

¡GRATIS!



Nicas

EN EL EXTERIOR NEWS

EL PERIÓDICO DE LA COMUNIDAD LATINOAMERICANA EN EL MUNDO



GUATEMALTECOS EN EL EXTERIOR

• **PROGRAMA MI PRIMERA CASA**
Ha recibido más de 25 mil llamadas
de guatemaltecos interesados

SALVADOREÑOS EN EL EXTERIOR

• **ZONA DEL VOLCÁN CHAPARRASTIQUE**
Promoción de dos rutas turísticas:
El Cinturón de Fuego y la Ruta del Café

HONDUREÑOS EN EL EXTERIOR

• **UNIVERSITARIOS HONDUREÑOS**
Becas para estudios de posgrado en España

Frase del Mes:

"Te quiero no por quien eres, sino por quien soy
cuando estoy contigo" - Gabriel García Márquez

#FelizDiaDeSanValentin

www.Restaurantes.LA
Restaurant Directory in Southern California

NICARAGÜENSES EN EL EXTERIOR

• **DONALD VEGA**
67th GRAMMY Awards Nominee
in Best Latin Jazz Album (As I Travel)

Aura Escorcía
Modelo Nicaragüense y Miss Verano



Banco
LAFISE

Premia tus Remesas



Cobra tus remesas y amueblamos tu casa*



Cada remesa cobrada
es una oportunidad para
ganar



Está atento al sorteo que
se realizará el 08 de julio
de 2022



Podrás ser el ganador de:
1 Juego de Sala de 3 piezas, 1 Lavadora, 1 Refrigeradora,
1 Secadora, 1 Estufa, 1 Smart TV 40", 1 Horno tostador

Entre más remesas cobres,
más oportunidades tendrás
de ganar un Menaje de casa.



Y hablando de INTERNET...

¿USTED YA TIENE SU DOMINIO (DOMAIN NAME) PROPIO?

No lo deje para más tarde, hágalo hoy, es fácil, rápido y barato.
Ej: NicasNews.com

Para qué sirve un dominio propio?

Tiene un sinnúmero de usos:

Desde un legado familiar donde este la historia del dueño del dominio
y sus descendientes, hasta ser dirigido a un blog, o red social (FB), o
incluso comercializarlo. Sencillamente sólo escriba el nombre del
dominio y de ahí se puede dirigir a cualquier lado.

Ejemplos:

www.Accidentes.Legal
www.Directorio.tax
www.Inmigracion.org
www.Restaurantes.LA
www.RubenDario.org
www.TarjetaDigital.US

DOMINIOS
por solo: **\$29⁹⁵**
Anual

incluye
configuración!

COSTO:

a) EL ESPECIAL del Costo del Dominio .com (Domain Name) y su configuración \$29.95 anual, y puede solicitarlo
a través de Web Enterprises, Inc. (1996) en: www.DominiosPropios.com

b) EL ESPECIAL del Costo del Dominio .com (Domain Name), su almacenamiento (Hosting) y una cuenta de E-mail
\$270.95 anual, y puede solicitarlo a través de Web Enterprises, Inc. (1996) en: www.DominiosPropios.com

O escribiendo a: Ventas@DominiosPropios.com
ó llamando al Tel: (626) 789-8909



American Dental Group

Affordable quality care in a warm & friendly environment

LIST OF SERVICES

- INVISALIGN & BRACES
- DENTAL IMPLANTS
- CROWNS
- VENEERS
- ALL-ON-4
- DENTURES
- EMERGENCY VISITS



We accept various insurance plan's
including PPO, HMO and MEDICAL



Schedule Your FREE Ortho or Dental
Implant Consultation Today!

CONTACT US:



(626) 337-7271 • www.MyWestCovinaDentist.com
436 North Sunset Avenue, West Covina CA 91790

Sabor Nicaragüense Restaurant

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



**UBER
EATS**



POSTMATES

Información: (323) 870-5505

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





NOTICIAS DE NICARAGUA



El Parlamento Europeo denuncia unánimemente la última reforma constitucional en Nicaragua

La **Eurocámara** tiene previsto aprobar una resolución no vinculante para condenar la represión del régimen y pedir que se active la cláusula democrática del **Acuerdo de Asociación de la UE con Nicaragua**, que permite suspenderlo si se determina que el país no cumple con los derechos humanos.

Todos los grupos del Parlamento Europeo se unieron para denunciar la represión del régimen del presidente del país, Daniel Ortega, y a su esposa y vicepresidenta, Rosario Murillo, y la **última reforma de la Constitución Política** que transforma el Estado, elimina el equilibrio de poderes y otorga un poder total a Ortega y Murillo.

En el debate parlamentario el popular español **Antonio López Istúriz** dio la "enhorabuena" a Ortega y a Murillo por lograr poner a todo el Parlamento Europeo de acuerdo en denunciar "sus crímenes, tortura, persecución y exilio al que han sometido al pueblo nicaragüense y especialmente a la Iglesia católica".

La resolución que aprobará la Eurocámara, avanzó López Istúriz, "deja claro al mundo" que no se van a permitir "las tropelías de una dictadura familiar".

Por parte de los socialdemócratas, la española **Leire**



Pajín recalcó que la reforma constitucional es "otra vuelta de tuerca" del régimen contra el pluralismo, la democracia y el Estado de derecho, y quiso transmitir a la sociedad civil que "no están solos" y que la UE "seguirá de su lado" como ya ha hecho el Parlamento Europeo, denunciando esta deriva autoritaria hasta en siete ocasiones desde 2018.

Desde los ultraconservadores, el italiano **Carlo Fidanza** pidió una acción "fuerte en Europa y coordinada con Estados Unidos", así como que se active la cláusula democrática del acuerdo entre ambos y se le puedan bloquear fondos, porque la reforma sólo afianza a Ortega y Murillo en un "régimen que pisotea desde hace años el

Estado de derecho".

Por parte de Renovar Europa, **Oihane Agirregoitia** (Partido Nacionalista Vasco) advirtió de que la reforma permite al matrimonio tomar el control de todos los poderes del Gobierno, las instituciones independientes y los medios de comunicación y recordó que desde 2018 se ha privado a más de 450 personas de la nacionalidad y cerrado más de 5.600 ONG y al menos 58 medios.

También desde los Verdes/ALE, **Diana Riba** (del partido catalán ERC) transmitió a los presos políticos nicaragüenses que "existe un amplio consenso en la UE para acompañar e impulsar su lucha por una sociedad más libre". "La UE tiene que intensificar su acción diplomática y presión política", incidió.

