

Actitudm

Mexicali/Valle Imperial/Ensenada Septiembre 2024

Edición 200



Lo NUEVO en
*cosmética
íntima*

Cumpleaños
*Rosita
Silva*

Astrología
Psicología &
¡Descúbrelo!

Gladis
Velázquez

Cuida lo que amas

PLUS VALIA Y LUJO

EN ZONA DORADA

DEPARTAMENTOS CON AMENIDADES DE LUJO



686 425 9669



www.casascadena.com

LA BELLEZA DE UN ACCESORIO
ESTÁ EN **LA MUJER** QUE LO USA



18
Kirat
TRADICIÓN JOYERA

MARIANO ARISTA #1501, LOCAL 1
ESQ CALLE G, COL. NUEVA / FRENTE A CENADURÍA SELECTA.

686 554 3830

Kirat Tradición Joyera

Edición 200

Con gran satisfacción celebramos la llegada de nuestra edición número 200. Este hito no solo nos llena de orgullo, sino que también nos impulsa a seguir adelante con más fuerza y dedicación. Mes tras mes, nos hemos esforzado por reconocer a los líderes de opinión más influyentes de la región y por presentar trayectorias inspiradoras que nos motivan a continuar.

El camino no ha sido fácil, pero ha sido sumamente gratificante. Cada edición ha representado un desafío único, una oportunidad para innovar y ofrecer a nuestros lectores un contenido fresco y relevante. Nuestra meta siempre ha sido clara: ofrecer una revista distinta e innovadora cada mes, y creemos firmemente que lo hemos logrado.

Este logro no habría sido posible sin el apoyo y la confianza de nuestros colaboradores, clientes y amigos. A todos ustedes, gracias. Y, por supuesto, un agradecimiento especial a nuestro equipo creativo, quienes mes a mes desarrollan ideas editoriales únicas y divertidas. En particular, queremos reconocer a nuestras talentosas diseñadoras gráficas, Cecilia Cortés, quien lidera con pasión, y Gloria Torres, cuyo talento es fundamental para el éxito de cada edición.

Este es solo el comienzo de un camino que aún tiene mucho por recorrer. Gracias por acompañarnos en este divertido viaje.

Adriana Guzmán Wood

Informes eventos/publicidad: actitudm@gmail.com

Revista mensual editada por Publicaciones Impresas de Mexicali, S. de R.L. de C.V.

Oficina: Gral. Ignacio Zaragoza 1783 Col. Nueva, Mexicali, B.C.

El contenido de los artículos y anuncios publicitarios de esta revista,

son responsabilidad de los aturores y anunciantes.

Queda prohibida su reproducción total o parcial.

TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS

CRÉDITOS

Adriana Guzmán Wood
Lic. en Mercadotecnia
Directora General

Carmen Yam
Facturación y Cobranza

Cecilia Cortés
Gloria Torres
Diseño Editorial

Julianna Wood
Ana Laura Tapia
Redes Sociales

Juan Carlos Villegas
Cobertura de Eventos

Sergio Escobedo
Web Master



DR. DAVID
PAREDES

GINECÓLOGO | ONCÓLOGO

**TRATAMIENTO DEL
CÁNCER GINECOLÓGICO**

Cáncer endometrial
Cáncer de ovario
Cáncer del cuello uterino
Cáncer de vagina
Cáncer de la vulva
Cáncer de mama

**TRATAMIENTO DE
ENFERMEDADES
GINECOLÓGICAS**



**NUEVA
UBICACIÓN:**

**AV. ÁLVARO
OBREGÓN #846**

Citas:  (686) 523 7242

 @drdavidparedes

 @drdavidparedes

DETRÁS DE CÁMARAS

Septiembre

La elegancia y el buen gusto de Gladis Velázquez al vestir siempre han sido características destacadas de su personalidad. Desde el principio, sabíamos que su elección para la sesión fotográfica sería impecable.

Con esa confianza, invitamos a su estilista, Dámaris Martínez de Oh Lala Studio para que se encargara del maquillaje y peinado en esta edición.

Y combinado con el lente de Jorge Becerra ya amigo y colaborador de esta publicación por años, el resultado fue simplemente excepcional, reflejando el estilo y la clase que Gladis siempre ha proyectado.

Maquillaje y peinado:
Damaris Martinez
Ohlala Beauty Salon

Fotografía:
Jorge Becerra
JB Becerra Proyecta



oh lala
Beauty Salon & Spa

MANIFIESTO

DESIGN CENTER

ART OF LIVING

NEW COLLECTION 2024



www.manifiestodesigncenter.com

Suc. Mexicali Tel:686-104-94-02 PLAZA LIENZO, Calzada Manuel Gómez morin #799 C.P 21259 Mexicali BC

Matriz Tijuana Tel:664-686-54-04 Blvd. Agua Caliente 10084, Revolucion, 22015 Tijuana, B.C.



Dile *adios* a las **VARICES**

Dr. Alejandro Nuricumbo

A pesar de ser un problema muy común, existe mucha desinformación acerca de los diversos tratamientos que existen en la actualidad sobre este tema.

La presencia de várices es una enfermedad evolutiva muy frecuente, tanto de salud como estética, que pueden afectar a cualquier persona. Son originadas por debilidad de la pared venosa y/o defectos en las válvulas, de causa desconocida. No obstante la mayor parte de los casos se presentan en pacientes con antecedentes familiares con este problema de salud, lo que indica que si bien se desconoce su causa exacta, el factor hereditario juega un rol importante en su aparición.

Cansancio, hinchazón, ardor y pesadez en las piernas, moretones, coágulos dentro de las várices, y hemorragias por rupturas venosas, son algunos de los síntomas comunes. En fases más avanzadas las alteraciones como cambios de coloración y endurecimiento de la piel, así como úlceras de muy difícil control y tratamiento.

Pueden ser tratadas con distintos tipos de medicamentos, soporte elástico (medias), escleroterapia (inyecciones), cirugía, radiofrecuencia, laser endoluminal y laser transcutáneo.

Existe una novedosa técnica llamada endolaser que usa la energía laser guiada por ultrasonido, se introduce una diminuta fibra óptica a través de un catéter llegando al punto exacto que genera el problema, el calor que genera conduce a una fibrosis del área defectuosa, reestableciendo la circulación adecuadamente.

Este tratamiento te ofrece resultados espectaculares con anestesia local, una recuperación muy rápida y dolor mínimo, ya que puede no requerir incisiones en la piel.

Actualmente es la técnica más usada en Estados Unidos y Europa, con porcentaje de éxito de 98%. Además que los pacientes se reincorporan a sus actividades rutinarias en corto tiempo.

Te recomendamos asistir con un médico angiólogo, que es el especialista experto en problemas venosos, y que este certificado por el consejo mexicano de angiología y cirugía vascular.



