

¡GRATIS!



Nicas

EN EL EXTERIOR NEWS

EN EL EXTERIOR NEWS PER NICA EN EL MUNDO

#NicaraguaLibre
#SinPres@sPolitic@s
#SOSNicaragua

ESTADÍSTICAS DEL COVID-19

- (Casos Confirmados)
- El Mundo: 182,651,733
 - EE.UU: 33,679,489
 - California: 3,818,326
 - Los Angeles: 1,250,740
 - Nicaragua: ¿8,178?

**CRISTIANA
CHAMORRO**

Sí A Nicaragua

**SALVADOREÑOS
EN EL EXTERIOR**

Miss El Salvador 2021

**HONDUREÑOS
EN EL EXTERIOR**

Coro Virtual de Honduras

**CONSEJOS
DE SALUD**

Vitamina D

Cristiana Chamorro Barrios

Precandidata Presidencial de Nicaragua

Unida, Nicaragua volverá a ser República. #SIANICARAGUA



Photo: Mejía & Bendaña



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?

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

Para mayor información de remesas ingresa a:

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

f 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 Jícaro, Cacao, Cebada, Pinolillo.
- Jaleas "Callejas" y Rosquillas Somoteñas



12242 E. Valley Blvd.
El Monte, CA 91732

Phone: 626 442-1190
www.ElGallitoNicaMexCocina.com

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 1950s 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



Sabor Nicaragüense Restaurant
TRADICIÓN DE COMIDA NICARAGÜENSE A TU PALADAR

Desayunos
Nacatamal, Huevos Rancheros, Estrellados, Picados ó con Chorizo Centroamericano, Nica,



Antojitos

Enchilada Nicaragüense, Quesillo, Vigorón, Empanadas, Tostones con Queso, Yuca con Cerdo Frito

Almuerzos

Fritanga, Churrasco con Chimichurri, Carne Asada, Carne Desmenuzada, Cerdo Frito, Bistec en Salsa Jalapeña, Lengua en Salsa, Salpicón, Vaho

Sopas

Mondongo, Res, Pollo, Camarón, 7 Mares

Mariscos

Camarones en Crema, ó Empanizados, ó con Ajo, Mojarra Asada ó Frita, Tilapia

Bebidas Nicaragüenses

Cacao, Cebada, Guanábana, Limonada con Chia, Maracuyá, Melón con Naranja, Pitaya

Horario

Lunes a Sábado: 9:30 am - 7:30 pm
Domingo: 9.30 am - 4:00 pm

1927 S. Western Ave. #1
Los Angeles, CA 90018

Información: (323) 870-5505

Email: SaborNicaraguenseRestaurant@Gmail.com
www.SaborNicaraguenseRestaurant.com



HOLLYWOOD

NOTICIAS DE Los Angeles

Selenamos actuará el sábado 31 de julio en Levitt Pavilion

Selenamos

Como parte de la **Serie de Conciertos de Verano del Levitt Pavilion**, el **Concejal Cedillo** presentará al **grupo Selenamos** el **sábado 31 de julio de 7:00 pm a 9 pm** en el **MacArthur Park**. Con sede en Los Angeles, los Selenamos es un grupo de músicos que rinden tributo a Selena Quintanilla, la reina de la cumbia y la música tejana.



Integrado en el 2015, los Selenamos han realizado presentaciones en California y Texas, ofreciendo a los fans de Selena, una experiencia única al escuchar sus canciones favoritas interpretadas en vivo. El nombre de la banda musical conjuga el nombre de la reina del TexMex con un verbo que significa "Let's Selena".

¡Ven con tu familia y disfruta de una sana diversión!

Para más información busca Selenamos@Levitt.la

Más información y confirmación de asistencia aquí: LevittLosAngeles.org

TRANSPORTACION

LADOT está contratando a Guardias Peatonales para contratación inmediata. Estos trabajadores brindan orientación en

las intersecciones de calles designadas para permitir un ambiente seguro y tranquilo a estudiantes y a sus familias en rutas escolares.

Para obtener información detallada sobre cómo inscribirse en el Programa de Guardias Peatonales de la Ciudad, visita: ladot.lacity.org/crossingguard



TU MASCOTA TAMBIEN CUENTA
Celebra el **Día de las Fotos de Mascotas** en Estados Unidos adoptando un nuevo amigo peludo.

Si deseas adoptar una mascota específica que veas en el sitio web, sigue estos pasos:

Visita www.laanimalservices.com/adopt e identifica a un animal que te gustaría adoptar. Llama al **888-452-7381** con el número de identificación del animal (ejemplo: A1234567).

LA Animal Services compartirá toda la información disponible sobre ese animal.

Si estás interesado en seguir adelante con la adopción, LA Animal Services tomará tu información y programará una cita.



Al llegar a la cita, el personal y los voluntarios te guiarán a través de las



perreras para ver a los animales disponibles para adopción y te proporcionará toda la información disponible sobre los animales. Si hay un animal que estás interesado en adoptar, nuestro personal o un voluntario te proporcionará toda la información disponible sobre el animal y te

Concejal, Distrito 1
www.gilcedillo.com

Facebook: [@cmgilcedillo](https://www.facebook.com/cmgilcedillo) | Instagram: [@cmgilcedillo](https://www.instagram.com/cmgilcedillo) | Twitter: [@cmgilcedillo](https://twitter.com/cmgilcedillo)
200 N Spring St, 460, Los Angeles, CA 90012, United States

LEVITT PAVILION LOS ANGELES
Presents

Free **2021**
SUMMER
Concert Series

Conciertos Gratis

RSVP at levittlosangeles.org

Live In-Person Concerts Fridays, Saturdays 7pm Sundays 4pm July 30-August 22	Conciertos En Vivo viernes, sabados 7pm domingos 4pm 30 de julio-22 de agosto	Livestreamed Transmitido En Vivo via Youtube
---	--	---

Flor Amargo • Selenamos • Isaac Torres Y Su Alianza
 Ras Michael And The Sons & Daughters Of Negus • Son Rompe Pera
 King Malik • Miriah Avila & Angel City Soul Band • Guade
 The Paranoias + Friends • Rashaan Ahmad + Mark de Clive-Lowe
 Lucas Critchfield Marimba Tropical • Ballet Folklorico Kukulcan
 Freddy Ucan & Juli Dzul • Armando Ruiz Talavera • California Mesoamerican Ballgame
 Hermano Jose Ajpu Munoz + Tata Guillermo Hernandez + Abuela Sara Z Mijares
 Danzantes Aztecas • Kalpulli Teotlalli Tepeyollotl + Raul Herrera • Mayan Fire Ceremony
 Luis E Velasco • Banda Filarmonica Herencia Zoochilena Grupo Folklorico Huaxyacac
 Grupo Folklorico Princesa Donaji • Ballet Folklorico Nueva Antequera
 Maxi Pongratz • Gustavo Bucardo • Dino Chan

DJ Sets by
 Subsuelo • La Banda Elastica • La Junta
 Lethal Amounts • Ruben Molina
 Late Night Loggers

Welcome to | Bienvenidos
MacArthur Park
2230 W 6th Street
Los Angeles, CA 90057

CO-PRESENTED BY
 La Banda Elastica • Councilmember Gil Cedillo • Little Ethiopia Cultural & Resource Center • Evocare Media
 Ing Records • Mundo Maya Foundation • Lethal Amounts • Subsuelo • Late Night Loggers • Organización Regional de Oaxaca
 Globalista.LA • Goethe-Institut Los Angeles • La Junta • Pacific Music Group • Fiesta Finalera

SPONSORED BY

compañarán a un área designada para que puedas familiarizarte con los animales.

