



Nicas

EN EL EXTERIOR NEWS

BO DEL ACONTECER NICA EN EL MUNDO



#NicaraguaLibre
#SinPres@sPolíticos
#SOSNicaragua

TRES EXIGENCIAS DE ESTADOS UNIDOS A ORTEGA:

- Cesar la represión
- Restaurar las libertades civiles básicas
- Apoyar elecciones libres y justas

NICARAGUA, PATRIA LIBRE PARA VIVIR

- Documental sobre
la violación de los
derechos humanos
en Nicaragua

- Premiere Mundial
en la Casa de América
Latina de París, Francia

DIRECTORIO DE INCOME TAXES

Scarleth and Brent Geary

Wedding Anniversary - Austin, Texas

«Photo by Don Gaitán»





SEGURO de Remesa Pinolera

COBERTURAS:

Para vos

- ✈ Repatriación por fallecimiento
- ✝ Servicio funerario

Para tu familiar en Nicaragua

- 👤 Robo de la remesa hasta U\$ 150
- 👤 Muerte por cualquier causa hasta U\$ 5,000
- ✝ Servicio funerario

www.lase.com/sln

*Aplican condiciones. Precios varían por suma asegurada y período de cobertura

SEGUROS LAFISE



LAalcaldia
www.LAalcaldia.com

Poderes para México, Guatemala, El Salvador, Honduras, Nicaragua y Suramérica

Desde aquí trámites legales fuera de Estados Unidos

- Antecedentes Penales para Inmigración
- Apostilla • Divorcios • Custodia
- Vehículos Importación Temporal
- Actas Notariales - Poderes
- Carta Poder • Títulos de Propiedad
- Traspaso de Propiedad
- Hipotecas • Herencias • Testamentos
- Reconocimiento de hijos
- Legalización de Nombres
- Identidad • Salida de menores
- Matrimonios • Menaje de Casa
- Escrituras • Traducción y más...



Texto: (435) 258-7211 • info@LAalcaldia.com www.youtube.com/LAalcaldia

(213) 387-0760

1605 W. Olympic Blvd., Suite 9006 • Los Angeles, CA 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





LET'S BUILD A PARTNERSHIP

Shape a student's future.
Volunteer positions for management level professionals.

[become a mentor](#)

Real world experience.
Have your business provide internship opportunities.

[internship program](#)

C&N DREAMS FOUNDATION

AWARENESS
MENTORSHIP
FIELD EXPERIENCE

OUR VISION

C&N Dreams Foundation was created with the goal to create awareness of the critical drop out rates in higher education. Our foundation will aim to increase retention rates by providing students tools to achieve their education goals.

MAKING A DIFFERENCE

- Providing a career
- Internship opportunities
- 4 years of financial assistance
- Networking between students and local professionals
- Helping students become decision makers
- Exposure to professional experiences at an early stage

CONTACT US

Carlos M. Paez
carlos@cndreamsfoundation.org
www.cndreamsfoundation.org

BENEFITS

Tuition
Books
Parking Permits
Room & Board
Food Vouchers
Gas Vouchers
Clothing
Transportation

[learn more](#)



PAEZ PATROL SECURITY

Los servidores de nuestra comunidad

Una vez más queremos agradecer a nuestros clientes y amigos, la oportunidad de seguirles brindando nuestros servicios de protección a sus familias y negocios.

Carlos Páez
Presidente

Toll Free: (888) 301-3100
Tel: (626) 858-6920

www.PaezPatrolSecurity.com



Documental sobre el horror de la dictadura Ortega-Murillo se exhibirá en Francia, España y Estados Unidos

Los esfuerzos de la dictadura de Daniel Ortega y su mujer Rosario Murillo, dictadores de Nicaragua, por censurar el horror que ha vivido el pueblo nicaragüense desde el 18 de abril de 2018, han quedado nuevamente hecho añicos: el mundo verá un documental que desnuda la brutalidad y el terrorismo del régimen contra su propio pueblo.

Así lo anunció en sus redes sociales el autor del documental, el poeta y periodista **Daniel Rodríguez Moya**, quien recorrió el país de manera casi clandestina para reflejar en video el drama y el terror al que ha sido sometido el país bajo la demencial violencia del tirano y sus fuerzas policiales, paramilitares y funcionarios a pago.

"Por fin tenemos fecha para presentar en premiere **'Nicaragua, Patria libre para vivir'**. Todo un honor poder anunciar que la Premiere mundial de esta película, que trata de arrojar algo de luz sobre la violación de los derechos humanos en Nicaragua por parte del régimen de Daniel Ortega y Rosario Murillo, será el próximo **3 de febrero en la Casa de América Latina de París**, a las 21 horas (217 Bulevar Saint-Germain)", dijo el autor en su muro de Facebook.

Según su información, al día siguiente tendrá lugar una segunda proyección en París, en la École des hautes études en sciences sociales, con la participación del prestigioso sociólogo **Gilles Bataillon** (una de las voces mundiales más autorizadas sobre conflictos en Centroamérica), así como con **Geneviève Garrigos**, máxima responsable de Amnistía Internacional en Francia para asuntos sobre



América Latina.

Amnistía Internacional es una de las decenas de organizaciones que presencié, confirmó y denunció el uso de armas de guerra, métodos de torturas y abusos a granel de derechos humanos durante la descarnada y siniestra represión ordenada por Murillo y Ortega desde abril de 2018.

"Ambas proyecciones serán en idioma original (español) con subtítulos en francés. Agradezco mucho el trabajo de **SOS Nicaragua France**, que ha organizado estos encuentros, así como la inestimable ayuda de **Patricia Flakoll**, sin la que habría sido imposible internacionalizar la difusión del documental", agradeció Rodríguez.

"Arranca de esta forma la promoción de una película que me ha costado mucho esfuerzo personal, pero que también ha sumado muchos esfuerzos de otras personas comprometidas con la libertad en Nicaragua", dijo el autor, quien anunció además que el documental titulado **"Nicaragua, patria libre o vivir (La Insurrección de los Nietos de la Revolución Sandinista)"**, se publicará en España y Estados Unidos.

"A finales de febrero estaremos también en Francia, en Montpellier, y a finales de marzo comenzará una intensa gira en Estados Unidos. En España, gracias a **SOS Nicaragua España**, comenzaremos a proyectarla en abril, a dos años del comienzo de la insurrección contra la dictadura orteguista. Iremos anunciando fechas", dijo.

Desde el 18 de abril, la dictadura de Ortega ordenó una represión feroz contra estudiantes, sacerdotes, mujeres, niños, familias enteras, comunidades indígenas, periodistas, activistas de derechos humanos, abogados, empresarios, líderes comunitarios, etcétera, que ha dejado hasta la fecha más de 328 personas asesinadas, miles de heridos con armas de fuego, desapariciones forzadas, denuncias de torturas, tratos denigrantes y abusos contra más de mil reos políticos, decenas de miles de exiliados, asalto y confiscación de medios de comunicación y persecución contra críticos a la dictadura.

Diversas organizaciones de derechos humanos, como la Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH), Oficina del Alto Comisionado de Naciones Unidas para los Derechos Humanos, Amnistía Internacional, Consejo de Derechos Humanos de la ONU, y otros, han constatado y documentado los horrores de los abusos de derechos humanos de la dictadura sangrienta de Daniel Ortega, su mujer Rosario Murillo, jefes policiales y funcionarios de la dictadura.

Para tratar de ocultar, manipular y alterar su propia historia de horror, la dictadura recurrió a periodistas oficialistas y "cineastas" a sueldo para filmar y narrar su propia y distorsionada versión del terror ejecutado desde El Carmen, pero para su propia humillación, los videos del orteguismo han quedado para consumo propio de sus fanáticos.

Cortesía: **Cafe con Voz** (Facebook)

Pompeo urge a Venezuela y a Nicaragua a celebrar elecciones libres

El jefe de la diplomacia de Estados Unidos, **Mike Pompeo**, urgió a los gobiernos de Venezuela y Nicaragua a celebrar elecciones libres y democratizar sus países, durante una visita a Costa Rica, segunda escala de su gira por Latinoamérica y el Caribe.

Las tensas relaciones de Washington con los gobiernos de Nicolás Maduro en Venezuela y de Daniel Ortega en Nicaragua, a quienes acusa de autoritarismo, graves violaciones a los derechos humanos y corrupción, dominaron las conversaciones de Pompeo con el presidente costarricense, Carlos Alvarado.

"Estados Unidos insta al régimen de Ortega a que cese su represión, restablezca las libertades civiles básicas y apoye elecciones libres y justas", dijo el secretario de Estado en rueda de prensa conjunta.

- 13 millones de dólares -

En San José, Pompeo destacó la preocupación de Washington por la crisis en Nicaragua tras el estallido de las protestas



contra el gobierno de Ortega en abril de 2018, cuya represión ha dejado al menos **328 muertos, más de 160 presos y unos 100.000 exiliados**, en su mayoría en Costa Rica, según la Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH).

Pompeo dijo que Estados Unidos ha otorgado

13 millones de dólares desde 2017 para ayudar a Costa Rica a paliar esta crisis y que continuará con sus esfuerzos diplomáticos para resolverla.

Mientras Pompeo hablaba con Alvarado, un pequeño grupo de opositores nicaragüenses se manifestó frente a la Casa Presidencial

con mensajes contra Ortega y sobre las dificultades que viven los exiliados nicaragüenses en Costa Rica.

Pompeo se encontró con una docena de expatriados nicaragüenses para oír de primera mano sus experiencias, y visitó luego el Centro de Operaciones Conjuntas del gobierno costarricense, donde se coordinan actividades de combate al narcotráfico, antes de partir hacia Jamaica.

Washington lleva adelante una campaña de presión diplomática y sanciones económicas contra Managua para forzar la partida de Ortega y su esposa y vicepresidente, Rosario Murillo, elegidos en controvertidos comicios en 2016.

Costa Rica ha recibido al menos 55.000 nicaragüenses que huyeron por la crisis, según la CIDH. En tanto, más de 4,6 millones de venezolanos han abandonado su país en los últimos años, según la ONU.