Courtesy: **100% Noticias**

Ayúdanos a romper la censura, necesitamos tu apoyo para seguir informando...

DONA AQUÍ:

www.Paypal.me/100noticiasni

Más Información:

www.NoticiasDeNicaragua.com

Suben a 47 los "presos políticos" en Nicaragua, según un organismo avalado por la CIDH

"Al cierre de enero, **47 personas** continúan privadas de libertad por razones políticas, entre ellas 7 mujeres y 40 hombres (incluyendo 10 detenidos antes de la crisis de 2018)", precisó en un informe ese mecanismo, cuyos datos son avalados por la **Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH)**.

Al menos 47 opositores y críticos del Gobierno de Nicaragua, que preside Daniel Ortega junto con su esposa, Rosario Murillo, siguen en las cárceles de ese país, incluidos 14 adultos mayores, denunció el **Mecanismo para el Reconocimiento de Personas Presas Políticas**.

"A pesar de que la cifra ha aumentado con respecto al mes anterior, se advierte de que el número real podría ser mayor debido al ambiente de represión y falta de acceso a información pública", alertó ese organismo.

100% Noticias reportó la detención del disidente **Yasser Morazán** y el sitio Alertas Libertad de Prensa Nicaragua reportó la detención del periodista **Irving Guerrero**, que no aparecen en la lista del Mecanismo.

El organismo avalado por la CIDH advirtió que entre las 47 personas detenidas hay 12 que "se encuentran desaparecidas por ocultamiento de paradero y negación de visitas".

"Destaca el caso del diputado indígena **Brooklyn Rivera**, quien lleva más de 400 días desaparecido bajo la responsabilidad del Estado, sin que su familia reciba



información sobre su paradero o estado de salud", de acuerdo con el informe.

Asimismo, el Mecanismo sostuvo que continúa el "hostigamiento" contra la iglesia Católica, "con restricciones a procesiones y actividades religiosas, además del destierro de líderes religiosos".

En ese sentido, mencionó que en enero pasado **30 monjas de la Orden de Santa Clara** fueron expulsadas de Nicaragua.

Además, reportó que en enero, la Asamblea Nacional aprobó reformas que "consolidan el poder del régimen, incluyendo la designación de Daniel Ortega y Rosario Murillo como 'copresidentes' y la creación de la 'Policía Voluntaria', una fuerza de civiles enmascarados que genera preocupación por su potencial uso como grupo paramilitar".

El Mecanismo, que está conformado por organizaciones de derechos humanos, de familiares de personas presas y excarceladas políticas, abogados, así como también de espacios de documentación y redes de activistas territoriales y digitales, reiteró su denuncia ante la comunidad internacional y exigió la liberación "inmediata" de todos los presos políticos en Nicaragua, el cese de la represión y el respeto a los derechos humanos en el país.

Nicaragua atraviesa una crisis política y social desde abril de 2018, que se acentuó tras las controvertidas elecciones de noviembre de 2021, en las que Ortega fue reelegido para un quinto mandato -el cuarto consecutivo-, con sus principales contendientes en prisión y a los que luego expulsó del país y los privó de su nacionalidad y de sus derechos políticos tras acusarlos de "golpistas" y de "traición a la patria".

Courtesy: **100% Noticias**

Ayúdanos a romper la censura, necesitamos tu apoyo para seguir informando...

DONA AQUÍ:

www.Paypal.me/100noticiasni

Más Información:

www.NoticiasDeNicaragua.com

Gastronomía Nicaragüense en Los Ángeles:

www.RestaurantesNicaraguenses.com



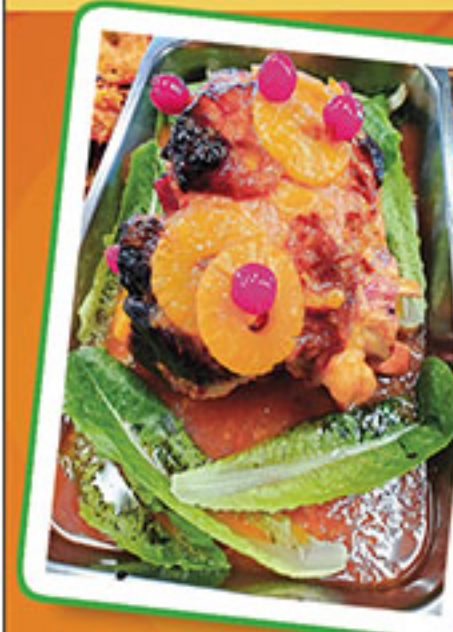
Established 1980

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



Original La Adelita

1287 S. Union Ave.
LOS ANGELES, CA 90015

Tel. (213) 487-0176



Bishop Álvarez First Interview Since Exile From Nicaragua

"News coming from Nicaragua has saddened me and I cannot help but be concerned about Bishop Rolando Alvarez, Bishop of Matagalpa, whom I love so much."

With these words, **Pope Francis** wanted to reach the La Modelo prison in Nicaragua, where **Bishop Rolando Álvarez** was imprisoned.

Twenty-six years in jail, this was the sentence handed down to the Nicaraguan bishop in February 2023, after refusing to be exiled. Accused of treason and of spreading false news to destabilize the government of Daniel Ortega, Bishop Alvarez is known for his defense of human rights and religious freedom.

The **Catholic Church in Nicaragua** has been the target of many attacks: from the expulsion of the apostolic nuncio in 2022, the dissolution of the Jesuit order and the seizure of its assets, the confiscation of the Major Seminary of Matagalpa to halt priestly formation, to the most recent one: the confiscation of the Poor Clare Sisters' property.

In January 2024, 19 members of the Catholic Church of Nicaragua were sent to Rome, among them, Monsignor Rolando Álvarez. And now, for the first time since being released, Mons. Álvarez sits down for a one-on-one interview with **EWTN News**.

Paola Arriaza — EWTN Vatican Correspondent.
"Monsignor Rolando Álvarez you arrived in Rome a year ago. What has your life been like here? What tasks has Pope Francis entrusted to you?"

Mons. Rolando Alvarez — Bishop of Matagalpa
"I am very happy in Rome because when I was detained I always thought that at the time of liberation, after Nicaragua, the best city in which I could live is the eternal one. Precisely because I am close to Peter and that renews my faith in such a way that I have had a year of recovery, certainly of my overall health, but in which I have come and also



gained the inner peace that I needed so much. I do not feel exiled, but liberated and in the diaspora faith always grows and hope is strengthened."