-Información proporcionada por la oficina del Concejal Gil Cedillo-

Si tiene alguna pregunta o necesita ayuda con los servicios de la ciudad, contáctenos al 323-550-1538 o Gilbert.Cedillo@lacity.org

Cortesía: Nation Builder ■



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

EnvíosDeEm@il.com

Envíos Masivos de Publicidad por E-mail

ricky.archbold@yahoo.com, blurfx@hotmail.com, Director@NicasEnELExteriorNews.com, rickywil@hotmail.com, daisygeorgew@yahoo.es, EditorGeneral@NicasEnELExteriorNews.com, gdlpchow@...



Para más información escribe a:

info@EnviosDeEmail.net ó consúltanos en:
 www.EnviosDeEmail.net/consulta ó simplemente llama al: **626.789.8909**



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 Ortegarey EditorGeneral@NicasEnElExteriorNews.com	Costa Rica Mauricio Ortega MauricioOrtega@NicasEnElExteriorNews.com
Gerente General Manuel Ortegarey 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 Alcides Gutiérrez AlcidesGutierrez@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 - Julio 2021

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

ALIMENTOS / BEBIDAS El Camachos Restaurant.....2 El Cochinito.....19 El Gallito Market.....5 Honduras Kitchen.....17 Media Noche Restaurant.....13 Original La Adelita Restaurante...5 Portobanco's Restaurant.....20 Restaurante Managua.....9 Sabor Nicaragüense Restaurant.....3 Tropical Cuban Cafe.....19 Villa Cariño - Mexican Food & Mariscos.....15	La Raza Medical Clinic Dr. Raúl Bendaña7 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 Cámara De Comercio Nicaragüense-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.com.....15 DominiosPropios.com A Division of Web Enterprises, Inc. Registro de Dominios, Hosting, Emails.....19 www.NicasNews.com15	SERVICIOS PROFESIONALES Alfredo Photo Studio José Luis Espinoza15 Lewís Photographer / Creative.15 MGPrinting.....19 Team Gaitán – Nicaragua.....19
CLÍNICAS California Liver Research Institute Dr. Edward A. Mena M.D.7	LITERATURA www.RubenDario.org15 Temas De Mi Peregrinar.....15	TURISMO www.IslaDeOmetepe.com15

VENDA MÁS
Nicas
EN EL EXTERIOR NEWS
Tel: (626) 806-2938
Publicidad@NicasNews.com

EDITORIAL



LAS EMOCIONES ¿SON IMPORTANTES?

Tito Lagos-Bassett
Director@NicasEnElExteriorNews.com

Cada vez que escribo sobre este tema tengo que aclarar que no soy psicólogo o terapeuta, ni psiquiatra. Sencillamente soy alguien que a través de su experiencia ha vivido y vive momentos tan cotidianos como el de cualquier otro mortal, pero que a causa de observarme he logrado conocer ciertas técnicas que me han ayudado a sobreponerme y salir adelante en la vida, y lo comparto porque siempre he creído en la importancia de compartir, ya que al compartir se crece.

Las emociones existen para bien o para mal, pero ni una ni la otra pueden ser desechadas ni ocultadas, porque al final, de alguna manera ambas se manifiestan, la primera con euforia, emprendimiento, alegría, entusiasmo, deseos de vivir y felicidad, y la segunda con enojo, rabia, tristeza, dolor, llanto y depresión.

Lo que sí, ambas pueden ser reprimidas para convertirlas en inexpresivas, pero al final como dije antes, las dos nos pasarán factura.

Y ya que los seres humanos somos seres emocionales, es bueno que logremos identificar de manera personal lo que nos hace sentir buenas o malas emociones. Para ello, en lo particular lo que he hecho durante mucho tiempo es observarme y llevar un recuento de lo que me produce ansiedad, enojo, furia, tristeza, desánimo, o por el contrario qué acciones me dan tranquilidad, paz, entusiasmo y ganas de emprender nuevos retos en mi vida.

Este es un ejercicio que debería hacerlo todos los días, sin embargo, para decir verdad, lo hago solo cuando siento que lo estoy necesitando, pero lo que si les puedo asegurar es que funciona y me ayuda muchísimo.

- ¿Qué me provoca emociones que me lastiman más?
En este caso escribo una lista de hechos, acciones o circunstancias lo más extensa y detallada posible, y cada vez que enumero alguna voy describiendo, asimismo, que tipo de malestar me producen. En ocasiones estas emociones suelen ser causas aparentemente inofensivas como son ciertas películas, ver o escuchar noticieros, sostener conversaciones con personas tóxicas, o entrando en temas más fuertes, dificultades en el trabajo o negocios, conflictos familiares o trastornos de salud personal o de algún ser querido. Cuando he logrado identificar lo que me provocan estas series de emociones negativas, en lo particular hago un ritual de oraciones y meditaciones para entregar lo que no está a mi alcance en las manos de ese Ser Superior en quien confío todo mis imposibles, y en lo que sí está en mis manos solucionarlo, le dedico tiempo y atención.
- ¿Qué me provoca emociones que me producen bienestar?
De igual manera para poder identificar y tener conciencia de las causas y circunstancias que me producen felicidad, suelo hacer una lista más detallada y extensa, y de igual manera las analizo, memorizo y repaso una y otra vez, para en primer lugar gozarlas y en segundo lugar para darle gracias al Creador por tanta bondad de lo que he sido bendecido. Y créanme, funciona. La gratitud es el portal a una vida de abundancia.

Por lo demás amigo lector, una vez identificadas estas características de lo que nos producen las diferentes emociones, solo nos resta estar atentos y no dejar pasar por alto cada vez que nos enfrentemos a la necesidad de disfrutar la vida con todo y sus altibajos de nuestras emociones.

Y recuerden, una vida emocional saludable no solamente beneficia nuestra vida, sino la existencia de todo lo que nos rodea: familia, negocio, sociedad y patria.

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



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

Dr. Marvin Urbina & Dr. Herman Carrillo

MEDICINA FAMILIAR

El Mejor Cuidado Médico para la Familia



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

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



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

Aqui 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



Cristiana CHAMORRO
SÍ A NICARAGUA

Cristiana Chamorro Barrios

Sí A Nicaragua

Nació en Managua en 1954 (67 años). Es una periodista y activista nicaragüense. Es precandidata presidencial en las elecciones generales de Nicaragua de 2021.