Dr. Alejandro Nuricumbo
Angiólogo y Cirujano Vascular
CP 3409434 CMACV 346

T. 686 552 20 44 Av. Reforma 1006 entre B y C



SU SALUD ES MI COMPROMISO

Experto en padecimientos del sistema esquelético



DR. OSCAR GARCÍA TOVAR
Traumatología y Ortopedia
Microcirugía Articular

📞 686 553 65 58

Emergencias: 686 198 50 92

📍 TORRE DE ESPECIALIDADES ALMATER / CALLE C #148 SUITE 215 / MEXICALI B.C.



El regreso a clases... si bien es el fin de las vacaciones, regresar a la escuela también implica ver a tus amigos de nuevo, salir al recreo y la rutina familiar. No me mal interpreten, para la mayor parte de los niños no es del todo agradable. Sin embargo para unos pocos, el regreso a clases, implica un enorme sufrimiento y una gran cantidad de frustración. Para estos niños, la escuela significa un regaño constante, una gran dificultad para socializar, la sensación constante de que no eres listo o lista y eres incapaz de resolver las cosas sencillas que para los demás parecen naturales.

Muchos de estos niños padecen de un problema del neuro desarrollo que se conoce como Trastorno por Déficit de Atención E Hiperactividad, TDAH, trastorno que afecta al 5% de los niños y niñas en edad escolar y que más allá de la frustración, de no tratarse, aumenta el riesgo de consumo de sustancias en la vida adulta e incluso desde la adolescencia, de aparición de enfermedades de salud mental como ansiedad y depresión en la vida adulta, así como fracaso desde escolar hasta laboral y social.



Es importante poder identificar a los niños que lo padecen ya que tiene tratamiento y este es capaz de resolver la mayor parte de los síntomas, evitando las consecuencias a largo plazo y permitiendo al niño una vida feliz, sana y completa.

Podemos dividir al padecimiento en 2 grandes grupos de síntomas: de Inatención y de Hiperactividad.

Síntomas de INATENCIÓN:

- 1 Descuidos frecuentes que llevan al menor a cometer errores
- 2 Dificultad para concentrarse por periodos prolongados desde situaciones complicadas o difíciles hasta cosas de la vida diaria
- 3 No escuchar lo que se le dice necesidad de que constantemente se le repitan las cosas
- 4 Dejar las cosas que comienza a medias y no terminarlas
- 5 Problemas para planear u organizarse en pasos ordenados o medir el tiempo
- 6 Dejar las cosas para el último momento posible
- 7 Perder frecuentemente objetos o tener que estarlos buscando todo el tiempo
- 8 Distraerse con facilidad ya sea por pequeños ruidos o movimientos a su alrededor
- 9 Olvidar citas recados, mandados u obligaciones

Síntomas de HIPERACTIVIDAD: (Últimos tres siendo los más impulsivos)

- 1 Necesidad de estarse moviendo todo el tiempo en su sitio ya sea moviendo las manos o los pies o la cabeza
- 2 Dificultad para mantenerse sentado por periodos prolongados, teniendo la necesidad de pararse en situaciones inadecuadas
- 3 Necesidad de correr, saltar o trepar que de no satisfacerse genera malestar
- 4 Dificultad para hacer las cosas con calma, teniendo que hacer 2 o 3 cosas al mismo tiempo (algunos de ellos sienten que si no hacen muchas cosas están perdiendo el tiempo), o bien sentirse frustrado con las cosas aburridas
- 5 Dificultad para ir más lento y frustración con las personas o situaciones que van muy lento, a veces parece que el pequeño pequeño tiene un motor por dentro
- 6 Hablar muy fuerte, muy rápido o mucho
- 7 Completar las frases antes de que se terminen o decir o hacer cosas sin pensar
- 8 Dificultad para esperar incluso a veces dejando de hacer cosas solo por no esperar
- 9 Interrumpir a los demás o meterse en sus actividades sin permiso de manera intrusiva

Si cualquier niño o niña, tiene 6 síntomas de inatención o de hiperactividad, que afectan cuando menos 2 áreas distintas de su vida, ya sea social, familiar, escolar o de otra índole, muy probablemente tenga un trastorno por déficit de atención, por lo que es necesario evaluarlo para poder tener un diagnóstico preciso y decidir cuál es el mejor plan de tratamiento para él o para ella.

Existen otros síntomas más allá de los criterios diagnósticos, pero que también pueden ser muy problemáticos, algunos niños tienen lo que llamamos disregulación afectiva, en la que el enojo, el llanto, la frustración, incluso la risa, pueden tener un volumen mucho mayor al esperado y que termina siendo problemático para las relaciones del niño con su entorno; algunos simplemente se enojan de manera explosiva, otros lloran cuando tienen que hablar con un adulto o explicarle algo, algunos tienen una risa aguda y excesiva que molesta a los demás y otros entristecen muy fácilmente con situaciones menores.

Algunos de estos niños pueden tener problemas con los horarios para dormir, tendiendo a dormirse siempre muy tarde, ya que hacerlo más temprano les es muy difícil.

Los tratamientos para el trastorno por déficit de atención e hiperactividad pueden iniciarse incluso desde los 6 años de edad, que es cuando más frecuentemente puede hacerse el diagnóstico, pero no son el único tratamiento, también hay modificaciones conductuales en casa y en la escuela que pueden ayudar a que el menor tenga mejores resultados.

Si tu hijo o hija, o algún pequeño conocido se queja de que la escuela es muy difícil y tiene muchos de estos síntomas, no lo pienses más, traelo con nosotros, en Sináptica podemos valorarlo y orientarte a cuál es la mejor manera de ayudarlo para que tenga una vida plena y sin riesgos innecesarios.



Dra. Adriana Rodríguez
Dr. Juan Vélez
Av. Zaragoza 1949 Col. Nueva
T. 686 552 2588

38 Aniversario NEBBIOLO



En el marco de su aniversario el multipremiado Nebbiolo Reseva Privada de LA Cetto se llevó a cabo en restaurante Mochomos, una cena maridaje con cata vertical de diferentes añadas de este vino de características únicas, su origen son uvas de Italia, que tomaron características que la enriquecieron en tierras de Valle de Guadalupe., Dirigido por Pilar Meré, que presentó etiquetas de añadas históricas 2005, 2012 y 2019, mostrando la evolución de cada año, que sin duda ha ido mejorando; los asistentes tuvieron el deleite de disfrutar esta cata con todos sus sentidos, capaz de trasladarnos al maravilloso mundo del vino con un maridaje impecable con los platillos presentados.



REGRESO A CLASES

Dra. Adriana Magaña



El regreso a clases puede ser un momento de sentimientos encontrados, estrés, volver a la rutina, levantarse temprano, hacer lunch, hacer tareas, clases extracurriculares pero es importante tener en cuenta algunas cosas para que esta transición sea mas placentera.

Te dejaré algunos consejos:

#1 CREA RUTINAS:

Una de las horas más importantes es la de dormir, debemos ayudar a que nuestros hijos retomen su rutina de sueño a la misma hora cada noche, esto les ayudará a estar descansados al día siguiente para aprender, jugar y adaptarse al nuevo año escolar.