Paola Arriaza — EWTN Vatican Correspondent
"On the day you came to Rome, how did you feel? What was that day like for you?"

Mons. Rolando Alvarez — Bishop of Matagalpa
"Well, first let me tell you that when I got out of prison and they were taking me to the airport in the steps that the Holy See of the Secretariat of State on behalf of the Holy Father made to the government, of course, I felt a deep joy, but above all it was an experience of faith, because at that moment I recited and professed the Creed which is why I suffered that experience for my faith."

Paola Arriaza — EWTN Vatican Correspondent
"Did you think that this day of liberation would come..."

Mons. Rolando Alvarez — Bishop of Matagalpa
"I always thought and believed in my freedom, I always believed in my liberation, when I don't know, I didn't know, I didn't know, I didn't know, but I always hoped to be free. And I insist that what sustained me was prayer, to be able to be giving this interview in this beautiful Pontifical Commission of Latin America can only be explained as a supernatural action of God. There is no human explanation for me to be with you at this moment."

Paola Arriaza — EWTN Vatican Correspondent
"You talked about your state of health on that day

you left during that year you were incarcerated. How was your state of health before and how is it now?"

Mons. Rolando Alvarez — Bishop of Matagalpa
"I came to say it in a language of quantification, minus zero. Minus zero in all my psychological, psychiatric, emotional, affective, sentimental, moral, spiritual, physical, somatic capacities, minus zero. Now, one year later, I can say that I am 90% recovered."

Paola Arriaza — EWTN Vatican Correspondent
"Well and lastly, Monsignor, is there any message of thanksgiving you would like to share?"

Mons. Rolando Alvarez — Bishop of Matagalpa
"To tell them that I love them. I love my people very much, I love my people and tell them that I am a bishop for the universal church and that is, I was ordained bishop for Matagalpa, I am the visible head of Matagalpa and apostolic administrator of Esteli and I will continue to be so until God wills it and I want to send from here my blessing of the Father, the Son and the Holy Spirit to all the people of Nicaragua and all Latin America."

Paola Arriaza — EWTN Vatican Correspondent
Monsignor Rolando Álvarez thank you very much.

Mons. Rolando Alvarez — Bishop of Matagalpa
Thank you.

Adapted by Jacob Stein

Cortesía:
EWTN Vatican (By Paola Arriaza Flynn)

Más Información y Videos (Español & English):
www.NoticiasDeNicaragua.com

Gastronomía Nicaragüense en Los Ángeles:
www.RestaurantesNicaraguenses.com

VISIT US:

www.RestaurantesNicaraguenses.com

THE MOST TRADITIONAL DISHES

- **Fritanga** (Nicaraguan Barbeque) (May include Gallo pinto (rice and beans), arroz blanco (white rice), carne asada (grilled meat), or pollo (chicken), or puerco (pork), tajada frita (fried sliced green plantain), or maduros (sautéed sweet plantains), or chorizo (yuca, queso frito (fried cheese), tortilla and cabbage salad)

RESTAURANTES de NUESTRA COMUNIDAD



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 sí 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

Tweedy Travel & Orozco Travel

VIAJAN 2 PAGA 1 a Turquía

A tan sólo **\$969** + vuelo

Conocerás: Estambul, Ankara, Capadocia, Pamukkale, Efeso, Bursa y más

DE LOS ANGELES (Ida)

Guadalajara, Desde
Puerto Vallarta **\$149**
Mazatlán, México

León, Morelia
Zacatecas **\$189**
Monterrey

DE TIJUANA (I/V)

Aguascalientes, Desde
Guadalajara, León, **\$199**
Morelia, Uruapan,
Puebla, Mazatlán,
Toluca, Culiacán

Durango, Torreón, **\$224**
Tapachula, Ixtapa

TWEEDY TRAVEL

4235 Tweedy Blvd.
South Gate, CA 90280
323-567-1277
323-560-1098



OROZCO TRAVEL

5147 Gage Ave.
Bell, CA 90201
323-773-9948
323-771-1412

OTROS SERVICIOS DE OROZCO TRAVEL

- Inmigración
- Matrimonio
- Divorcio
- Income Tax
- Notario Público
- Parole Humanitario

Dr. Marvin Urbina & Dr. Herman Carrillo



BALDWIN PARK MEDICAL GROUP

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

MEDICINA FAMILIAR

El Mejor Cuidado Médico
Para La Familia

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

Tratamiento LASER de La Piel:

Cicatrices, Tatuajes, Lunares, Verrugas,
Venas Varicosas y Remoción de Cabello
Servicios de Laboratorios
Rayos X - Ultrasonidos
Pruebas de Embarazo – Pruebas de
Cancer (Hombres y Mujeres) – Colesterol
Anemia – Diabetes

Se aceptan la mayoría de Seguros Médicos
(Medical, Medicare, PPO)

HORARIO:

LUNES A SABADO: 9:00 a.m. – 6:00 p.m.
NO CITA NECESARIA

15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

22 23

Cronología de Noticias de Nicaragua

ENERO 2025

01 En noviembre las **remesas** establecieron un nuevo récord al acumular **US\$4,758 millones**.

Del total acumulado a noviembre, 83 de cada cien dólares vinieron de Estados Unidos, de Costa Rica 7.40 dólares de cada cien y de España 5.76 dólares de cada cien.

02 Más de 200 **migrantes nicaragüenses** fallecieron en 2024. Más del 50 por ciento de las muertes de migrantes nicaragüenses en Estados Unidos y México ocurrieron por accidentes de tránsito e infartos.

03 Embajada de EE.UU. alerta a viajeros sobre posibles sanciones penales por el uso de drones en Nicaragua. La sede diplomática advirtió que, tras la aprobación la "Ley para la regulación y uso de recursos aéreos, navales y terrestres no tripulados", los propietarios de drones deben entregarlos al Ministerio del Interior a más tardar el próximo 10 de enero.

04 Diócesis hondureña acoge a tres sacerdotes nicaragüenses desterrados y les asigna templos. Los religiosos, expulsados por el régimen Ortega Murillo entre 2023 y 2024, asumirán sus nuevas funciones en distintas parroquias de la Diócesis de Danlí.