Chamorro es hija del director del periódico La Prensa asesinado, Pedro Joaquín Chamorro Cardenal y de la ex presidenta de Nicaragua Violeta Barrios de Chamorro. Su padre, un crítico del régimen de Somoza, fue asesinado en 1978, cambiando la marea de apoyo contra la dictadura, a partir de ese momento fue llamado popularmente como "**Martir de las libertades públicas**", título por el que fue designado oficialmente como Héroe Nacional de Nicaragua en 2012. Cristiana se unió a su madre trabajando en su periódico, La Prensa, y a los 35 años ya era editora del periódico.

Fundadora y Directora de la Fundación de libertad de prensa en nombre de su madre, Violeta B de Chamorro. Se desempeñó en esta capacidad hasta 2021, luego de que el gobierno de Daniel Ortega anunció la ley de que todas las fundaciones que reciban fondos de fuera de Nicaragua deberán registrarse como agentes extranjeros. En lugar de aceptar la condición de extranjero, la Fundación Violeta Barrios de Chamorro cesó sus operaciones.

Fundación Violeta Barrios de Chamorro

Organización sin fines de lucro para la defensa de la libertad de expresión, el acceso a la información pública y la promoción de iniciativas que fomenten la democracia, el desarrollo social, la educación para el cambio y la excelencia en el periodismo nacional (1998-2018).



2021

A partir de 2021 es Vice-Presidenta del del periódico La Prensa, el más grande de Nicaragua.

En 2021, se postuló como precandidata a la presidencia, aunque apoya un boleto de oposición unificado para desafiar al presidente Daniel Ortega, quien se postula para un quinto mandato. En mayo, el régimen de Ortega abrió una investigación sobre el trabajo de Chamorro en la Fundación, alegando lavado de dinero. La investigación abierta no descalifica su candidatura ya que las personas bajo investigación no tienen prohibido postularse, la única forma de suspender el derecho político a ser electo es mediante sentencia condenatoria que imponga pena grave, de conformidad con el artículo 47 de la Constitución Política. Esto siguió a la revocación por el Consejo Supremo Electoral de Nicaragua del estatus legal del partido de oposición, el **Partido Restauración Democrática (PRD)**. El día que llamaron a Chamorro para interrogarla, la policía también allanó las oficinas de noticias del canal de medios de su hermano Carlos, así como, confiscar equipo y arrestar a un camarógrafo.

Es la hija de Violeta Barrios de Chamorro, la mujer que venció en las urnas en 1990 al primer gobierno de Daniel Ortega.

"Lo primero que te diría de ella cualquier nicaragüense de ella



es eso, que es la hija de Violeta", le dice a BBC Mundo **Ana Margarita Vijil**, analista política y antigua académica de la Universidad Politécnica de Nicaragua.

"Simbólicamente, Cristiana, que estuvo muy vinculada al gobierno de su mamá, significa también para el actual gobierno el recuerdo vivo de esa derrota", agrega.

En solo unos meses, Chamorro Barrios pasó de no hacer (abiertamente) política a convertirse en el rostro más visible de la oposición en Nicaragua.

Y en los últimos días se volvió también el principal foco de las tensiones entre el gobierno y la oposición en la nación centroamericana, luego de que confirmara su aspiración de postularse como candidata para las elecciones del 7 de noviembre.

Poco después inscribirse para participar en el proceso interno del **partido Ciudadanos por la Libertad**, que luego escogerá un candidato opositor único, la Fiscalía de Nicaragua abrió un proceso en su contra por "delitos de gestión abusiva, falsedad ideológica en concurso real con el delito de lavado de dinero, bienes y activos".

Pidió, además, su inhabilitación política "por no estar en pleno goce de sus derechos civiles y políticos, por encontrarse en un proceso penal investigativo". Esta fue decretada por un juzgado de Managua.

Poco antes de iniciar una rueda de prensa que había convocado para condenar su propia inhabilitación, la vivienda de Chamorro Barrios fue allanada por la policía y la opositora fue puesta bajo arresto domiciliario.

Tanto Chamorro como su familia han negado los cargos y aseguran que se trata de una maniobra política para evitar que se postule a las presidenciales.

Su familia ha sido por siglos no solo una de las más ricas, sino también una de las más poderosas del país: cinco de sus ancestros, incluida su madre, fueron presidentes de Nicaragua.

Aunque estudió Historia y Filosofía e hizo una maestría en Historia y Literatura latinoamericana, los vínculos familiares

entre el periodismo y la política marcaron su trayectoria.

En **1979** se iniciaría como reportera en La Prensa, el diario que su madre había gestionado desde el asesinato de su esposo.

A los 35 años, Chamorro Barrios se convirtió en editora de la publicación y poco después, fue una de las artífices de la campaña que llevó a su madre a la presidencia.

Con Violeta Barrios al frente de Nicaragua, la hija se ocupó de tareas de comunicación y relaciones públicas nacionales e internacionales del Ejecutivo, a la vez que permanecía al frente del periódico tradicionalmente opositor (que se volvió a partir de entonces "portavoz" del nuevo gobierno).

Chamorro Barrios contrajo matrimonio con el político **Antonio Lacayo**, quien fuera ministro de la Presidencia

Continúa en la pág. 9



Doña Violeta con sus hijos: Pedro Joaquín, Claudia Lucía, Cristiana y Carlos Fernando.



durante el gobierno de su madre y que murió en un accidente de helicóptero en 2015.

"Después, ella crea la Fundación Violeta Barrios, en honor a su mamá, que ahora está en el centro de este problema", recuerda Vijil.

"Es una organización que ha ayudado a capacitar medios de comunicación y que se volvió muy relevante después que empezaron las protestas que tuvieron lugar hace tres años", agrega.

Desde el periodismo

En 2018, Nicaragua vivió una ola de manifestaciones que pedían la salida del poder de Ortega y que, según organizaciones de derechos humanos, fueron duramente reprimidas y provocaron unas 328 muertes, centenares de presos políticos y el exilio de más de 100.000 personas.

Vijil recuerda que en esos años, el gobierno cerró muchos medios de comunicación y que entonces, la Fundación se volvió una plataforma de aprendizaje para los cientos de periodistas que debieron reencausar su labor.

"La Fundación fue muy importante para apoyar a medios independientes a readaptarse tras ser sacados del aire y tener que migrar a los medios digitales", dice.

Sin embargo, a inicios de este año, Chamorro Barrios anunció que la cerraría tras negarse a inscribirla en el registro asociado a una ley que aprobó la Asamblea Legislativa que obligaba a organizaciones que recibieran dinero de la cooperación internacional a inscribirse como "agentes extranjeros".

"La Fundación licitó y administró fondos para la enseñanza del periodismo de la USAID, eso no es secreto", recuerda Vijil.

La ruptura

Sin embargo, medios locales recuerdan que su tarea frente a la Fundación y el posterior cierre de esta no la pusieron en la mira de las autoridades.

"Ella, hasta ese momento, no se había metido activamente en política. El gran cambio se dio cuando anunció que se postularía como candidata para las elecciones de noviembre", recuerda Vijil.