El sueño es sumamente importante en todas las edad, especialmente en los niños, aquí te dejo una grafica para que sepas cuanto debería dormir tu hijo de acuerdo a su edad.



¿Cuántas horas necesitan dormir los niños?



Céd. de Médico 8040446
Céd. de Esp. 10999782
Consultor Internacional de Lactancia Certificado IBCLC
Diplomado en Nutrición Pediátrica



#2 INVOLUCRA A TUS HIJOS A LA HORA DE PLANEAR EL LUNCH

En este apartado me gustaría hacer énfasis en la planeación, ejemplo los domingos planea que quieren llevar a la escuela y has las compras necesarias, esto ayudará a ahorrar tiempo.

Dale opciones saludables a tus hijos y van anotando en una hoja el menú semanal.

Manda solo agua para que se hidraten, evita mandar jugos, y si es que los mandas que sea solo 1 vez por semana o cada 2 semanas.

Opta por recipientes a prueba de goteo y que sean sencillos para que los abran. También es importante recalcar que cada padre tiene un presupuesto destinado para esto.



@pediatra.adriana

#3 PACIENCIA

Recuerda que los niños se están adaptando nuevamente a nuevos maestros, compañeros de salón, nuevas reglas, nuevos retos.

Esto tomará un tiempo, por lo que te sugiero tomar un día a la vez. Estas primeras semanas habrán juntas, nuevos chats, etc y poco a poco se retoma la rutina.

FELIZ REGRESO A CLASES

Especialidades Almater Calle C. Suites 102-A Mexicali, BC
686 523.8014
686 199.5992

TAVOLA TRATTORIA | Sabores de MÉXICO SEPTIEMBRE 2024

PLAZA LA GRAN VÍA
www.tavola.mx



BABY SHOWER *Reynaldo*

Celebrando con amor la espera del bebé Reynaldo, Rosy Villegas e Itzel Ornelas, organizaron baby shower en honor de Vianey Ornelas, quien esta feliz por esta bendición junto con Reynaldo Andrade. Muy contentas amigas y las abuelitas Rosy Villegas y Celsa Beatriz Núñez, y la bisabuela María Rosa Velázquez, festejaron con buenos deseos.



Especialista en cuidados paliativos y en el manejo del dolor crónico lumbar, cervical, postoperatorio, dolor por artritis, fibromialgia, neuralgia del trigemino, migrañas...
#vivesindolor

Av. Madero #998 Int. 9
Tel. 686 516 0092
Cel. 686 160 0300 y 653 534 5420
Email. dromarcanizales@hotmail.com

Contamos con visita domiciliaria



¡Quiero emprender! ¿Cómo empiezo?

Lic. Sarah Saldivar



¿Decidiste emprender y no sabes por dónde empezar? Bien, con este artículo lo que busco es dejarte un poco más claro que factores son determinantes a la hora de emprender.

Decidir invertir en un emprendimiento, empresa o negocio, implica una serie de factores que deben tomarse en cuenta, es irresponsable emprender sin estrategia, cuando una persona no cuenta con permisos o no tiene los aspectos legales de su empresa resueltos, no solo pone en riesgo su inversión, si no que pone en riesgo a sus empleados y a su público consumidor.

Imaginemos un restaurante acaba de aperturar, y no cuenta con permisos de cofepris, no está dado de alta en hacienda, ni cuenta con seguridad social para sus empleados; ¿Qué certeza le está brindando a sus clientes, si no cuenta con las medidas mínimas sanitarias, ¿Qué seguridad tienes sus empleados en caso de necesitar servicios médicos? ¿Qué acciones se implementarían en caso de siniestro?, eso sin mencionar que operar un negocio sin pagar impuestos tiene consecuencias, que se traducen en grandes pérdidas monetarias.

Por eso es importante no emprender desde la ignorancia y el desconocimiento, el éxito de tu empresa, emprendimiento o negocio radica en su estrategia de desarrollo, por eso aquí te dejo estos

7 CONSEJOS SI VAS A EMPRENDER:

- Realice una investigación de mercado
- Tenga un plan de negocios
- Financie su empresa
- Escoja la ubicación de su empresa
- Registre el nombre de su empresa
- Solicite licencias y permisos
- Abra una cuenta bancaria comercial

Las compañías exitosas tienen algo que las hace únicas y las diferencia de las otras. Por eso, es importante que encuentres ese elemento que te distinga de tu competencia y lo resalte.

Recuerde que el tener una empresa dentro de la legalidad no solo lo posiciona frente a un mercado competitivo, si no que le permite acceder a créditos y financiamientos para hacer crecer su inversión. Le permite poder llevar su emprendimiento a otro nivel, un negocio que innova y se mantiene a la vanguardia, tiene cada aspecto legal previsto.

Asesórate de profesionales a la hora de invertir:
@licsarhsaldivar



SLSV

Lic. Sarah L. Saldivar Vindiola
licsarhsaldivar@gmail.com

Llevamos **más de 15 años** simplificando los procesos de tu negocio, brindándote las mejores **soluciones administrativas que tu empresa necesita:**

- > Asesoría
- > Capacitación
- > Implementación
- > Profesionalismo
- > Servidores Virtuales
- > Lectores Biométricos

CONTPAQi®
Bancos

CONTPAQi®
Contabilidad

CONTPAQi®
Nóminas

CONTPAQi®
Comercial

CONTPAQi®
Producción

CONTPAQi®
XML en línea+

CONTPAQi®
Punto de venta

CONTPAQi®
Factura electrónica

CONTPAQi®
Respaldos

CONTPAQi®
Escritorio Virtual

CONTPAQi®
CFDI

CONTPAQi®
Facturación en línea+

CONTPAQi®
Evalúa035

CONTPAQi®
Vende

CONTPAQi®
Personia

CONTPAQi®
Contabiliza

/solúticamxl
Llama hoy mismo:
teléfono **686 555-0051**

Soluciones Integrales de Baja California S. de R.L. de C.V.
Blvd. Benito Juárez 2252 Local 11
Plaza Mandarin, Mexicali, B.C., México
Correo E.: ventas@solutica.com.mx
Página WEB: www.solutica.com.mx

El cuidado de la salud, el patrimonio y la familia son pilares importantes para mantener un equilibrio en el diario vivir, pues saber que lo que más queremos está asegurado, brinda tranquilidad y confianza.

A lo largo de casi una década, Gladis Velázquez se ha dedicado a blindar el patrimonio de familias y emprendedores a través de Integra Asesores, de salvaguardar lo que más quieren y lo que con tanto esfuerzo y dedicación han generado.

Desde hace 13 años, Gladis junto con Joel, su esposo y sus tres hijas llegó a Mexicali, una tierra que le ha brindado las oportunidades de crecer y desarrollarse en un ámbito por demás importante, el ramo de los seguros.