05 Se venció el plazo del **parole** pero los que quieren quedarse todavía pueden cambiar su estatus migratorio. Más de 93 mil nicaragüenses recibieron el **parole humanitario**, los que no quieren regresar deben buscar asesoría legal antes que se les venza el plazo.

06 España acogerá a más nicaragüenses mediante programa de **Movilidad Segura**. En 2023, un grupo de nicaragüenses llegó a Valladolid, España, a través de ese programa. Este año se espera que lleguen más de 100 nicas.

07 Miguel Rodríguez de 21 años, el mejor futbolista de Nicaragua según una reconocida web europea. El portero de la Selección Nacional tuvo su temporada más regular en Finlandia que le sirvió para obtener este reconocimiento internacional.

08 Ortega, accused of causing millions in damages to a **U.S. textile company** through illegal privileges granted to Chinese textile companies in Nicaragua. Although the vast majority of textile companies that participated in the consultation process defended their relationship with the regime, the largest U.S. textile supplier decided to break its silence.

09 "Toda **Venezuela** salió a la calle": **Machado** encabeza protesta contra investidura de Maduro. "Hoy toda a Venezuela salió a la calle", celebró Machado ante miles de seguidores. "¡No tenemos miedo!", repitió con los manifestantes.

10 EE.UU. aumenta a 25 millones de dólares la recompensa por la captura de Nicolás Maduro. Estados Unidos aumentó este viernes de 15 a 25 millones de dólares la recompensa por información que lleve a la captura de Nicolás Maduro.

11 Asociación Sí Mujer estaba gestionando su disolución voluntaria, pero el régimen decidió cancelarla para confiscar sus bienes. Al menos 76,000 mujeres se quedaron sin atención desde que Sí Mujer cerró sus puertas al público en julio de 2022.

12 El **papa Francisco** sobre Nicaragua: "No hay verdadera paz si no viene garantizada también la libertad religiosa". El jefe de la Iglesia católica pronunció un discurso durante un encuentro que tuvo con el cuerpo diplomático en la Santa Sede.

13 Avanza investigación de la Sección 301: Grupo de Expertos en DD.HH. sobre Nicaragua presenta su informe para aportar pruebas. El **GHREN** preparó un informe que resume las etapas de la represión orteguista desde 2018, lo que servirá como prueba

en la investigación.

14 Karla González gana dos premios en concurso de belleza internacional y destaca con su participación. La nicaragüense ha ganado los premios de Mejor rostro y Reina de la Conservación y de la Biodiversidad en el concurso Reinado Internacional del Café en Colombia.

15 Nicaragua se va de la Presidencia Pro Témpore del **SICA** sin convencer con sus candidatos para la Secretaría General. Aunque la Presidencia no interviene en la elección del secretario general, influye al presentar argumentos sobre las candidaturas, algo que no logró el régimen Ortega Murillo.



16 Monseñor Rolando Álvarez concede su primera entrevista a un medio español y afirma que en 2025 solo pide "hacer la voluntad del Señor". El obispo de la Diócesis de Matagalpa cumplirá en los próximos días un año de haber sido desterrado por la dictadura sandinista.



17 Sheynnis Palacios participará en el New York Fashion Week en febrero próximo. New York Fashion Week es un evento importante en el mundo de la moda y Palacios deslumbró el año pasado cuando aún portaba la corona de Miss Universo.

18 Incendio consume la casa del cantautor nicaragüense **Carlos Mejía Godoy** en California. El incendio ocurrió mientras Mejía y su esposa estaban fuera de la casa. Perdieron el 80% de su material artístico y enseres.

19 Senador **Marco Rubio** acusa a Ortega y Murillo de contribuir "directamente" a la crisis migratoria en la frontera sur de EE. UU. El candidato a secretario de Estado asegura que el régimen también permite la instalación de ejército ruso en Nicaragua.

20 "Quedamos desprotegidos": excarcelados políticos en **Guatemala** lanzan un SOS. Son más de 60 personas, entre excarcelados y sus familiares, quienes en dos semanas dejarán de recibir la asistencia económica y alojamiento por parte de Acnur.

21 Estados Unidos impone restricciones de visa a altos ejecutivos de agencias de viajes de Europa y Asia por facilitar migración irregular. Las agencias operan rutas, incluida Nicaragua, para mover migrantes de diferentes continentes hacia la frontera sur de Estados Unidos.

22 Urgen a Biden que rediseñe el **TPS** para proteger de la deportación a más de 400 mil migrantes, incluidos

nicaragüenses.

Solicitan al Gobierno de Joe Biden que "utilice todo el alcance del Poder Ejecutivo para cumplir su promesa de proteger a las familias" con la redesignación del TPS.



23 "Estuve dispuesto hasta dar la vida" por el pueblo de Nicaragua, confiesa **Monseñor Silvio Báez**. El obispo auxiliar de la Arquidiócesis de Managua celebró en el exilio sus 40 años de sacerdocio.

24 "Su eliminación inmediata deja en el aire a muchos". Nicaragüenses entre los afectados por el fin de **CBP One** y otras órdenes de Trump. Durante la investidura como el 47 Presidente de EE. UU., Donald Trump anunció la firma de una serie de órdenes ejecutivas contra la migración irregular.

25 El día que Trump cerró el programa que llevó a más de medio millón de migrantes, incluidos nicaragüenses, a EE. UU. El **parole humanitario** fue una vía para que miles de migrantes viajaran a EE. UU. de forma legal para vivir y trabajar por dos años. Donald Trump no debe elaborar ningún reglamento, simplemente promulgó el fin del parole.

26 40 mil jóvenes se quedaron **sin educación universitaria** por medidas aplicadas por el régimen Ortega Murillo. Los jóvenes en el exilio también enfrentan barreras para acceder a la educación superior, según revelan investigaciones presentadas por Cetcam e IPEN.

27 Europea a ampliar sanciones contra el régimen Ortega Murillo. La **eurodiputada Diana Riba i Giner** instó a la Unión Europea a evaluar la efectividad de las sanciones implementadas contra el régimen.

28 UNAN Managua, la encargada del adoctrinamiento político a docentes. Los maestros son obligados a cursar el diplomado "Transformaciones evolucionarias: en 45 años de luz", diseñado para exaltar la figura de Ortega y Murillo.

29 **Washington** emite advertencia de viaje por riesgo de detención en Nicaragua y ocho países más. Las autoridades estadounidenses instan a sus ciudadanos a tomar precauciones y considerar seriamente los riesgos antes de viajar a estas naciones.