Tras el anuncio, incluso antes de asociarse a ningún partido, Chamorro Barrios se ubicó a la delantera de las encuestas de opinión y medios independientes de Nicaragua comenzaron a hablar sobre la posibilidad de que pudiera repetir la victoria de su madre frente a Ortega.

"En Nicaragua, los partidos de oposición están muy debilitados. Es una oposición donde la preferencia del

votante está más basada en candidaturas personales. Entonces, alrededor de Cristiana se había generado mucha expectativa y mucha ilusión porque se veía como una candidatura que regresaba a todos en el mismo barco", opina Vijil.

El Ministerio Público, por su parte, alegó a que el proceso contra Chamorro está vinculado a su trabajo frente a la Fundación que, según dijo, "incumplió gravemente sus obligaciones ante el Ente Regulador".

Aseguró, además, haber obtenido "claros indicios de lavado de dinero" tras revisar documentos de finanzas entre 2015-2019.

El proceso contra Chamorro Barrios generó reacciones en varios gobiernos y organismos regionales.

El secretario de Estados de EE.UU., Anthony Blinken, consideró que impedir la candidatura de la periodista "refleja el miedo de Ortega a unas elecciones libres y justas" mientras la OEA lo consideró un "atentado a la democracia".

Otros casos

La detención de Cristiana Chamorro y los cargos en su contra son vistos por activistas y opositores solo como el último caso de otras maniobras que ha realizado el gobierno de Nicaragua con vista a las elecciones. Más de una decena de periodistas han denunciado haber sido citados para testificar en la Fiscalía nicaragüense por el



caso de supuesto lavado de dinero de Chamorro Barrios.

El pasado 20 de mayo, las autoridades allanaron también la sede del **diario El Confidencial** y de los programas de televisión **Esta Semana y Esta Noche**, dirigidos por el periodista **Carlos F. Chamorro**, el hermano de Cristiana Chamorro, quien recientemente fue galardonado con el Premio Ortega y Gasset.

Otros candidatos opositores también han denunciado con anterioridad que el gobierno creó casos en su contra para impedirles participar en las elecciones de noviembre.

Varias organizaciones de derechos humanos han denunciado que la situación en Nicaragua se ha agravado en los últimos tiempos como resultado del impacto de la pandemia de coronavirus, la crisis económica y lo que califican como "represión" por parte de las fuerzas del orden.

Según un reporte del Mecanismo para el Reconocimiento de Personas Presas Políticas de Nicaragua, en las cárceles del país todavía hay más de un centenar de detenidos por razones políticas.

El gobierno de Ortega niega que en el país existan presos políticos y asegura que los opositores son "revoltosos" que buscan crear disturbios en el país.

Detención y Arresto Domiciliario

El 2 de junio de 2021, fue puesta bajo arresto domiciliario luego de que la policía allanara su hogar y una jueza ordenara su detención.

Chamorro fue acusada por el Ministerio Público de los delitos de gestión abusiva y falsedad ideológica, ambos en concurso real con lavado de dinero, bienes y activos, por su rol al frente de la prestigiosa **Fundación Violeta Barrios de Chamorro**.

La opositora rechaza todas estas acusaciones.

La operación policial fue ordenada por la jueza Karen Chavarría Morales.

El periodista Carlos Fernando Chamorro, hermano de Cristiana, dijo que la dirigente opositora se encuentra aislada y bajo arresto en su propia vivienda.

"Después de más de cinco horas de allanamiento policial en la vivienda de mi hermana Cristiana Chamorro, precandidata presidencial, a las 5:15 PM los policías antimotines la dejan bajo 'arresto domiciliario', bajo aislamiento. Su casa sigue ocupada por la Policía", escribió el periodista en un mensaje en Twitter publicado en torno a las 5:30 pm hora local.

La vivienda de Chamorro, ubicada en una tranquila zona residencial al sur de Managua, se mantiene vigilada por dentro y por fuera por más de treinta policías que golpean a todo periodista, defensor o curioso que intente acercarse al lugar.

Chamorro Barrios también fue inhabilitada para ocupar cargos públicos, luego de que el Juzgado Quinto de lo Penal de Audiencias aprobara esta medida cautelar que había sido solicitada por la Fiscalía con el argumento de que la opositora no está "en el pleno goce de sus derechos civiles y políticos por encontrarse en un proceso penal".

Aspirante presidencial

Chamorro Barrios, es la aspirante mejor posicionada en las preferencias de cara a las elecciones presidenciales de noviembre, según una encuesta de la firma **CID Gallup**. De acuerdo con la encuestadora Cid Gallup, Cristiana Chamorro Barrios es la candidata presidencial con mayor popularidad en Nicaragua, lo que le podría dar votos suficientes para emular la victoria de su madre en 1990.

El presidente Daniel Ortega busca en esos comicios una nueva reelección para el cargo que ha ocupado

Continúa en la pág. 14



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

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

VILLA CARIÑO MEXICAN FOOD & MARISCOS

Comida Mexicana Prehispánica
1066 North Hacienda Blvd.
La Puente, CA 91744
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.



Westminster, CALIFORNIA

Mandamos un especial saludo a Eric Pereda por su reciente graduación en el Middle School de Westminster Christian School de parte de sus orgullosos padres Dr. Alex y Susie Pereda.



Pomona, CALIFORNIA

Felicidades a los hermanos Mario Joseph & Yanina Patricia Díaz Granera por su reciente graduación de Cal Poly Pomona, extensivo a sus orgullosos padres Mario Díaz & Patricia Granera.



CALIFORNIA

Nos congratulamos con Paola Cortés Bermúdez hija de María Auxiliadora Bermúdez de Cortés y Salvador Cortés por la reciente graduación de su amada heredera.



CALIFORNIA

Felicidades a la Dra. Ofelia Cabrera Montenegro por su reciente graduación de especialidad en Emergencias. Extensivos saludos a sus orgullosos padres Milton y Evelyn.

RESTAURANTE MANAGUA
COMIDA TRADICIONAL NICARAGÜENSE

PRESENTA:

PACHANGA MANAGUA



Todos los Viernes y Sábados
8:00 pm a 1:00 am

Tel: (323) 973-9204

2709 Santa Ana St.
South Gate, CA 90280



"Consejos de Salud"



¿Te falta vitamina D? Esto es perjudicial para tu salud

La falta de **Vitamina D** puede ser perjudicial por muchos aspectos para la salud. Por una parte, la deficiencia de esta vitamina puede provocar la aparición de **osteoporosis**, por el debilitamiento de los huesos. Si bien, durante la pandemia del Covid-19 también se ha constatado que la gran mayoría de pacientes hospitalizados presentaba niveles bajos de este micronutriente.

Ahora, un nuevo estudio científico realizado en ratones y publicado en el **Journal of Endocrinology** ha comprobado que existen importantes evidencias de que la carencia de vitamina D en el organismo puede ser perjudicial para la función muscular. Concretamente, la falta de esta vitamina reduce la producción de energía en los diferentes músculos del cuerpo humano.