GLADIS VELÁZQUEZ

Cuida lo que amas

“ Cada día tengo la oportunidad de marcar una diferencia real en la vida de las personas, esto no es solo un trabajo; es una vocación llena de propósito y significado, esta es una de las principales razones que me enorgullecen de ser Agente de Seguros, yo inicié en febrero de 2015. ”

Fungir como agente de seguros le ha permitido a Gladis conocer personas extraordinarias, así como construir conexiones humanas profundas basadas en la confianza, la empatía y el respeto mutuo. Su experiencia le ha demostrado que sus acciones tienen un gran impacto en la comunidad, por eso, se mantiene en constante actualización, misma que le permite ofrecer accesibilidad y las mejores opciones del mercado.

Como Agente profesional de seguros, Gladis Velázquez cuenta su Cédula vigente otorgada por la CNSF, así como logros importantes, como ser Miembro de la Million Dolar Round Table (MDRT) donde sólo accede el 2% de agentes a nivel mundial y fue galardonada con el LIMRA Silver Award for Productivity (IAP). Asimismo, cuenta con certificaciones como Asesor Profesional de Seguros Senior, CLI (certificación en Life Insurance) otorgado por The American College, al igual que es multicongresista y ha participado en seminarios a nivel internacional.

“ Me queda muy claro que mis acciones tienen un impacto tangible y positivo en la comunidad, ser parte de los momentos donde se cumple una meta de ahorro, o como cuando se activa la cobertura de gastos médicos durante una hospitalización, me deja claro que los seguros brindan esa tranquilidad financiera que es importante. ”



Integra Asesores brinda la oportunidad de contar con planes a la medida de la necesidad de cada persona, ofreciendo: Seguro de Vida, Gastos Médicos, Seguro de Retiro deducible de impuesto, Seguro de Auto, Hogar y Mascotas; Seguros de ahorro para la educación, Seguros empresariales, Seguro de Persona Clave en la empresa, Flotillas y Mercancías y Responsabilidad civil amplia.

Su trayectoria como agente de seguros le ha permitido conocer historias maravillosas, pero, sobre todo, colaborar con un equipo multidisciplinario que esta siempre listo para otorgar certeza legal y la tranquilidad en la configuración de sus pólizas.



integra asesores



Integra Asesores brinda la oportunidad de contar con planes a la medida de la necesidad de cada persona, ofreciendo: Seguro de Vida, Gastos Médicos, Seguro de Retiro deducible de impuesto, Seguro de Auto, Hogar y Mascotas; Seguros de ahorro para la educación, Seguros empresariales, Seguro de Persona Clave en la empresa, Flotillas y Mercancías y Responsabilidad civil amplia.

Su trayectoria como agente de seguros le ha permitido conocer historias maravillosas, pero, sobre todo, colaborar con un equipo multidisciplinario que esta siempre listo para otorgar certeza legal y la tranquilidad en la configuración de sus pólizas.

Si deseas conocer mas de Integra Asesores
¡Visita su Instagram!

 @gladiscuidaloquemamas



carrizos
CATERING



10 AÑOS
SUMANDO CALIDAD
a tus eventos!

Celebramos el décimo aniversario de CarrizosCatering con un maridaje espectacular de 4 tiempos con vinos de Labevid, siendo Mazda Mexicali el anfitrión.



carrizos
CATERING

menú

ENSALADA DE SANDIA Y QUESO FETA
Ensalada Mediterránea, acompañada de menta, pistache, aceitunas negras y una vinagreta cítrica
LABEVID, Tykhe Sauvignon Blanc

CENTOLLO CRAB ROLL
Pan brioche elaborado con 35% mantequilla, relleno de una ensalada cremosa de carne de cangrejo centollo
LABEVID, Cnosos Rose de Nebbiolo

MINI HAMBURGUESA WELLINGTON
Mezcla de carnes, acompañadas de mermelada de tocino, queso provolone ahumado, pepinillos, envuelta en pan horneado al estilo Wellington
LABEVID, Merlot Reserva

MARTINI DE CHOCOLATE
En una copa: Chocolate fluido 70% cacao, brownie extra chocolate, trufas de frutos rojos y fruta fresca.
LABEVID, Caberneos Cabernet Sauvignon

10 años 29 Agosto 2024



LO NUEVO en cosmética íntima

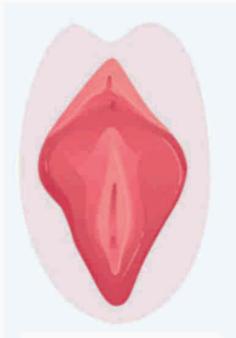


Dra. Claudia Sepúlveda

Los tratamientos de belleza íntima llegan hasta donde nunca habías imaginado.

El deseo de las mujeres de tener un aspecto más joven, saludable y bello va mucho más allá del rostro y cabello.

En los últimos años la cosmética íntima ha alcanzado mucho auge entre las mujeres y el deseo de rejuvenecer ha alcanzado también la zona íntima, los factores como el embarazo, los partos, el paso del tiempo, los cambios en la menopausia o simplemente la anatomía de los genitales de cada mujer, puede causarnos un aspecto en esa área capaz de provocarnos muchas inseguridades al igual que cualquier otra parte de nuestro cuerpo.



☎ 686 290 6281
☎ 686 161 0818

DUO MEDICAL SPA Av. Fco. I. Madero 1422 Col. Nueva, Mexicali, BC

Aunque es difícil aceptarlo nuestra vagina también envejece.

Es por esta razón que te dejo el top 10 de los procedimientos y productos más solicitados por las mujeres que buscan mejorar su zona íntima.

- Laser Vaginal
- Labioplastia
- Vaginoplastia
- Blanqueamiento íntimo
- Hilos Tensores PDO
- Remodelación labios mayores con ácido hialurónico
- Depilación láser área de bikini
- Plasma Rico en Plaquetas O-Shot
- Cremas Hidratantes Vulvares
- Humectantes Íntimos

Agenda tu cita para que conozcas a fondo cada técnica, no dudes en buscar mejorar tu vida íntima y sexual.

Atrévete ser tan bella por dentro como por fuera.