30 Sebastián Gómez es el futbolista nicaragüense que está a un paso de la MLS y espera un llamado del Fantasma Figueroa. El volante de 18 años se encuentra realizando pretemporada en España donde terminará de convencer al cuerpo técnico para ser tomado en cuenta la venidera temporada.

31 EE. UU. busca sacar a Nicaragua del DR-Cafta: "No nos interesa como socio comercial". La visita de **Marco Rubio** a Costa Rica incluirá pláticas sobre la migración nicaragüense al vecino país y cómo retirar a Nicaragua del acuerdo comercial sin afectar a los otros países.

Cortesía: La Prensa. 100% Noticias. 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. Sugerencias, escribanos a: EditorGeneral@NicasNews.com



CALIFORNIA LIVER RESEARCH INSTITUTE



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 305
Pasadena, CA 91105

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



Hepatologist and Medical Director of the Pasadena Liver Center

(Especialista en Tratamiento e Investigación de Enfermedades del Hígado)

Affiliations Cedars Sinai.

Education

Fellowship, Hepatology, University of Southern California Liver Unit, Rancho Los Amigos Medical Center Residency, Internal Medicine, White Memorial Medical Center Chief Resident, White Memorial Medical Center Medical Degree, University of Southern California Keck School of Medicine Post Baccalaureate Program, University of California, San Diego Bachelor of Science, Biochemistry, University of California, Los Angeles.

Dr. Mena is a Hepatologist in practice for 15 years. His passion in diseases of the liver which include: Abnormal liver enzymes, Hepatitis B and C, Fatty liver, Cirrhosis and Liver Cancer. The growing epidemic in the Latino community is fatty liver. This is the result of weight gain, diabetes, cholesterol and high blood pressure.

Fatty liver will be the number one cause of cirrhosis in the future. In our office, we have the capability of staging one's liver disease without the need for a liver biopsy. This technology is used with a device known as a Fibroscan. This is noninvasive and highly accurate.

Dr. Mena speaks both English and Spanish and is proud to consider himself a Nicaraguan-American.

301 South Fair Oaks, Ste 305
Pasadena, CA 91105

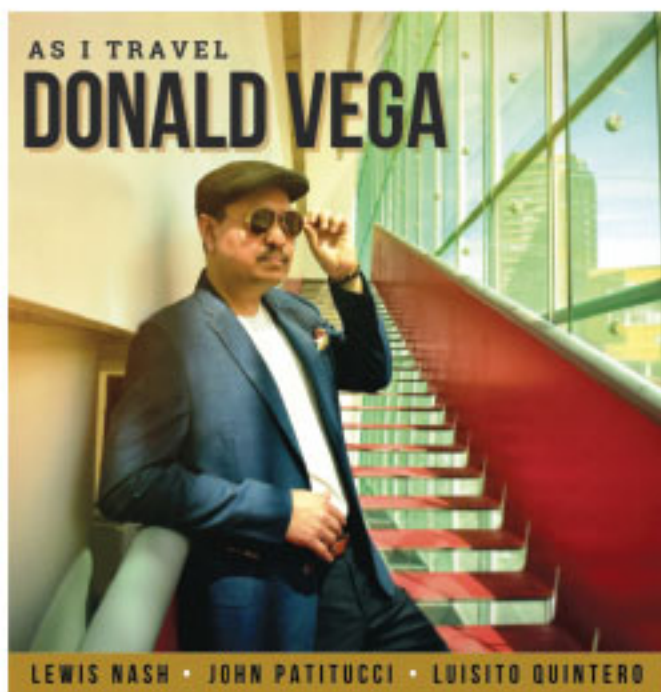
Office: 626-440-7325





Donald Vega Gutiérrez

GRAMMY Awards Nominee



Celebrated pianist and composer **Donald Vega** receives a **GRAMMY®** nomination in the category of **Best Latin Jazz Album** for his 2023 recording of *As I Travel*, an autobiographical suite of compositions inspired by his journey to the United States from his native Nicaragua, and the people and experiences that shaped him along the way.

67th Grammy Awards

What an incredible weekend!

Thank you all for your encouragement this past weekend! While I did not win a Grammy this year, I did have an incredible time at the Awards!

I had the opportunity to network with artists and producers from all genres and walks of life, each bringing their unique artistry and passion to the room. The atmosphere at every event was electric with creativity.

It was a powerful reminder that music is an expression of our individual journeys, capable of uplifting, moving, and transforming us beyond the limits of language. My wife and I attended recording academy parties, the Nominee Reception and Gala, walked the red carpet, and, of course, attended the

Awards Ceremony. It was incredibly unifying to witness artists coming together in a collaborative and inviting space, celebrating one another's artistry and the boundless possibilities that music creates.

It was also a wonderful reminder that, beyond the pop stars of today, there are thousands upon thousands of music creators in the industry, leaving their mark on society, and positively impacting the world around us with the work they do. I am blessed to be counted among them, and am already looking ahead to the next project!

Thank you for believing in my music!

Big Hugs,
Donald

Mini Bio

Donald Vega is a Nicaraguan-born American jazz pianist and music composer.

Vega was born in **Masaya, Nicaragua**, a town well known for its handicrafts. He fled the country at the age of 15, arriving in Los Angeles in 1989. Vega attended high school at **Crenshaw High School**.

Donald Vega was trained classically in piano in his native Nicaragua. He found a musical home with the **Colburn School of Performing Arts (CSPA)**. He



began his studies there in classical piano with Teresa de Jong Pombo and Dr. Louis Lepley. Vega began learning the language of jazz from mentor Billy Higgins at The World Stage and continued at CSPA with Jeffrey Lavner, then later with bassist John Clayton at the University of Southern California. During his time in Los Angeles Donald was mentored by and performed with the celebrated conguero Francisco Aguabella as well as notable bassist Al McKibbon. He went on to graduate from **Manhattan School of Music and The Juilliard School** where he studied with piano great Kenny Barron, Phil Markowitz and Gary Dial.

Vega currently performs internationally as the pianist for world renowned bassist **Ron Carter's Golden Striker Trio** with whom he has recorded several albums. Mr. Vega is also a professor at **The Juilliard School and Hofstra University** and sits on the board of **BackCountry Jazz**, a non-profit organization which provides music education programs and performances to underprivileged youth.

Vega's debut album, *Tomorrows*, was released in 2008 to rave reviews. Donald recently released his latest album, *As I Travel*, with **Lewis Nash** on drums and **John Patitucci** on bass and featuring **Luisito Quintero** on percussion. Downbeat called it a "recording with high-caliber vision and carefully crafted compositions..." and All About Jazz called it a "captivating musical memoir".