En conclusión, evitar la deficiencia de vitamina D en personas adultas mayores podría contribuir a mantener de una manera

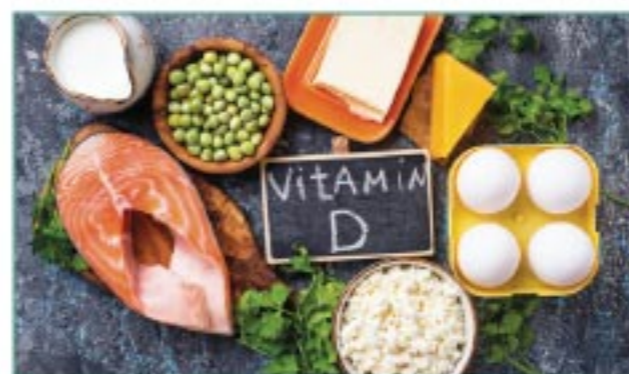
más adecuada la función muscular. Es decir, contar con niveles óptimos de este micronutriente podría ayudar a prevenir el deterioro muscular propio de la edad.

Cómo influye la vitamina D en la función muscular

Está demostrado que la vitamina D es un micronutriente vital para la salud de los huesos, que ayuda a prevenir o retrasar enfermedades como el **raquitismo, osteoporosis u osteomalacia**. Además, recientemente se ha comprobado las posibles vinculaciones entre esta vitamina y el Covid-19.

La falta de vitamina D es común prácticamente en toda la población europea y en los últimos tiempos se ha vinculado a un mayor riesgo de tener cáncer, diabetes o incluso infectarse del Covid-19.

Conclusión del estudio



Una vez realizado el estudio, el doctor Philip resalta la conclusión del mismo: "Nuestros resultados muestran que existe una clara relación entre la deficiencia de vitamina D y la capacidad oxidativa del músculo esquelético. Sugieren que la deficiencia de vitamina D disminuye la función mitocondrial, en lugar de reducir el número de mitocondrias en el músculo esquelético".

Continuando con su explicación, resalta que "estamos especialmente interesados en examinar si esta reducción de la función

mitocondrial puede ser una causa de la pérdida de masa y función del músculo esquelético relacionada con la edad".

Así, estos nuevos hallazgos sugieren que la falta de vitamina D puede ser perjudicial en la función mitocondrial y limitar la energía producida por los músculos. Por ello, evitar la falta de vitamina D podría ser determinante para mantener el rendimiento muscular.

Del mismo modo, contar con niveles óptimos de vitamina D podría contribuir a reducir las posibilidades de tener enfermedades asociadas a los músculos, como la **sarcopenia**. No obstante, los autores de esta investigación aseguran que es conveniente realizar estudios más profundos para determinar una evidencia certera en la relación entre la deficiencia de esta vitamina y la función muscular.

Cortesía: **Vida Sana** ■



HABLEMOS DE CÓMO HACER DINERO



Entérate de cómo mantener la cartera gorda a la hora de chambear

Por: Lola Dollarz

Parece que cada que salimos de la casa gastamos dinero, inclusive cuando solamente vamos al trabajo. Pero no debemos de olvidar que trabajamos precisamente para ganar capital y no para gastarlo. Así que a ponerse las pilas y eliminar todas esas fugas de efectivo en la "chamba".

Hazte tu cafecito de mañana en la casa— Si te gusta el sabor de Starbucks hay infinidad de páginas de internet donde puedes encontrar las recetas de tus bebidas más populares. Y si lo tuyo es el café helado y te gustar cargado, congela cubos de hielo hechos de café. Con una buena licuadora hasta los Frapuccinos te van a quedar deliciosos.

Prepara tu propio lunch— Obvio. Con esta acción te ahorra por lo menos 10 dólares al día, pero no olvides también



llevar tus "snacks". Así no habrá ninguna tentación de tener antojos que te pueden salir caros.

Organiza un almuerzo compartido— Júntate con tres o cuatro compañeros y pónganse de acuerdo sobre quién lleva qué. Digamos que el menú son tortas. Entonces alguien lleva solo el jamón, otra persona más el pan y condimentos mientras otro trae una ensalada para

acompañar. Pon el dinero que hubieses gastado en comer en tu cochinito. Te sorprenderá cuánto dinero vas a juntar en unos meses.

Ahórrate la propina o cargo adicional por llevar la comida hasta tu trabajo— Si vas a pedir comida de afuera, ve por ella. Haz un juego con tus compañeros de trabajo y al que pierda le toca ir a recoger la pizza.

Abre una cuenta de ahorros que saque dinero de tu cuenta de cheques automáticamente. Una segunda opción es que cuando sea día de paga, puedes asignar por lo menos un 10% a una cuenta de ahorros. Recuerda que uno no siempre será joven y bello. Invierte en tu futuro.

Ordena sabiamente a la hora de salir— Si a tus compañeros les gusta irse a los restaurantes, tú puedes ordenar sopa, ensaladas o aperitivos. La mayoría de restaurantes te sirven porciones gigantes de comida. Y muchas veces terminas llevándote tu bolsita con las sobras que ni siquiera te comes. Así que pide alimentos pequeños y si te quedas con hambre ordena otra cosa. Te aseguro que esto no pasará.

Al igual si les gusta irse al "happy hour", trata de tomar una bebida que puedas saborear y tomar lentamente mientras platicas con tus compañeros. Eso de comprobar que aguantas mucho alcohol ya quedó atrás. Realmente no tienes que demostrarle nada a nadie.

¡Hasta la próxima! ■



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."

VillarrealConsultinGroup@gmail.com • www.VillarrealConsultinGroup.com

Tel. (954) 649-0869

Helga Villarreal



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

ininterrumpidamente por cuatro periodos desde 2007. También fue presidente entre 1985 y 1990.

Chamorro Barrios dijo que, aún sin ser candidata, pretenden inhibir su participación en el proceso electoral.

Rechazo

La **Organización de los Estados Americanos (OEA)** expresó su rechazo al "proceso de inhabilitación de la candidatura política de Cristiana Chamorro".

"Nicaragua se encamina a las peores elecciones posibles, y este nuevo atentado a la democracia, imposibilita más aún la existencia de elecciones libres, justas y transparentes en el país. Acciones como ésta restan toda credibilidad política al gobierno y a los organizadores del proceso electoral", señaló la Secretaria General de la OEA.

José Miguel Vivanco, director ejecutivo para las Américas de **Human Rights Watch**, exigió respeto a los derechos humanos de Chamorro y abogó porque la Unión Europea y el gobierno de Estados Unidos condenen lo que consideró como un "plan para impedir elecciones libres" en Nicaragua.

"Urge una estrategia multilateral para frenar a Ortega", escribió en Twitter.

De igual modo, **Alberto Brunori**, representante regional de la **Oficina de la Alta Comisionada de la ONU para los Derechos Humanos**, rechazó el arresto y la inhabilitación de Chamorro Barrios.

"No puede haber elecciones libres y creíbles sin garantizar los derechos de todas y todos los candidatos y votantes", afirmó en un video.

