



Nicas

EN EL EXTERIOR NEWS

PERIÓDICO DEL ACONTECER NICA EN EL MUNDO

¡GRATIS!

#NicaraguaLibre
#SinPres@sPolitic@s
#SOSNicaragua

ESTADÍSTICAS DEL COVID-19

- (Casos Confirmados)
- El Mundo: 171,196,260
 - EE.UU: 33,287,577
 - California: 3,790,976
 - Los Angeles: 1,244,170
 - Nicaragua: ¿7,481?

GO PURPLE
#ENDALZ or #EndAlzheimers
Purple is the official color of the Alzheimer's movement

CALIFORNIA
Countdown to reopening June 15

Your actions save lives
Get vaccinated by June 15
and you could win \$1.5 million!

CRISTIANA CHAMORRO
Detención y acoso a la prensa independiente

ENRIQUE SÁENZ
¿Cómo interpretar la reciente embestida de la dictadura?

Cristian Jiménez Caldera, M.D.
y Kristen Hernández, M.D.
Dos nuevos Médicos de Nuestra Comunidad





www.lafise.com

Honduras



¡Unimos a más familias!

Ahora puedes enviar tus remesas a través de:



y tus familiares recibirán sus remesas directamente en su cuenta de ahorro o podrán cobrarlas en nuestras sucursales a nivel nacional

Pasos a seguir:

- 1 Brinda tu número de cuenta de ahorro (12 dígitos a tu familiar)
- 2 Proporciona tus datos personales

¿Aún no tienes tu cuenta de ahorro?

Ingresa a: <http://bit.ly/CuentaDigitalHNobn>

Para mayor información de remesas ingresa a:

www.barri.com - <https://bit.ly/RemesasHN>







 USA: 1-855-552-3473



COMIDA NICA

SÁBADO Y DOMINGO SOLAMENTE

BAHO, NACATAMAL, SALPICÓN, FRITANGA

GALLINA RELLENA, LOMO RELLENO, PIERNA DE PUERCO AL HORNO, Y ARROZ A LA VALENCIANA POR ENCARGO

WE DO CATERING!

- **TODOS LOS DÍAS:** Comida Mexicana y Carnitas.
- **CARNICERÍA:** Servicio especial a las LONCHERAS y RESTAURANTES.
- Carne con corte nicaragüense para asar, salpicón y pecho (para baho)
- Café Presto, Rosquillas, Pastelitos, Biónicos, Frutas y Verduras Frescas, Zepol y cientos de productos latinos
- Productos "El Caracol", Café Avena, Semilla de Jícara, Cacao, Cebada, Pinolillo.
- Jaleas "Callejas" y Rosquillas Somoteñas

12242 E. Valley Blvd.
El Monte, CA 91732

Phone: 626 442-1190

www.ElGallitoNicaMexCocina.com



SABOR NICARAGÜENSE

RESTAURANT







1927 S. Western Ave. Los Angeles, CA 90018

Información: (323) 870-5505



AMIGOS DE NICARAGUA
AZUL Y BLANCO

Our Mission

Amigos de Nicaragua promotes the dignity of life and legacy of Nicaraguans around the world by developing, funding, and implementing sustainable projects that protect human rights and promote democracy.

COMUNICADO GENERAL

Junio 2021

Amigos de Nicaragua Azul y Blanco (ANAB), hace del conocimiento público los últimos acontecimientos acaecidos en Nicaragua, y que, por tratarse de un hecho trascendental en la vida de sus ciudadanos, informamos y denunciemos lo siguiente: El régimen dictatorial del matrimonio Ortega Murillo a través del Ministerio Público, el día primero de Junio del presente, solicitó a las autoridades correspondientes, medidas cautelares en contra de Guillermo Medrano, María L. Arroliga, Lilly Delgado y Cristiana Chamorro Barrios, (periodistas independientes) violentando de esta forma sus derechos humanos fundamentales. Asimismo, se inhabilita a Cristiana Chamorro Barrios para aspirar a cargos públicos, ya que en la actualidad le han quitado sus derechos civiles y políticos al iniciarle un proceso penal totalmente injusto y arbitrario. De igual forma se ordenó el allanamiento y detención de casa por cárcel a la Sra. Chamorro Barrios, consumando así la violación a su derecho político. Este último hecho decapita a la aspirante presidencial con mayor simpatía de votos para competir en las elecciones de Noviembre próximo, reflejando el temor de perder del matrimonio Ortega Murillo en el momento de competir en una contienda transparente, justa, libre y observada internacionalmente. ANAB, se siente con el deber de denunciar al partido del gobierno (FSLN) ante nuestros compatriotas dentro y fuera de Nicaragua y a las instituciones internacionales, estas arbitrariedades que están forjando el camino al mayor fraude electoral en la historia del país, y que de lograrlo, los Ortega Murrillo se perpetuarán en el poder, incrementando la desestabilidad sociopolítica, económica y la ausencia del estado de derecho que tanto mal ha ocasionado a nuestra linda Nicaragua. Instamos a todos nuestros compatriotas a estar pendiente de las noticias y de estar consciente que los nicaragüenses del exterior, somos una parte importante (mil ochocientos millones de dólares en remesas) para la estabilidad económica de nuestro pueblo. No perdamos nuestra patria permitiendo la continuidad de los Ortega Murillo

June 2021

Amigos de Nicaragua Azul y Blanco (ANAB), would like to shine a light on current events happening in Nicaragua, as it is a transcendental event in the lives of its citizens, we report and denounce the following: On June 1st of this year, the Ortega-Murillo dictatorial regime, through the Public Ministry, requested the corresponding authorities take precautionary measures against Guillermo Medrano, María L. Arroliga, Lilly Delgado, and Cristiana Chamorro Barrios, (independent journalists) thereby violating their fundamental human rights. Likewise, Cristiana Chamorro Barrios is disqualified from running for public office, since her civil and political rights have been taken away by initiating a totally unjust and arbitrary criminal process. Additionally, the home search and house arrest of Ms. Chamorro Barrios was ordered, thus sealing the violation of her political rights. This last fact invalidates the presidential candidate who currently has the highest vote needed to compete in the elections next November; therefore indicating that the Ortega-Murillo regime fears losing the transparent, fair, free, and internationally observed election. ANAB feels that it has the duty to denounce the government party (FSLN) on behalf of our citizens inside and outside Nicaragua. In the eyes of the international institutions, these actions are paving the way to the greatest electoral fraud in the history of the country. Their political agenda is coming to fruition as a result of increased political power that has grown from economic instability, the absence of the rule of law, all of which has caused harm to our beautiful country. We urge all our fellow citizens to be aware of the news and to be aware that Nicaraguans abroad play an important part (one thousand eight hundred million dollars in remittances) in the economic stability of our people. Let's not lose our homeland by allowing the Ortega Murillo family to continue.

Amigos de Nicaragua Azul y Blanco

is a 501(c)3 Charitable Organization. EIN 83-0917254 • Tel: (323) 457-8402

305 S. Fair Oaks Ave., Suite 409
Pasadena, CA 91105

Email: Donate@NicaAzulyBlanco.org
www.NicaAzulyBlanco.org

HOLLYWOOD

NOTICIAS DE Los Angeles

Your actions save lives Get vaccinated by June 15 and you could win \$1.5 million!

Recent updates:

Vaccinated in California? You're entered to win

No matter when you were vaccinated for COVID-19, you're automatically entered to win up to \$1.5 million in California's Vax for the Win. No entry form required! Giveaways start Friday June 4, when 15 people will win \$50,000 each.

Get vaccinated and you could win \$1.5 million!

Getting your COVID-19 vaccine is not just the right thing to do — here in California, it's rewarding. The Vax for the Win incentive program is giving vaccinated Californians a chance to win up to \$1.5 million! Not vaxed? Start now and you'll be entered to win. The next 2 million Californians to start and complete their vaccination will also get a \$50 card!

What will change on June 15

California is preparing to get back to normal. On June 15, capacity and distancing restrictions will be lifted for most businesses and activities. Large-scale indoor events will have vaccination or negative test requirements for attendees through at least October 1.

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Beyond-Blueprint-Framework.aspx>

Vax for the Win California's vaccine incentive program Get vaccinated, get rewarded

We want to thank you for helping us beat the pandemic in California!

How you can win \$1.5 million grand prizes

It's our biggest "thank you" yet to Californians who have received their



Eric Garcetti
@MayorOLA

COVID-19 vaccine. Ten winners will be selected on June 15 to receive \$1.5 million each — prizes totaling \$15 million! All Californians who have had at least one COVID-19 dose will automatically be entered.



Countdown to reopening June 15

You're eligible to win \$1.5 million if you:
Live in California,
Are aged 12 and older,
And have received at least a first dose of your COVID-19 vaccine.

Prize money will be paid after the winner has completed their vaccination series. Incarcerated persons and persons living outside of California are not eligible.

Winners will be notified by the **California Department of Public Health** and will not be asked to pay any fees associated with verifying eligibility for the cash prize.

Any fraudulent activities or misinformation can be reported to rumors@cdph.ca.gov. Individuals should also use this email address to report any concerns about the authenticity of any contact they have received related to cash prizes.

\$50,000 Fridays

But that's not all. Everyone with at least one COVID-19 dose in the state of California will be automatically entered to win big on \$50,000 Fridays! Thirty winners will take home \$50,000. Fifteen people will win on **Friday, June 4** and another 15 will win on **Friday, June 11**.

\$50 cards - "You Call the Shot California"

accepted, or added to a mobile wallet to be used to shop in-stores that accept mobile wallets),
Or a \$50 grocery gift card from Kroger (which includes Ralphs, Food 4 Less and Foods Co.),
Or a \$50 grocery gift card from Albertsons (which includes Safeway, Albertsons, Vons, Pavilions and Andronico's Community Markets).
Available while supplies last.
You're eligible to receive a \$50 card if you:

- Live in California,
- Are aged 12 and older,
- And get vaccinated starting on or after May 27.

Let's Get Vaccinated, L.A.

Everyone 12 and older can get the vaccine.
No appointment needed.