As I Travel
Grammy nominated for Best Latin Jazz Album.

As I Travel depicts poignant moments in the personal journey of Donald Vega beginning from his hometown in Masaya, Nicaragua through his worldwide travels performing as an established artist. Mr. Vega illustrates this emotional journey, leaving his home country due to civil war and entering America as an



undocumented immigrant through a mix of original compositions. The album continues with a joyful exploration of Mr. Vega's move to NYC, an ultimate stepping stone leading to worldwide performances. This album takes listeners on a musical journey full of melodic harmonies, symphonic rhythms and latin swing that is sure to leave them blown away and wanting more.

Credits:
Released October 27, 2023
Donald Vega - piano
Lewis Nash - Drums
John Patitucci - Bass
Luisito Quintero - percussion

"Always and everywhere melody and harmony is held together by rippling, tumbling rhythms, clearly embedded in body and soul with which Mr Vega leans into his music."
- Raul Da Gama, Latin Jazz Net

Next Event:
February 22 @ 7pm & 9pm | The Nash, Phoenix AZ
Ron Carter, Lewis Nash, Donald Vega

Contact:
Imagery Records - Laura Vega
562-544-0803
www.DonaldVega.com

FB: @donaldvegamusic
IN: @donaldvegamusic
X: @donaldvegajazz

More Information:
www.NicaraguensesEnElExterior.com

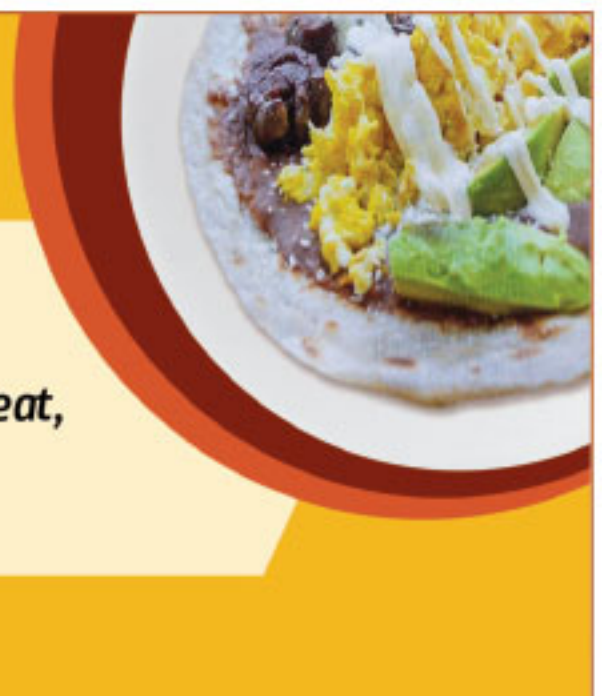


VISIT US:
www.RestaurantesHondurenos.com

THE MOST TRADITIONAL DISHES

- **Baleadas** (The basic style is a flour tortilla, folded and filled with refried beans and queso fresco or sour cream (crema). Roasted meat, avocado, plantains or scrambled eggs may be added)
- **Sopa De Caracol** (Conch Soup)

RESTAURANTES de NUESTRA COMUNIDAD



DIRECTORIO DE PREPARADORES DE IMPUESTOS DE NUESTRA COMUNIDAD 2025

www.Directorio.tax INCOME TAXES

C. CASTRO & ASSOCIATES

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

CENTRO DE AVANCE HISPANO

Marco Tulio Meza
4230 Mission St.
San Francisco, CA 94112
(415) 713-5648
www.AvancheHispano.net
mtmeza2020@gmail.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
555 North D St., Ste. 140
San Bernardino, CA 92401
(909) 453-0792
ifigueroa_1999@yahoo.com

GUERRERO SERVICE CENTER CORP.

Armando Guerrero
3622 Slauson Ave., Space B
Maywood, CA 90270
(323) 773-8615 | (323) 773-8642
www.Guerrero.tax
info@Guerrero.tax

MARTIN INSURANCE

Martin Solórzano
7576 Sterling Ave., Suite J
San Bernardino, CA 92410
(909) 885-2878

MORA SERVICES

Alexander Mora
835 W. 102th St
Los Angeles, CA 90044
(310) 597-5588
alexamora123@hotmail.com

OFICINA LATINA MULTISERVICIOS

Junior Robles
3271 W. Pico Blvd.
Los Angeles, CA 90019
(323) 730-1764 | (213) 257-6893 Cell
junior_robles3181@yahoo.com

OROZCO PROFESSIONAL SERVICES

Contabilidad, Divorcios, Inmigración
Seguros de Auto
5707 Atlantic Blvd,
Maywood, CA 90270
(323) 581-7222 | (562) 964-7491 Cell
www.AnthonyOrozco.com

OROZCO TRAVEL Inmigración, Income Tax Matrimonio, Notario Público

5147 Gage Ave
Bell, CA 90201
(323) 773-9948 | (323) 771-1412

PROFESSIONAL SERVICES

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

PROFESSIONAL SERVICE CENTER - RAPID TAX REFUND

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

ROJAS MULTISERVICES

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

ROMERO PROFESSIONAL SERVICES

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

UNION HISPANA

Félix M. Torres & Eduardo A. Torres
1701 S. Vermont Ave., Suite A
Los Angeles, CA 90006
(213) 247-3922 | (310) 774-1261 Cells
(323) 373-4941 Office
towerson22@gmail.com



¡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: Publicidad@Directorio.tax - www.DominiosPropios.com

Tels: (800) 378-5717 • (626) 806-2938 • (626) 789-8909

Sociales de Nicas en el Exterior



Los Chiles, COSTA RICA Al Barro Foundation

Part 2 of 3rd Drop Off In Costa Rica:
On Saturday, February 1, 2025, we from the Al Barro Foundation had the privilege of visiting El Pavón, Los Chiles, Costa Rica.

After a scenic 3-hour drive, we arrived at this beautiful place filled with amazing people. Thanks to our generous sponsors, we were able to bring joy with presents for the community. A heartfelt thank you to Zoila and Oscar for providing 27 food baskets for the families in need.



This is the 3rd location in Costa Rica!! All 76 kids and their families were served! A very special thank you to Oskar Guido and Zoila Elisa Pasos for blessing the families with food baskets! And Marissa Vargas and Dallains Karim for going out to serve! And our team out in CR Hellen & Yoli!