Cortesía: **Infobae**



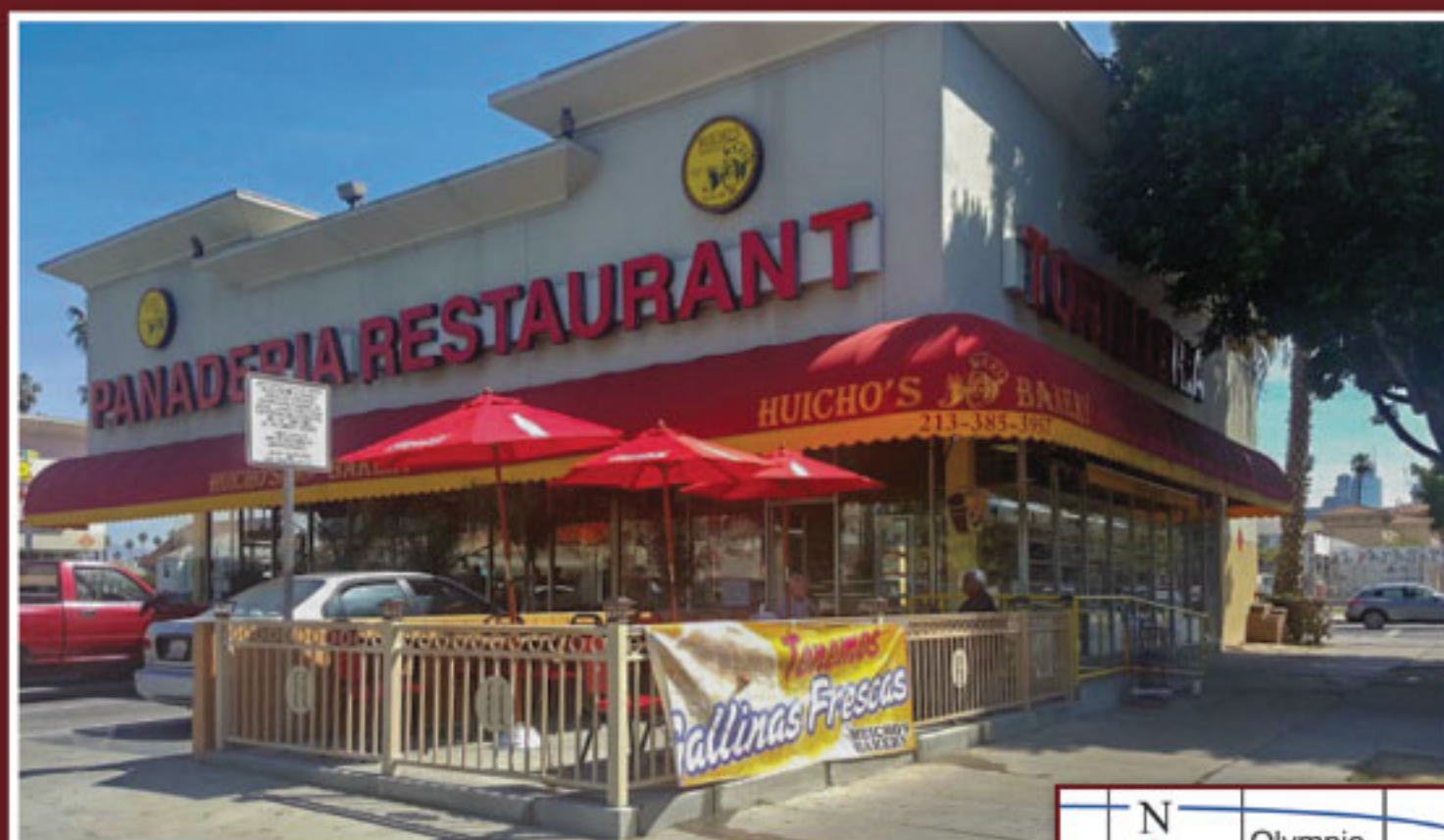
HUICHO'S BAKERY, INC.

Restaurante - Panadería - Tortillería

- Baho Nicaragüense
- Fritanga
- Nacatamales
- Mondongo
- Carne Asada
- Filetes
- Vigorón con Ensalada
- Tajadas con Queso

"NUEVO"
FRITANGA GRAN HOTEL

Todos Los Días
5:00 p.m. a 9:00 p.m.



1250 S. Vermont Ave.
Los Angeles, CA 90006

(213) 385-3957



ORIGINAL LA ADELITA RESTAURANTE, PANADERÍA, TORTILLERÍA

COMIDA CENTROAMERICANA Y MEXICANA

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



Tel. (213) 487-0176

1287 S. Union Ave.
LOS ANGELES, C.A. 90015



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

Editor General / Vicepresidente

Allan Ortega
EditorGeneral@NicasEnElExteriorNews.com

Gerente General

Manuel Ortega
GerenteGeneral@NicasEnElExteriorNews.com

Gerente de Ventas

Luis E. Lagos
Ventas@NicasEnElExteriorNews.com

Gerente de Ventas (Sur de California)

María Alejandra Torres
MATorres@NicasEnElExteriorNews.com

Ejecutiva de Ventas (Managua, Nicaragua)

Ilse Solórzano
IlseSolorzano@NicasEnElExteriorNews.com

Administradora

María Alejandra Lagos
Administradora@NicasEnElExteriorNews.com

Gerente de Ventas (Costa Oeste - EUA)

Manuel Ortega
MOrtega@NicasEnElExteriorNews.com

Consejera Económica

Doris Halftermeyer
ConsejeraEconómica@NicasEnElExteriorNews.com

Corresponsal en Los Angeles, CA

Eber Huez
EberHuez@NicasEnElExteriorNews.com

Editor de Espectáculos

Gabriel Traversari
Espectaculos@NicasEnElExteriorNews.com

Editor Cultural

Ariel Montoya
Cultural@NicasEnElExteriorNews.com

Editor Turístico

Lucy Valenti
Turismo@NicasEnElExteriorNews.com

Diseño y Diagramación

Richard Wilson (Managua, Nicaragua)
Diagramacion@NicasEnElExteriorNews.com

Caricaturista

Javier Yasir Fajardo Flores
Caricaturista@NicasEnElExteriorNews.com

Nicaragua

María José Zamora
MJZamora@NicasEnElExteriorNews.com

Costa Rica

Mauricio Ortega
MauricioOrtega@NicasEnElExteriorNews.com

Honduras

Chale Porta
ChalePorta@NicasEnElExteriorNews.com

Miami, Florida

Milton Cabrera
MiltonCabrera@NicasEnElExteriorNews.com

Los Angeles, California

Luis Hernández
LuisHernandez@NicasEnElExteriorNews.com

Panamá

Jacobo Humberto Ortega
JacoboOrtega@NicasEnElExteriorNews.com

Guatemala

Manolo Lagos-Bassett
ManoloLagos@NicasEnElExteriorNews.com

Tucson, Arizona

Marco Bravo
MarcoBravo@NicasEnElExteriorNews.com

New York, New York

Brunnie Weber
BrunnieWeber@NicasEnElExteriorNews.com

Boston, Massachusetts

Alfonso Hernández
AlfonsoHernandez@NicasEnElExteriorNews.com

Montreal, Canada

Marcio Gutiérrez
MarcioGutierrez@NicasEnElExteriorNews.com

Roma, Italia

Henry Flores
HenryFlores@NicasEnElExteriorNews.com

Caracas, Venezuela

Alcides Gutiérrez
AlcidesGutierrez@NicasEnElExteriorNews.com

Santa Fe de Bogotá, Colombia

Ileana Tijerino
IleanaTijerino@NicasEnElExteriorNews.com

Sao Paulo, Brasil

Daniilo Gutiérrez
DaniiloGutierrez@NicasEnElExteriorNews.com

Religión y Fe

P. Silvio Fonseca y Cesar Marcus
ReligionFe@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.



Limpieza, Organización y Puntualidad

Tito Lagos-Bassett
Director@NicasEnElExteriorNews.com

Ser Disciplinado no es fácil, pero sin lugar a dudas hay ciertos hábitos que ayudan a conseguirlo.

Cuando hablo de limpieza, me refiero a limpiar todo lo que nos afecte para desarrollarnos en nuestro diario vivir. Quiero decir entonces, que nos detengamos a descongestionar de una vez por todas, nuestros cajones, gavetas, baúles, armarios, nuestros archivos de resentimientos, odios, envidias y basura en general.

Hagamos una limpieza total de nuestra vida, evaluemos todo lo que no nos sirve para crecer y no tengamos reparo en separarlo y enviarlo a la basura. Pensemos que estamos haciendo un viaje hacia una vida más próspera y placentera, pero que no tenemos espacio para llevar ninguna carga más que la necesaria.

Por increíble que parezca, hay ciertos compartimientos que cuando me decido a limpiar, suelo pasar horas enteras solo porque no puedo decidirme si vale la pena aún conservar aquellos objetos, que estoy seguro, que una vez que muera nadie querrá tener, ni se preocuparán por guardar. Sin embargo, el beneficio de limpiar me ayuda a llevar una vida más ligera y menos preocupada, y sobre todo, me permite organizarme mejor.

La organización de nuestra vida es vital para que saquemos el mayor provecho de cada segundo de nuestra existencia. Porque incluso para holgazanear es importante estar organizado y así aprovechar cada momento para descansar, dormir y divertirse más. En lo particular recomiendo que llevemos una agenda impresa y digital donde podamos estar comprobando los avances que vamos teniendo en el cumplimiento de nuestras tareas del día, de la semana, del mes y del año.

Y no nos preocupemos si no estamos llevando el cumplimiento a un 100%, no importa si debemos de ajustar la agenda de nuestras actividades para volver a iniciar con una más razonable para cumplir, porque también se trata que nos desarrollemos diariamente con entusiasmo y alegría.

Una vez que hayamos **limpiado** nuestra mente de recuerdos dolorosos y sentimientos frustrantes, una vez que nuestra mesa de noche este ordenada y cada cajón conserve únicamente lo necesario, una vez que nuestro "closet" tenga la vestimenta que en realidad vamos a usar en las próximas semanas (y no todo el armario lleno de ropa y zapatos que tenemos años de no ponernos), una vez que tengamos limpia nuestra conciencia o podamos ofrecer amor a los seres que nos rodean, entonces **organizarnos** será más fácil y el trabajo más llevadero y agradable, todas nuestras actividades se volverán placenteras, deseables, y menos fastidiosas porque serán más alcanzables y productivas.

Ahora que hemos barrido con todo lo que nos detenía y obstruía nuestro camino al éxito, ahora que tenemos una vida planeada y sin sobresaltos, llegó el momento de emplear el otro ingrediente para ejercer la disciplina: LA PUNTUALIDAD.

Todavía no conozco a nadie que aplique estos elementos y que no tenga una vida exitosa, y me refiero éxito en todo, en el amor, las finanzas, la salud y la paz espiritual.

Nunca es tarde para empezar amigo lector, y esta es la mejor época para hacerlo.

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."

Publicidad@NicasNews.com

Directorio de Anunciantes - Febrero 2020

Tel: (626) 806-2938

AGENCIAS DE VIAJE

Mtorn Tours.....9

ALIMENTOS / BEBIDAS

Comedor El Nica Chontaleño.....15

El Camacho's.....2

El Cochinito Restaurant.....9

El Gallito Market.....9

Huicho's Bakery.....5

La Casona Coffee Shop.....17

Original La Adelita Restaurant.....5

Sabor Nicaragüense Restaurant.....19

Tropical Cuban Café.....9

Villa Cariño.....15

AUTO

Julio Castellón (Toyota Central).....2

BANCA Y FINANZAS

Banco y Remesas Lafise.....2

BIENES RAICES EE.UU.