Comprometida con legado de sus padres

Considera que el bien común debe estar por encima de cualquier interés sectorial, por lo que cree firmemente que los opositores encontrarán "una manera lógica y apropiada para la selección de candidaturas".

De su madre aprendió que "se puede ser en el fondo fuerte, pero moderado en la forma de expresarse" y que "el convencimiento en las propias creencias debe expresarse con la mayor de las cortesías"; de su padre, que "la mejor forma de ejercer la autoridad es mediante la persuasión y solo adquiere carácter sagrado cuando se apoya con el ejemplo".

Afirmó que tiene un compromiso de vida con los nueve pilares de la democracia por los que sacrificó la vida su padre Pedro Joaquín Chamorro, para luego triunfar en la democracia de 1990, con su madre Violeta Barrios de Chamorro.

Coincidió con la propuesta de ambos: "Nicaragua volverá a ser una República".

"Uno de los mayores legados de mi madre es haberle demostrado a los nicaragüenses que sí podemos tener democracia, que sí podemos tener paz, que sí podemos tener progreso, que sí podemos tener una república en Nicaragua en donde caben todos, donde todos tienen un lugar en este país, porque este país es de todos", afirma.



"Creo que el próximo gobierno deberá ponerlos en práctica y defender esos nueve pilares de la democracia que son: Libertad de expresión, prensa y libertades públicas; Elecciones libres y limpias; No reelección presidencial; Respeto a los derechos humanos fundamentales; Desarrollo económico sostenible, justicia social; Estado de derecho con separación de poderes; Respeto a la Ley y la Constitución, pluralismo político es inclusión social, teniendo presente la Costa Caribe -no solo cuando hay huracanes- e integridad en el ejercicio del servicio público", finalizó Chamorro.

Cristiana Chamorro Barrios es la única precandidata presidencial de la oposición que no pertenece ni a la **Alianza Ciudadana** ni a la **Coalición Nacional**. Su nominación, asegura, se la ha dado "la gente" que coloca su nombre en las encuestas y es por ellos que insiste en la necesidad de la unidad opositora para derrotar a Daniel Ortega, tal como lo hizo su madre Violeta Barrios de Chamorro, en 1990. Chamorro afirma que tiene claro que "nada se repite en la historia" y que el contexto actual de Nicaragua no es el mismo de hace tres décadas. Sin embargo, valora que la oposición debe "tomar las lecciones aprendidas" y apostar a ganarle a Ortega para evitar que se repitan los fraudes electorales de 2008, 2011 y 2016. Eso solo sería posible a través de "la unidad de las fuerzas políticas" y la elección de "un candidato único", sostiene.

Chamorro Barrios insiste en la unidad de la oposición y en devolverle al nicaragüense el poder que tiene a través de su voto. Aunque asegura no ser candidata y no tener propuesta de ningún grupo o partido, dice estar dispuesta, "si es necesario" a enfrentar en las urnas al mismo hombre que hace 31 años su madre derrotó.

La opción para inscribirse como candidato presidencial para estos comicios está abierta hasta el 28 de julio, según las leyes electorales nicaragüenses. Los ciudadanos con una sentencia judicial firme en su contra no están autorizados para postularse como candidatos.

EDUCACIÓN

Universidad Centroamericana, Managua, Nicaragua
Historia y Filosofía

Ohio University

M.A. en Historia y Literatura Latinoamericana 1976 –1977

Harvard University

Liderazgo avanzado 2018 - 2018

Programa interdisciplinario de la Universidad de Harvard diseñado para fortalecer a líderes experimentados y ampliar

sus conocimientos para enfrentar nuevos desafíos en el futuro que podrían tener un impacto.

FAMILIA

Padres:

Pedro Joaquín Chamorro Cardenal

(Escritor, empresario, político y periodista fundador y director del periódico nicaragüense, La Prensa, el más antiguo del país. Féreo opositor a la dictadura de Somoza, asesinado hace 43 años.) Héroe Nacional de las libertades públicas.

Violeta Barrios de Chamorro

(91 años. Ex presidenta de Nicaragua, Abril 25, 1990 – Enero 10, 1997). Barrios se convirtió en 1990 en la primera mujer en ganar la presidencia en las urnas en América. Con el 54,7 % de los votos en las elecciones generales del 25 de febrero de 1990, Chamorro gana las elecciones y la mayoría en la Asamblea Nacional, hasta entonces en total control sandinista.

Fue candidata de la UNO (Unión Nacional Opositora), con el objetivo de derrotar al FSLN en las elecciones generales. La UNO aglutinó a 14 partidos que abarcaban todo el espectro político, incluyendo al Partido Comunista de Nicaragua.

Hermano(a)s:

Pedro Joaquín Chamorro Barrios

(70 años. Hermano mayor de Cristiana, ex diputado nacional - Alianza Liberal Nicaragüense, ALN (2007-2017) y ex concejal de Managua (2004-2006).

Claudia Lucía Chamorro Barrios

(68 años. Escritora, ex funcionaria de salud pública y ex embajadora de Nicaragua en Cuba y Costa Rica).

Carlos Fernando Chamorro Barrios

(65 años. Fundador y Editor de Confidencial. Periodista de investigación independiente. En 2010, Chamorro ganó el premio María Moors Cabot y Ganador del premio Ortega y Gasset en 2021).

Esposo:

Chamorro estuvo casada con Antonio Lacayo Oyanguren, hasta su muerte en un accidente de helicóptero en 2015.

Hijo(a):

Antonio Ignacio y Cristiana María.

Antepasados:

Entre su linaje incluye a **Fruto Chamorro**, primer mandatario tras la Independencia del país, y **Pedro Joaquín Chamorro**, exjefe de Estado entre 1875 y 1879.

Cortesía: @chamorrocris BBC. La Prensa. El Comercio. France24. Infobae. La Tercera. Voz de América. Wikipedia. Wikiwand. ■

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
www.SalvadoreñosEnElExterior.com

Rumbo a la corona Miss El Salvador 2021

Siete hermosas salvadoreñas compiten para representar al país en Miss Universo.

Comienza la cuenta regresiva para que en El Salvador, una vez más, se corone a quien representará al país en el máximo galardón de belleza del Planeta: **Miss Universo 2021**.

Después de un largo proceso de búsqueda, siete hermosas señoritas han sido elegidas para competir y demostrar sus capacidades y atributos para agenciarse la corona de **Miss El Salvador**, que de inmediato catapultará a la triunfadora al certamen de belleza mundial.

Carlos Jiménez, director y organizador del Reinado de El Salvador, informó que las participantes se encuentran realizando diferentes actividades de preparación que les permita una destacada participación en el evento de elección y coronación en el país.

«Estamos rumbo a la elección que nos permitirá llevar representación nacional a Miss Universo. Las señoritas están en diferentes clases de formación todos los fines de semana. También, a partir de que comenzó el concurso formalmente, estamos desarrollando actividades con los patrocinadores», dijo.

El Reinado de El Salvador tiene previsto realizarse a finales de este mes; sin embargo, por disposiciones del Gobierno en torno a la pandemia por la COVID-19, la fecha se cambiará.

