allen M.D del Hospital de St. Mark sugiere que existe otra condición que puede causar los calambres nocturnos y que se debe a pacientes debilitados y que sufren de enfermedades crónicas como diabetes mellitas, condiciones de fallas crónicas del corazón, enfermedades crónicas de los riñones, fallas en el hígado e hipotiroidismo. Dichas personas son más susceptibles a estos golpes de calambres en la noche. También la deshidratación, fatiga muscular y ciertas medicaciones son asociadas a estos calambres.

El tratamiento de los calambres debido a deshidratación, desbalance de electrolitos, fatiga muscular y ciertas medicaciones han sido un problema fácil de tratar. Se ha comprobado que el ejercicio de las piernas ayuda en ciertos casos. Medicaciones como relajantes musculares, vasodilatadoras, vitamina B y otros medicamentos ayudan a controlar los calambres, pero sus efectos no son consistentes.

El uso de la quinina es de ayuda y la quinina en el agua tónica ayuda a algunas personas, las tabletas de quinina han tenido efectos positivos en estudios que ha realizado la Federación de Alimentos (FDA) pero han sido reguladas y advierten que el uso excesivo de ellas puede ser tóxico y debe ser usado solamente en casos severos.

¡Recuerden que la prevención es Salud!

3er Aniversario

Mujeres Únicas Magazine



Mujeres Únicas Magazine cumplió 3 años y lo festejamos con una gran fiesta donde se hicieron presente parte de las personalidades mas destacadas de Phoenix.

La presencia de la súper estrella, de La Canción, Vikki Carr, quien recibió el premio de La Mujer del Año 2019.

El reconocimiento de El Hombre del Año 2019 fue para el prestigioso abogado Yasser Sánchez.

A continuación compartimos algunos de los momentos que quedan plasmados en nuestros corazones... gracias a todos los que componen el equipo de la revista Mujeres Únicas Magazine...





Mujeres Únicas







El amor y la amistad



Por Teresa Vandenhart

El 14 de febrero es una fecha muy significativa, ya que se celebra el Día del Amor y la Amistad. Día que tiene que ver con todo aquello que representa no solo el amor o enamoramiento que se da entre dos personas, sino también con el sentimiento de solidaridad y afecto que se da entre los amigos y el cariño o los lazos de fraternidad que se dan en el seno familiar.

Amor, una gran palabra de esencia.

Conceptualmente, amor es un sentimiento de afecto universal supremo, no es solo afinidad o química entre las personas. Amor es sentir respeto, la conexión es la unión no material sino más bien espiritual.

El amor es el motor de la vida, es el vínculo entre cada ser humano.

El amor existe en cada una de nuestras áreas: personal, laboral, social y profesional, ya es la fuerza que impulsa el desarrollo de la humanidad.

El día de San Valentín es una celebración tradicional de países anglosajones, implantada en otros países lo largo del siglo XX y XXI. Aunque su origen se remonta a la época del Imperio Romano, cuando el emperador Claudio II mandó a ejecutar a un sacerdote llamado Valentín, quien en la clandestinidad unía en matrimonio a las parejas de jóvenes, a pesar de la prohibición de este emperador.

Fue el Papa Gelasio I quien designó en el 14 de febrero de 494 el primer día oficial de San Valentín. Siglos después, la festividad se ha extendido en varias partes del mundo y actualmente esta fecha se celebra mostrando afecto a las personas que amamos.

No cabe duda de que el corazón sigue guiando en gran parte nuestras acciones. Pero todo sea en bien del amor y la amistad, regalemos lo que es más importante: nuestro amor.

Ricardo Cáceres

Este joven empresario nació en El Salvador y emigró junto a su familia a Costa Rica siendo muy pequeño. Creció y se educó en ese país que sus padres adoptaron para una mejor calidad de vida.

Emigró a los Estados Unidos hace 25 años y terminó sus estudios secundarios.

Sus estudios superiores y universitarios los realizó en la prestigiosa Universidad de Pepperdine en Los Ángeles en Administración de Empresas para luego obtener una Maestría en Finanzas en UCLA, también en Los Ángeles.