And most importantly, A VERY SPECIAL THANK YOU TO ALL OUR DONORS for our Costa Rica kids!

@shakira Barrera - Cristina Farrut - @Stephanie Quintero - Tania Gonzalez - @Darrel Johnson - Martin Ayala - @val wolf - Ivy Flores - @rey Flores - Rafael Martinez - Centi Nela - @tere acuna - Amanda Portobanco - Luis Lagos - @arlene Malespine - Karla Vanessa Morales - @laura Quintero - @cynthia cervantes - Al Barro Foundation - Zeynab Jabali - Maria Eugenia Flores - Maria Gomez - Hellen Rodriguez Segura - Yorleny JS

Un saludo muy especial a nuestros lectores cumpleañeros del mes.

Cumpleaños en el Mes de Febrero

www.NicasNews.com/cumpleanos

- 1 - SILIMA ULLOA CERDA • AZUCENA PAIZ - MAGALLY MARTINEZ - JOCELYN MENDIETA GINA VARGAS
- 2 - PADRE EDWING HERIBERTO ROMÁN CALDERÓN - DESIREE IRSCHITZ-PEREIRA • MIGUEL ROMERO - FABIOLA PASTRAN RAMOS - FRANCISCO J. RECALDE
- 3 - ROBERTO D'ANDREA - RAUL JARQUIN ARGUELLO - NICOLAS VEGA - EVELYN ZAMORA
- 4 - CECILIA ROBLETO - NOEL MARTIN SEVILLA SIERO
- 5 - RICARDO J. TERAN S. - CECILIA MARQUINA - RAYSA CUADRA SING
- 6 - DEYRA "LIZZ" CORRALES - RICARDO J. TERAN - DINA JOSEPH HODGSON MARIAMANDA LACAYO UBAU
- 7 - NAJOI JABALI - PIQUIN SANCHEZ WOLF - GERARDO HERNANDEZ CARVAJAL RICARDO J. PEREZ - J. MEDARDO ESPINOZA - FERNANDO VALLE CENTENO
- 8 - MARIA NELLY RIVAS - VITTORIA PEÑALBA - EMMY TOVAR - ERICK BENDAÑA DOUGLAS ALEMÁN - MIKE ALMADA - OSCAR MIRANDA - RIGO SOTO
- 9 - ALEJANDRO G. DAVILA RUEDA - ROMEO A. ESCOBAR
- 10 - SANDRA OSORNO - ALANA CARSTENS - JEANET SANDIGO ALEMAN
- 11 - DAISY LARIOS - ALEXANDER SERRANO TAPIA - EDVIN JAVIER BOZA JIMENEZ
- 12 - JIMMY MOLINA Z.
- 13 - SILDA DUARTE - LIA MARTINEZ
- 14 - ALCIDES GUTIERREZ - BRAXIS ALVAREZ OCHOMOGO - ERICK MARIN - MIGUEL VAZQUEZ RONALD PELAYO PORTA - JAVIER ANTONIO BAEZ MAYORGA - ALVARO TIGERINO

- MARICELA HERRERA - EDUARDO ARROYO - ZACHARY MURILLO H.
- 15 - RAUL J. BENDAÑA - JORGE FIDEL CASTRO - MARITZA RIVAS - FRANCISCO JIMENEZ
- 16 - REX CHANG - CAROLINA MALLON - NELA BARQUERO - JORGE ALBERTO PEREZ MENDEZ
- 17 - SUHEY CASTILLO - ADOLFO QUINTERO - EDMUNDO PORTA NUÑEZ MARTHA M. DOMINGUEZ ROSTRAN - ARACELYS ROBLETO AGUILAR - JOSE E. ALFARO
- 18 - ANDREW ORTEGARAY - RAUL MARENCO MAYORGA - EDMUNDO DELGADILLO CUADRA JUSTO HERNANDEZ MONTOYA - DONALD AVILES
- 19 - LUIS ENRIQUE MEJIA GODOY - JULIO MOLINA - CARLOS M. MANTICA AVIL RAMIREZ VALDIVIA - MARU MANFUT - RUDDY HERNALDO YBARRA SANCHEZ YOLANDA MEDINA - AMELIDA IRLANDIA ROSET - LEONCIO VELASQUEZ
- 20 - CRISTIANA FRIXIONE MENDOZA - DIANA CAROLINA MARIN OCAMPO
- 21 - MARIA EUGENIA ABARCA RIVAS - LARISA MAKSIMADZHI - ROXANA ENRIQUEZ ESPINOZA ROGER A. CRUZ - ERIK LEIVA - MARTHA VAUGHAN - NORA SOLIS M.
- 22 - CAROLINA BRIONES - CARLOS ALFARO LEON - RAQUEL SALGADO - EBER HUEZO
- 23 - LILIA P. MONTENEGRO - SILVIA PORTA - LIDIA SANCHEZ - LIDIA MELISSA PARRALES AUGUSTO FLORA CASTILLO - BEATRIZ FONSECA - FRAN MENDOZA
- 24 - RAMIRO LACAYO DESHONS - OSCAR J. GUERRA - REGINA HURTADO DE ARANA - INES ALLEN ARACELI MEJIA - GUILLERMO ROTHSCHUH - EDGARD ANTONIO GUERRA
- 25 - CARLOS EDUARDO MEJIA LAGOS - JOSE ANTONIO BONILLA - HUGO MERIDA - IRELLA PEREZ SANDRA CABEZAS
- 26 - NORMA BARRIOS DE LARREA - MARTHA LIGIA URBINA LUNA
- 27 - MARIA JACKELINE RAMIREZ ROBLES - REYNA NUÑEZ BOZA
- 28 - ROGER A. MARTINEZ BEJARANO - RUDDY BRAVO - SERGE GAVINET JOSE ORLANDO LOVO PEREZ - DAGOBERTO RAMOS

NOTA: La inclusión de los eventos sociales de nicaragüenses en el mundo es totalmente GRATIS, solo tiene que escribirnos y mandar la información a: Red@NicasNews.com o llamar a: 626.789.8909. Estamos uniendo comunidades, será un placer complacerles. Si usted desea ser removido o hacer un cambio en el listado, por favor contáctenos para ayudarles.

Conversando con el Dr. Edward Mena, M.D.