Find a vaccination site near you:
Coronavirus.LACity.org/GetVaccinated

Not yet vaccinated? Now is your time. Starting on **May 27**, the first two million Californians to start and complete their COVID-19 vaccination will receive:

A \$50 virtual card (which can be spent online, in-store where major debit cards are

You will also be entered to win in the cash drawings!

Get vaccinated

Ready to get vaccinated? Go to myturn.ca.gov or call the **CA COVID-19 Hotline** at **1-833-422-4255** to find a vaccination site near you. Many allow you to walk in without an appointment.

You do not have to book through My Turn to qualify for this incentive. You are eligible if you get vaccinated at any site in California that reports to the statewide vaccination registry (CAIR), including in-home vaccination services.

<https://covid19.ca.gov>
<https://covid19.ca.gov/vax-for-the-win>

Cortesía: **Official California State Government**

CALIFORNIA **ALL** COVID19.CA.GOV
Your Actions Save Lives

Your actions save lives

Get vaccinated by June 15 and you could win \$1.5 million!

GET VAXED FOR THE WIN →

Tracking COVID-19 in CA

CASES
3,692,506 total
846 today
↘ 1.7 new cases per 100K

DEATHS
62,499 total
20 today
↘ 0.04 new deaths per 100K

TESTS
67,013,912 total
95,819 today
↘ 0.7% test positivity

VACCINES ADMINISTERED
38,862,508 total



ORIGINAL LA ADELITA

RESTAURANTE, PANADERÍA, TORTILLERÍA

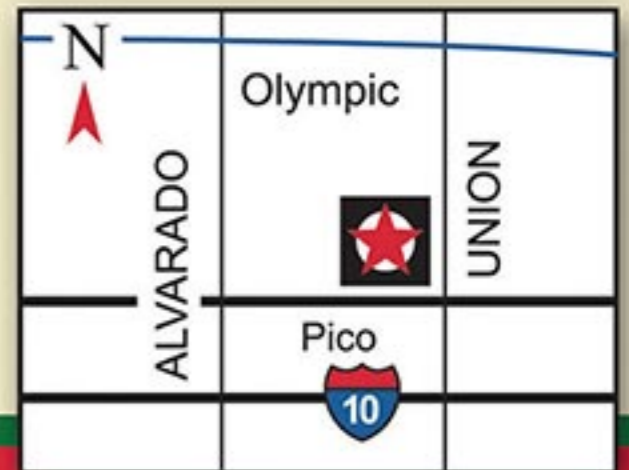
COMIDA CENTROAMERICANA Y MEXICANA

- Baho Nicaragüense
- Nacatamales
- Carbe Asada
- Vigorón con Ensalada
- Carnitas y Chicharrones "Estilo Granada"
- Fritanga
- Mondongo
- Filetes
- Tajadas con Queso

Siempre Imitado Nunea Copiado



Established 1980



Tel. (213) 487-0176
 1287 S. Union Ave.
 LOS ANGELES, C.A. 90015



EL CAMACHO'S

Restaurante Nicaragüense

EL PIONERO DE LA COCINA NICA EN LOS ANGELES
 Ahora con Nueva Administración

TODOS LOS DÍAS:
 Jugos Naturales, Licuados y Raspados
BAHO: Sábado y Domingo



Hacemos Deliveries (3 millas, orden mínima \$20)

2019 W. Venice Blvd., Los Angeles, CA 90006
 Tel. (323) 735-6276 • www.ElCamachos.com



BAJO SOL Y LLUVIA



Iván Figueroa
 Poeta, escritor.

Nació en Bluefields,
 Costa Caribe de Nicaragua.

El exuberante verde del trópico fue mi cuna.
 Hijo de sol, aguacero y olas de mar en dos estaciones.
 En rústica canoa de árbol calado a mano
 navegaron mis sueños de héroe
 por ríos y cañadas en busca de un punto de agua,
 un escape a pescar, un chapuzón y retozar.
 Eran tiempos en que reinaba la naturaleza.
 La tecnología era ciencia ficción
 y cosa de pudientes la televisión.
 En casa, solo un viejo radio calmaba
 las ansiedades noticiosas del abuelo.
 Era un reto romper el silencio el resto del día,
 si no fuera por el canto de mi madre
 no escucharíamos más que el ladrido de los perros,
 el cacarear de las gallinas
 o el certero y puntual reloj de un alcaraván.
 Las noches de sueño parecían eternas, maratónicas.
 El despertar no conocía lagañas,
 mi abuela dirigía su propio "home base business".
 Mi casa era fábrica de panes y tortas
 en horno de arcilla; se palmeaban tortillas,
 cocinábamos dulces, cajeta de leche y de coco,
 confites pirulí, se hervía la yuca
 que junto al chicharrón y ensalada de repollo
 forman el Vigorón, en ese tiempo servido
 sobre hojas de almendro o cualquier otra hoja natural,
 platillo popular de mi tierra
 ¡que se come con los dedos!
 Luego la escuela. ¡Aaah! La escuela,
 aunque a regañadientes nuestra salvación.
 Todo escrito a mano, cuaderno tras cuaderno,
 la máquina de escribir era tecnología de punta,
 la bicicleta un artículo de lujo.
 En la remota costa no conocíamos de automóviles.
 Pero si de diversión se trataba, éramos los reyes
 del deporte, el baile y la música afro caribeña.

Iván Figueroa
 Publicado en antología "Pinceladas de mi niñez"
 Asociación de Escritores Latinoamericanos (ADELA)
 bajo la dirección de la Sra. Miriam Burbano
 Los Angeles, California (2018)



Nicas

EN EL EXTERIOR NEWS

EL PERIÓDICO DEL ACONTECER NICA EN EL MUNDO

CALIFORNIA

382 N. Lemon Ave., #236
Walnut, CA 91789 EE.UU.
Tel. +1 (800) 378-5717 ext. 711
FAX: +1 (626) 737-3521
info@NicasEnElExteriorNews.com

FLORIDA

16274 SW 76th St
Miami, FL 33193 EE.UU.
Tel. +1 (305) 967-3948
Miami@NicasEnElExteriorNews.com

COLABORADORES A NIVEL MUNDIAL

Director / Presidente Tito Lagos-Bassett Director@NicasEnElExteriorNews.com	Nicaragua María José Zamora MJZamora@NicasEnElExteriorNews.com
Editor General / Vicepresidente Allan Ortega EditorGeneral@NicasEnElExteriorNews.com	Costa Rica Mauricio Ortega MauricioOrtega@NicasEnElExteriorNews.com
Gerente General Manuel Ortega GerenteGeneral@NicasEnElExteriorNews.com	Honduras Chale Porta ChalePorta@NicasEnElExteriorNews.com
Gerente de Ventas Luis E. Lagos Ventas@NicasEnElExteriorNews.com	Miami, Florida Milton Cabrera MiltonCabrera@NicasEnElExteriorNews.com
Gerente de Ventas (Sur de California) María Alejandra Torres MATorres@NicasEnElExteriorNews.com	Los Angeles, California Luis Hernandez LuisHernandez@NicasEnElExteriorNews.com
Editor Cultural Ariel Montoya Cultural@NicasEnElExteriorNews.com	Caracas, Venezuela Alicides Gutiérrez AlicidesGutierrez@NicasEnElExteriorNews.com
Editor Turístico Lucy Valenti Turismo@NicasEnElExteriorNews.com	Santa Fe de Bogota, Colombia Ileana Tijerino IleanaTijerino@NicasEnElExteriorNews.com
Diseño y Diagramación Richard Wilson (Managua, Nicaragua) Diagramacion@NicasEnElExteriorNews.com	Sao Paulo, Brasil Danilo Gutiérrez DaniloGutierrez@NicasEnElExteriorNews.com
Caricaturista Javier Yasir Fajardo Flores Caricaturista@NicasEnElExteriorNews.com	Religión y Fe P. Silvio Fonseca y Cesar Marcus ReligionYFe@NicasEnElExteriorNews.com

NICAS EN EL EXTERIOR NEWS es un periódico/revista publicado mensualmente. Derechos Reservados. Toda reproducción es ilícita sin permiso escrito del editor. Prohibida la reproducción total o parcial de los artes hechos en NICAS EN EL EXTERIOR NEWS.

EN INTERNET.
El periódico estará expuesto en el INTERNET y será enviada cada edición a nuestra base de datos de más de 90,000 e-mails de Nicas alrededor del mundo. La página asimismo, incluirá los anuncios de nuestros patrocinadores. Ver: www.NicasEnElExteriorNews.com

POLIZA DE ERRORES.
Nicas En El Exterior News no dará crédito por errores que no afecten materialmente el valor del anuncio. Nicas En El Exterior News será responsable sólo por la primera publicación de su anuncio. Los errores deben ser reportados inmediatamente a la fecha de publicación al (800) 378-5717 ext. 719.

El periódico Nicas En El Exterior News no se hace responsable de los artículos o servicios que lo anunciantes ofrecen, asimismo nos reservamos el derecho de rechazar cualquier publicidad o escrito enviado a esta redacción. Los reportajes son completamente responsabilidad de quien los escribe. No se devuelven originales ni fotografías a colaboradores aunque estos no se publiquen.