Mientras realizaba sus estudios trabajó medio tiempo en uno de los restaurantes de la cadena de comida rápida McDonald's, sin siquiera suponer que esa iba a ser su carrera por más de 20 años.

Sus comienzos fueron dentro de los restaurantes en diversas áreas, hasta llegar a la posición de Gerente y al graduarse de la Universidad trabajo en las oficinas corporativas en varios departamentos como mercadeo, finanzas, operaciones y bienes raíces.

Eventualmente compró varios restaurantes McDonald's en Los Ángeles y luego en Phoenix, donde actualmente reside desde hace cinco años.

Este carismático hombre de negocios ha estado siempre extendiendo su ayuda y consejos a jóvenes que desean emular su carrera. Perteneció a la Junta directiva de la YMCA, una organización cuya misión es ayudar a la gente joven a desarrollarse y vivir una vida sana y con sentido de responsabilidad social.



Hoy desea extender un mensaje a todos los jóvenes:

"Enfóquense en su educación. En los Estados Unidos una educación abre puertas y brinda oportunidades y eso es todo lo que una persona necesita para que su trabajo le permita ser exitoso en cualquier campo que incursione"

Es con orgullo que presentamos hoy en esta edición a un Hombre Único que es ejemplo de perseverancia y devoción por la comunidad.

Cinthya Quintana

UNA LIDER ENTRE LOS JOVENES DE LA TERCERA EDAD

Originaria de la Ciudad de Guatemala en Guatemala, emigró a este país junto con su hermano Erick a la edad de 12 años. Sus padres Efraín y Gloria se habían adelantado a vivir en los Estados Unidos dejando a los hijos al cuidado de familiares, pero regresaron a buscarlos pasando por duras pruebas para poder llegar de vuelta a Guatemala. Pero con la Fe puesta en Dios ya que la travesía fue agotadora y larga.

Mujer de inmensa Fe y devota de Dios.

Su infancia y años de juventud fueron muy felices y nos menciona que su mamá es amorosa positiva y alegre. Su papá un hombre consejero proveedor y maestro de la vida. Su único hermano es su mejor amigo y cómplice de los años adolescencia.

Referente a los años escolares en su natal Guatemala, realizó estudios primarios y a pesar de ser pocos allí pudo abrazar la importancia de aprender bien el idioma y la riqueza de la cultura. Agradece la riqueza de las culturas Latinoamericanas que existen en este país y las oportunidades de estudios que la prepararon para enfrentar los retos que muchos niños inmigrantes tienen al llegar a este país sin saber hablar ni entender el idioma.

Su primer trabajo fue como traductora en una clínica de Urología, luego en una clínica dental donde desempeño múltiples labores y su recuerdo más hermoso es cuando se le brindó la oportunidad de trabajar de cerca con personas de la tercera edad, ese medio fue el comienzo de su carrera.





Cuando se refiere a la familia le brillan los ojos:

“Conocí a mi esposo Johnny hace más de 20 años trabajando juntos en la Fundación de Hospitales Adventist Health, fuimos compañeros por más de 4 años hasta que Cupido nos flechó. Fuimos novios y al tercer mes ya nos habíamos casado. Hemos pasado altas y bajas pero juntos y más fuertes que nunca, nos aceptamos, respetamos y confiamos mutuamente. No ha sido un matrimonio perfecto, pero es mi mejor amigo, el amor de mi “Lifetime”.”

En cuanto a mis dos hijos Jovan y Julián son nuestra bendición y hemos realizado una tarea ardua para mantener comunicación con ellos que es fundamental. Compartimos mucho tiempo con ellos, trabajamos juntos para ofrecerles nuestro apoyo en una de las etapas más difíciles que es la adolescencia. Mi esposo y ellos son el motor de mi vida.”

Hoy Cinthya está trabajando en Bright Health como Gerente de Relaciones Comunitarias y en-

trega lo mejor de ella misma para beneficio de los “jóvenes de la tercera edad”.

Al dejar su mensaje para las mujeres que leen esta entrevista nos dice:

“Todas llevamos una Mujer UNICA dentro, no debe haber lugar en tu vida para la complacencia. Sueña en grande ya que todo lo imposible es posible cuando crees en ti.