GUADALUPE BARKER

Bluefields Realty.....15,17

OSCAR BARKER

Latin American Professional Service

Inc.....15,17

BIENES RAICES NICARAGUA

Gran Pacifica

Nicaragua.....17

CLÍNICAS

California Liver Research Institute

Dr. Edward A. Mena M.D.....7

La Raza Medical Clinic

Dr. Raúl Bendaña.....7

Pasadena Liver Center

Dr. Edward A. Mena M.D.....7

Baldwin Park Medical Group

Dr. Marvin Urbina & Dr. Herman

Carrillo.....7

Montclair Clínica Médica Familiar.....15

ENTRETENIMIENTO / EVENTOS

(www.Nicas.News/events)

Mariachi Latino de José Cervantes.....15

ENVÍOS Y CARGA

CentroAmérica Express.....9

INCOME TAX

DIRECTORIO DE PREPARADORES DE

IMPUESTOS.....20

C. Castro & Associates.....19,20

Centro Hispano.....19,20

Figueroa Insurance Service.....20

Guerrero Service Center Corp.....20

Izabell's Income Tax.....20

Jamie's Tax Service.....20

Medina's Accounting & Tax Services.....20

Mora Services.....20

OB Services.....20

Professional Services.....20

Professional Services Center.....20

Rojas Multiservices.....20

Romero Professional Services.....15,20

Tropical Tours - Income Tax &

Service.....18

INTERNET

EnviosDeEmail.com.....17

DominiosPropios.com A Division of Web

Enterprises, Inc.

Registro de Dominios, Hosting,

Emails.....17

www.NicasNews.com.....17

LITERATURA

www.RubenDario.org.....17

Temas De Mi Peregrinar.....17,19

MISCELÁNEA

Funeraria Groman.....14

Census 2020.....17

OFERTAS DE TRABAJO

Se necesita Cocinero(a) en el Condado de

Los Angeles.....17

ORGANIZACIONES

Amigos De Nicaragua, Azul y

Blanco.....17

Cámara De Comercio Nicaragüense-

Americana de California.....17

C&N Dreams Foundation.....3,17

San Gabriel Valley Hispanic Chamber of

Commerce.....17

SERVICIOS LEGALES

LA Alcaldía.....2

www.Inmigracion.org.....17

SERVICIOS PROFESIONALES

Alfredo Photo Studio

José Luis Espinoza.....15

Jorge Ponce.....17

Lewis Photographer / Creative.....15

MGPPrinting.....17

Páez Patrol Security.....3

Team Gaitán - Nicaragua.....17

TURISMO

www.IslaDeOmetepe.com.....17



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

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



ONTARIO HISPANIC CHAMBER OF COMMERCE (ONTHCC)

Realiza Elecciones 2020-2021

Ontario, CALIFORNIA

(Nicas En El Exterior News).

En días pasados y en medio de un ambiente de amistad y compañerismo, se llevaron a cabo las elecciones para elegir a la nueva junta directiva que dirigirá esta organización, que este año estará cumpliendo su "20 Aniversario" de estar sirviendo a los empresarios hispanos de Ontario, California, y sus alrededores.

La junta directiva que **Ontario Hispanic Chamber of Commerce** quedó integrada de la siguiente manera:

Presidente: **José Armando Rodríguez**
Vicepresidente: **William Luis Rojas**



2do. Vicepresidente: **Octavio Trujillo**
Secretaria: **Suyapa Mereles**
Tesorero: **Guillermo de Lama**
Director de Eventos: **Edgar Estrada**
Director de Educación: **René Beltrán**
Director de Media Social: **Luis Sánchez**
Directora de Arte: **Pilar Gonzales**

Directora de Prensa: **Carmen Villaseñor**

Felicitamos y les deseamos un año de éxito y prosperidad para todos sus miembros que lucen más unidos y dinámicos que nunca.

Asimismo, queremos felicitar a la junta

directiva saliente, que según el informe presentado hizo un excelente trabajo, ¡felicidades!

Para más información de próximos eventos pueden visitar: www.ONTHCC.com

Nota: Información de la foto de izquierda a derecha:

René Beltrán (Director de Educación), **Luis Sánchez** (Dir. Media Social), **Pilar Gonzales** (Dir. de Artes), **Carmen Villaseñor** (Dir. de Prensa), **Guillermo de Lama** (Tesorero), **José Armando Rodríguez** (Presidente), **William Luis Rojas** (Vicepresidente), **Octavio Trujillo** (2do. Vicepresidente), **Edgar Estrada** (Dir. de Eventos).

Caminamos en dirección contraria a Abril 2018

Por Fabián Medina - Enero, 2020

Abril 2018

Aunque parezca redundante, recordémoslo una vez más: en abril de 2018 hubo unas protestas ciudadanas como hay en tantos países del mundo. La diferencia es que en Nicaragua la reacción del gobierno fue violentísima. Desproporcionada. Tiraron a matar como si de una guerra se tratara. Se le pasó la mano a tal punto que después de algo así ningún gobierno puede continuar en el poder. Es como que un hombre pretenda ser padre de familia después de matar a la madre de sus hijos. Ese es el primer hecho: el gobierno de Daniel Ortega y Rosario Murillo ese mes dejó de ser viable para todos. No podía continuar.

Contradicción

Lo que sucedió, sin embargo, es que se suscitó una contradicción, a través de la cual se puede explicar por qué aún estas personas están en control del poder. Si por un lado no podían seguir como gobierno según los estándares más o menos aceptados ahora en el mundo, tampoco podían dejar el poder por

los compromisos mafiosos con grupos económicos y políticos. Ellos diseñaron un sistema de gobierno que mezcló en una sola bolsa los intereses personales, familiares, empresariales, políticos y mafiosos con el Estado. Sin el control de gobierno se les cae todo y, si hay justicia, terminarían presos. En ese momento es que pasa de ser gobierno, porque ya no podían seguir siéndolo con tantas muertes encima, a ser una mara en ocupación de un territorio, que es lo que son ahora.

Mara

Imaginemos que una mara toma el poder en un país. La Mara Salvatrucha, en El Salvador, digamos. ¿Cómo se comportaría? En primer lugar establecería sus propias leyes, que serán siempre las que les convengan a ellos. Los habitantes del territorio ocupado pierden sus derechos. Mantendría el control por las armas y el miedo. Intimidando, secuestrando o matando a quienes no se someten, y creando una hermandad con todos aquellos que juren lealtad. Impondría impuestos extorsivos y se convertiría en la autoridad de facto del territorio, determinando quién puede y quién no hacer negocios, quién puede vivir y quién no, y marcando con sus símbolos a amigos y enemigos. ¿No es eso acaso lo que sucede en Nicaragua?

El origen

Traigo a colación todo esto que ustedes ya se lo saben, porque estamos olvidando la raíz de la crisis que vivimos. A partir de abril del 2018 los ciudadanos de todo tipo salieron las calles a exigir la salida del gobierno de Daniel Ortega y Rosario Murillo porque ya no podía continuar, por una razón insalvable: reaccionó con una matanza a las demandas ciudadanas. No hay forma que un gobierno vuelva a ser aceptado después de eso. La rebelión nunca fue ideológica sino contra



abusadores.

Unidad

Puede que algunos hayan salido a la calle porque son antisandinistas, puede que otros lo hicieran porque tienen diferencias insalvables con el gobierno de Ortega, a lo mejor otros lo hicieron por cálculos políticos, y en fin, pudieron haber miles de razones, pero nadie puede dudar que el principal motivo fue el hartazgo ante un gobierno que no respeta los derechos ciudadanos y llegó al asesinato masivo para controlar a quienes reclaman. En las marchas había amas de casa, ancianos, niños, liberales, sandinistas, conservadores y nadie, nadie, dijo alguna vez que alguien no podía estar ahí porque era de tal o cual pensamiento o porque en algún momento salió en una foto con Daniel Ortega al lado. Ahí vimos desde el general Joaquín Cuadra hasta a la diputada María Fernanda Flores. Y celebramos la inclusión porque sabíamos que era el momento de estar unidos todos frente a un mal mayor. Era la unidad de los distintos.

Mandato

Lo que inició en abril 2018 fue un mandato de unidad. ¿Se acuerdan cómo se celebraba a cada simpatizante de régimen que se convertía en opositor? De repente eso cambió y se comenzaron a hacer las cosas al revés.

Todo opositor comienza a ser sospechoso. Dígame el nombre de algún opositor que no haya sido descalificado por otro opositor. ¡No queda nadie! En vez de sumar existe una lucha terrible por restar. En nombre de la unidad se anuncian separaciones. Hay gente que está más preocupada por el tamaño del pastel que tendrá cuando se vaya Ortega, que en sacar a Ortega para que haya pastel que repartir. Parece que dicen "si no soy yo es mejor que siga Ortega".

Retroceso

Caminamos en la dirección contraria a abril 2018. Vamos manejando de retroceso y no nos damos cuenta. Eso es traición a los centenares de muertos, a los más de mil ciudadanos que en diferentes momentos han pasado por las mazmorras por razones políticas, a las decenas de miles de exiliados y a los centenares de ciudadanos de todos tipos e ideología que salieron a las calles bajo una sola premisa: que se vaya Ortega porque ya no podía seguir en el gobierno. Las diferencias ideológicas o políticas existen. No voy a negarlo. Y hay que debatirlas, cuidando si el mandato original de unidad, que incluye a todos los que se opongan a Ortega, incluso aquellos que ahora mismo trabajan para el régimen y podrían dejar de hacerlo.

Cortesía: **Café con Voz** (Facebook)

NICA Tele USA

"Proyectando Nicaragua en el Exterior"

su cita es
TODOS LOS DOMINGOS
a las
9 PM
en

CANAL 31

DIRECTV. dish. at&t U-verse
BÚSCANOS EN KVMD-TV

Time Warner Cable Charter verizon

PARA MÁS INFORMACION: (323)744-1115
info@nicatele.com | www.nicatele.com

MTOM TOURS INC

SIRVIENDO A LA COMUNIDAD CENTROAMERICANA DESDE 1987

MTOM TOURS.COM

CENTROAMERICA EXPRESS

AGENCIA DE VIAJES
ENVÍOS MARÍTIMOS
CAJAS | 30x30x30 24x24x24 20x20x20
ENVÍO DE ENCOMIENDAS
AÉREA | MARTES Y JUEVES | LLEGA EN 3-7 DIAS
ENVÍO DE DOCUMENTOS
FE DE VIDA | PARTIDAS DE NACIMIENTO | CARTAS
ENVÍO DE VEHÍCULOS
ESPECIALISTA EN MENAJES DE CASA
RENTAMOS CONTENEDORES

DESDE USA A TODO CENTROAMERICA
SERVICIO PUERTA A PUERTA

NICARAGUA EL SALVADOR COSTA RICA HONDURAS GUATEMALA

3541 W TEMPLE ST LOS ANGELES, CA 90004
(818)988-0022 (323)953-8100
WWW.MTOMTOURS.COM

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!

EL GALLITO
Mexican Deli-Tacos
12242 E. Valley Blvd.
El Monte, CA 91732

Phone: 626 442-1190
www.ElGallitoNicaMexCocina.com

- **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 Jicaro, Cacao, Cebada, Pinolillo.
- Jaleas "Callejas" y Rosquillas Somoteñas

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 -lechon 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.

TROPICAL CUBAN CAFE
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. Contacts us for information on our custom cakes, catering, and wholesale offerings.