Los organizadores invitan a estar pendiente de las redes sociales, en Facebook e Instagram, de Miss El Salvador para conocer el nuevo día de la elección y coronación.

Conoce a las concursantes:

Nicole Álvarez

Tiene 27 años. Es licenciada en Fashion Merchandising. Actualmente es locutora y presentadora de televisión. Habla inglés fluidamente y entre sus pasatiempos están hacer crossfit y viajar por el mundo.

En 2013 creó la fundación «Michelle Álvarez» en honor a su hermana, la cual está destinada para ayudar a personas que padecen cáncer.

Fabiola Samayo

Tiene 22 años. Es estudiante de Relaciones Públicas con especialización en Mercadeo. Habla inglés y es atleta seleccionada nacional de Taekwondo.



En 2017 fue campeona mayor de los juegos centroamericanos en Nicaragua y reconocida como Atleta Ejemplo para la Juventud por la Asamblea Legislativa. Es apasionada de los animales, por lo que participa activamente en colaboración con refugios que trabajan para el cuidado y resguardo de estos.

Alejandra Gavidia

Tiene 25 años y es licenciada en Administración Pública y Gobierno. Cuenta con una maestría en Asesoramiento de Imagen y Consultoría Política. Por ahora estudia otra maestría en Desarrollo Humano. Habla inglés fluido; francés y portugués, intermedio.

En el 2020 obtuvo un reconocimiento como Joven Influyente de la República por parte de la Asamblea Legislativa. Trabaja para visibilizar grupos minoritarios de la comunidad LGBTQI+.

Ingrid Chávez

Tiene 26 años y es técnico en Ingeniería Civil, con 5 años de experiencia. Actualmente sigue estudios siempre en Ingeniería Civil. Ha sido voluntaria en un ministerio de teatro y disfruta de las artes escénicas.

Entre sus pasatiempos se encuentra cocinar y pasar tiempo en familia. Realiza labor social a través de su iglesia para potenciar talentos juveniles.

Krissia Zelaya

Tiene 27 años y es licenciada en Comunicaciones Integradas

de Marketing. Habla inglés intermedio y se dedica al área de ventas y mercadeo. Se describe como una persona empática y amable.

Krissia comenta que le gustaría comenzar un emprendimiento de diseño de interiores que le permita trabajar de la mano con mujeres salvadoreñas. Así mismo, está considerando crear una fundación comprometida a ayudar a mujeres que sufren algún tipo de violencia.

Fátima Calderón

Tiene 22 años, es bilingüe y egresada de licenciatura en Relaciones Internacionales. Es maestra y destacada bailarina profesional en diferentes estilos dentro de la danza.

Ha sido embajadora de la campaña internacional «Stop the Waste», del Programa Mundial de Alimentos de la Organización de las Naciones Unidas, y ha participado activamente en jornadas de salud del Hospital Nacional de Niños Benjamín Bloom.

Gabriela Colindres

Tiene 26 años, es licenciada en Diseño Gráfico con especialidad en Animación y Multimedia. En su natal San Juan Opico, junto con la alcaldía local apoya campañas de desarrollo profesional y social.

Se autodescribe como una mujer talentosa y llena de metas, que piensa ejecutar a través de su sueño de crear en un futuro una empresa de publicidad.

Cortesía: **Diario El Salvador** 👑

423 N. Vincent Ave.
Covina, CA 91722

- Mimosa Sunday Brunch
- Catering
- Live Music

(626) 699-1225



Hondureños En El Exterior

www.HondurenosEnElExterior.com

Se estrenará en cine la película hondureña "Sambo Creek: El Regreso de la Llorona"

No cabe duda que los amantes del cine de terror esperan con ansias películas terroríficas que llenen de escalofríos su vida y esta vez los hondureños son los más ansiosos, pues en el próximo mes de octubre se estrenará el filme: "Sambo Creek: El Regreso de la Llorona", una producción que incluirá talentos catrachos y extranjeros.

La Llorona

La Llorona, es una leyenda que forma parte de la tradición oral de Honduras y en definitiva todo catracho alguna vez escuchó de la tenebrosa historia que no dejaba que estuviesen tranquilos por las noches.



Con el objetivo de replicar la famosa leyenda e inspirados en las narraciones de terror sobre la llorona, el cine hondureño presenta su nueva producción "Sambo Creek: El Regreso de la Llorona".

La película es un trabajo que lleva la dirección de nacionales y extranjeros, su productora es **Monika Cartagena**. Se espera que la película sea un total éxito y según expertos será bien recibida por los amantes del género terrorífico. También cuenta con la participación detrás de cámaras de la escritora y cineasta cubana **Patricia Ramos**, como director de fotografía el cineasta costarricense **Sebastián Vega** y la directora de cine sudafricana **Liana**



Hassim.

Cabe destacar que la película será estrenada en toda Centroamérica, esto da alegría ya que el cine hondureño estará presente en el extranjero. Incluso gran parte de la película se grabó en la **comunidad garifuna de Sambo Creek, Atlántida**, y tiene una duración de 74 minutos.

Se espera que este trabajo muestre argumentos diferentes de acuerdo a lo mostrado por la industria hondureña; desarrollar un buen guión, equipo de producción de calidad y un complemento de personal con profesionales catrachos y extranjeros.

Ahora solo toca esperar con ansias la película, que sin duda será un éxito que destacará en el extranjero.

Video (Tráiler de la película) en: www.HondurenosEnElExterior.com

Cortesía: Radio América ■

El Coro Virtual de Honduras es un éxito en las redes sociales por sus extraordinarias voces



El **Coro Virtual de Honduras**, nació en marzo del año 2020 como respuesta a la pandemia del Covid-19 y el autor intelectual del proyecto fue el profesor y director coral licenciado **Oscar Rodríguez**. Una iniciativa que sin dudar trae patriotismo a la nación y el

grupo de talentosos hondureños lo muestran con sus extraordinarias voces.

A través de un llamado por medio de las redes sociales se les pidió a los ex-alumnos de la **Escuela de Música Victoriano López** que se grabaran mientras interpretaban una de las canciones más emblemáticas del folclore hondureño, para luego subir y difundir el video en las redes sociales.

El objetivo era unir a sus ex-alumnos y proporcionar a la población hondureña una manera de olvidar los problemas traídos por la pandemia. Sin embargo la recepción del video fue tan extraordinaria que se decidió entre sus miembros llevar el concepto del coro a un nivel diferente y más



permanente: expandir y abrir su membresía a músicos y aquellos pertenecientes a otras escuelas de música del país y en el exterior – siempre y cuando sean hondureños.

Y ahora El Coro Virtual de Honduras, es el primer coro permanente de su tipo en el país con una lista de cuarenta y cinco cantantes, tanto aficionados y

profesionales; muchos de ellos residentes en países del Sur y Norte de América.

La visión del proyecto se modificó y actualmente es ofrecer un legado musical excepcional y de la mayor calidad artística para que sirva al desarrollo de la música folclórica hondureña.