 **Dra. Sepúlveda**
Ced. Profesional 7864609



BOTICAS Guadalupana® ... y Santo Remedio

Velando por tu salud desde 1928











Estamos en:

- Calz. Cety's #2681 L-1, Plaza Marsella T. 686 565 88 63
- Oaxaca #3299, Col. Luis Donaldo Colosio T. 686 552 19 85
- Brasil #794-1, Cuauhtemoc Norte T. 686 905 15 72
- Lázaro Cárdenas 2498-A Col. El Porvenir T. 686 555 93 36
- Blvd. Anahuac # 298-1, Villas del Rey T. 686 837 08 13
- Centauro del Norte 1500, División del Norte T. 686 556 45 18

TEO GONZÁLEZ

Cine Corto

27
SEP
9:00
PM

BOLETOS EN:

CINE CURTO

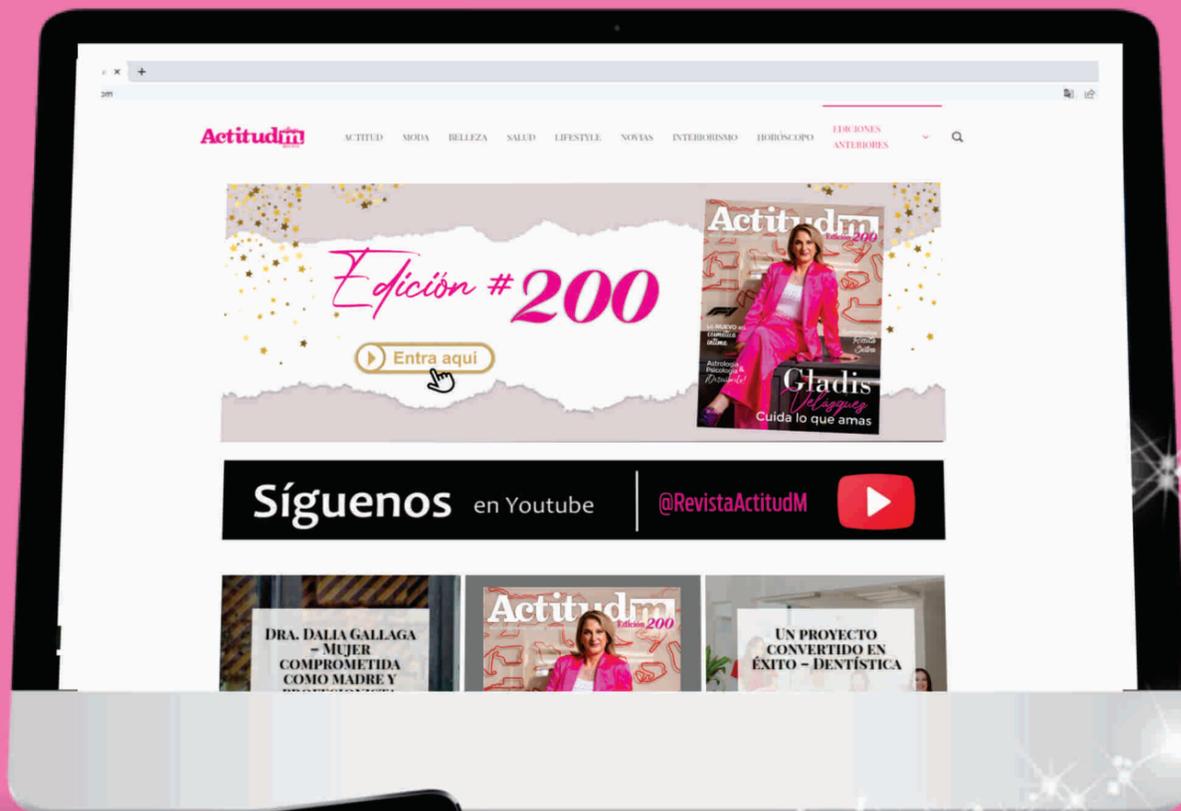
Teatro del estado

boletomex.com.mx

(686) 242.30.30







**DESCUBRE
NUESTRA
PAGINA WEB**

www.actitudm.com

 ¡Síguenos!

Orgullosos de Nuestras Raíces





FeetCare
Professional Pedicure

 686 566 79 06
 Citas: 686 351 87 55
 **Feetcareoficial**
 Blvd. Benito Juárez 1642 Plaza San Angel L-5

 Feetcareoficial



LOZANO
LABORATORIOS

 Análisis Clínicos

 Consulta Médica

 Ultrasonidos

 Rayos X

 Servicio a domicilio



Matriz **Reforma** | **Anáhuac** | Plaza **686**

Hospital **Hispano** | Hospital **Hispano Sur**

 (686) 211 0600

 laboratorioslozano.com



Rosita Silva

Festeja Cumpleaños...

Rodeada de amor y alegría en un emotivo evento Rosita celebró sus 90 años, celebración organizada por sus hijos: Rosa María, Elizabeth, Miguel Ángel, Flor del Carmen y Margarita. También estuvo acompañada por sus queridos hermanos José y Sarita Silva, nietos y binietos. ¡Un momento inolvidable lleno de recuerdos y cariño!



ooh la la la

Beauty Salon & Spa
by Dámaris



10 años de consentirte

**¡PREGUNTA POR
NUESTRAS
PROMOCIONES
DE ANIVERSARIO!**

Tintes, Cortes, Tratamientos Capilares, Babylights, Balayage, Peinado y Maquillaje, Lash Lifting, Laminado de ceja, Pestañas, Remoción de Microblading y Tatuaje de ceja, Micropigmentación de cejas y labios.

📞 686 688 1222 📞 686 147 2956

📍 Plaza Natura | Calle Novena 1349-10
Residencial Verona, Mexicali, B.C.



@ohlalabeautysalon

En el mundo actual, encontrar un enfoque integral que nos ayude a comprender y sanar los diversos aspectos de nuestra vida puede ser un desafío. En New Minds, nos hemos dedicado durante 16 años a ofrecer una solución única que combina las poderosas herramientas de la Psicología y la Astrología para proporcionar una curación integral: física, mental, emocional y espiritual.

Un Enfoque Integral para la Sanación

Nuestro trabajo en New Minds se basa en la creencia de que para abordar los problemas de manera efectiva, es fundamental entender no solo sus manifestaciones, sino también sus raíces. Al combinar las teorías y técnicas de la psicología con el conocimiento profundo de la astrología, logramos identificar las causas subyacentes de las dificultades de nuestros clientes, y ofrecer soluciones personalizadas.

Elaboramos diversos estudios astrológicos, incluyendo la Carta Natal, que nos permite descubrir la esencia de la personalidad de cada individuo; el Estudio de Compatibilidad de Pareja, que analiza la dinámica entre dos personas; y el Reporte de Sexualidad, que ofrece una comprensión profunda de la energía sexual y emocional. También realizamos Predicciones Anuales que indican posibles eventos futuros, ayudando a nuestros clientes a prepararse y tomar decisiones informadas.



Gabriel Carbajal

Ing. Industrial en Producción; CETYS 1978
Lic. en Psic. UABC 2006
Estudios avanzados de Metafísica, Astrología Natal y Predictiva
Montemorelos 1459 Col. Agualeguas en CLINICA CIANY
Cel: 686-212-6418
Jgcarbajal11@gmail.com

New Minds:

Uniendo Psicología y Astrología para una Vida Plena

Nuestra Misión

Buscamos que más personas descubran los beneficios de la astrología y la psicología combinadas, y que encuentren en estas herramientas la guía necesaria para resolver problemas de salud, económicos, personales, familiares y de pareja, encontrando así el camino a la felicidad.