Directorio de Anunciantes - Junio 2021

Publicidad@NicasNews.com Tel: (626) 806-2938

ALIMENTOS / BEBIDAS El Camachos Restaurant.....5 El Cochinito.....19 El Gallito Market.....2 Honduras Kitchen.....17 Ikonics Modern Nicaraguan Cuisine.....19 Media Noche Restaurant.....13 Original La Adelita Restaurante...5 Portobanco's Restaurant.....20 Sabor Nicaraguense Restaurant.....2 Tropical Cuban Cafe.....19	Pasadena Liver Center Dr. Edward A. Mena M.D.7 Baldwin Park Medical Group Dr. Marvin Urbina & Dr. Herman Carrillo7	MISCELÁNEA Funeraria Groman.....15
AUTOS Julio Castellón (Toyota).....15 Ortiz Tires & Wheels Inc.).....15	ENTRETENIMIENTO / EVENTOS (www.NicasNews.com/events) Mariachi Latino de José Cervantes.....15	ORGANIZACIONES Amigos De Nicaragua, Azul y Blanco.....3 Cámara De Comercio Nicaraguense-Americana de California.....15 San Gabriel Valley Hispanic Chamber of Commerce.....10
BANCA Y FINANZAS Banco y Remesas Lafise.....2	INCOME TAX - DIRECTORIO.TAX DIRECT. DE PREPARADORES DE IMPUESTOS Centro Hispano.....19 Professional Services.....15 Romero Professional Services.15	SERVICIOS LEGALES www.Inmigracion.org15
BIENES RAICES EE.UU. OSCAR & GUADALUPE BARKER Bluefields Realty.....15 HELGA VILLARREAL Villarreal Real Estate Group.....16	INTERNET EnviosDeEmail.com15 DominiosPropios.com A Division of Web Enterprises, Inc. <i>Registro de Dominios, Hosting, Emails</i>15 www.NicasNews.com15	SERVICIOS PROFESIONALES Alfredo Photo Studio <i>José Luis Espinoza</i>15 Lewis Photographer / Creative.15 MGPrinting.....15 Team Gaitán - Nicaragua.....5
CLÍNICAS California Liver Research Institute Dr. Edward A. Mena M.D.7 La Raza Medical Clinic Dr. Raúl Bendaña7	LITERATURA www.RubenDario.org15 Iván Figueroa.....5 Temas De Mi Peregrinar.....15	TURISMO www.IslaDeOmetepe.com15

EDITORIAL



LO QUE DEMUESTRAN NUESTROS GRADUADOS

Tito Lagos-Bassett
Director@NicasEnElExteriorNews.com

Una de las cosas que más disfruto en la vida es ver la realización de los sueños de nuestros jóvenes graduados.

Es por ello que en nuestro medio de comunicación le damos tanta relevancia. Pero no solo es por destacar los logros de estos estudiantes, sino también porque en ese quehacer va también nuestro orgullo como comunidad, en cada éxito de estos muchachos va un poco del sacrificio de una lucha de trabajo de sus padres, abuelos, tíos, hermanos, primos y parientes.

Un graduado es el símbolo de una familia que ha logrado superarse, es prácticamente la garantía de una mejor manera de ver y enfrentar el mundo, y por lo tanto es en gran parte la posibilidad de tener un mejor porvenir no solo del individuo en sí, sino toda la familia.

Por eso no es de extrañar que en ocasiones los padres sacrifican lujos, vacaciones, y hasta sistemas de vida más modestos, por el noble motivo de lograr que sus hijos alcancen las metas académicas que en muchos casos ningún miembro de la familia en el pasado lo había alcanzado.

En este editorial quiero felicitar a la familia en general de los graduados, y digo en general porque se y reconozco que en muchas ocasiones ha sido el esfuerzo de muchas manos, muchas mentes, y mucha psicología para lograr que los estudiantes se concentraran, se esforzaran, hicieran sacrificios de diversiones para enfocarse en lograr sus metas.

Decía mi padre, que nada es más importante que la herencia de una buena educación, porque cualquier otro bien material se puede perder por múltiples causas, sin embargo, los conocimientos obtenidos los llevamos dentro de nuestras mentes y esas no pueden ser confiscadas, ni podemos perderla en una jugada de naípe.

La educación supera la capacidad de razonar y permite ver la vida con mayor amplitud y entusiasmo. Por eso nuevamente padres de familia muchas felicidades, y muchas gracias por su entereza y sacrificio, nuestra comunidad necesita de buenos y honestos profesionales.

Sé que para muchos de los graduados que publicamos en esta edición aún le faltan muchos años de estudios, y en muchos casos, todos lo sabemos, los estudios nunca cesarán, pues estar al día en los avances de los conocimientos es vital para no quedarse atrás. Pero es importante entonces que amemos lo que hacemos y por lo que estaríamos dispuestos a trabajar día y noche, aunque no recibiéramos pago alguno, solo por el placer de hacer algo que les guste, eso se llama entrar al juego de la vida para jugar y divertirse.

Bienvenidos graduados, la vida les tiene preparadas sorpresas, ojalá la disfruten en todas sus dimensiones, y aprecien el sacrificio de quienes han confiado en ustedes.

Dios bendiga a Nicaragua, a los Nicas En El Exterior y a todos los pueblos del mundo.

-Tito

"Algunas veces no es fácil hacer lo correcto, por eso es importante fortalecer la conciencia."



California Liver Research Institute is a non-profit research organization that is focused on the advancement of treatment and curing of all forms of liver disease.

FATTY LIVER

Fatty liver is the most common liver disease. An Estimated 30 Million Americans have fatty liver disease.

(It is related to metabolic disease, which means diabetes, family history of diabetes, a high triglyceride count, hypertension and obesity.)



FIBROSCAN®

FibroScan® is painless, quick, and easy. It is also one of the best ways to determine the health of your liver. The FibroScan® examination is covered by most insurance plans.

301 S. Fair Oaks Ave, Suite 409
Pasadena, CA 91105

Phone: (626) 795-5769 | www.CaLiverResearch.org

Dr. Marvin Urbina & Dr. Herman Carrillo

MEDICINA FAMILIAR

El Mejor Cuidado Médico para la Familia



- Pediatría
- Neurología
- Rehabilitación
- Ginecología
- Cirugía
- Especialistas en Nariz, Oídos y Garganta
- Cardiología
- Accidentes de Auto
- Enfermedades de la Tercera Edad
- Gastrología
- Ortopedia

TRATAMIENTO LÁSER DE LA PIEL:

Cicatrices, Tatuajes, Lunares, Verrugas, Venas Varicosas y Remoción de Cabello

Servicios de Laboratorio: Rayos X - Ultrasonido - Pruebas de Embarazo
Pruebas de Cáncer (Hombres y Mujeres) - Colesterol - Anemia - Diabetes

Se aceptan la mayoría de Seguros Médicos (Medical, Medicare, PPO) | Horario: Lunes a Sábado: 9 a.m. - 6 p.m.
NO CITA NECESARIA

BALDWIN PARK MEDICAL GROUP
Baldwin Park / El Monte
14342 Ramona Blvd, Baldwin Park, CA 91706
(626) 338-4088

CLÍNICA MÉDICA DEL SOL
1431 N. Hacienda Blvd
La Puente, CA 91744
(626) 918-3828



Hepatólogo y Director Médico del Pasadena Liver Center (Especialista en Tratamiento e Investigación de Enfermedades del Hígado)

Afiliaciones

Huntington Memorial Hospital
White Memorial Medical Center

Educación

- Beca, Hepatología, University of Southern California Liver Unit, Rancho Los Amigos Medical Center
- Residencia, Medicina Interna, White Memorial Medical Center,
- Jefe de Residentes, White Memorial Medical Center Medical
- Grado, University of Southern California Keck School of Medicine
- Programa Post Baccalaureate, University of California, San Diego
- Licenciatura en Ciencias, Bioquímica, University of California, Los Angeles.

El Dr. Mena es un Hepatólogo activo por los últimos 15 años. Su devoción en las enfermedades del hígado incluyen: Enzimas anormales del hígado, Hepatitis B and C, Hígado graso, Cirrosis y Cáncer del hígado. La creciente epidemia en la comunidad latina viene siendo el hígado graso. Esto es el resultado al aumento de peso, diabetes, colesterol y la presión alta.

La enfermedad del hígado graso, será la causa primera de la cirrosis en el futuro. En nuestra clínica, nosotros tenemos la capacidad de poner en escena la enfermedad hepática propia sin la necesidad de realizar una biopsia del hígado. Esta tecnología es utilizada con un aparato conocido como "Fibroscan". Este no es invasivo y altamente preciso.

El Dr. Mena habla el Inglés y Español, y orgullosamente se considera Nicaragüense Americano.

301 South Fair Oaks, Ste 405

Pasadena, CA 91105 • Office: 626-440-7325



RAUL J. BENDAÑA M.D.
Medicina Familiar y Urología

IMPOTENCIA • FERTILIDAD

La vida sexual fue prohibida, ahora es exigida

- Problemas con la Próstata, Riñón, Vejiga, Uretra, Testículos y Pene
- Infección o Incontinencia Urinaria
- Eyaculación Precoz
- Disfunción Sexual
- Bombita Milagrosa (como último recurso)
- Vasectomía
- Circuncisión

Aquí no hay milagros, pero si RESULTADOS
Cada caso es diferente, con diferente tratamiento
Se les da una segunda opinión si usted no ha tenido previos resultados en otros lados

1619 1/2 West Pico Blvd. • Los Angeles, CA 90015

Martes a Sábado / 8:00 a.m. a 5:00 p.m.



(213) 487-0615



NOTICIAS de NICARAGUA

Detención de Cristiana Chamorro y acoso a la prensa independiente

Ministerios de Asuntos Exteriores, Unión Europea y Cooperación del Reino de España se pronuncia ante las sistemáticas falsas acusaciones a los periodistas independientes y a la detención de **Cristiana Chamorro**. @chamorrocris

España expresa su preocupación por la detención e inhabilitación de la precandidata y presidenta de la Fundación Violeta Barrios, Cristiana Chamorro Barrios, y por el continuo hostigamiento a periodistas y medios de comunicación independientes en Nicaragua.

Estos graves hechos y la actual dinámica política reducen los espacios de diálogo y convivencia en Nicaragua y ponen en riesgo la legitimidad democrática de las elecciones generales del próximo 7 de noviembre.

Estas medidas deben ser revertidas, poniendo fin de manera inmediata a la retención de la Sra. Chamorro y desocupando su domicilio, así como garantizarse el libre ejercicio de los

Comunicado

Detención de Cristiana Chamorro y acoso a la prensa independiente

Madrid, 4 de junio de 2021

España expresa su preocupación por la detención e inhabilitación de la precandidata y presidenta de la Fundación Violeta Barrios, Cristiana Chamorro Barrios, y por el continuo hostigamiento a periodistas y medios de comunicación independientes en Nicaragua.

Estos graves hechos y la actual dinámica política reducen los espacios de diálogo y convivencia en Nicaragua y ponen en riesgo la legitimidad democrática de las elecciones generales del próximo 7 de noviembre.