El mundo está a nuestros pies si trabajamos a conciencia.”

Un verdadero placer destacar a una Mujer como Cinthya que posee valores humanos que los pone de manifiesto a cada paso. Su personalidad y capacidad de amor hacia el prójimo la destaca entre otras y tantas mujeres que luchan a diario por sobresalir. Sin duda alguna una MUJER UNICA.

“Nuestro pasado no nos define, sino el presente y el futuro, somos guerreras y Dios nos brindó todo lo necesario para poder triunfar”.

Reju-Line

SKIN & BODY MED SPA

Skin & Body
Specialists

Especiales

Moldeo Corporal

Reducción de tallas
Celulitis
Flacidez
Post Parto
Tonificación de Glúteos
Drenaje Linfático Post Lipo

Rejuvenecimiento Facial

Arrugas
Manchas de sol y paño
Acné
Cicatrices
Piel deshidratada
Envejecimiento prematuro



Plasma rico en
plaquetas
GRATIS

Venus Viva

DIGA ADIÓS
A LA RASURADORA
Y WAX

Depilación Láser

¡Ya disponible!

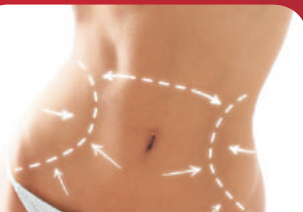


50%

de descuento

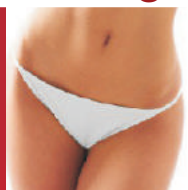
**En moldeado
de abdomen con**

Venus Legacy



**Drenaje Linfático
Post Liposucción**

- Drena
- Modela
- Desinflama



623 - 872 - 2600

9611 W. Camelback Rd. Suite #120 Phoenix, AZ 85037
WWW.REJULINESKINCARE.COM



Conociendo el **plasma rico en plaquetas** y su aplicación estética.



El plasma rico en plaquetas es un procedimiento estético que ayuda a reducir líneas finas, mejora la textura, cicatrices y reanima la producción de colágeno en las áreas afectadas, para lograr una piel más suave y tersa.

- Se puede aplicar en áreas como la frente, el entrecejo, las "patas de gallo", el área de los surcos naso-labiales, los labios, el cuello, el escote y las manos para lograr un aspecto rejuvenecido gracias a la regeneración celular que promueve.

- Es un tratamiento indicado para hombres y mujeres que deseen mantener un aspecto joven.

- Para realizar el procedimiento se extrae sangre del paciente, se procesa a través de una máquina con una doble centrifugación para obtener una mayor concentración de sus plaquetas. Luego las inyectan en el rostro mediante micro agujas en un proceso totalmente indoloro y sin ningún riesgo.

La experta nos explica que nadie se ve joven con el simple estiramiento. Rejuvenecer envuelve tres cosas que son la calidad del tejido, volumen existente donde se forman las arrugas y la calidad piel. Este tratamiento se utiliza para mejorar la calidad de la piel y si se combina con otras técnicas el resultado es mucho mejor.

Es un procedimiento seguro por ser autólogo, es decir, utiliza la propia sangre del paciente por lo cual no existe ningún riesgo.

Solo debe realizarse en una cabina estética o médica y al cuidado de un profesional certificado.

Plasma Rico en Plaquetas la fuente de la juventud natural.

Por: Yorlenny Garro esteticista Licenciada, directora de la clínica estética RejuLine Skin & Body y creadora de su línea exclusiva de productos estéticos Rejuva Deluxe Skin Care.

Miembro de la organización salva una vida contra el Cáncer de Piel.

Festival Alfonso Ortiz Tirado

el canto de México para el Mundo



Lic. Jorge Mendoza Yescas
Cónsul General de México en Phoenix

Uno de los elementos que distinguen más a México en el mundo es su legado cultural. Nuestro país es reconocido por su música, arte popular, gastronomía, danza y otras expresiones artísticas. Los mexicanos reconocemos el valor de nuestro legado y siempre estamos en búsqueda de hacer nuevas aportaciones al arte mundial. En este sentido, uno de los más destacados rubros del arte mexicano es la música, elemento fundamental de nuestra identidad: cuando estamos fuera de México, el canto es un vínculo que nos recuerda a nuestros orígenes.