Extraordinarias voces

Son aproximadamente 32 voces extraordinarias que interpretan una de las canciones más reconocidas e importantes del folclore hondureño: «**Candú**», su interpretación es una de las mejores que han existido, pues muestra su pasión por el canto.

La música y la letra se atribuye a **Tránsito Madrid** y el arreglo a **Héctor David Aguilar**, a continuación un poco del ingenio de los catrachos.

Video (Candú) en: www.HondurenosEnElExterior.com

Cortesía: Radio América ■

EVENTO GRATIS Y FAMILIAR
 Música / Entretenimiento / Comida
 AGOSTO 15, 2021 / 10am - 10pm
 Evento Al Aire Libre
 2409 E. Slauson Ave. Huntington Park, CA. 90255



Chocheras del Abuelo

LAS MANOS DEL ABUELO

El abuelo sonrió y me contó esta historia:

"Detente y piensa por un momento en tus manos, cómo te han servido bien a través de los años. Estas manos, aunque arrugadas, secas y débiles han sido las herramientas que he usado toda mi vida para alcanzar, agarrar y abrazar la vida.

Ellas pusieron comida en mi boca y ropa en mi cuerpo. Cuando niño, mi madre me enseñó a plegarlas en oración. Ellas ataron los cordones de mis zapatos y me ayudaron a ponerme mis botas. Han estado sucias, raspadas y ásperas, hinchadas y dobladas. Se

mostraron torpes cuando intenté sostener a mi recién nacido hijo. Decoradas con mi anillo de bodas, le mostraron al mundo que estaba casado y que amaba a alguien especial.

Ellas temblaron cuando enterré a mis padres y esposa y cuando caminé por el pasillo con mi hija en su boda. Han cubierto mi rostro, peinado mi cabello y lavado y limpiado el resto de mi cuerpo. Han estado pegajosas y húmedas, dobladas y quebradas, secas y cortadas. Y hasta el día de hoy, cuando casi nada más en mí sigue trabajando bien, estas manos me ayudan a levantarme y a sentarme, y se siguen plegando para orar.



Estas manos son la marca de dónde he estado y la rudeza de mi vida. Pero más importante aún, es que son ellas las que Dios tomará en las tuyas cuando me lleve a casa".

Nunca volveré a mirar mis manos de la misma manera.

Cuando mis manos están heridas o

dolidas, pienso en el abuelo.

Nuestras manos son una genuina bendición... de hecho, basta imaginarnos el vernos privados de ellas o su uso para darnos cuenta de cuán importantes son.

Otra cosa que la historia de hoy me hizo pensar fue lo que hacemos con esas manos en cuanto a nuestras relaciones con los demás: ¿las usaremos para abrazar y expresar cariño y afecto o las esgrimiremos para exhibir ira y rechazo? ¿Escribimos ofensas o palabras que benefician al mundo?

Ojalá que el pensamiento de hoy nos ayude a escoger con sabiduría. ♦

QUE Lindo ES SER PAPÁ

Recientemente un artículo en Estados Unidos decía que el costo de crianza de un niño desde su nacimiento hasta la edad de 18 años era de \$160,140 dólares para una familia de clase media. Para aquellos que tenemos hijos, estos números nos llevan a fantasear sobre todo el dinero que podríamos tener amontonado si no fuera por lo que gastamos en ellos, en los hijos.

Para otros, ese número podría confirmar su decisión de seguir sin hijos.

Pero \$160,140 no son algo tan grande si lo desglosamos de la siguiente manera:

\$8,896.66 por año,
\$741.38 por mes, o
\$171.08 por semana.

Tan solo \$24.44 por día. Un poco más de un dólar por hora.

Aún así, se pudiera pensar que el mejor consejo financiero podría ser: "no tenga niños si quiere ser rico". Pero resulta que es justo todo lo contrario. ¿Qué obtienes por tus \$160,140 dólares?

Derecho para poner nombres: Primer nombre, segundo nombre y apellidos. Señales de Dios todos los días. Risitas bajo las sábanas todas las noches. Más amor que el que tu corazón puede soportar.



Besos de mariposa y abrazos de oso.

Por \$160,140 no hay mejor inversión para tu dinero...

Obtienes una educación, algunas veces con honores, en: psicología, nutrición, justicia social, comunicaciones y sexualidad humana, que ninguna universidad del mundo puede igualar. ♦

Ante los ojos de un niño, estás en el mismo escalafón que Dios (con las debidas proporciones guardadas). Tienes todo el poder para: sanar un llanto, espantar los monstruos que están debajo de la cama, remendar un corazón roto, vigilar una fiesta, ponerles los pies siempre sobre la tierra y amarlos sin límites, de forma tal que un día ellos amen, como tú, sin tomar en cuenta cual es el costo.

¿Y vos... cuánto dinero tienes acumulado? (se incluyen los hijos que no lleven tu sangre). Sin palabras, ¿verdad? ♦

LA PARÁBOLA DE LA ROSA

Un hombre plantó una rosa y trabajó regándola constantemente.

Antes que de ella apareciese, él la examinó y vio el botón que en breve abriría, más noto espinas sobre el tallo y pensó:

"Cómo puede una flor tan bella venir de una planta rodeada de espinas tan afiladas?" Entristecido por este pensamiento, él se negó a regar la rosa y antes de estar pronta para abrir, ella murió. Así sucede con muchas personas.

Dentro de cada alma hay una rosa. Son las cualidades dadas por Dios.

Dentro de cada alma tenemos también las espinas. Muchos de nosotros nos miramos y vemos solo las espinas, los defectos. Nos desesperamos, pensando que nada de bueno puede venir de nuestro interior.



Nos negamos a regar y cultivar nuestro interior, y consecuentemente, enfermamos y morimos espiritualmente. Nunca percibimos nuestro gran potencial.

Algunas personas no ven la rosa dentro de ellas mismas. Por lo tanto, alguien más debe mostrárselas. Uno de los mayores dones que una persona puede poseer o compartir es ser capaz de pasar por las espinas y encontrar la rosa dentro de otras personas. Esta es la característica del amor.

Aceptar a aquella persona en su vida y superar sus aparentes imperfecciones. ♦

**ACEPTAMOS
BITCOIN**



EL CAMACHO'S

Restaurante Nicaragüense



**EL PIONERO DE LA COCINA
NICA EN LOS ANGELES**

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

Atendemos Banquetes para Bodas,
Cumpleaños, Aniversarios o cualquier
celebración

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



2019 W. Venice Blvd., Los Angeles, CA 90006 • www.ElCamacho2019.com • Tel. (323) 735-6276



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

CENTRO HISPANO

1053 S Alvarado Street.
Los Angeles, CA 90006 Mapa



Centrohispanola@aol.com

213-384-8430

Aquí por tiempo limitado

DON GAITÁN

Fine Photography & Video



dongaitan@hotmail.com

Donald Gaitan

305 200 7435

NOW in Miami & Beaches

Portobanco's

RESTAURANT



"Nicaraguan Latin Cuisine"

Order Online

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

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