Estas medidas deben ser revertidas, poniendo fin de manera inmediata a la retención de la Sra. Chamorro y desocupando su domicilio, así como garantizarse el libre ejercicio de los derechos fundamentales de todos los ciudadanos y actores sociales y políticos.

Puede suscribirse a la recepción automática de comunicados, notas de prensa, convocatorias, y notas en su cuenta de correo en la página web del ANEXO, a través de este formulario: [Formulario](#)

Para más información sobre las actividades del Ministerio, siga en Twitter y Facebook.

Este comunicado puede consultarse en el portal de noticias de este Ministerio.

Página 1 de 1 www.ediciones.gob.es

derechos fundamentales de todos los ciudadanos y actores sociales y políticos.

Cortesía: **Gobierno de España**
 ©Ministerio de Asuntos Exteriores,
 Unión Europea y Cooperación

¿Cómo interpretar la reciente embestida de la dictadura?

Por: Enrique Sáenz
 Economista y abogado nicaragüense.
 Conductor de la plataforma de comunicación #VamosAlPunto.

Imponer el miedo ha sido uno de los recursos más utilizados por las tiranías a lo largo de la historia, y en las más diferentes latitudes. Ortega no hace más que seguir la misma fórmula que han aplicado sus congéneres de las más diversas ideologías: De Hitler a Putin; de Idi Amin a Stalin; de Pol Pot a Ferdinand Marcos; de Pinochet a Kim Il Sung.

Torturas, matanzas, encarcelamientos masivos, confiscaciones, ejecuciones extrajudiciales, vejámenes de todo tipo. Dominar por el terror. Y la propaganda. Siempre la propaganda con el propósito de adormecer, engatusar o atemorizar. Y este recurso a imponer el miedo se hace más visible cuando la dominación queda desvestida de todo ropaje y se exhibe la fuerza bruta como único recurso para someter voluntades.

De dónde venimos
 En un tiempo Ortega pudo imponer su modelo de dominación apuntalado en varios pilares y ataviado con varios ropajes: Acuerdo con las cúpulas

económicas; acuerdo con un sector de la iglesia católica; abundancia de recursos externos; alianza con el PLC; adormecimiento de parte de la población con dádivas y los proyectos delirantes que durante buen tiempo encandilaron mentes y ambiciones; ciertos espacios institucionales y fintas con organizaciones opositoras para guardar las apariencias. Le ayudó que la comunidad internacional se la pasó viendo para otro lado.

De este modo pudo dismantelar impunemente la precaria institucionalidad democrática y se apoderó de la Asamblea, aparato electoral, aparato judicial, alcaldías. Ningún espacio público escapó a su control.

Una vez que se desinfló la chimbomba que había hinchado con el subsidio de la cooperación petrolera venezolana, el modelo de dominación comenzó a flaquear por todos los costados, menos en uno: el de las fuerzas represivas. Porque Ortega había puesto especial atención en seducir a los mandos de la policía y del ejército con prebendas abiertas y encubiertas.

A medida que se desinflaba la chimbomba, para preservar su capital y el

de sus secuaces, descargó el peso de las vacas flacas en la población y también en una parte del sector empresarial. Recordemos que ya en 2014 impuso una primera reforma para contener la crisis del INSS. Una reforma que castigó a empresarios y cotizantes.

Precisamente, el descalabro del INSS, es una de las evidencias emblemáticas del fracaso del modelo económico subsidiado: corrupción, despilfarro, incompetencia e incapacidad para generar empleos productivos. La imposición de nuevas reformas fue la chispa que encendió la pradera.

Después de la sorpresa inicial con las protestas que estallaron en abril del 2018, Ortega se despojó del ropaje que le había servido para disfrazar su dictadura. Y reaccionó con la única estrategia que conoce y prefiere: La estrategia de la guerra.

Es importante considerar que el miedo, como recurso represivo de las tiranías, se encuentra estrechamente asociado a su contracara: el miedo que agobia a los mismos tiranos. Mientras más miedo sienten a perder el poder, más recrudescen la represión.

Es con este marco que debemos interpretar la reciente embestida de la dictadura en los últimos días.

Ortega traicionado por sus delirios paranoicos

Ortega venía montando cuidadosamente su circo electoral. Pero el temor, sus delirios paranoicos y su propia naturaleza pendenciera lo están traicionando. Se están imponiendo más sus temores y humores que sus cálculos. Y hay que aprovechar esta circunstancia.

¿El tercer allanamiento a Confidencial es síntoma de fortaleza?

Evidentemente ese allanamiento obedece al temor a la libertad de información, a la libertad de prensa, a la libertad de opinión y al prestigio de ese medio de comunicación. ¿Espera la dictadura acallar o doblegar a CeFeChe? Obviamente sabe que no puede lograrlo. Además de la saña e intenciones de venganza, busca intimidar por la vía del "efecto demostración": "Si lo hacemos con él, también lo podemos hacer con vos".

De paso, con capturas y acosos, persigue intimidar a periodistas y medios de comunicación independientes. Esfuerzo inútil. Ni materialmente, ni políticamente, ni moralmente, ni tecnológicamente puede acallar esas valientes y libertarias voces.

Por otro lado, la embestida en contra de Cristiana Chamorro, con un montaje burdo, insólito y descarado, es una



muestra palpable y pública que tiene terror a la posibilidad de enfrentarla en noviembre próximo. Más todavía, tiene terror a abrir un solo resquicio a elecciones.

Después de las leyes represivas, incluidas las reformas a la ley electoral; después de imponer un consejo supremo electoral integrado únicamente por leales sirvientes; después de imponer un tramposo calendario electoral; después de despojar de personalidad jurídica al PRD; y después de esta embestida, que incluye enclaustrar a precandidatos; el dictador está demostrando su determinación de aferrarse al poder, una vez más, cueste lo que cueste.

Los hechos recientes demuestran que ni siquiera está ya interesado en montar la apariencia de un circo electoral.

Hora de cerrar filas y acordar una estrategia de emergencia

En estas condiciones resultan fuera de lugar las voces que en el fragor de los atropellos hacen apelación a elecciones. Y no es cuestión de olvidarnos de las elecciones, porque no puede abandonarse, por ahora, esa ruta. Es cuestión de momentos, de pertinencia y de oportunidades para discurso y acción. Y en este momento, de lo que se trata es de revertir la embestida brutal de la dictadura. Y aquí, de nuevo, la condición esencial es la unidad.

Unidad y solidaridad. Unidad para acordar y poner en marcha una estrategia de emergencia para enfrentar la embestida represiva de la dictadura. Solidaridad para la defensa colectiva.

Los precandidatos tienen ante sí un relevante desafío.

Una nota final: el miedo es un recurso dictatorial eficaz para intimidar o paralizar. Pero el miedo tiene límites y no puede prolongarse indefinidamente. En determinado punto, cuando se desbordan esos límites, el miedo pierde eficacia y se revierte contra el opresor. Esos límites se rompieron con Somoza. Se rompieron con el gobierno sandinista de los ochenta. Se rompieron en abril del 2018.

Y se volverán a romper.

June is Alzheimer's & Brain Awareness Month

alzheimer's association

GO PURPLE | SHARE YOUR STORY | TAKE ACTION

June is Alzheimer's & Brain Awareness Month

#ENDALZ

TAKE ACTION

Worldwide, 50 million people are living with Alzheimer's and other dementias. Join the Alzheimer's Association in going purple and raising awareness this June. The more people know about Alzheimer's, the more action we inspire.

Alzheimer's & Brain Awareness Month

An opportunity to hold a conversation about the brain

June 2021

The best of both worlds
Northamptonshire

TAKE ACTION

THE LONGEST DAY

alzheimer's association

THE DAY WITH THE MOST LIGHT IS THE DAY WE FIGHT®!

On June 20 — the summer solstice — people from across the world will fight the darkness of Alzheimer's through a fundraising activity of their choice.

The Longest Day is the day with the most light — the summer solstice. On June 20, people from across the world will fight the darkness of Alzheimer's through a fundraising activity of their choice.

Whether you're participating at home, online or in-person, we have plenty of fun ideas to engage family and friends in The Longest Day.

Please follow CDC guidelines and recommendations from local health officials when participating with those outside of your household.

Alzheimer's Association @AlzAssociation

Gold-medal gymnast @LaurieHernandez goes purple to raise Alzheimer's awareness in honor of her grandma. RT for all the grandparents who have faced this disease and for a future world without Alzheimer's and all other dementia. #EndAlzheimers

Gimnasta medalla de oro @LaurieHernandez se vuelve violeta para crear conciencia sobre el Alzheimer en honor a su abuela. RT para todos los abuelos que se han enfrentado a esta enfermedad y por un mundo futuro sin Alzheimer y todas las demás demencias. #EndAlzheimers

10:28 a.m. · 2 Jun 2021 · Twitter for Advertisers

Promocionado por Alzheimer's Association

887 Retweets · 21 Tweets citados · 1.294 Me gusta

Alzheimer's Association @AlzAssociation

As we come together over the long weekend in honor of those who've given their lives as a service to our country, know that we are here for you if you need us. Call our free, 24/7 Helpline at 800.272.3900.

#EndAlzheimers #ENDALZ

This month, spare a thought for the 44 million people around the world suffering from **Alzheimer's** today. If we make the right investments into medical research and improve health outcomes, countless lives can be saved.

THE DAY WITH THE MOST LIGHT IS THE DAY WE FIGHT®!

On June 20 — the summer solstice — people from across the world will fight the darkness of Alzheimer's through a fundraising activity of their choice.

Alzheimer's disease is the 6th leading cause of death, and affects millions of people daily. At the Association, we are working toward a time when we will have effective treatments, preventive strategies and gold-standard care for all people affected by Alzheimer's disease. Join our network of advocates, and we'll send you timely alerts to take simple actions that will help influence national policy and create widespread awareness of this devastating disease.

The Alzheimer's Association is the leading voluntary health organization in Alzheimer's care, support and research.

The Alzheimer's Association **24/7 Helpline** provides reliable information and support to all those who need assistance. Call us toll-free anytime day or night at **1.800.272.3900**.

www.alz.org | www.facebook.com/actionalz | twitter.com/alzassociation

Become an Advocate

Share or Print this page.