A los 29 años, tras alcanzar todas mis metas profesionales y materiales, sentí un vacío profundo. Aunque el dinero ayuda, no garantiza la felicidad plena. Me di cuenta de que me había alejado de Dios y comencé una búsqueda espiritual que equilibró y armonizó mi vida.

Leí la Biblia, luego me sumergí en las enseñanzas del Kybalion, el Bhagavad Gita y la Teosofía de Madam Blavatsky. Estos textos transformaron mi percepción de la religión y me llevaron a la Astrología, la cual descubrí como la Madre de todas las Ciencias. La Astrología no tiene nada que ver con brujería; es una ciencia que estudia las influencias de los planetas sobre los seres vivos. Todo es energía, y las vibraciones electromagnéticas nos afectan de maneras profundas. La Impronta Astrológica revela nuestros dones, virtudes, propósito de vida, y defectos en los que debemos trabajar para ser felices.

No existe otra guía de vida tan reveladora como la Astrología. Es la mejor herramienta para comprender y evolucionar hacia una vida plena y equilibrada.

En New Minds, te ofrecemos no solo nuestra experiencia y conocimientos, sino también nuestra dedicación y voluntad de ayudarte a ser la mejor versión de ti mismo. Estamos aquí para servirte con amor, seriedad, honradez, y profesionalismo.



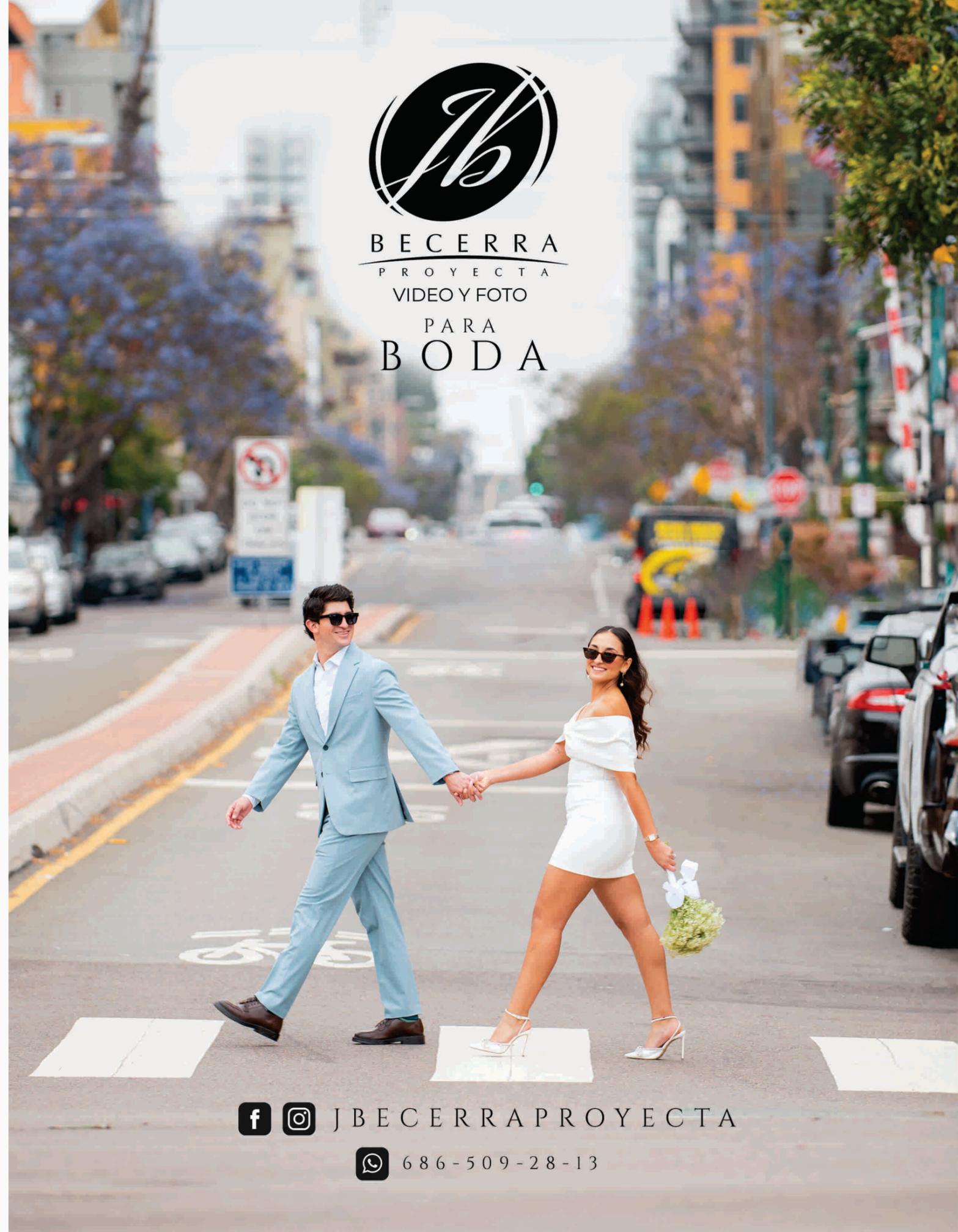
Facebook: Centro Astro-Psicológico New Minds



BE C E R R A
P R O Y E C T A

VIDEO Y FOTO

PARA
B O D A



J B E C E R R A P R O Y E C T A



6 8 6 - 5 0 9 - 2 8 - 1 3



El arte de ... MARALOVE

Mariel Méndez describe su arte como figurativa pero muy libre, “Así la percibo, me gusta mucho expresarme libremente sin tener ningún prejuicio, regla o teoría...” “Lo que me define es esta libertad de mezclar y experimentar algo que siento que va con la historia que quiero contar e inspiración de obra.” “Me encanta contar historias a través de sesiones de fotografía que incluyen accesorios intervenidos como bolsas, lentes y aretes.” Mariel define su obra con líneas simples y expresiones, en su mayoría mujeres y proyecciones femeninas.



Mariel Méndez es una artista México/Americana, que desde niña disfruta pintar. El arte y sus primeros trazos durante su infancia fueron el mayor impulso que la han llevado a encontrar una fuerza para hablarse a sí misma y a otros a través de su creatividad.

Desde sus primeras colaboraciones artísticas en la Oficina Global de Genero (Naciones Unidas) y Feminisk Task Force (Nueva York), podemos acercarnos a su idea de lo que busca transmitir en su arte, que es: Sentirse libre y genuina, la cual desarrolla con gran fluidez.

En 2014 lanzó su marca MARALOVE, desde entonces, ha estado en constante movimiento, en participaciones y exposiciones individuales en Estados Unidos y México. Así mismo, ha hecho varias colaboraciones con personas del ámbito artístico y servicio social. Las obras de arte que realiza Mariel son reconocidas por ser coloridas, figurativas y su forma de representar la feminidad. Mariel Méndez es una artista que hasta este año 2024, sigue trabajando cada día dedicando gran tiempo a su creatividad e inspirarse en la vida diaria. Nos invita atrevernos a soñar y sumergirnos en su mundo de color y emociones.