Por este gran vínculo, no es sorpresa encontrar una gran tradición de la ópera en nuestro país. Desde la época del virreinato, esta mezcla de canto y teatro conquistó a las audiencias. Ya como nación independiente, la primera ópera mexicana que se tiene registro fue "Adela" escrita en 1823 por el compositor José María Moreno. Durante el siglo XX fuimos testigos de grandes exponentes de la lírica mexicana: cantantes como Pedro Infante, Jorge Negrete, Juan Gabriel o José José han puesto el nombre de México muy en alto. Sin embargo, en nuestra historia también hemos tenido grandes talentos en la ópera como el tenor Rolando Villazón, la soprano Esperanza Iris, el tenor Fernando de la Mora y uno de los hijos más célebres de Álamos, Sonora, Alfonso Ortiz Tirado.

Es justamente en homenaje a este gran tenor que Álamos celebra este año la edición número 36 del Festival Alfonso Ortiz Tirado (FAOT), el cual se ha enfocado en resaltar el valor del canto

operístico en nuestro país. Debido a la gran calidad de sus presentaciones, el FAOT se ha consolidado como el más importante del noroeste de México y el festival cultural más importante de Sonora, que solamente en Álamos recibe más de 130,000 asistentes nacionales e internacionales cada año.

El festival toma su nombre en homenaje al gran tenor mexicano nacido en Álamos, Sonora. Médico y humanista, Alfonso Ortiz Tirado "el embajador lírico de la canción mexicana" destacó desde muy joven por su extraordinaria voz y su talento como uno de los primeros tenores mexicanos en lograr el éxito y reconocimiento internacional. En 1928, durante su interpretación en la ópera Manon el mundo se maravillaría con este joven egresado de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y que utilizaría los beneficios de su fama internacional como artista para la creación de espacios médicos.

Para más información, le invitamos a que revisen nuestras redes sociales (Facebook: Consulado General de México en Phoenix Twitter: @consulmexpho) donde estaremos publicando videos sobre esta forma de arte.

En esta primera columna de 2020, le deseamos un año lleno de éxitos y satisfacciones. Desde el Consulado General de México en Phoenix seguiremos trabajando para brindar mayores y mejores herramientas que empoderen a la comunidad.

Historias de la policía de Phoenix

Oficial Mary Rostenberg

La Oficial Mary Roestenberg ha servido en el Departamento de Policía de Phoenix por más de 21 años. Actualmente trabaja en el recinto de Mountain View como Oficial de Acción Comunitaria (CAO por sus iniciales en inglés). Su interés en ser policía comenzó cuando miraba programas de televisión en los años 80, como Cagney y Lacey, Miami Vice y Hill Street Blues.

En su función comunitaria la Oficial Roestenberg se relaciona con la comunidad a través de eventos como Block Watch, Phoenix Neighborhood Patrol y reuniones comunitarias. Específicamente, en el recinto de Mountain View, está muy involucrada en festivales de la juventud (Youth Experience), de adultos mayores (Senior Safety Fair) y de Halloween.

La Oficial Roestenberg está dedicada a servir a Phoenix y a crear oportunidades para que los oficiales de policía y la comunidad tengan relaciones positivas. Con programas como el Youth Experience ha creado una oportunidad para que jóvenes de 13 y 14 años pasen parte de sus vacaciones de verano aprendiendo acerca del Departamento de Policía de Phoenix y el trabajo de los oficiales en un ambiente académico. Algunos participantes en este programa han continuado y ahora son Cadetes en el Departamento.

Hace ocho años la Oficial Roestenberg inició el Festival de Halloween en el estacionamiento del recinto de Mountain View. Comenzó con los oficiales repartiendo dulces desde sus patrullas y ahora hay más de 65 puestos de departamento de la ciudad, grupos comunitarios y negocios. La Oficial Roestenberg ha creado un evento muy especial, donde las familias se disfrazan y pasan la noche disfrutando de entretenimiento y juegos de carnaval con los oficiales mientras los niños colectan dulces. Este año más de 7,000 personas asistieron al festival; cada año crece más.