I pledge to support the fight to end Alzheimer's.

Join hundreds of thousands of Alzheimer's advocates who are making a difference.



San Gabriel Valley

Hispanic Chamber of Commerce



Carlos J. Páez

Presidente/Fundador

La Cámara de Comercio Hispana del Valle de San Gabriel, se pone a la orden de todos los empresarios, negocios y comerciantes que deseen aprender y conocer nuevas formas de hacer negocio en la era actual.

Llámanos y afiliate con nosotros!

**Charlas, Seminarios, Business Mixer,
Networking, Oportunidad de hacer negocio.**

Tel: (626) 383-6076

**1740 Gillette Rd, Suite 202
Pomona, CA 91767**

CPaez@SGVHCCA.org • www.SGVHCCA.org

Estos son los Restaurantes
que siguen operando,
dando servicio a
Nuestra Comunidad

New Open

ORDENE POR
TELÉFONO
O EN PERSONA



HONDURAS KITCHEN

La Casa de la Sopa de Caracol
Long Beach & Huntington Park
Tel. (323) 582-9139



EL COCHINITO RESTAURANT

*The most authentic
Cuban restaurant in Los Angeles*
3508 W. Sunset Blvd.
Los Angeles, CA 90026
Tel. (323) 668-0737

EL CAMACHOS

Restaurante Nicaragüense
2019 W Venice Blvd
Los Angeles, CA 90006
Tel. (323) 735-6276



EL GALLITO MARKET

Comida Nicaragüense y Mexicana
12242 E. Valley Blvd.
El Monte, CA 91732
Tel. (626) 442-1190

EL NUEVO MIRADOR RESTAURANTE

*Great service, delicious
food from El Salvador and México*
2705 W. Pico Blvd.
Los Angeles, CA 90006
Tel. (323) 730-8166



HUICHO'S BAKERY, INC.

Restaurante, Panadería, Tortillería
1250 S. Vermont Ave.
Los Angeles, CA 90006
Tel. (213) 385-3957

IKONICKS MODERN NICARAGUAN CUISINE

Nuevo Restaurante Nicaragüense
406 South Myrtle Avenue
Monrovia, CA 91016
Tel. (833) 456-6425



MEDIA NOCHE CUBAN CUISINE

Mimosa Sunday Brunch
423 N. Vincent Ave.
Covina, CA 91722
Tel. (626) 699-1225

ORIGINAL LA ADELITA Comida Centroamericana y Mexicana

1287 S. Union Ave.
Los Angeles, CA 90015
Tel. (213) 487-0176



PORTOBANCO'S RESTAURANT

Nicaraguan Latin Cuisine
1225 W. Venice Blvd.
Los Angeles, CA 90006
Tel. (213) 908-5565

RESTAURANTE MANAGUA

Comida Tradicional Nicaragüense
2709 Santa Ana St.
South Gate, CA 90280
Tel. (323) 973-9204



SABOR NICARAGÜENSE RESTAURANT

Nicaraguan Food
1927 S. Western Ave.
Los Angeles, CA 90018
Tel. (323) 870-5505

TROPICAL CUBAN CAFE

Silverlake's neighborhood coffee shop
2900 Sunset Blvd.
Los Angeles, CA 90026
Tel. (626) 918-2978



LOS GRADUADOS DE NUESTRA COMUNIDAD SON NUESTRO MAYOR ORGULLO

No cabe la menor duda que nuestros muchachos son jóvenes esforzados y muy conscientes de lo importante que son para nuestra comunidad. Desde nuestra redacción les agradecemos que pongan en alto el nombre de nuestra patria y el de sus respectivas familias siendo profesionales honestos y muy bien preparados.



Los Angeles, CALIFORNIA
Estimados señores les escribo para pedirle un favor. Mi único hijo **Christopher H. Ajayi**, se va a graduar de la **Alliance Gertz-Ressler High School**, y quisiera ver si lo pudieran poner en su periódico Nicas en el Exterior con una dedicatoria por su esfuerzo de parte de su madre **Johana L. Martinez** quien ha trabajado mucho para que él haya logrado ese primer triunfo en su vida académica. Muchas gracias.



Riverside, CALIFORNIA
Estimados amigos de Nicas News, les pido por favor publiquen un saludo para mi hijo **Aaron Rafael Rodriguez**, quien se graduará de la **Universidad de Riverside** con honores de la carrera de sociología este próximo Junio 14, 2021. Como padres reconocemos sus esfuerzos, constancia y disciplina. Celebramos con mucho orgullo este nuevo logro. **Nelson & Azucena Rodriguez**



West Covina, CALIFORNIA
El matrimonio de **Gabriel y Pía Negrini Gutiérrez** se llenó de gozo al ver realizado el sueño de su hija **Sofía Gabriela** de graduarse con los más altos honores, ella va a continuar sus estudios de Nutrición en el Cal Poly.



Corona, CALIFORNIA
Un fuerte abrazo a **Andrea Natalia Callejas Ybarrarojas**, quien recientemente se recibió de enfermera, felicitación extensiva a sus orgullosos padres **Guillermo Callejas y Albaluz Ybarrarojas**.



Malibu, CALIFORNIA
Su nombre es **María Gabriella Lanzarotta Buitrago**, y se graduó de su Máster en Psicología con énfasis en Análisis de Comportamiento de la **Universidad Pepperdine**. Felicitamos también a su abnegada madre **Annabella Buitrago** para quien es todo su orgullo.



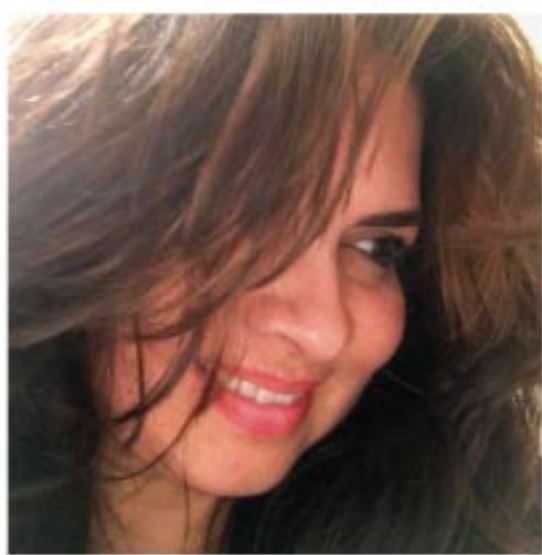
Santa Cruz, CALIFORNIA
Nuestras felicitaciones para el graduado **Donovan Arturo Sproule** y sus orgullosos padres. Donovan ingresará en la **Universidad de UC Santa Cruz** en la facultad de Ingeniería Robótica.



ESTADOS UNIDOS
Muchas felicidades a **Victoria Petersen** por su reciente graduación, saludamos a sus orgullosos abuelos **Mario y Lucy Diez**.



ESTADOS UNIDOS
Saludamos a **Denise Francela Sánchez** por haber alcanzado este importante logro en su vida.



Por: **Amelia Castro**
Cosmetóloga y Estética
Skin Care by Amelia

Las mejores recomendación es para cuidar la piel mixta (parte 2/2)

Cosméticos adecuados

Aunque ya lo hemos venido comentando, te lo repetimos: si tienes la piel mixta debes utilizar productos adecuados. Desde el jabón para lavarte la cara hasta el protector solar que elijas para ponerte a diario.

En cuanto a maquillaje, para evitar que el rostro te quede brillante y con aspecto sudado o sucio, elige bases mate y libre de aceites. Otra buena opción es el polvo traslúcido para colocar sobre todo en la zona T.

- ◆ Limpia muy bien los pinceles y demás herramientas de maquillaje, para evitar que se acumule grasa o suciedad en ellos.
- ◆ No olvides desmaquillarte a diario con un producto que no sea demasiado fuerte o con un alto contenido de alcohol. Al finalizar, aplica un tónico específico para piel mixta para que se cierren los poros. Esto hará que los granitos y puntos negros desaparezcan o no se formen.

No tocarte el rostro

No te toques la cara constantemente, ya que este mal hábito se traduce en un "pasaje" de grasa, bacterias y gérmenes y, posteriormente, granos y puntos negros. Aún más si no te has lavado las manos previamente con agua y jabón.

Remedios caseros para cuidar la piel mixta

Hay un amplio catálogo de remedios naturales para cuidar la piel mixta que puedes utilizar de forma complementaria a lo que te haya indicado tu dermatólogo o esteticista. Son recetas fáciles de elaborar, en las que se combinan las propiedades de ingredientes llenos de vitaminas, minerales y antioxidantes.

Yogur natural

- ◆ Primero, coloca una cucharada de yogur natural en un recipiente y mézclala con una cucharada de miel.
- ◆ En la noche, antes de acostarte, extiende el tratamiento sobre el rostro.
- ◆ Déjalo actuar 20 minutos y después enjuaga con agua templada.

Nota: evita exponerte al sol después de usar este remedio, ya que debido a su contenido puede ocasionar manchas.

Aguacate

- ◆ Tritura la pulpa de medio aguacate y mézclala con una cucharada de miel orgánica.
- ◆ Seguidamente, extiende la mascarilla por todo el rostro y déjala actuar 20 minutos.
- ◆ Para terminar, enjuaga con agua tibia y aplícate un tónico.

Papaya

- ◆ Corta una rebanada de papaya y tritúrala con un tenedor.
- ◆ En seguida, extiende la pasta por todo el rostro y déjala actuar 15 o 20 minutos.

- ◆ Enjuaga con agua fría.

Arcilla

- ◆ Prepara una pasta cremosa con arcilla verde y aceite de almendras. Una vez esté lista, frótala por todo el rostro.
- ◆ Espera que actúe 20 minutos y enjuaga con agua tibia.
- ◆ Para terminar, aplícate crema hidratante.

Tomate

- ◆ Tritura un tomate maduro hasta obtener una pasta espesa.
- ◆ A continuación, frótala por todo el rostro, enfocándote en la zona T.
- ◆ Deja que actúe 10 minutos y enjuaga.

¿Cada cuánto aplicarte una mascarilla casera?

Según la sabiduría popular, puedes usar todas estas mascarillas 2 o 3 veces a la semana.