TOUR 2024

FELIZ MENTE IMPERFECTOS

NOVIEMBRE

- 12 COACHELLA
- 13 EL CENTRO
- 14 TIJUANA

DICIEMBRE

- 10 YUMA
- 11 MEXICALI




Inf. Venta de boletos (686) 242.3030 y (760) 222.1090






Encuéntranos

en Calexico

FLX FITNESS

2451 Rockwood Ave Calexico, CA 92231



CIENCIA VS VIOLENCIA

Por: Mane Morales L.



El pasado 27 de junio, se celebró la ceremonia de clausura del programa de transformación social "Ciencia vs. Violencia", con el apoyo de la Secretaría Ciudadana y la Coordinación General de la Prevención del Delito y las Violencias, de Grupo Educativo 16 de Septiembre y El Garage Project Hub.

Durante los últimos 5 años, este programa ha beneficiado a cientos de jóvenes, niños y adultos, donde abre un abanico de posibilidades con esta oportunidad de recibir esta formación que se distingue del resto. Dándoles herramientas a lo largo del programa para que desarrollaran proyectos de tecnología e innovación utilizando diferentes tipos de materiales didácticos como impresión 3D, kits de electrónica, arduinos, iPads y kits de prototipado robótico.

En esta ocasión, el programa contó con la participación activa de los alumnos de la Escuela Secundaria No. 23, quienes fueron reconocidos por su compromiso durante los últimos meses. El proyecto se extendió desde el 25 de septiembre de 2023 hasta el 27 de junio de 2024. En colaboración con la Secretaría de Seguridad Ciudadana y la Coordinación General de la Prevención del Delito y las Violencias, se logró impactar a cerca de 200 jóvenes de la Escuela Secundaria No. 23.5.

Uno de los objetivos principales es buscar la prevención de los índices de la violencia por medio de la creatividad, curiosidad e innovación mediante el aprendizaje tecnológico a través de talleres y la utilización de materiales didácticos para el desarrollo de prototipos.

El eje central de este proyecto es la aceptación del contexto social que se vive y encontrar formas de mejorar para el cambio, e incentivar a que conozcan diferentes ámbitos en los cuales puedan explorar y que aspiren a algo más de manera personal como también profesional.

grupoeducativo16sep 
www.elgaragehub.com

Av. Magisterio 550 Col. Maestros Federales
 Tels: 686 566 4000 / 686 318 5182



Desde la mesa del presidium, la Maestra Xcaret Sánchez, directora de Garage The Project Hub, mencionó que el programa, además de estar enfocado en la disminución de la violencia y el fomento del desarrollo de habilidades científicas y tecnológicas, se encarga de proveer las herramientas necesarias para proporcionar educación STEM de calidad.

Xcaret Sánchez concluyó: "Imaginense lo que pueden lograr estudiando en la universidad. Ahora es su turno de tomar esta iniciativa, utilizar las herramientas y la tecnología para alcanzar sus metas."

El rector y fundador de Grupo Educativo 16 de Septiembre, Manuel Ruelas, destacó la importancia de ser felices en lo que hacemos, subrayando que la felicidad es sinónimo de éxito. "Gocemos, convivamos y creemos relaciones interpersonales con nuestros compañeros, compartiendo nuestro saber. Si eliminamos la violencia, todo lo demás puede afrontarse, reconociendo lo que valemos", afirmó.



16 CENTRO DE ESTUDIOS UNIVERSITARIOS
 de Septiembre Formando y fortaleciendo el espíritu humano

¿Donde encuentro mi revista?

CARRIZOS CATERING
 SYNAPTICA CLINICA
 BOTICAS GUADALUPANA
 DR. ALEJANDRO NURICUMBO
 EL GARAGE PROJECT HUB
 DR. DAVID PAREDES • SOLUTICA
 RUTA TR3S • OOH LALA SALON
 ALBORADA RESIDENCIAL

INTEGRA ASESORES • SANDOVAL CLINICA • INSUMED
 DRA. ADRIANA MAGAÑA • DRA. CLAUDIA SEPULVEDA
 BAJA BRUNCH • FASHION SALON • FEET CARE PEDICURE
 LOZANO LABORATORIOS • DR. OMAR CANIZALES • 18 KIRAT JOYERIA
 CENTRO DE ESTUDIOS 16 DE SEPTIEMBRE • DR. OSCAR GARCIA
 RECONEXION CLINICA HOLISTICA • KOORI JAPANMED CUISINE
 LIC. SARAH L. SALDIVAR • DAGAL DISTRIBUIDORA
 NEW MINDS • MEYER OPTICAL
 VINOS LABEVID • TODOS SOMOS
 MEXICALI • MANIFESTO MUEBLERÍA
 UNIVERSIDAD VISCAYA
 ALMATER HOSPITAL
 TAVOLA TRATTORIA
 RESTAURANTE PALOMINOS
 ENDS OBESITY
 BECERRA PROYECTA



Desayunos

baja brunch
local taste

BajaBrunch



El mejor sabor a todas horas

Encuétranos en:
Plaza Gran Vía
 Calz. Cety's y Blv. Gómez Morín. 21259

Sushi

KOORI
 JAPANMED CUISINE

KooriSushiMxl





(Del 22 de agosto al 22 de septiembre)

Tu Planeta regente transitando en Leo en movimiento retrogrado, te hace que sientas que algo este vacío en tu trabajo. En este lugar habrá cambios, alguien se va y alguien llega. Todo funciona en automático. Te aplicas a lo que debes perfeccionar, pero ambicionas un cambio, sin embargo, te dan miedo los riesgos y te defines por lo seguro. Atiendes desbalances en tu salud y es posible una cirugía a meses adelante o un tratamiento importante. También en meses adelante si un negocio no lo ves funcional lo cerrarás y estarás pensando en hacer algo diferente. Sorpresas en la familia que provocan modificar convivencias regulares. Te enteras de un secreto importante. Pleitos continuos y ajustes en la relación de pareja que llevan a buscar elementos de ayuda como terapia y otras actividades.

ARIES

Se apertura otra oportunidad sentimental y mientras observas que se define en tu actual relación esta otra te distrae un poco de la rutina. Habrá buena temporada laboral en la cual los recursos mejoran. Viaje corto de placer. Te aplicas a mejorar temas de salud. Haces cambios en planes o proyectos futuros y estas en proceso de trámites de un crédito.

TAURO

Estarás mirando con lupa las acciones de tu pareja y si sientes que hay desequilibrio en el dar y tomar habrá una gran frustración que provocara enfrentamientos con buen resultado ya que se tomaran medidas y ajustes más armoniosos y justos en la relación. Buenos ingresos y pago de deudas. Cuidar salud en pies y piernas en general.

GEMINIS

Buen momento para activarte laboralmente. Trámites que hacer. Largas conferencias telefónicas. Es conveniente hacerse examen médico y asistir al doctor. Pleitos continuos de pareja y reconciliaciones. Es conveniente ser agradecida con el apoyo que te da tu pareja. Asunto con mascota. Viaje corto. Deshidratación.