Eventos como los que la Oficial Roestenberg ha creado dan oportunidades a los ciudadanos de Phoenix de comunicarse con los oficiales de policía y hacerles preguntas.

Este año la Oficial Roestenberg recibió el Premio de Oficial de Acción Comunitaria otorgado por la Fundación de la Policía de Phoenix por su dedicación y el trabajo que hace mejorando las relaciones entre la comunidad y el Departamento de Policía de Phoenix.

Para aprender más acerca de programas comunitarios del Departamento de Policía de Phoenix, visite www.phoenix.gov/police



Phoenix police stories

Officer Mary Rostenberg



Officer Mary Rostenberg has served with the Phoenix Police Department for over 21 year and currently works as a Community Action Officer (CAO) in the Mountain View Precinct.

As a CAO, Officer Rostenberg interacts and engages with the community through events and programs like Block Watch, Phoenix Neighborhood Patrol and community meetings. Specifically, in Mountain View Precinct, she is heavily involved in the Youth Experience, Senior Safety Fair and the Halloween Festival.

Eight years ago, Officer Rostenberg started the Halloween Festival outside of Mountain View Precinct in the parking lot where officers were passing out candy from patrol cars to now over 65 booths of city departments, local businesses and community groups lining the street. Officer Rostenberg has created an amazing event where families come out to spend the evening in costume, enjoy entertainment, play carnival type games with officers and take home some candy. Over 7,000 people attended the Halloween Festival and it just keeps growing every year.

This year, Officer Rostenberg was honored by the Phoenix Police Foundation with the Community Advocate Award for her dedication to her job as a community action officer and the work she does to build relationships with the community the Phoenix Police Department Serves.

To learn more about getting involved in community programs with Phoenix Police, visit phoenix.gov/police.



Te invitamos a que escuches toda su programación
a través de sus 2 frecuencias la **1190 AM y 107.5 FM**
y a través de su nueva plataforma digital.

Directorio Digital On Line

Ahora más fácil de encontrar tú Negocio

Tarjetas Digitales

Paginas Web

Te asociamos con Google



QBusca tu Negocio Aquí

SEARCH



602.775.1122



602.518.6969



www.directorioidigital.online

Tercer Aniversario de Responsabilidad Social de la revista Mujeres Únicas Magazine



Por: Rosa Macias

Mujeres Únicas Magazine ha celebrado por lo alto su tercer aniversario. A través de estos tres años, el equipo que conforma la revista ha cumplido cabalmente, con la responsabilidad hacia la comunidad, como un medio de comunicación que ha hecho grandes aportes en todo ámbito.

En el campo de la medicina, se ha destacado por sus artículos sobre diferentes males y tópicos que nos afectan aportando soluciones. No sin dejar los males emocionales que tanto afectan a nuestra gente.

Hablando de negocios y finanzas, la revista se ha dado la tarea de relacionarse con negocios serios y estables, que comparten con la revista y entre ellos, la responsabilidad social mediante sus prácticas de negocio ético.

La parte social ha sido cubierta desde su situación actual de la misma hasta el entretenimiento en todas sus áreas.

Y aunque no hay mucho nuevo que comentarles acerca de nuestra fundadora, la Sra. Stella Paolini, podemos decir que ella ha sido una maestra de las relaciones públicas, con lo cual ha logrado plasmar toda su experiencia y profesionalismo en el campo del arte de comunicarse al encontrar un contenido para la revista que la distingue del resto. La Sra. Paolini ha desarrollado un contenido para la revista que, número a número, excede las expectativas de cada lector, que ávido espera el nuevo número de colección de la revista.

Sirva este preámbulo para mostrar un claro ejemplo de lo que es la responsabilidad social.



Deseamos que la revista Mujeres Únicas Magazine siga enfrentando los retos que cada día tiene a través de la alta práctica profesional que caracteriza la esencia de la revista, para poder cumplir con esa gran responsabilidad social, que seguramente en estos precisos momentos usted la tiene en sus manos.

¡Gracias a cada uno de ustedes por darnos la oportunidad de cumplir con nuestra RESPONSABILIDAD SOCIAL!