Espero aproveches estas recomendaciones, especialmente si tienes una piel mixta.

Recuerda, tu imagen es lo que tú proyectas. ●

Si tienes alguna pregunta escribe a rosameliacastro@aol.com y con mucho gusto te ayudaré a resolver tus dudas.



HABLEMOS DE CÓMO HACER DINERO



Cuentas claras... amor duradero 6 pasos para conseguirlo

Por: Lola Dollarz

Entre las diez causas del divorcio más comunes, los problemas por dinero se encuentran entre las primeras cinco. Así que si te sientes muy romántico(a) y quieres dar el próximo paso ya sea mudarse juntos o matrimonio, te recomiendo que leas este artículo primero.

Sigue estos pasos para saber más sobre tu pareja, y tu relación tendrá grandes oportunidades de mantenerse sólida.

¡Pregúntame! Para muchos hablar de dinero es muy incómodo, por lo que prefieren evitar el tema por completo, pero cuando surgen desafíos, no saben cómo resolverlos como pareja. Platica con esta y averigua si tiene deudas personales, bancarota, grandes préstamos de estudiante o mal crédito. También ve cuáles son sus planes para salir de estas deudas.

Checa el dato- ¿Es tu pareja responsable con su dinero o siempre está pidiendo prestado? ¿Gasta más de lo que gana o sabe ahorrar? Observa sus hábitos y pregúntate si te

conviene a largo plazo o si sus hábitos te van a causar estrés en un futuro.

Sueños compartidos- Si tienes planes de tener una familia, comprar una casa o viajar es mejor que encuentres a alguien que comparta esta visión contigo. Si tú eres ambicioso pero tu pareja no, eventualmente vas a resentir la falta de apoyo al querer salir adelante. Ve las cosas como son, no cómo quisieras que sean. Usualmente la gente no cambia.

Tú mi complemento mi media naranja- Si uno de ustedes es "gastalón" y el otro frugal puede que tengan choques, pero si platican sobre sus diferencias puede que lleguen a un balance perfecto.

Firma aquí- Tal vez no parezca muy romántico, pero no está nada mal tener un contrato donde se aclare quién es responsable de qué. Si por ejemplo la propiedad solo está a nombre de una persona, ésta se va a quedar con toda la responsabilidad financiera si la relación termina. Es también

muy importante aclarar cómo se van a dividir los gastos mensuales. Hagan una lista de sus facturas mensuales y divídala según el acuerdo que hayan hecho. Cada persona debe depositar su parte para pagar las facturas en esta cuenta. Si estableces pagos automáticos se evitarán cargos por pagos atrasados.

Lo tuyo lo mío y lo nuestro- Por muy enamorados que estén es súper importante que cada uno mantenga una cuenta separada. A nadie le gusta sentirse controlado o vigilado. Tal vez al principio parezca muy romántico tener todo "juntitos" pero no hay nada como mantener tu independencia.

No podemos negar la importancia que tiene el dinero en nuestras vidas. Tal vez no lo sea todo, pero sí parece serlo cuando no lo tienes. Es importante mantener las líneas de comunicación entre pareja abiertas y tocar este tema seguido. ***

***¡Hasta la próxima! ■



423 N. Vincent Ave.
Covina, CA 91722

- Mimosa Sunday Brunch
- Catering
- Live Music

(626) 699-1225





CRISTIAN JIMÉNEZ CALDERA, M.D. & KRISTEN HERNÁNDEZ, D.O.

Dos Nuevos Médicos De Nuestra Comunidad



Cristian Andrés Jiménez Caldera es de raíces nicaragüense, nació en Miami, Florida; el 9 de diciembre de 1993, es hijo del matrimonio de Francisco Jiménez Barquero y Claudia Caldera Duarte, desde muy pequeño le llamó la atención seguir los pasos de sus abuelos Dr. Salvador Jiménez Luna y Dr. Carlos Caldera quienes de igual forma fueron destacados profesionales como Doctor y Dentista respectivamente en la ciudad de Masaya.

Desde temprana edad Cristian se destacó académicamente, en el año 2016 se graduó en la **Universidad de la Florida (UF)** CUM Laude con el Bachelor of Science en Applied Physiology y Kinesiology.

En el año 2017 fue aceptado en el programa



de medicina de **New York Medical College**, donde se graduó con honores de doctor de Medicina el 26 de Mayo de este año.

A este brillante joven la vida le ha sonreído también en el amor, recientemente se comprometió con su linda colega **Kristen Hernández**, cubanoamericana, quien igualmente se graduó con honores como Doctora del **New York Institute of Technology College of Osteopathic Medicine**, ella es hija del abogado Albert & María Hernández.

Los recién graduados se conocieron hace 7 años cuando estudiaban Pre-Medicina en la Universidad de la Florida (UF), así que los dos son "Gators" de corazón.

Por su parte Cristian en Julio de 2021 está programado a iniciar en **Westchester Medical Hospital del estado de N.Y.**; donde fue aceptado para hacer su residencia y especialidad de Anestesiología.

Estos talentosos jóvenes enamorados (a



quienes les gustan todas las actividades deportivas, el mar, la playa y la comida nica) sin lugar a duda son un orgullo para sus respectivas familias y un ejemplo para todos los que llegan a esta nación a buscar sus sueños.

El estudio, el trabajo y la tenacidad en sus propósitos son los elementos que los han hecho sobresalir, y reconocen que todos podemos hacerlo.

El que CREE, PUEDE.

Desde nuestra redacción mandamos nuestros saludos a ellos y a sus padres, y los felicitamos por los valores inculcados en el carácter y corazón de Cristian y Kristen. ■

Oscar Barker

DRE #01133705 | Senior Loan Officer | NMLS #1058298



Cell: (626) 290-6569

Hablo Español
E: Oscar_Barker@yahoo.com
F: (626) 228-2190

Purchase and Refinance Loans

Bluefields Real Estate Services, Inc.

324B E Rowland St, Covina, CA 91723
DRE # 2077475 | NMLS #2024335



Prestamos Comprar y Refinanciar Convencional, FHA, VA & VA IRRRL's

Comienza tu Aplicacion en:

BluefieldsRealty.com

Desea un Cotización? - Llena la Forma en el Sitio
Quiere Hablar Directamente con Nosotros?
Envíanos una Invitación Zoom a:
oscar_barker@yahoo.com
ó Llama a Oscar al (626) 332-8668





ORTIZ
Tires & Wheels Inc.

NEW AND USED TIRES | TIRE SENSOR REPROGRAMMED
LLANTAS NUEVAS Y USADAS

OPEN: Mon. - Sat. 8 AM - 7 PM Se necesita Mecánico o Llantero
Sunday 9 AM - 5 PM Pregunte por Ortiz (323) 357-7970

9609 S. Atlantic Blvd. South Gate, CA 90280
ortiz691532@sbcglobal.net • www.OrtizTiresWheelsInc.com



VIDEO RECORDING & PHOTO STUDIO ALFREDO

- Weddings
- Sweet Sixteen
- Baptism
- Birthday
- Special Events
- Digital Photography

- Bodas
- Quinceaños
- Bautizos
- Cumpleaños
- Eventos Sociales
- Fotos de Glamour



JOSE LUIS ESPINOZA
CELULAR: (310) 567-2801 • (310) 885-3667

ROMERO PROFESSIONAL SERVICES

MARIA MARTHA ROMERO
IMMIGRATION CONSULTANT BOND # 5183378

Notary Public, Income Tax, Traducciones
Petitiones, Residencias, Ciudadanía
TPS, Dream Act, ITIN
Poderes, Obtención de Actas, Escrituras
Casos Legales en Nicaragua, Fé de Vida

Oficina (213) 263-9874
Cell. (323) 387-8591
1266 S. Lake St., Los Angeles, CA 90006
Email: mamarom@hotmail.com

MARIACHI Latino.COM

A SU DISPOSICION PARA TODO EVENTO



Jose Cervantes

323.261.7858 213.505.6238 323.868.3181



Buy A Toyota



JULIO C. CASTELLON
CELL: (818) 612-2076 OFFICE: (213) 748-8301 1901 S. FIGUEROA ST., LOS ANGELES, CA 90007

Professional Services

Dra. Gioconda J. Escorcia

Trámites legales en Nicaragua (Servicios de Urgencia)
• Divorcios • Reconocimiento de hijos • Adopciones • Poderes • Reposiciones
• Rectificaciones de Partidas • Y otras gestiones legales

Todo caso de INMIGRACION
PETICIONES FAMILIARES CIUDADANÍA, etc.
FE DE VIDA para Nicaragüenses

INCOME TAX ELECTRONICO - TODO EL AÑO
• Matrimonios (a domicilio) • Divorcios
• Bancarrota • Notary Public • Traducciones
• Tramitamos ITIN
• Directo IRS a su cuenta de banco

1839 Montrose St., Los Angeles, CA 90026
(213) 484-1983



Lewis
Photographer / Creative

213-915-8865
www.lewislakes.com
photography@lewislakes.com

IG: @Lost_inLA



COMIDA MEXICANA PREHISPÁNICA

1066 N. HACIENDA BLVD.
LA PUENTE, CA 91744
TEL. 626.918.2978

¡Con sabor a nuestro hogar, los esperamos todos los días del año!

Dios Bendiga a la siempre Fuerte y Digna Comunidad Nicaragüense
César Valenzuela - Graciela Ruiz



FUNERARIA GROMAN INC.

Podemos servirles en toda el área de Los Angeles, Orange County, Valle de San Fernando, Ventura y Riverside

Lic. #FD696

80 años más al servicio de la comunidad hispana de manera eficiente y profesional

PARA MÁS INFORMACIÓN:
llame a nuestros consejeros profesionales
LAS 24 HORAS a los Teléfonos:
(800) 371-0893 • (800) 699-2203 • (213) 748-2203

830 West Washington Blvd., Los Angeles, CA 90015

Tenemos Precios Económicos
www.GromanMortuary.com



Salvadoreños En El Exterior

ISA says preparations on track for World Surfing Games in El Salvador



The **International Surfing Association (ISA)** has said preparations are on track for the upcoming **World Surfing Games in El Salvador** after assessing latest plans over health and safety amid the pandemic, with the event serving as the final qualification event for the **Tokyo 2020 Olympic Games**.