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

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

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

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



Cronología Informa

ENERO

Domingo

Lunes

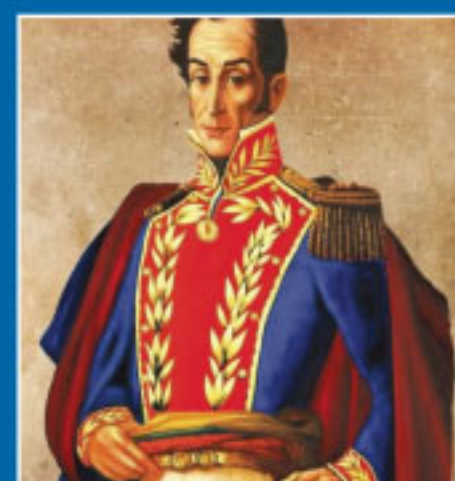
Martes

Miércoles



“La Esclavitud es hija de Tinieblas.”

- Simón Bolívar



1 Amaya Coppens personajes que Latinoamérica e Por “su coraje y activista belga ni referente moral y

5 Unidad Nacional Azul y Blanco busca formar la gran coalición opositora, a través de su democratización interna. Félix Maradiaga señaló que las elecciones del Consejo Político de la UNAB son un ejercicio para motivar la participación democrática en un país donde se ha perdido la credibilidad en los procesos electorales.

6 Bebidas y cigarrillos se encarecen en pleno inicio de año en Nicaragua por efecto de la reforma tributaria, mientras la dictadura se hace la «sorda» y «muda». LA PRENSA hizo recorrido por distintas agencias de bebidas y constató que las bebidas han aumentado. La Cámara de Comercio atribuye ajuste a la decisión del Gobierno de no responder al llamado del sector para revisar la reforma en el sector de bebidas y los cigarrillos.

7 Alianza Cívica y Unidad Nacional Azul y Blanco se separan. Juan Sebastián Chamorro, director ejecutivo de la Alianza Cívica, y Violeta Granera, miembro del Consejo Político de la UNAB, confirmaron que ambas organizaciones acordaron una separación de “definición de roles”.

8 El PLC mantend Asamblea Nacio en las alcaldías La directiva naci unanimidad tom excusa de no pe se las políticas d

12 Junta Directiva de la Asamblea Nacional acepta renuncia de Alfredo César como diputado del Partido Conservador. La carta oficial del retiro del diputado y la suplente del Partido Conservador se oficializó este 18 de diciembre en una carta enviada a la Primera Secretaría de la Asamblea. Wendy Guido envió otra carta pidiendo dejar sin efecto esa solicitud y pidió asumir como diputada propietaria.

13 Cosep propone que se eleve el techo salarial exento del pago del IR al costo de la canasta básica. Así impactaría esta medida a los trabajadores El COSEP emitió un comunicado de medidas fiscales a una nueva revisión de la Ley de Concertación Tributaria. Entre estos está el monto salarial mínimo que hoy paga IR al nivel del costo de la canasta básica, que hasta julio del año pasado andaba en 14,000 córdobas.

14 El costo de la crisis política: bancos de Nicaragua pierden 112 sucursales y ventanillas en dos años de crisis. Más de 2,000 personas sin trabajo. En este nuevo contexto la banca se sitúa por debajo de los mismos niveles de sucursales y ventanillas que tenía en 2016, lo que refleja un grave retroceso en un país con bajo nivel de bancarización y de acceso al crédito.

15 Alianza Cívica Azul y Blanco e Salvador. El encuentro se para no tener e persecución po país cuando se

19 Nicaragüenses en Madrid, España, protestan por la presencia de Laureano Ortega Murillo en una feria. El eurodiputado español José Ramón Bauzá dijo que es “vergonzoso” que Laureano Ortega se pasee “libremente por Madrid”; y urgió que la Unión Europea aplique sanciones.

20 Avanzan conversaciones de la Coalición Nacional con partidos políticos. PRD y PLC dispuestos a sumarse «sin condiciones». El próximo 25 de febrero es la fecha que la oposición tiene como meta para presentar la proclama de la Coalición Nacional.

21 BCN revela que Nicaragua finalizó el 2019 con una inflación 6.13%, la más alta en cinco años. Los recientes números del BCN reflejan que la inflación mensual desde que fue ocultada mantuvo su ritmo acelerado de incremento, lo que provocó que la tasa anualizada superara la del 2018, la cual se ubicó en 3.89 por ciento.

22 Alianza Cívica y Pompeo la urge régimen de Dan Los participantes: Secretario de Es el encuentro con además expusier unidad opositora

26 Tercer inversionista se retira de la Bolsa de Valores de Nicaragua por efectos de crisis económica. En nueve años Factoring S.A. obtuvo fondeo por 40 millones de dólares, que fueron destinados a pequeñas y medianas empresas, a través de sus distintos servicios.

27 Ética y Transparencia anuncia que solicitará participar en el proceso de consulta de la reforma electoral en la Asamblea Nacional. La solicitud la harán a través de una carta que entregarán este martes en la sede del Legislativo.

28 PLC se reúne con representantes de Alianza Cívica y de la UNAB en busca de formar una «coalición». El PLC expresó su disposición de presentar ante la Asamblea Nacional, «la propuesta de Reforma Electoral Única consensuada con los diferentes actores de la oposición, como parte de una línea de trabajo unificada».

29 Seis indígenas n desaparecidos e una comunidad Un grupo de 80 invadió la comun viviendas de vari indígenas, denun Mayagna y Fund



Actividad de Nicaragua

2020

Domingos	Jueves	Viernes	Sábado
<p>encabeza la lista de más destacados en 2019, según El País. La determinación "la nicaragüense es "un político" en Nicaragua.</p>	<p>2 Turbas orteguistas destruyen imágenes religiosas en la capilla de Nuestro Señor de Esquipulas, en Tipitapa. Destruyeron una estatuilla de la virgen y aplastaron la corona o resplandor de Cristo crucificado. También se robaron manteles y otros objetos usados para la celebración de la misa.</p>	<p>3 Amaya Coppens: «He pasado más tiempo presa que con mi novio» La estudiante habla sobre este nuevo encarcelamiento, los retos que afronta la oposición en 2020 y de cómo ha mantenido su relación con su novio, que al igual que ella ha sufrido cárcel y persecución.</p>	<p>4 «La presión es tan fuerte que a veces uno extraña estar dentro la celda». La estresante vida cotidiana de los excarcelados asediados por la dictadura. El estrés puede ser intolerable cuando se está bajo asedio las 24 horas del día. Tanto así que algunos excarcelados políticos recuerdan con "nostalgia" las celdas del régimen.</p>
<p>rá a sus diputados en la asamblea y a sus concejales municipales. El PLC por su parte, rechazó la decisión con la que se ordena el foro de denuncia pública del régimen orteguista.</p>	<p>9 Recuerdan el legado de unidad del mártir de las libertades públicas, Pedro Joaquín Chamorro. A 42 años del asesinato de Pedro Joaquín Chamorro, mártir de las libertades públicas, recuerda su legado de la unidad ante la dictadura de los Somoza.</p>	<p>10 Néstor Avendaño: «En 2020 habrá más pobreza, más emigración y menos producción». Avendaño nos augura un año difícil. El economista ofrece consejos de cómo administrar el dinero en tiempos de "vacas flacas". Además, habla de la política económica del régimen orteguista, los intentos de diálogo y las sanciones.</p>	<p>11 Bernie Sanders, aspirante demócrata a la Presidencia de EE.UU.: Ortega se convirtió en un dictador desde que llegó al poder. Sanders, quien tiene un historial de apoyo a los movimientos de izquierda en Latinoamérica, dijo que Ortega es una "excepción a la regla" en referencia a los gobiernos socialistas que han generado progreso en la región.</p>
<p>y Unidad Nacional en pláticas en El Salvador. El grupo realizó fuera del país una campaña de acoso ni la presencia policial que hay en el país. Se reúnen los opositores.</p>	<p>16 Iglesia católica seguirá protegiendo los derechos humanos, asegura obispo de Matagalpa. Monseñor Rolando Álvarez dijo que para la Iglesia, los derechos humanos no son un discurso sociológico, sino una exigencia del Evangelio, por lo cual, "vamos a continuar acogiendo a todo aquel que se sienta asediado".</p>	<p>17 Alianza Cívica y UNAB presentan la gran Coalición Nacional y llama a unirse «sin exclusión» en contra de la dictadura. La presentación de la gran Coalición Nacional se da dos días después de que la Alianza Cívica y la UNAB se reunieran en El Salvador para definir «un proyecto de país». Esta apunta a convertirse en una propuesta que tiene las puertas abiertas a las personas y organizaciones que quieran cambiar Nicaragua.</p>	<p>18 Nicaragüenses protestan en California contra el régimen de Ortega y las deportaciones de Trump. Este grupo de manifestantes pidió al gobierno de Donald Trump que cese las deportaciones, «porque si nos deportan en Nicaragua nos matan», dijo un participante.</p>
<p>UNAB plantean a Mike Pompeo la posibilidad de presionar al presidente Daniel Ortega. En la reunión con el secretario de Estado de EE.UU. valoraron el resultado no positivo, ya que no se habló sobre el proceso de negociación.</p>	<p>23 Padre Edwin Román: "Si fuera un cura afín a la dictadura, mantendrían súper iluminada la parroquia y vendida mi conciencia". La iglesia San Miguel Arcángel en Masaya lleva más de dos meses sin luz eléctrica. La empresa de energía no da razones del por qué no la reconectan.</p>	<p>24 Actividades económicas de Nicaragua perdieron 831 millones de dólares en crédito en el 2019. El saldo de crédito en marzo del 2018 era de 5,172 millones de dólares y a diciembre del 2019, este descendió a 3,674 millones de dólares, lo que equivale a una reducción de 1,498 millones de dólares, tanto los que entregan en córdobas como en dólares.</p>	<p>25 El difícil camino para conformar la UNO y derrotar a Daniel Ortega en 1990. Hace 30 años 14 partidos de diferentes ideologías políticas se unieron en un solo bloque para enfrentarse a Daniel Ortega en elecciones. Nunca superaron sus desconfianzas, pero ganaron.</p>
<p>muertos y 10 heridos en un ataque de colonos en la zona de Bosawás. Los hombres armados pertenecientes a la Unidad de Alal, quemando los comunarios y destruyeron el Gobierno territorial autónomo del Río.</p>	<p>30 Magistrados de la Corte Suprema de Justicia emiten por primera vez una sentencia en caso de presos políticos. Una juez había emitido un fallo de no culpabilidad contra los dos reos políticos y girado orden de libertad para estos. Pero luego, esta cambió su veredicto, revocó su propio fallo, y de ahí de en adelante, todo las instancias judiciales condenaron a los autoconvocados.</p>	<p>31 Censura, represión y agresiones afectan el ejercicio periodístico independiente en Nicaragua. La Fundación Violeta Barrios de Chamorro documentó en 2019, 1, 267 casos de violaciones a la libertad de prensa, incluyendo 72 casos de intimidación, 41 de censura y 9 de hostigamiento judicial. En lo que va de 2020, ya contabilizan 12 casos.</p>	<p>Cortesía: La Prensa. 100% Noticias. Jaime Arellano en La Nación. Confidencial. Café con Voz. Artículo 66. La Trinchera. Nicaragua Actual. Nicaragua Investiga. Voces En Libertad. Despacho 505. Radio Corporación. CIDH. OEA. ONU. Fotos: Google (Fair Use), Internet & Redes Sociales.</p> <p>Sugerencias, escribanos a: EditorGeneral@NicasNews.com</p>

Sociales de Nicas En El Exterior



Miami, FLORIDA
Mandamos un especial saludo a Ricky Martínez por haber obtenido recientemente su Maestría en Ciencias de la Computación. Ricky aparece en la presente fotografía rodeado de sus padres Dennis y Luz Marina Martínez para quienes hacemos extensivo el saludo.