Rosa Macias





The Fusión

Of Japanese and Latin Gastronomy Create an Exotic and Explosive Taste Unequaled in the Valley of the Sun. Señor Sushi Has Created a Relaxing Family Atmosphere.

This is... Señor Sushi



Señor Sushi Phoenix

(623) 849-9312

**4324 W. Indian School RD
Phoenix, AZ 85031**

f /Señor Sushi Phoenix

@senorsushiofficial

Señor Sushi Mesa

(480) 629-4731

**1356 W. Southern Ave.
Mesa, Az 85202**

f /Señor Sushi Mesa

@senorsushimesa

Señor Sushi Peoria

**10738 N. 75 Ave.
Peoria, Az 85345**

f /Señor Sushi Peoria

@senorsushipeoria

Carga Pública

¿Cuáles beneficios me afectan y cuáles no?

Empezando el 24 de febrero, el gobierno del presidente Trump establecerá cuales beneficios públicos establecerán que un integrante sea una carga pública. Para ayudar a nuestra comunidad hemos preparado una lista sobre qué beneficios públicos te podrían afectar si tu o alguien dentro de tu hogar recibe estos beneficios del gobierno.

Serán considerados como beneficios públicos:

- Cualquier asistencia financiera en efectivo cuantificable (cash assistance) otorgada por una entidad federal, estatal o local para el mantenimiento de ingresos (conocidos como "asistencia general").
 - Supplemental Security Income (SSI).
 - Asistencia temporal para familias necesitadas (TANF).
 - Programa Asistencial de Nutrición Suplementaria (SNAP, conocidos como "Food Stamps").
 - Programa de la Sección 8 de Vales para el Alquiler de Viviendas.
 - Asistencia para la Vivienda Pública de la Sección 9 de la Ley de Vivienda de 1937.
 - El Medicaid financiado por el gobierno federal, con ciertas excepciones, de acuerdo con USCIS.
- Salvo algunas excepciones, la gran mayoría de inmigrantes con visa no son elegibles para recibirlos.

No serán considerados como beneficios públicos:

- Affordable Care Act conocido como Obamacare.
- Programa de Nutrición Suplementaria para Mujeres y Niños (WIC).
- Seguro Médico para niños (CHIP).
- Medicaid para menores de 21 años, mujeres embarazadas y otros (Medicaid de Emergencia).



- Head Start, programa de educación temprana.
- Medicare Parte D Subsidio de bajos ingresos para personas menores de 65 años.

Es muy importante que al preparar su caso de residencia tengan una representación legal que los navegue por estas reglas nuevas. Nosotros estamos a sus órdenes listos para ganar su caso de acuerdo con las nuevas normas de carga pública.

Yasser Sánchez, Abogado de Inmigración.

Yasser Sanchez
Immigration Law
(480) 275-2407

LÍDER COMUNITARIO Y ABOGADO DE INMIGRACIÓN
MIEMBRO DE LA BARRA DE ABOGADOS DE UTAH

BAJA ESAS LIBRAS DE MÁS

ALIMENTÁNDOTE CONSCIENTEMENTE

*"Adelgaza tu mente
y Adelgazará tu cuerpo"*

¿HAZ INTENTADO MÁS DE 3 VECES INICIAR UNA DIETA Y LA DEJAS?

¿HACES MUCHO EJERCICIO Y NO PIERDES PESO?

¿SIENTES QUE NO LO PUEDES HACER SOLA Y NECESITAS AYUDA?

✓ PIERDE ENTRE
20 Y 30 LIBRAS

✓ PROGRAMA
DE 12 SESIONES

✓ ACOMPAÑAMIENTO
PERSONALIZADO

Sana
HOLISTIC CENTER
Phoenix, Arizona.

f SANJANA ISHAYA

f SANA HOLISTIC CENTER

Sanjana
(480) 468-1571



WWW.SANAHOLISTICCENTER.COM

HERRAMIENTAS MENTALES

PARA TRASCENDER MIEDOS, ESTRÉS,
ANSIEDAD Y LIMITACIONES

Beneficios:

- Descanso Profundo
- Reduce el estrés
- Mejora la salud
- Mejora las relaciones
- Optimiza la energía
- Claridad de los deseos
- Despeja la mente
- Crecimiento espiritual