Competition is scheduled to take place from **May 29 to June 6**.

The event will be based around **El Sunzal and La Bocana**, with the location dubbed **Surf City**.

The ISA says a delegation led by the organisation's executive director **Robert Fasulo** visited the venues at the end of April.

The delegation met with organisers, as well as tourism, health and security officials.

Discussions were held over event plans, particularly health and bio-safety amid the COVID-19 pandemic.

ISA President **Fernando Aguerre** insists the organisation was pleased by progress made by organisers ahead of the event.

"Finally the moment is arriving to qualify the final Olympic surfers," Aguerre said.

"It has been a challenging time for much of the year around the globe, but we can now see the light at the end of the tunnel."

"We are running full steam ahead toward the World Surfing Games and Tokyo 2020."

"The Closing Ceremony will be particularly special at this event, as we will gather the qualified surfers and recognise and honour them for their successful efforts to become the first Olympic surfers ever."

"This historic feat is something that will live with them forever."

"We are very satisfied with the progress that our team and the government of El Salvador have made in the implementation of the health and bio-safety plan," Aguerre added.

"We have been consulting with health experts, both internal and external, to ensure that we are creating a safe environment for all participants of the event."

"We are looking forward to hosting the world's best national



surfing teams and uniting the global community of surfers in peace once again."

Around 50 nations will compete in El Salvador at the Games.

The event offers the final 12 Olympic berths, with seven women's places and five men's spots set to be awarded.

A total of 28 surfers have already qualified for Tokyo 2020 via the 2019 World Surf League Championship Tour, the 2019 ISA World Surfing Games and the Lima 2019 Pan American Games.

Courtesy: **Inside The Games**

Surf City El Salvador El Salvador. Home of the right surf.

En nuestras olas se definirán a los 12 mejores surfistas para los Juegos Olímpicos de Tokio.



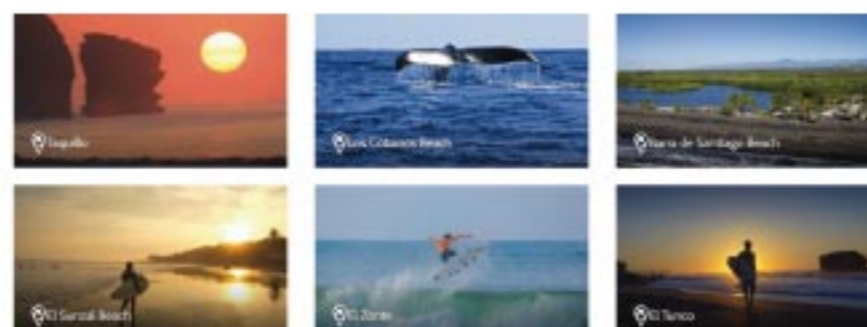
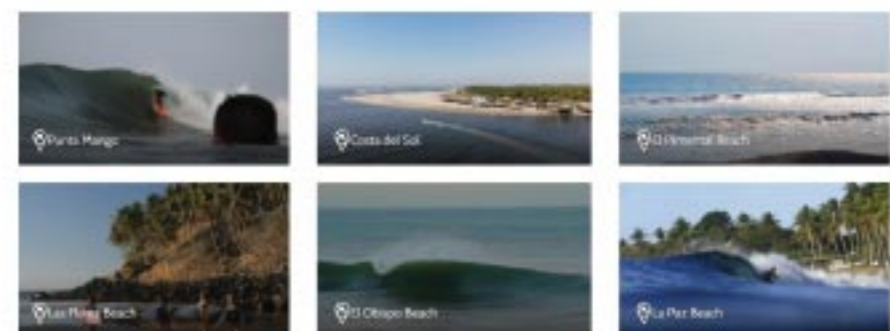
Surf City El Salvador ISA World Surfing Games 2021 es un evento histórico para el país y el mundo.



www.elsalvador.travel

"Las olas (de El Salvador) son excelentes, consistentes y de las mejores del mundo": director ejecutivo de la @ISAsurfing, @bobfasulo.

"The waves in El Salvador are fantastic, we had no idea of how good they were", canadian delegation.



Surf Camps in El Salvador:
Palo Verde Sustainable Hotel - Hotel Farallones, Puro Surf Hotel, Hotel Garten Villas, Hotel Garten Beach Club, Mi Chanti, Hotel Las Flores Surf Club, Hotel Casa De Mar, Papaya Surf Hotel, Mizata Point, Atami Escape Resort, Hotel Punta Mango, Tortuga Village, Mandala Eco Villas, Hotel Estero y Mar, Paraiso Escondido Hotel Villas & Resort.

Villarreal Real Estate Group

Villarreal Real Estate Group
Real Estate Consulting, Investment and Sales
Luxury, Residencial, New Developments and Commercials

"Le ayudamos con cualquier consulta o trámite inmobiliario en el Sur de la Florida y en el resto del Mundo a través de nuestras alianzas comerciales. Vendemos propiedades en Nicaragua y ofrecemos el manejo y mantenimiento inmobiliario profesional de su propiedad dándole su tranquilidad mientras está fuera del país."

Helga Villarreal

VillarrealConsultinGroup@gmail.com • www.VillarrealConsultinGroup.com
Tel. (954) 649-0869

Service, Loyalty, Integrity and Respect
It is what makes us better!



Hondureños En El Exterior

La hondureña Oriel María Siu, es considerada una de las mejores escritoras latinas en EE.UU.

El talento catracho no solo se reconoce a nivel nacional, sino también en el extranjero y los hondureños deben sentirse orgullosos por ello. Con alegría hay que destacar que **Oriel María Siu**, es una hondureña nacida en **San Pedro Sula** y es quien ha destacado en Estados Unidos por estar en la lista de los 10 mejores escritores de ascendencia Latinoamericana.

La hondureña Oriel María Siu, ha tenido una importante carrera como docente; cursos sobre raza, inmigración y literatura centroamericana en universidades como la **UCLA**, la **Universidad de Puget Sound**, la **Universidad Chapman** y la **Universidad Loyola Marymount**, Los Ángeles. Además cuenta con una maestría en Literatura Latinoamericana en la **Universidad de Berkeley** y un doctorado en Estudios Culturales por la **Universidad de California** en Los Ángeles, Estados Unidos.

El origen de su éxito como escritora infantil Después de buscar obras infantiles para niños, enseguida de enterarse que esperaba un bebé, Siu se dio cuenta de la falta de libros culturales para niños de color en Estados Unidos, escritos donde predominaban como protagonistas los niños 'blancos'. Es por ello que su frustración creció; por encontrar muchísimas historias clichés donde los de tez oscura siempre interpretan papeles



secundarios, abundaban estereotipos de géneros y tanto niños como niñas de color eran restringidos.

Ninguno de los libros que encontró, abordó las experiencias reales de niños que han sufrido por emigrar en busca de mejores oportunidades o quienes tuvieron que separarse de sus padres.

Su idea fue emplear a los infantes de piel oscura como principales y luego de pensar sobre lo que quería transmitir en sus obras, decidió escribir su propio libro denominado **"Rebeldita la Alegre en el país de los ogros"**, publicado por **Izote Press**.

En en el año 2020 fue seleccionada como una de las 10 mejores escritores y escritoras de ascendencia Latinoamericana en Estados Unidos por Latino Stories.

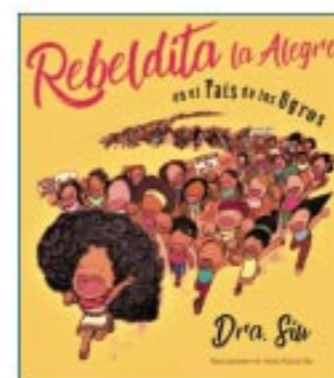
Asimismo, ha dedicado la obra de **Rebeldita** a su sobrina de 10 años y a su hija de 7.

"Rebeldita la Alegre en el país de los ogros"

La protagonista es **Rebeldita**, una niña alegre de ascendencia indígena y africana que nació detrás de un muro construido por ogros robadores de tierras hace 500 años. Sus padres caminaron por los desiertos y montañas para cruzarlos con **Rebeldita**, quien era cargada y apretada por los brazos de su madre.

Un día la pequeña niña alegre, ve a su mejor amiga **Florecita** llorar y tras preguntarle por qué lo hacía, esta le explicó que unos ogros le arrebataron a sus padres por la noche, fueron encerrados en aulas y enviados lejos de ella. **Rebeldita**, se molesta al escuchar los relatos de **Florecita**, expone a sus amigos que se organicen para destruir a los ogros y sus súbditos, así los infantes podrán reunirse con sus padres.

La historia de **Rebeldita**, hace ver que el costo personal de las leyes de inmigración de Estados Unidos e incluye la separación de miles de niños de sus padres. De igual forma el libro trata de que los niños encuentren el



poder de cambiar la realidad en la que viven por sí mismos.

Ilustraciones llenas de grandes significados **Rebeldita**, es una niña que honra sus

raíces y para ello viste con un pañuelo, el cual es común para los indígenas y los ogros verdes con traje y corbata, representan los 'comportamientos patriarcales, coloniales, invasores y alienígenas'. Cada una de las imágenes que muestran el escrito, representan la realidad explicada infantilmente para que los niños puedan empatizar con la verdad que pasa en el mundo.

Siu, quiere deshacer muchos de los cuentos de hadas que conforman la historia y las narrativas de lo que es Estados Unidos. Actualmente reside en San Pedro Sula, Honduras, con el objetivo de concentrarse y escribir los libros de la serie de **Rebeldita**.

Un libro, el cual muestra la realidad que viven las personas y que a pesar de ser cruda, no expone un falso cuento de hadas. **Oriel María Siu**, merece el respeto, pues ha logrado expresar lo que muchos no se atreven. Ella es un orgullo para Honduras.

Cortesía: **Radio América**

El productor musical hondureño «Trooko» produce y coescribe nueva canción de Thalía

El productor hondureño **Jeffrey Peñalva**, mejor conocido como **"Trooko"**, sigue poniendo en alto el nombre de su país al destacar en el mundo de la música con artistas de la talla de la famosa cantante mexicana **Thalía**, con el puertorriqueño **Residente**, **Chris Brown**, en otros.