NICARAGUA
Saludamos a esta bella pareja de enamorados desde algún lugar de Nicaragua. Felicidades Fátima Bonilla y Sergio Arias. ¡Feliz día del Amor!



Los Ángeles, CALIFORNIA
Reencuentro de dos amigos. Saludamos a Luis Ernesto Palacios quien estuvo de visita con Rommel Pérez y aprovecharon la ocasión para saborear deliciosos recuerdos. ¡Felicidades!



San Rafael del Norte, NICARAGUA
Roberto Rourk de visita en San Rafael del Norte con su sobrino Byron Zelaya Rourk. "Disfruté lindos momentos con familiares y amigos Segovianos" Roberto.



Boaco, NICARAGUA
Saludamos a este trío de los "mosqueteros" que tuvieron su encuentro en Boaco, un abrazo Ricardo Midence, Alberto Robleto y Fernando Incer. Salud!

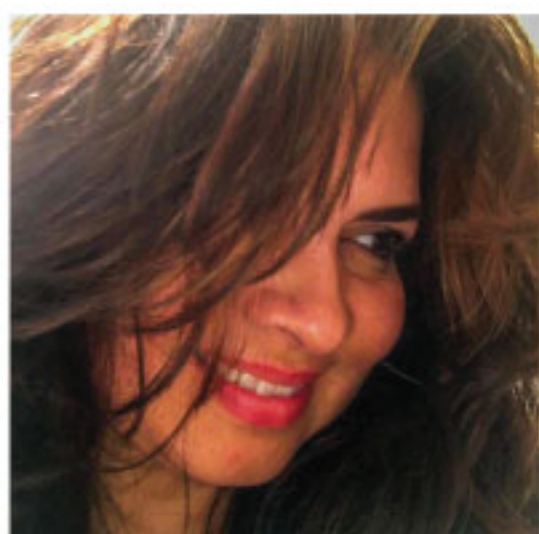
Miami, FLORIDA
Saludamos a los aventureros de las carreteras en motos, René Guzmán y sus amigos, que han iniciado un recorrido por todo el estado. ¡Muchas gracias por compartir y éxitos!



Washington, D.C.
Saludamos y agradecemos a las organizaciones de Nicaragüenses en Estados Unidos que recientemente tuvieron intensas reuniones con el Departamento de Estado, con el objetivo de mantener la estabilidad y seguridad regional y contribuir a un proceso de paz durante la transición hacia la democracia en Nicaragua. ¡Gracias, muchas gracias!



Los Ángeles, CALIFORNIA
Enviamos un saludo de agradecimiento y solidaridad. "La persona que la donó, No quería tomarse foto, y yo le expliqué que lo hacía por 2 razones: 1 por transparencia (foto al recibirla, y foto al entregarla), y 2 para motivar a otras personas a hacer el bien. Esta silla de rueda es especial para niños que sufren de paraplejia motriz y está valorada en \$4,000.00. Dios me ilumine para donarla a un angelito que de verdad lo necesite". Tim Ventura.



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

Terapias Naturales para disminuir las arrugas del cuello

Además de aplicar estos productos es muy importante que nos protejamos del Sol. El cuello y las manos delatan nuestra edad, y son de las partes que menos cuidamos. Siempre aplicamos cremas a nuestro rostro y al cuerpo, pero pocas veces hacemos

¿Por qué aparecen las arrugas del cuello?

Existen diversos factores que promueven la formación de arrugas en el cuello y en otras zonas del cuerpo. Estos pueden ser: la edad, una mala nutrición, un mal cuidado de la piel, entre otros.

Todos estos factores provocan que la dermis se torne progresivamente más seca y fina, y por lo tanto, menos resistente y propensa a arrugarse.

Por ello, te mostramos algunas alternativas naturales que pueden ayudarte a atenuar las arrugas en el cuello.

1. Levadura de cerveza y yogurt

La levadura de cerveza cuenta con nutrientes que reactivan la formación del colágeno y atenúan las arrugas.

El yogurt, por su parte, es rico en proteínas y calcio, por lo que proporciona humectación a la piel.

Ingredientes:

- 2 cucharadas de yogurt natural
- 1 cucharada de levadura de cerveza
- 1 cucharada de aceite de germen de trigo

Preparación:

Mezcla todos los ingredientes hasta obtener una pasta homogénea.

Aplica sobre la piel de tu cuello y deja secar durante 15 minutos.

Enjuaga con abundante agua tibia.

2. Clara de huevo

El huevo no solo es un alimento necesario en la dieta diaria por su alto contenido nutritivo. También es esencial en las mascarillas humectantes para eliminar las arrugas del cuello. Además, es ideal para eliminar las impurezas de la piel.

Preparación:

Bate en un recipiente la clara de huevo y aplica sobre la piel del cuello.

Deja actuar durante 15 minutos. Enjuaga con abundante agua y repite el proceso 2 veces por semana.

3. Aloe vera

Es un humectante natural y contribuye a eliminar las arrugas del cuello.

Ingredientes:

- 1 hoja de sábila

Preparación:

Extrae el gel de la hoja de sábila.

Aplica directamente sobre la piel de tu cuello.

Deja secar durante 30 minutos y enjuaga con agua tibia.

Estos tratamientos son una alternativa saludable para contrarrestar los signos de la edad. Sin embargo, existen algunas cosas que debes saber sobre la piel del cuello para entender mejor las razones por las que aparecen las arrugas y evitarlas.

Hidrata tu piel - Protege tu piel del Sol - Cuida de tu alimentación

Ejercicios faciales

Consiste en pronunciar todas las vocales abriendo la boca al máximo; otro, en estirar el cuello y desplazar, tanto como se pueda, el maxilar inferior hacia delante para tonificar la zona.

Espero te animes a seguir estas recomendaciones. No hay nada mejor, que cuidar tu piel y sentirte bella.

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

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



LA RISA COMO REMEDIO

DOS VIEJITOS ENAMORADOS

El día de San Valentín, durante la cena, él la miró, y la miró admirado y finalmente juntó el coraje para preguntarle:

- ¿Quieres casarte conmigo?

Y ella respondió:

- Sí, sí, acepto!

La comida terminó y, luego de algunos intercambios agradables de palabras, se fueron a sus respectivos hogares.

A la mañana siguiente, él despertó preocupado y dudoso de la respuesta.

- ¿Dijo sí o dijo no?

No podía recordar.

Lo intentó y lo intentó, pero simplemente no recordaba, no tenía ni siquiera una vaga idea; inquieto, fue al teléfono y llamó a su amiga.

En primer lugar, le explicó que su memoria no era tan buena como solía serlo. Luego le recordó la noche hermosa que habían pasado y con un poco más de coraje, le preguntó:

- ¿Cuando te pregunté si querías casarte conmigo, dijiste, sí o no?

Quedó encantado al oírle decir:

- Te dije que sí, que sí, acepto y lo dije con todo mi corazón. Y estoy muy feliz de que me llamaras, no podía recordar quién me lo había pedido!

Contribución: L. Ortega



Dra. Norma Baca



ZOOM!



Sistema Profesional de blanqueo de dientes en 45 minutos.
Llámenos para una evaluación GRATIS...!

DENTISTA

ORTODONCIA

Frenos (Braces) Transparentes o Metal

TRATAMIENTO COSMÉTICO

Blanqueador de Dientes,
Coronas y Puentes de Porcelana

ODONTOLOGÍA EN GENERAL

Rellenos y Extracciones
Tratamientos de Nervio • Implantes

ACEPTAMOS LA MAYORÍA DE ASEGURADORAS



NUESTRO HORARIO

LUNES A VIERNES

10 am - 6 pm

Sábado 9 am - 3 pm

Somos una clínica con más de 20 años de experiencia y podemos solucionar sus problemas dentales en cualquiera de nuestras dos clínicas

(213) 484-2165

1919 Beverly Blvd., Suite A Los Angeles, CA 90057





TWEETS and more...



Monseñor Rolando José Álvarez L.
@DiocesisdeMat

"La paz no la hacen "los grupos dirigenciales, de élites o poder". La paz la hace el pueblo. Y el pueblo existe. No lo olvidemos". Mons. Rolando José.

10:17 · 28/1/20 · Twitter for Android



Nayib Bukele ✓
@nayibbukele

Dictadores como Maduro en Venezuela, Ortega en Nicaragua y Juan Orlando en Honduras, jamás tendrán ninguna legitimidad, porque se mantienen en el poder a la fuerza y no respetan la voluntad de sus pueblos.

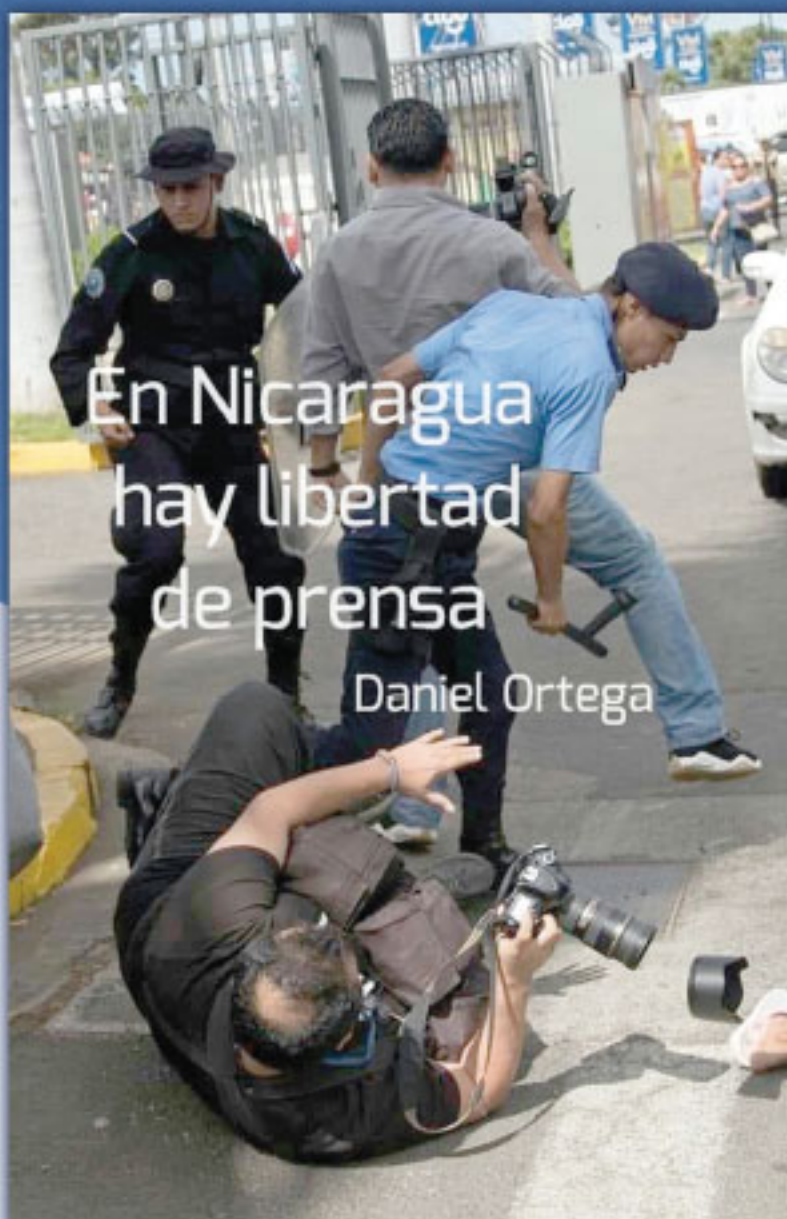
Dictador es dictador. De "derecha" o de "izquierda".