La **Meditación** aumenta
de manera natural la
Felicidad y el Éxito

ENSEÑANZA IMPARTIDA
POR LOS MONJES ISHAYAS



Nataraj

Próximos Seminarios

- Phoenix - 02-05 Diciembre 2019
- Mesa - 13-15 Diciembre 2019
- Phoenix - 17-19 Enero 2020
- Cd. Obregón, Sonora - 24-26 Enero 2020
- Denver, Col - 31 Enero-02 Febrero 2020
- Phoenix, Az - 21-23 Febrero 2020

PARA CREAR SEMINARIOS EN TU
CIUDAD EN USA O MÉXICO ¡LLÁMANOS!

(480) 359-0216

f SANA HOLISTIC CENTER

Sana
HOLISTIC CENTER
Phoenix, Arizona.

WWW.SANAHOLISTICCENTER.COM

CONVIÉRTETE EN TERAPEUTA

APRENDE A PONER IMANES

"Talleres de Biomagnetismo"



- Conviértete en terapeuta
- Ayuda a tu familia a recuperar su equilibrio
- Ingresos extras
- Conviértete en un Profesional

RECIBIRAS AL TOMAR EL TALLER:

- Instrucción Presencial
- 1 Manual de consulta
- Constancia de Participación
- Material didáctico (Archivos)
- 1 año de asesoría Gratuita
- 1 kit de 6 imanes

OTROS SERVICIOS EN NUESTRO CENTRO HOLISTICO:

- CLASES DE MEDITACIÓN IMPARTIDAS POR MAESTROS ISHAYAS
- TERAPIAS DE BIOMAGNETISMO Y BIOENERGÉTICA
- ALIMENTACIÓN CONSCIENTE
- HIPNOSIS CLÍNICA REGRESIVA
- LAVADO DE PIES

(480) 468-1571

Para crear seminarios en tu ciudad
en USA o México, ¡llámanos!

Sana
HOLISTIC CENTER
Phoenix, Arizona.

f SANA HOLISTIC CENTER

WWW.SANAHOLISTICCENTER.COM



*Arte, Diseños y Elegancia
Para sus más finas atenciones*

Arreglos para toda ocasión • Bodas • Quinceañeras • Bautizos • Funerales • Etc



4434 W Thomas Rd. Ste. #12 Phoenix AZ 85031 llámenos al: (480) 220 -1426



Erika Gerardo



**New West
LENDING INC**

7310 N 16th St. #170 Phoenix, AZ 85020 | NMLS#164722 | AZ BK 0018700
<http://www.nmlsconsumeraccess.org/EntityDetails.aspx/COMPANY/164722>



Monica Moreno
REALTOR®

623-670-0004

TOP 250 LATINO REAL ESTATE AGENTS USA 2012,2013,2014,2015.
AMERICA'S BEST REAL ESTATE AGENTS 2013
TOP# 6 ARIZONA INDIVIDUALS
DIAMOND AWARD RECIPIENT 2012-2013-2014-2015-2016-2017-2018-2019





Luis F. Vazquez
DO, FAAOA

Nos especializamos en el manejo médico y quirúrgico de enfermedades de la cabeza y el cuello para todas las edades y ofrecemos varios servicios como:

- Pruebas de alergia y tratamiento
- Mareos y equilibrio
- Infección del oído
- Trastornos auditivos
- Sinusitis y cirugía sinusal incluyendo sinuplastia con balón
- Apnea del sueño
- Cirugía de la tiroides
- Ronquera y cambios de voz
- Amigdalectomía y adenoidectomía

Profesional Bilingüe
Inglés-Español



Elite ENT

GENERAL EAR, NOSE, & THROAT
Allergy - Sinus - Audiology - Hearing Aids

2340 E Beardsley Road, Suite 260
Phoenix, AZ 85024

602-802-8240

www.EliteENTAZ.com

THE MAKE UP SCHOOL

By Foride Lizeth

CERTÍFICATE COMO *Maquillista* PROFESIONAL

CLASES EN
Inglés & Español
(TEORÍA Y PRÁCTICA)