«De ver a Thalía en mil novelas a poder conocerla en persona y luego poder platicar y textear sobre música y hacer una canción a la distancia en un fin de semana a tiempo para que entre su disco ha sido un viaje y un sueño», manifestó emocionado el catracho en sus redes sociales.



Cabe mencionar que los trabajos de "Trooko" son reconocidos a nivel mundial, y con eso pone en alto el nombre de Honduras por su destacado papel dentro de la industria musical estadounidense.

Anteriormente conocido como **Acid Money**, Jeffrey Peñalva es muy reconocido, porque desde muchos años sus trabajos han sido bien vistos por los conocedores de la música, ya que fue productor de la música de **«Los Bohemios»**.

Pero su éxito no solo se queda en eso, el hondureño ha tenido grandes participaciones en materiales musicales para **Beyoncé**; **Kesha**, **Janet Jackson (Michael Jackson)**, **Chris Brown**, entre otros afamados artistas.

Para los amantes de videojuegos, una de las

canciones de **Trooko** se encuentra en el juego de fútbol **FIFA 21**, llamado "No es mi culpa"; canción que cuenta con la participación del cantante portugués **Diogo Piçarra**.

«Trooko», recientemente recibió un reconocimiento por parte de los **Latin Grammy**, por ser productor e ingeniero de grabación del álbum de **Ricky Martín "Pausa"**; mismo, que fue seleccionado como el mejor álbum vocal pop del 2020.

Cortesía: **Radio América**

Los Angeles to Roatan island = 2,314 mi / \$859
Los Angeles to Honduras Kitchen = 6mi / \$25

Honduras Kitchen / Long Beach & Huntington Park / (323) 582-9139

HONDURAS KITCHEN
La Casa de la Sopa de Caracol



Chocheras del Abuelo

PAPÁ, NO TE LO HABÍA DICHO, PERO HOY TE LO DIGO

Gracias por haber soportado e ignorado mis malcriadeces y enojos, propios de la niñez y adolescencia.

Gracias por tus llamadas cuando estabas lejos, que me alentaban y me llenaban de fuerza.

Gracias Papá por existir, por ser real, porque siempre pude



decirle a los demás:
¡Yo tengo un Padre que me quiere! ♦

A MIS GRADUADOS REMONTAR VUELO

Deja que tu vida remonte vuelo. Busca las estrellas. Haz que cada momento cuente. Sueña grandes sueños, y persíguelos con acciones y compromiso. Valora, sé agradecido y aprovecha al máximo todo lo que tienes. Tú eres una expresión única e irrepetible de la vida, el amor y la creación. Deja que tu vida brille reluciente. Disfruta de los obstáculos, y de la maravilla del desafío que te presentan. Permite que la belleza que te rodea sea una fuente de inspiración para ti. Ten fe en que al



final triunfará la verdad. Libérate de tus pasadas limitaciones y conviértete en la persona que debes ser. Busca maneras de darle sentido y valor a quienes te rodean, y tu vida se elevará aún más. Ve cada momento como la oportunidad que realmente es. Pon tu vida en acción. Teniendo el coraje de salir a buscarlas y de encontrarlas, verás que el mundo está lleno de promesas, esperanza y belleza. Avanza y enfrenta cada nuevo día seguro de ti mismo, con la certeza de que éste será el mejor de tu vida... Y si no lo es, aun así, se agradecido al Dios infinito por haberte permitido vivir un día más. ♦

RECORDANDO A MI PADRE

Mi Padre cuando estaba vivo fue mi héroe, mi protector, mi más valiente soldado. Hoy no está aquí, pero me dejó su recuerdo, su ejemplo de eterno amor y desde el cielo sé que vela por mí.



Ahora que soy padre y me he tenido que sacrificar por mis hijos, comprendo lo que mi padre luchó por mí. Comprendo porque vestía mal y no se daba ningún lujo. Comprendo porque trabajaba sin parar.

Comprendo por qué insistía tanto en que estudiara, para que según decía: "tuviera un futuro mejor". Todo eso es hoy una copia, de lo que por mis hijos tengo que hacer.

Te amo Padre y que Dios te tenga en la gloria, allá donde estés.

Padre hoy te extraño, te recuerdo, te echo de menos y ahora que no estás, es que comprendo, cuanto de verdad te quiero.

Hoy Papá te dedico mi pensamiento y en mis memorias vivirás para toda la vida. ♦

DISTINTOS EJEMPLOS DE AGRADECER DE UN PADRE

A una edad donde la vida social está muy arraigada en los jóvenes, es un poco difícil privarse de una fiesta o compromiso social, sin embargo, tú has preferido dejar de lado la vida social y encerrarte en tu mundo de estudio porque tenías ya una meta trazada.

Estamos muy orgullosos de ti. ¡Muchas felicidades por tu graduación!"

Doy gracias al Señor por darme la satisfacción de tener a una hija tan buena, tan inteligente, tan dueña de sí misma para lograr sus metas.

Te quiero mucho mi pequeña, y deseo que esta vida te de oportunidades buenas y muchos éxitos. Muchas felicidades".

"Luces muy linda con esa sonrisa que esbozas en tu rostro. Y no hay



nada mejor que sentir la dicha de ser una profesional. Esperamos que tus éxitos sigan por siempre. Te amamos mucho".

"Has logrado darnos la dicha de graduarte mi querida hija, a pesar de tanto impedimento que en su momento has encontrado. Muchas felicidades".

"Ha sido un esfuerzo grande el que has hecho para llegar a graduarte, ahora llego el momento de disfrutar de los buenos frutos que te dará el ser profesional. Bendiciones mi querida hija" ♦

Ikonicks Modern Nicaraguan Cuisine

"La Nueva Visión de la Cocina Tradicional Nicaragüense"

NUEVO RESTAURANTE NICARAGÜENSE

Happy Hour Toña \$3.75
El Macuá \$7
Masaya Margarita \$8

¡Y Muy Pronto Noche de Nicas!

Región Autónoma de la
Costa Caribe Norte
R.A.C.C.N

Para recibir
Cupones y Descuentos
Síguenos en Instagram
y Facebook: @nicaikonicks

Domingo a Jueves: 12 pm a 9 pm
Viernes y Sábado: 12 pm a 11 pm

Ven a disfrutar un trago de Old Parr,
toda la Línea de Johnny Walker
y el mejor Ron del Mundo Flor De Caña

Vamos a tener "Boquitas" de todos los platos. Especiales todos los días en platillos,
cada día una nueva especial. Fritanga, Carne Asada, Parrillada, Pescado a la Tipitapa,
Cócteles de Camarón, Empanadas de Maduro, Enchiladas y mucho más

Lunes: Fritanga y Parrillada a descuento
Martes: Niños y Niñas (3 a 10 años) comen gratis del menú especial para niñ@s
Miércoles: Compra una Toña a precio regular y la segunda es a 50% de descuento
Jueves: Disfruta de nuestra buena música y un buen ambiente
Viernes: DJ tocando todos los éxitos de "Infierno y Lobo Jack"
Sábado: Tenemos Nacatamales y especiales en todos los platillos
Domingo: Mimosas gratis con compra de los platillos Nicaragüenses

406 South Myrtle Avenue, Monrovia, CA 91016 Tel: (833) 456-6425

HERMANOS HISPANOS

Te ayudamos en tus problemas
MIGRATORIOS

Peticiones familiares

Peticiones de esposos e hijos
Peticiones de Hermano a Hermano
Peticiones de Hijos a Padres
Peticiones para hijastros.
Peticiones para Fiancés.

Ciudadanías

- Renovaciones de Green Cards.
- Renovaciones de permisos de trabajo.

ACCOUNTING SERVICES

- Bookkeeping
- Corporations, LLC and Partnerships
- Income Taxes
- Electronic Filing
- Payrolls.

OTROS SERVICES

- Adopciones
- Bancarrotas
- Casamientos
- Divorcios

IMMIGRATION CONSULTANT

BOND No 41420373

TU AYUDA REAL
DE HERMANO A HERMANO

El Cochinito

SINCE 1988

El Cochinito, "The Little Pig". The most authentic Cuban restaurant in Los Angeles opened in 1988 by Gladys Gutierrez, our abuela.

El Cochinito takes inspiration from traditional homestyle cuisine.

We serve all the Cuban classics and are known for our -lechón asado- slow roasted pork. The restaurant's history goes back to the 1950's in Havana, Cuba where Gladys's father opened his restaurant.

El Cochinito, now its third generation, remains faithful to the traditions left by our abuela and bisabuelo.



Hours: Tue-Sun • 11am - 10pm
Closed Mondays

3508 W Sunset Blvd.
Los Angeles, CA 90026
(323) 668-0737
info@CochinitoLA.com
www.CochinitoLA.com

TROPICAL

CUBAN CAFÉ
EST. 1975

Silverlake's neighborhood coffee shop since 1975. Join us for strong coffee, fresh juices, tropical smoothies, Cuban pastries, and sandwiches. Our espresso is made from single origin, fair trade, organic beans roasted to our specifications. Contact us for information on our custom cakes, catering, and wholesale offerings.



OPEN DAILY:
6:30AM TO
8:30PM

2900 Sunset Blvd.
Los Angeles, CA 90026
(323) 426-9442
CafeTropical2900@gmail.com
www.CafeTropical.la



CENTRO HISPANO

1053 S Alvarado Street.
Los Angeles, CA 90006 Mapa



Centrohispanola@aol.com

213-384-8430

Portobanco's

RESTAURANT



"Nicaraguan Latin Cuisine"

¡Donde Amigos y Familia se reúnen! • Where Friends and Family meet!

Order Online

Monday to Thursday:
11:00 a.m. - 8:00 p.m.

Friday to Sunday:
10:00 a.m. - 9:00 p.m.



1225 W. Venice Blvd.
Los Angeles, CA 90006

Tel: (213) 908-5565
www.PortobancosRestaurant.com



(On the corner of Venice Blvd. and S. Bonnie Brae St.) - Parking Available