CIDH - IACHR ✓
@CIDH

#MESENI supo que civiles armados, con aquiescencia de la Policía, rodean la casa de Byron Corea -beneficiario de medidas cautelares- en León. La **#CIDH** urge al Estado a cesar la persecución, detenciones y ataques a líderes opositores y a abrir espacios democráticos en **#Nicaragua**

12:35 · 12/1/20 desde Washington, DC · Twitter for iPhone



Luis Almagro ✓
@Almagro_OEA2015

Condenamos el asesinato y desaparición de líderes indígenas Mayagna en **#Nicaragua**. Urgimos al Gobierno que investigue los hechos y traiga justicia a las víctimas a fin de proteger los **#DDHH** de los **#PueblosIndigenas** en su territorio.

CIDH - IACHR @CIDH · 30 ene.
#CIDH condena ataque de colonos a comunidad Mayagna, Bosawés, #Nicaragua: hay 6 comunitarios asesinados y 10 desaparecidos. El Estado incumple obligaciones internacionales de proteger integridad, vida y territorios indígenas si no previene, investiga y castiga estos hechos. (1/2)
[Mostrar este hilo](#)



Silvio José Báez ✓
@silviojbaz

El camino de la unidad exige clara conciencia de que hay un bien mayor que los propios intereses e ideologías, que es urgente y nos beneficia todos y que sólo se consigue dando lo mejor de sí dentro de una armonía que no anula las diversidades.

07:43 · 10/1/20 · Twitter for iPhone



José Ramón Bauzá ✓
@JRBauza

Vergonzoso. Laureano Ortega, hijo de los dictadores Ortega y Murillo, se pasea libremente por Madrid. España y la UE no pueden demorar más las sanciones que exigió el **@Europarl_ES** para evitar que esto ocurra. Y así lo voy a exigir **#SOSNicaragua**



Monseñor Rolando José Álvarez L.
@DiocesisdeMat

"Desconfianza, descalificaciones, imposiciones y búsqueda de protagonismo, es lo que parece privar y primar en algunos sectores, cuando lo que deberían buscar es el consenso por un bien mucho mayor a cualquier interés: Nicaragua, la Nación". Mons. Rolando José.

10:40 · 11/1/20 · Twitter for Android

FUNERARIA GROMAN INC.

GROMAN
MORTUARIES

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

Tenemos Precios Económicos
www.GromanMortuary.com

830 West Washington Blvd., Los Angeles, CA 90015

Oscar Barker

DRE # 01133705 | Senior Loan Officer | NMLS #1058298



(626) 290-6569

Hablo Español

F: (626) 228-2190

E: Oscar_Barker@yahoo.com



Purchase and Refinance Loans

Latin American Professional Service Inc | NMLS #343603
10907 Downey Ave. Suite 202. Downey CA 90241

GUADALUPE BARKER



(626) 290-6572

Hablo Español

GuadySells@yahoo.com

Homes | Luxury Homes | Condos

Multi Residential | Commercial

www.GuadalupeBarker.com DRE# 01133704

Bluefields Realty DRE# 02077475

324B East Rowland St.

Covina, CA 91723



Lewis Photographer / Creative

213-915-8865

www.lewislakes.com

photography@lewislakes.com

ROMERO PROFESSIONAL SERVICES

MARIA MARTHA ROMERO

IMMIGRATION CONSULTANT BOND # 5183378

Notary Public, Income Tax, Traducciones

Peticiones, 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



Sales Society
S I L V E R

JULIO C. CASTELLON

Certified Sales Consultant

Mobile: (818) 612-2076

TOYOTA OF DOWNTOWN LA.

1901 South Figueroa Street

Los Angeles, CA 90007

MONTCLAIR CLÍNICA MÉDICA FAMILIAR

"Tenemos cuidado para Usted y toda La Familia"



Lunes a Viernes
9 am - 6 pm

Sábado
8 am - 1 pm

909.626.4020

10563 MILLS AVE.
MONTCLAIR, CA 91763



**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

MARIACHI Latino.COM

A SU DISPOSICION PARA TODO EVENTO



323.261.7858 213.505.6238 323.868.3181

Y hablando de Internet

¿USTED YA TIENE SU DOMINIO PROPIO?

NO LO DEJE PARA DESPUÉS, HÁGALO HOY MISMO, LA COMPETENCIA
PUEDE APODERARSE DEL NOMBRE QUE USTED BUSCA. ES FÁCIL,
RÁPIDO Y ECONÓMICO. SOLO TIENE QUE CONTACTARNOS Y NOSOTROS
HAREMOS EL RESTO DE LAS GESTIONES POR USTED.

Llámenos o escribanos a ventas@DominiosPropios.com

Nicas
EN EL EXTERIOR NEWS

Tel. (626) 789-8909

www.DominiosPropios.com

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

Tacos Katherine

Deliciosos tacos para cualquier ocasión
Con sus carnes favoritas

- Asada
- Al Pastor
- Chorizo
- Pollo

Comedor El Nica Chontaleño

- Carne Asada
- Enchiladas
- Nacatamales
- Semilla de Jícaro
- Horchata

Banquetes

Exquisita variedad de comida
para toda ocasión

- BODAS
- XV AÑOS
- Y MÁS

Para más información y estimados GRATIS, hablar con Marjori al **323.875.0275**



LOS CONSEJOS DEL DOCTOR



Por Raúl J. Bendaña M.D. *

Exclusivo para Nicas En El Exterior News

IMPOTENCIA / BAJA TESTOSTERONA

Hay muchas causas de impotencia, pero de la que no nos capeamos es por la falta o baja de testosterona que es relacionada con la edad.

El cerebro manda información, a una glándula, llamada Hipofisis, de ahí los testículos son estimulados para producir Testosterona y espermatozoides.

La baja de **Testosterona** comienza desde la edad de 35 años, y a medida que pasan los años, con las enfermedades (diabetes, presión elevada, colesterol) medicinas, y cirugías, la situación empeora.

Los síntomas y signos son:

A nivel Sexual.

- Bajo deseo sexual/impotencia.

A nivel no Sexual.

- Baja energía.

- Fatiga.



- Depresión.
- Pobre concentración.
- Falta de concentración.
- Irritabilidad.
- Dificultad en bajar de peso.

Signos:

- Ginecomastia (crecimientos de las tetas).
- Disminución del tamaño de los testículos.
- Anemia.
- Disminución de la barba, de los pelos del cuerpo.

- Disminución del tamaño del pene (a falta de erección o uso, el pene se retracta, pero no permanente, una vez que se restablece la erección vuelve a la normalidad).

Para saber si en realidad se necesita tratamiento, se hace un examen de sangre, lo más temprano de la mañana, mejor.

Ahora bien, el 40% de los pacientes que tienen diabetes, presión y colesterol alto, tienen la testosterona baja, como ven, no solo tiene que ver con la parte sexual, sino con la calidad de vida, pues hay pacientes que la parte sexual no es el problema, pero la depresión, fatiga, y baja de la autoestima le hace la vida miserable.

La mayor parte de los pacientes son tratados con pastillas para la depresión, vistos por Psiquiatras y obtienen pobres resultados, no sabiendo que todo se debe a

falta de Testosterona.

Si usted estimado lector, después de leer este artículo, no agarra el mensaje, léalo de nuevo.

Saludes, con ¡SALUD!

***NOTA:** El Dr. Bendaña tiene su especialidad en Urología con trasplante de Riñón, ha recibido numerosos reconocimientos y ejerce su práctica en Los Ángeles, California desde 1985.

Nota de la redacción:

Hemos creado el e-mail: ConsejosDelDoctor@NicasNews.com para que usted escriba sus consultas al Dr. Bendaña, las cuales serán contestadas vía e-mail, y publicadas, ANONIMAMENTE, las más relevantes en la siguiente edición. ♦



HABLEMOS DE CÓMO HACER DINERO



Por: Monserrat Rivera
Éxito Latino

¿Quieres destacar Tu Negocio? Aquí te doy 3 Concejos Fáciles

Abrir un negocio toma mucho sacrificio, por lo tanto, es crucial que no solo tenga buen desempeño, sino también para que tenga éxito y sea la fuente de tus ingresos por los próximos años. La pregunta es... ¿Cómo hacer que tu negocio se destaque?

Cualquiera puede proporcionar un servicio, pero pocos pueden proporcionar una experiencia, por lo tanto, es tu objetivo encontrar una manera de hacer que tu negocio sea algo especial que tus clientes recuerden.

No es tan difícil como parece, aquí hay algunos pasos útiles.

Crea un tema y comprométete a este.

Cerca de mi casa hay un lugar de hamburguesas con tema de Rock & Roll de los años 50s y me encanta ir allí por la experiencia de transportarme a esos tiempos. Sé que puedo conseguir una hamburguesa decente en cualquier lugar, pero disfruto visitando porque viajo al pasado. El restaurante toca solamente Rock & Roll desde una rocola, las meseras usan patines y en las mesas son carros convertibles. Con gusto pago unos dólares más para disfrutar esta experiencia.



¿Cómo puedes crear algo similar en tu negocio?

¿Es la música, las decoraciones, la forma en que se visten tus empleados? Ponte creativo y piensa como puedes hacer de tu local toda una experiencia.

Imaginate un salón de belleza que parezca una pasarela donde todas las chicas se sientan como supermodelos o una tienda de artículos para fiestas que parezca un castillo o donde todos los empleados están disfrazados. **En los tiempos de las redes sociales y las "selfis" es importante tomar la presentación de tu negocio muy en serio.**

Ya sé lo que está pensando, no todos los negocios pueden convertirse en una atracción especialmente cuando trabaja en un campo más serio, como una compañía de seguros, o no tienes el dinero para una renovación completa. ¡También tengo una respuesta para eso!

Enfócate en el servicio al cliente y los toquecitos extras que les puedes ofrecer. No importa en qué campo trabajes, siempre puedes ofrecer más.