RECIBE \$500
DE DESCUENTO
AL INSCRIBIRTE

4130 N. 75TH AVE • PHOENIX, AZ
(602) 299-7395 (602) 814-6259

MARISCOS



*iNew
Ownership!*

EL NUEVO ALTATA



Tel. 623-247-0731
5828 West Indian School Phoenix



Elevy Murillo

MAESTRO DEL ALMA

En varios momentos de nuestras vidas hemos pasado por momentos muy difíciles. Como humanidad, tenemos por seguro que todos hemos sufrido. Existen muchos ejemplos que van desde la muerte de un ser querido o hasta la separación de un ser amado como una pareja. Cada experiencia de sufrimiento nos marca una nueva personalidad y un nuevo camino en nuestras vidas. Pero qué pasa cuando no tenemos la más mínima idea de cómo superar una situación, no nos damos cuenta de que estamos haciendo mal o porque nos están pasando a nosotros.

Los servicios que encontraran en las terapias ofrecidas son herramientas que ayudarán a guiar su vida a un entendimiento con mayor profundidad y conocimiento de la situación por la que esté pasando.

- Lectura intuitiva de su energía emocional. Por el proceso de una biodescodificación emocional se puede encontrar la raíz de un evento o suceso que ha sido reprimido y hasta cierta forma olvidado, pero no por el subconsciente que mantiene una memoria intacta, de esta forma se hace un escaneo de su sistema energético encontrando la raíz y con un proceso corto y sencillo serán llevados de la mano al cambio de la auto sanación por medio del amor y el perdón.

- Reiki, siendo una terapia ya muy conocida por muchos, aún guarda muchas alternativas de formas de usar para llegar a una sanación mental, emocional y física.

- Limpieza de Aura
- Balanceo de chakras
- Cargas emocionales
- Bloqueos energéticos
- Fatigas crónicas
- Sanación a nivel celular
- Sanación mental y espiritual
- Reiki a distancia mandando sanación
- Lecturas de los Registros Akashicos
- Acceso a vidas pasadas
- Respuestas a preguntas de eventos en su vida
- Preguntas de propósitos de vida
- Razones porque algún evento está ocurriendo en su vida.
- Conocimiento de secuelas de una vida pasada afectando en esta vida.

- Conocimientos de contratos entre personas en su vida

- Lecturas intuitivas a distancia, por medio de teléfono o video llamada

- Rección de su campo de energía

- Lecturas buscando la raíz de un evento grave en su vida

- Respuestas a preguntas de sucesos en su vida

- Conexiones con seres queridos que no se encuentran en este plano

- Sobado, por tradición familia ofrezco los servicios como sobador utilizando todas las herramientas ya mencionadas la intuición el conocimiento y mi pasión por ayuda al prójimo.

Como sobador que descendiendo de una familia en esta belleza de arte. Ayudo con problemas de:

- lastimaduras, dolor de espalda,
- brazos, rodillas, tobillos
- empachos y problemas de nervios como el popular nervio asiático.

Para más información de mis servicios pueden contactarme a mi número (708) 646 - 7695 o por correo electrónico: elevymurillo@gmail.com



Mujeres Únicas

107.5 FM

1190 AM

Radio Show con Stella Paolini

www.mujeresunicas.com
(480) 217-7473

Lunes a Viernes
de 8:00 a 9:00 de la mañana



Espacio Vital Global

LEADERSHIP CENTER

(602)456-2055

DESCUBRE, ROMPE CON
TUS BARRERAS Y CREA UNA
VIDA QUE **¡TE MERECE VIVIR!**

¡Asume el
LIDERAZGO
y conviértete en el
LÍDER DE TU VIDA!



L4U
LIVE YOU

ENGLISH WORKSHOPS
AVAILABLE TOO: (480) 442-0657
LIVE4YOUTRAININGS.COM

ESPACIOVITALG@GMAIL.COM

WWW.ESPACIOVITALG.COM

ESPACIO VITAL GLOBAL

PHOENIX, AZ

TUCSON, AZ

EL PASO, TX

MÉXICO

ESPAÑA



TODOS LOS DÍAS A LAS 5PM Y 10PM

• UNIVISIONARIZONA.COM •



Tu Gente. Tu Voz.™