CANCER

Marte transita en tu signo y esto provoca cierta debilidad o procrastinación. El dejar para después lo que antes te apuraba para darte más tiempo a ti y a tu descanso. Distracción. Asunto de salud que atender, atención a dolor de manos, hombro, cabeza y ojos. Disfrutaras de familia y amistades en reuniones agradables. Viajes cortos. Arreglo a un auto.

LEO

Es momento de revisar asuntos pendientes. Trabajas con sobre esfuerzo. Tendrás que enfrentar algún reclamo laboral por haberte descuidado y no atender con eficiencia el tema. Necesidad de descanso. Terapia física o psicológica. Insatisfacción sentimental. Dinero recibido con postergación. Evitaras a ciertas personas.

LIBRA

Sientes que estás en tu mejor momento laboralmente, pero algo no te satisface del todo y quizá busques hacer algo adicional. Te concentras ahora en el tema de pareja y buscas a alguien que te complete y si no es así, estarás teniendo discusiones por este motivo, manifestando constantemente tu inconformidad. Viajes de placer.

ESCORPION

Buen momento para hacer conexión con personas clave que te servirán de impulso para crecer laboral o profesionalmente. En el amor puede haber una dualidad. O sentirte aburrida y divagues con alguien de manera platónica. Tramite con documentos foráneos. Cambios en tu trabajo que te llevan a modificar estrategias.

SAGITARIO

Excelente etapa con oportunidad de crecer profesional y económicamente. Puede haber diversas propuestas u oportunidades de desarrollar proyectos. Los viajes y acuerdos foráneos se repiten. No permites que te distraigan de tus propósitos y pondrás alto a quien lo intente. Tramite de seguros. Algunos sagitarios se mudan de casa o trabajo.

CAPRICORNIO

Habrá que estar en revisión minuciosa de tu salud y poner medidas precautorias en este tema. El trabajo puede ser algo lento, aunque los recursos fluirán de manera normal. Nuevas disciplinas que te permiten concentrarte en objetivos. En el amor, subes y bajas continuas. Cuidar estómago, hombros, vesícula, páncreas. Nerviosismo.

ACUARIO

Estas en etapa de soluciones y crecimiento. Satisfacción por logros obtenidos profesionalmente. Cambios necesarios en tu trabajo o negocio. Reuniones e intimidad agradable con familia y pareja. Contratos y juntas importantes, viajes. Tramites con el extranjero. Invitación a una sociedad. Tratamientos médicos y naturismo.

PISCIS

Disciplinas físicas. Meditación. Interés por temas de salud e higiene. Asunto metafísico o psicológico. Tema legal en puerta. Sera necesario una tregua o trato que de fin a un conflicto con una vieja rencilla. Estabilidad en tu relación de pareja de la cual recibirás mucho apoyo en este periodo. Atención a salud de hijos o parientes mayores.



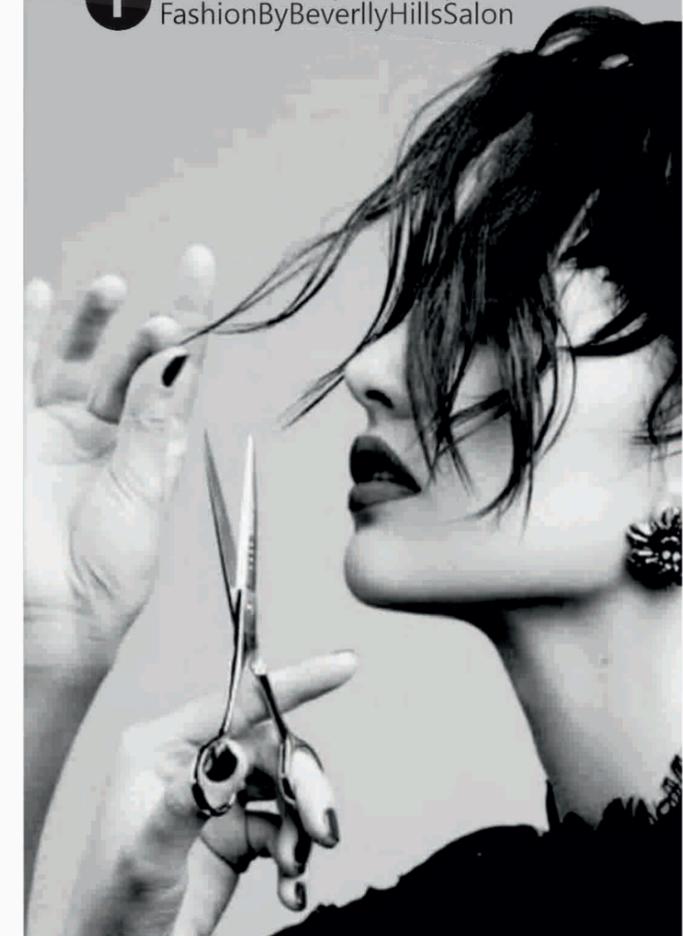
Terapeuta y Astróloga
Tels. 686 946 00 87 y 558 74 86
Terapeuta: Lic. Abraham García G.
T. 686 118 61 09



FASHION
Beauty Salon
Plaza San Pedro

Salón. 905.6090
Cel. (686)305.2312
Plaza San Pedro, Local 10

Fashionsalon.plazasanpedro
FashionByBeverlyHillsSalon



TRANSFORMA TU VIDA EN 2024

¡TU VIAJE HACIA UN FUTURO MÁS SALUDABLE COMIENZA AQUÍ!

**PRECIOS ESPECIALES EN
PROCEDIMIENTOS BARIÁTRICOS**



PARADOR TURÍSTICO - TRUCK STOP Dagal Batáquez



Sanitarios



Seguridad
y vigilancia



Recargas
Telefónicas



Cajero
Automático



Aceptamos
tarjetas de crédito,
débito y monederos
electrónicos



Lavandería



Sala de juntas



Ctra. a San Luis R.C Km44
658 514 26 17



Restaurante Dagal
www.dagal.com.mx



Aliados de tu Salud



Mobiliario
médico



Equipo
médico de
diagnostico



Todo para el
paciente en
casa



Encuentra todo lo necesario para
Profesional de la Salud

Mexicali

MATRIZ
Av. Reforma 1098
Col. Nueva
(686)554-2908

Mexicali

Novena
Calle novena
1540 plaza alta
No. Int. 9
(686)104-6715

San Luis R.C.

Calle 12
y Revolución
Col. comercial
(653)534-0094

Tijuana

Torre Platino
Blvd Gral R.
Sánchez Taboada
10488
Zona Urbana Río
(664)635-3910

Hermosillo

Blvd Luis Donaldo
Colosio 619 Local 101
Plaza Colossus
(662)108-9225

f @insumed



insumed.com.mx