Algunas ideas son:

- ♦ Recibirlos con agua embotellada.
- ♦ Combinar servicios con otros negocios cercanos para facilitar la vida de tus clientes.
- ♦ Ofrecer descuentos para clientes repetitivos o regalos con su compra.
- ♦ Hacer que tus clientes se sientan especiales de alguna manera, como enviar una pequeña tarjeta a su casa para felicitarlos por cumpleaños o algún día festivo.
- ♦ Escoger un día para darles flores a todos tus clientes que entren.
- ♦ Hacer una fiesta de "agradecimiento al cliente" durante las fechas festivas o el aniversario de tu negocio.
- ♦ Ofrecer café gratis en las tacitas

decoradas elegantemente con galletas extravagantes.

♦ Si son clientes repetitivos y los conoces bien pueden tener su propia taza con su nombre.

♦ Incluso ofrecer WiFi gratis es una buena idea. Haz que tus clientes se sientan como VIP porque eso es exactamente lo que son.

Deja de tratar de encajar y muestra tu personalidad

Tus clientes son personas, así como tú, con gustos y disgustos y confía en mí cuando te digo que todos apreciamos a alguien genuino. **Así que olvídate de las tendencias y pon tu propio estilo. Haz de tu negocio un lugar que realmente te represente.**

No solo disfrutarás más del lugar donde pasas tantas horas durante la semana, sino que la gente realmente te conocerá. Recuerda que las personas compran de las personas que les caen bien y con los que se sienten cómodos. Y un poco de vulnerabilidad siempre genera confianza.

***¡Hasta la próxima!

No tengo la culpa



De transmutar deseo en obsesión de amar un imposible.

No sé de los pecados del cielo y el mar cuando se juntan a engendrar el horizonte.

Si el sol pidió permiso a las nubes para crear el arcoíris.

Si de amar se trata, no cuestiono la candidez del enamorado la insistencia del rechazado.

Soy de la especie arácnido suicida por copular pierdo la vida.

Estoy atento al mínimo gesto leve insinuación de la dueña de mis fantasías.

Iván Figueroa



DIRECTORIO COMERCIAL

CAMARASDECOMERCIO.COM

FEBRERO 2020

Para aparecer aquí escriba a: Publicidad@CamarasDeComercio.com ó llame en California al Tel: (626) 737-3521

AGENCIAS DE VIAJES

MTOM TOURS

Jorge y Aida Obregón
3541 W. Temple St.
Los Angeles, CA 90004
(323) 953-8100
www.MtomTours.com
info@MtomTours.com

ALIMENTOS / BEBIDAS

HUICHO'S BAKERY, INC.

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

LA ADELITA RESTAURANT

1287 S. Union Ave.
Los Angeles, CA 90015
(213) 487-0176
www.LaAdelitaRestaurant.com
info@LaAdelitaRestaurant.com

EL CAMACHOS RESTAURANTE

2019 West Venice Blvd.
Los Angeles, CA 90006
(323) 735-6276
www.ElCamachos.com
info@ElCamachos.com

EL COCHINITO RESTAURANT

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

EL GALLITO MARKET

Sandra Veisaga / Mario Rodríguez
12242 E. Valley Blvd.
El Monte, CA 91732
(626) 442-1190
www.ElGallitoNicaMexCocina.com
info@ElGallitoNicaMexCocina.com

SABOR NICARAGÜENSE RESTAURANT

Alfredo Villanueva
1927 S. Western Ave.
Los Angeles, CA 90018
(323) 870-5505
www.SaborNicaraguenseRestaurant.com

TROPICAL CUBAN CAFÉ

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

VILLA CARIÑO RESTAURANT

César Valenzuela – Graciela Ruiz
1066 North Hacienda Blvd.
La Puente, CA 91744
(626) 918-2978

COMEDOR EL NICA CHONTALEÑO

Exquisita variedad de comida para toda ocasión
Maryori Arana
(323) 875-0275

SE NECESITA COCINERO(A)

De comida nicaragüense.
Se solicita para el Condado
de Los Angeles, California
Tel: (626) 789-8909

BIENES RAÍCES, USA

GUADALUPE BARKER

Bluefields Realty
DRE # 01133704
Condados de Orange, Los Angeles,
Riverside y San Bernardino
324B East Rowland St.
Covina, CA 91723
(626) 290-6572
www.GuadalupeBarker.com
GuadySells@yahoo.com

OSCAR BARKER

Latin American Professional Service Inc
NMLS # 343603
Senior Loan Officer
10907 Downey Ave., Ste 202
Downey, CA 90241
(626) 290-6569
www.OscarBarker.com
Oscar_Barker@yahoo.com

BIENES RAÍCES, NIC.

GRAN PACIFICA

Proyecto Turístico
Allan Ortegarey
Walnut, CA 91789
(626) 488-9495
www.Bienes-Raices.com
Allan@Bienes-Raices.com

CLÍNICAS

DR. RAUL J. BENDAÑA M.D.

Medicina Familiar y Urología
1619 1/2 W. Pico Blvd.
Los Angeles, CA 90015
(213) 487-0615

DR. EDWARD A. MENA M.D.

Hepatólogo
Pasadena Liver Center
301 S. Fair Oaks, Ste 405
Pasadena, CA 91105
(626) 440-7325

BALDWIN PARK

MEDICAL GROUP
Dr. Marvin Urbina / Dr. Herman Carrillo
14342 Ramona Blvd.
Baldwin Park, CA 91706
(626) 338-4088

CLÍNICA MÉDICA DEL SOL

Dr. Marvin Urbina / Dr. Herman Carrillo
1431 N Hacienda Blvd.
La Puente, CA 91744
(626) 918-3828

CALIFORNIA LIVER RESEARCH INSTITUTE

Advancement of Treatment and Curing of
all forms of Liver Disease
301 S. Fair Oaks, Ste 409
Pasadena, CA 91105
(626) 795-5769
www.CaLiverResearch.org

MONTCLAIR CLÍNICA

MÉDICA FAMILIAR
10563 Mills Ave.
Montclair, CA 91763
(909) 626-4020

ENTRETENIMIENTO

MARIACHI LATINO

José Cervantes

Condados del Sur de California

(323) 261-7858
(213) 505-6238
(323) 868-3181
www.MariachiLatino.com

ENVÍOS Y CARGA

CENTROAMERICA EXPRESS

Jorge Obregón
3541 W. Temple St.
Los Angeles, CA 90004
(323) 953-8100

INCOME TAX

C. CASTRO & ASSOCIATES

Camilo Castro
15558 East Amar Road
La Puente, CA 91744
(626) 369-4496
camcast@aol.com

CENTRO HISPANO

Róger & Francis Martínez
1053 S. Alvarado St.
Los Angeles, CA 90006
(213) 384-8430
www.CentroHispano.com
info@CentroHispano.com

PROFESSIONAL SERVICES

Dra. Gioconda J. Escorcia
1839 Montrose St.
Los Angeles, CA 90026
(213) 484-1983

ROMERO PROFESSIONAL SERVICES

Lic. María Martha Romero
1266 S. Lake St.,
Los Angeles, CA 90006
(213) 263-9874 | (323) 387-8591
mamarom@hotmail.com

INTERNET

DOMINIOSPROPIOS.COM

A Division of Web Enterprises, INC.
Domain Name Registration - Hosting
Website Design - Email Blast
382 N. Lemon Ave., # 236
Walnut, CA 91789
(800) 378-5717 | (626) 789-8909
www.DominiosPropios.com
Ventas@DominiosPropios.com

SITIOS EN INTERNET

www.Bienes-Raices.com
www.CamarasDeComercio.com
www.DominiosPropios.com
www.EventosEnLosAngeles.com
www.Inmigracion.org
www.IslaDeOmetepe.com
www.MexicanRestaurants.com
www.MundoLatino.com
www.RubenDario.org
www.ServiciosLegales.info

MISCELÁNEA

BANCO LAFISE

REMESAS LAFISE
Envíos de Dinero
(855) 552-3473
www.Lafise.com
info@BancoLafise.com.ni

FUNERARIA GROMAN INC

830 W. Washington Blvd.

Los Angeles, CA 90015
(800) 371-0893 | (213) 748-2203
www.GromanMortuary.com
info@GromanMortuaries.com

NICAS EN EL EXTERIOR NEWS

El Periódico del acontecer Nica
(626) 737-3521 ext. 709
www.NicasNews.com
info@NicasNews.com

CONSULADO DE NICARAGUA

3550 Wilshire Blvd. Suite # 200
Los Angeles, CA 90010
(213) 252-1170 | (213) 252-1175
www.ConsuladoDeNicaraguaLA.com

ORGANIZACIONES

AMIGOS DE NICARAGUA AZUL Y BLANCO

301 S. Fair Oaks, Ste 409
Pasadena, CA 91105
(323) 457-8402
www.NicaAzulYBlanco.org
Donate@NicaAzulYBlanco.org

ABANDONED CHILDREN IN NICARAGUA FOUNDATION

Camilo Castro
15558 E. Amar Rd.
La Puente, CA 91744
(909) 854-0491
www.AbandonedChildren.org
info@AbandonedChildren.org

C&N DREAMS FOUNDATION

Carlos M. Páez
(626) 472-4893
www.CNDreamsFoundation.org
Carlos@CNDreamsFoundation.org

CAMARA DE COMERCIO NICARAGÜENSE AMERICANA DE CALIFORNIA (CACONACA)

Tito Lagos-Bassett
3455 Nogales St., Suite 120
West Covina, CA 91792
(626) 806-2938
www.CamarasDeComercio.com
Tito@CamarasDeComercio.com

SAN GABRIEL VALLEY HISPANIC CHAMBER OF COMMERCE

Carlos Páez
1171 W. San Bernardino Rd.,
Ste ECovina, CA 91722
(626) 383-6076
www.SGVHCCCA.org
info@sgvhccca.org

SERVICIOS LEGALES

LA ALCALDIA

1605 W. Olympic Blvd., Suite 9006
Los Angeles, CA 90015
(213) 387-0760
www.LAAlcaldia.com
info@LAAlcaldia.com

SERV. PROFESIONALES

ALFREDO VIDEO & PHOTO STUDIO

José Luis Espinoza
Bellflower, CA
(310) 567-2801 (310) 885-3667

TEAM GAITÁN

Lo Mejor en Fotografía y Video
Mirador Tiscapa, 1 c. al Lago, 1 1/2 c. Arriba
Managua, Nicaragua
+505-2222-5437
dongaitan@hotmail.com

TURISMO

Atracciones Turísticas, Hoteles,
Restaurantes y Más...
www.IslaDeOmetepe.com
www.IsletasDeGranada.com



Chocheras del Abuelo

AMIGO TE DESEO

Que descubras la serenidad y tranquilidad en un mundo imposible de entender.

Que el dolor que has vivido y los problemas que has experimentado, te den el poder de caminar por la vida enfrentando cada situación con optimismo y valor.

No olvides que habrá seres cuyo amor y comprensión siempre estarán contigo, aún cuando te sientas solo.

Que descubras suficiente bondad en otros para creer en un mundo de paz.

Que una palabra generosa, un



abrazo y una sonrisa sean tuyos todos los días de tu vida y que puedas dar estos regalos, tanto como recibirlos.

Recuerda existe el sol, aún en medio de la tormenta.

Enseña amor a aquellos que odian, y deja que ese amor te fortalezca.

Recuerda que aquellos seres cuyas vidas has tocado y aquellos otros

que han dejado su huella en ti, siempre ocuparan un lugar especial en tu corazón.

No importa si el encuentro fue corto y no lo que tú esperabas o deseabas. No te preocupes demasiado por lo material.

Valoriza más la bondad y generosidad que habitan en tu corazón.

Que encuentres tiempo cada día para apreciar la belleza y el amor que te rodean.

Comprende que, como seres humanos, tenemos muchas cosas en común, pero en el fondo todos

somos diferentes.

Aprecia y respeta las diferencias.

Lo que sientes que careces en el presente puede ser tu fortaleza en el futuro.

Que veas un futuro lleno de posibilidades.

Que encuentres suficiente fortaleza en tu interior para determinar por ti mismo tu valor,

y no dependas de la opinión de otros para reconocer tus habilidades.

Lucha por ser feliz y realiza tus sueños por imposibles que parezcan.

Que la paz reine siempre en tu corazón... ♦

Y USTED. ¿AÚN GUARDA RESENTIMIENTOS?

.Al tener un resentimiento vamos matando nuestra semilla de felicidad interna. La palabra resentimiento viene de re-sentir, es decir volver a sentir intensamente una y otra vez aquello que nos dolió; es como si a diario tomáramos una cucharadita de veneno que nos va amargando y destruyendo por dentro. Es cierto que perdonar es difícil, especialmente a nosotros mismos, nos cuesta trabajo perdonar nuestros errores y fracasos, y lo peor es que ese resentimiento lo proyectamos en los demás por la vía de la agresividad, la envidia y el mal humor. Pero, como dice José Luis Martín Descalzo, pasarse la vida dándole vueltas a nuestros propios errores es señal de un refinadísimo orgullo. Cuando con serenidad nos aceptamos a nosotros mismos, y a la vez sabemos exigirnos y sonreír ante nuestro propio espejo, ya estamos bien preparados para perdonar a los demás.



A final de cuentas, perdonar es siempre la consecuencia de comprender, y como dice Graham Green, "si conociéramos el último porqué de las cosas, tendríamos compasión hasta de las estrellas".

Perdonar a veces sólo requiere de una percepción distinta, de que veamos las cosas bajo otro lente: el del otro.

Cuando perdonamos nos quitamos un gran peso de encima, nos sentimos más ligeros, libres y, sobre todo, en paz.

Es como reparar algo que estaba roto, nos ofrece un nuevo comienzo, una nueva forma de vivir, nos vuelve a despertar a la verdad de nuestra bondad y nos hace sentirnos dignos de amor.

Anónimo ♦

RECORRE A MENUDO

Recorre a menudo la senda que lleva al huerto de tu amigo, no sea que la maleza te impida ver el camino. Proverbio indio.

Mi patria son los amigos. Alfredo Bryce Echenique (1939-) Escritor peruano.

¡Qué raro y maravilloso es ese fugaz instante en el que nos damos cuenta de que hemos descubierto un amigo! William Rotsler (1926-1997).

Reprende al amigo en secreto y alábalo en público. Leonardo Da Vinci (1452-1519) Pintor, escultor e inventor italiano.

El hombre más rico del mundo no es el que conserva el primer duro que ganó, sino el que conserva el primer amigo que tuvo. Marta Mason

Amistades que son ciertas nadie las puede turbar. Miguel de Cervantes Saavedra (1547-1616) Escritor español.

Si los ciudadanos practicasen entre sí la amistad, no tendrían necesidad de la justicia.

Aristóteles (384 AC-322 AC) Filósofo griego.

Tómate tiempo en escoger un amigo, pero sé más lento aún en cambiarlo. Benjamín Franklin (1706-1790) Estadista y científico estadounidense.



Si quieres hallar en cualquier lado amistad, dulzura y poesía, llévalas contigo. Georges Duhamel (1884-1966) Escritor francés.

El amigo seguro se conoce en la acción insegura. Quinto Ennio. **Cada virtud sólo necesita un hombre; pero la amistad necesita dos.** Michel Eyquem de Montaigne (1533-1592) Escritor y filósofo francés.

Dios no ha creado fronteras. Mi objetivo es la amistad con el mundo entero. Mahatma Gandhi (1869-1948) Político y pensador indio.

Un verdadero amigo es alguien que te conoce tal como eres, comprende tus diferentes estados de ánimo, celebra tus logros y te acompaña en tus fracasos, aplaude tus alegrías, comparte tu dolor y jamás te juzga por tus errores. Un amigo así no es fácil de conseguir, si tienes la dicha de tenerlo, cuidalo y esfuérzate por merecerlo.

Imagen de **Simon Lehmann** en Pixabay. ♦



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 72BSBFP20492

**TU AYUDA REAL
DE HERMANO A HERMANO**

CENTRO HISPANO

1053 S Alvarado Street.
Los Angeles, CA 90006 Mapa



Centrohispanola@aol.com

213-384-8430



1927 S. Western Ave. Los Angeles, CA 90018

Información: **(323) 870-5505**

Skin Care by Amelia



Servicios Estéticos Profesionales

Micro-Dermabrasión

Es un procedimiento en la capa córnea (última capa de la epidermis) Elimina las células muertas, promueven el crecimiento de nuevas células, incrementa la producción de colágeno y con ello la elasticidad.

- WAX
- FACIALS
- DERMALIGHTS
- OXÍGENO FACIAL
- HAND TREATMENTS
- MICRODERMABRASIÓN

USADA PARA TRATAR:

- Envejecimiento de la piel
- Piel dañada por el sol
- Algunos tipos de cicatrices de acné
- Pigmentación Alterada
- Estrías
- Líneas Delgadas y Arrugas

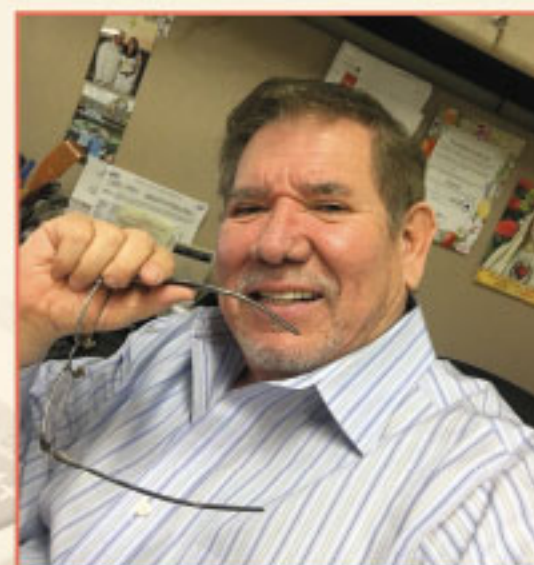
RESULTADOS:

- Tono de piel mejorada
- Poros de piel más pequeñas
- Menos Erupciones
- Luminosidad Saludable
- Elasticidad Renovada
- Apariencia disimulada de cicatrices

**Amelia
Castro**

Tel (626) 606-5058 • RosameliaCastro@aol.com

C. Castro & Associates



CONTABILIDAD

Para pequeños y Medianos Negocios

INCOME TAX

Todo el Año

Camilo Castro

Email: camcast@aol.com

Se Habla Español

Más de 40 años
de experiencia
ayudando a la
Comunidad Latina
en el mismo local

Tel. (626) 369-4496 • Fax: (888) 251-9605

**15556-15558 E. Amar Road
La Puente, CA 91744**



DIRECTORIO DE PREPARADORES DE IMPUESTOS DE NUESTRA COMUNIDAD 2020

www.NicasNews.com/taxes

INCOME TAXES

C. CASTRO & ASSOCIATES

Camilo Castro
15558 East Amar Road
La Puente, CA 91744
(626) 369-4496
camcast@aol.com

CENTRO HISPANO

Róger & Francis Martínez
1053 S. Alvarado St.
Los Angeles, CA 90006
(213) 384-8430
www.CentroHispano.com
info@CentroHispano.com

FIGUEROA INSURANCE SERVICE

Iván Figueroa
5324 Mission Blvd
Riverside, CA 92509
(951) 788-3807
ifigueroa_1999@yahoo.com

GUERRERO SERVICE CENTER CORP.

Armando Guerrero
4029 E. Slauson Ave.
Maywood, CA 90270
(323) 773-8615
(323) 773-8642
info@guesece.com

IZABELL'S

Income Tax & Immigration Services
Isabel Gomez
2105 W. Pico Blvd., #A6
Los Angeles, CA 90006
(213) 386-8459
iarguello@sbcglobal.net

JAMIE'S TAX SERVICE

Luis A. Madriz
2705 S. San Pedro St.
Los Angeles, CA 90011
(323) 897-5152
(323) 300-0653 Cell
lms@azteca.net

MEDINA'S ACCOUNTING & TAX SERVICES

Manuel S. Medina
5949 E. Firestone Blvd.
South Gate, CA 90280
(323) 399-3000
manuelmedinajr@gmail.com

MORA SERVICES

Alexander Mora
12230 Manor Dr., Apt A
Hawthorne, CA 90250
(310) 597-5588
alexamora123@hotmail.com

O.B. SERVICES

Omar A. Barberena
8188 Sierra Ave., Suite C
Fontana, CA 92335
(909) 428-7765
(951) 741-1053
observices@sbcglobal.net

PROFESSIONAL SERVICES

Dra. Gioconda J. Escorcia
1839 Montrose St.
Los Angeles, CA 90026
(213) 484-1983

PROFESSIONAL SERVICE CENTER - RAPID TAX REFUND

Ramón Chavarría
210 W. First St, Ste. 209
Santa Ana, CA 92701
(714) 550-7633
(714) 550-7635 Fax
pscter@gmail.com

ROJAS MULTISERVICES

Rojas Enterprises #1
Income Tax Service
Luis A. Rojas
214 S. Euclid Ave.
Ontario, CA 91762
(909) 986-3979
rojasent1@yahoo.com

ROMERO PROFESSIONAL SERVICES

Lic. María Martha Romero
1266 S. Lake St.
Los Angeles, CA 90006
(213) 263-9874
mamarom@hotmail.com

TROPICAL TOURS

Income Tax & Service
Mary Hernández
2667 E. Florence Ave., Suite F1
Huntington Park, CA 90255
(323) 247-7737
ogstravel@hotmail.com

Department of the Treasury
Internal Revenue Service



**¡INCREMENTE
SUS VENTAS!**

ANÚNCIESE CON NOSOTROS

Nicas
EN EL EXTERIOR NEWS

USA: (800) 378-5717

www.NicasNews.com • Publicidad@NicasNews.com

www.DominiosPropios.com

"For your .tax Domain Registration Services"

Generic Top Level Domain (gTLD)

.tax

Your name or Your Last name or Your Business name



.tax

Registration

Transfer Domain

Renew Domain

What is a .tax domain?*

**-Get started before
someone else does-**

*For those in the tax business, the .tax domain name extension provides a new tool
in your internet marketing strategies that allows you to be unique.

Contact Us: Ventas@DominiosPropios.com - www.DominiosPropios.com

Tels: (800) 378-5717 • (626) 806-2938 • (626) 488-9495