Por Tito Lagos-Bassett



Generalmente suelo entrevistar a personajes de la comunidad que se han logrado destacar por su dedicación, estudios, y desempeño, y se han convertido en ejemplos a seguir por sus significativos éxitos.

En esta ocasión en particular me tocó tener de invitado a mi amigo y destacado **Dr. Edward Mena, M.D.**, es Director Médico del “**Pasadena Liver Center**” (organización sin fines de lucro) que se encarga de hacer tratamiento multidisciplinario, y fundador del “**California Liver Research Institute**”, una organización dedicada al avance de los tratamientos y curas para enfermedades hepáticas, recientemente recibió el “Premio al Liderazgo Visionario” por la “**Liver Health Foundation**”.

Pues bien, ese es en breves palabras mi amigo Dr. Mena y podría seguir escribiendo sobre los avances científicos en los que ha dirigido o ha estado involucrado.

Y era precisamente de su desempeño profesional del que quería que nos hiciera referencia. Pero algo sucedió, algo muy significativo que nos hizo cambiar de raíz el tema de la conversación.

Me comenzó a contar como a través de “ciertas señales” fue interpretando que debía hacer un giro en su vida, la cual estaba viviendo momentos de turbulencia emocional a causa de la separación de su esposa Sophia y que le estaba ocasionando una lucha interior llena de desafíos nunca antes experimentados.

“Y la decisión fue tomada, iba a cambiar el espacio de tiempo que tenía reservado para asistir a la boda de una amiga en Francia, y en cambio me aventuré a vivir el Camino de Santiago de Compostela”.

“Fue la decisión más importante que he tomado en mi vida y la que más beneficio me ha dado. Fue una experiencia que yo recomiendo para todo aquel que necesite encontrarse consigo mismo y ahondarse en su ser interior”.

“Fueron seis días de recorrido de 16 millas diarias, donde mis pensamientos, la soledad y el silencio eran los únicos ingredientes que tenían esas horas de intensa reflexión sobre el objetivo de mi vida y el compromiso de encontrar sentido a mi carrera y mi vida integral. La presencia de tantas personas con diferentes culturas, razas y educación que habían viajado desde todos los extremos de la tierra para venir a encontrar paz, sosiego y el amor del Creador fue algo que me dio un aliento de esperanza”.

“Cada día lo terminábamos con una misa de agradecimiento donde poníamos todo nuestro ser al servicio de la voluntad del Señor, y al amanecer del día siguiente lo disfrutábamos con una especial vivencia de los espectaculares paisajes que formaban parte de esa reconfortante

peregrinación”.

“De verdad Tito que se me hace imposible describirte todos los momentos gloriosos de estarte encontrando y redescubriendo toda tu vida”.

“Bueno y una cosa lleva a la otra, a raíz de esa experiencia espiritual tomé la decisión de asistir a terapia mental, algo que nunca creí llegar a tener la necesidad de hacer por aquel sentimiento que yo soy “macho” nicaragüense y creer saber todo lo relativo a sobre llevar las cargas de la familia y ser el duro y el fuerte en los sentimientos”.

Dios ya había hecho su obra en mi y desde entonces no me pierdo cada semana mi sesión de Terapia Mental”. Dr. Edward Mena

Aquí les dejo este par de notas. VALE.

NOTA 1: El Camino de Santiago de Compostela, también conocido simplemente como el Camino de Santiago, es una red de antiguas rutas de peregrinación que convergen en la catedral de Santiago de Compostela, en Galicia, en el noroeste de España. La catedral es el lugar donde se dice que están enterrados los restos del apóstol Santiago el Mayor.

Los peregrinos caminan por el **Camino de Santiago** por muchas razones: religiosas, espirituales, culturales o simplemente por la aventura y el desafío físico. A lo largo de las rutas, encontrarás albergues y refugios donde los peregrinos pueden descansar, así como numerosos monumentos históricos y culturales. Al llegar a la catedral, muchos peregrinos participan en la misa del peregrino y obtienen la “**Compostela**,” un certificado que confirma que han completado el camino.

NOTA 2: La terapia mental, o terapia psicológica, es un proceso en el que un profesional de la salud mental, como un psicólogo o un psiquiatra, trabaja contigo para ayudarte a comprender y gestionar tus emociones, pensamientos y comportamientos. El objetivo es mejorar la salud mental y el bienestar general de ti como persona.

La terapia mental puede ser útil para tratar una amplia gama de problemas, desde ansiedad y



depresión hasta problemas de relación y estrés postraumático.

Superar un divorcio puede ser especialmente difícil. Aquí tienes algunos consejos que pueden ayudarte a sanar y a seguir adelante:

1. ****Permítete sentir**** Es normal experimentar una montaña rusa de emociones. No te reprimas; permítete sentir tristeza, ira, confusión y hasta amor.
2. ****Busca apoyo**** Habla con amigos, familiares o un terapeuta. Compartir tus sentimientos con alguien de confianza puede ser muy liberador.
3. ****Céntrate en ti mismo**** Usa este tiempo para redescubrirte. Haz cosas que disfrutes y que te hagan sentir bien contigo mismo. Considera retomar hobbies antiguos o probar algo nuevo.
4. ****Establece límites claros**** Si tienes contacto con tu ex pareja, establece límites claros para proteger tu bienestar emocional.
5. ****Cuida tu salud física**** Mantén una rutina de ejercicio, come de manera saludable y asegúrate de dormir lo suficiente. Cuidar de tu cuerpo puede tener un impacto positivo en tu salud mental.
6. ****Considera la terapia**** Un profesional de la salud mental puede ayudarte a procesar tus emociones y a desarrollar estrategias para superar el trauma.
7. ****Acepta el proceso**** La sanación lleva tiempo. Sé paciente contigo mismo y acepta que habrá días buenos y malos.
8. ****Evita el aislamiento**** Trata de mantenerte conectado con otras personas, incluso si solo es para actividades casuales. La conexión social es importante para el bienestar emocional.
9. ****Practica el autocuidado**** Dedica tiempo a actividades que te relajen y te hagan sentir bien, como leer, meditar, hacer yoga o escuchar música.
10. ****Mantén una perspectiva positiva**** Aunque ahora pueda parecer difícil, recuerda que esta situación es temporal. Con el tiempo y el esfuerzo,

Muchas gracias Edward, y hasta la próxima! ♦





Guatemaltecos En El Exterior

www.GuatemaltecosEnElExterior.com

Programa Mi Primera Casa ha recibido más de 25 mil llamadas de guatemaltecos interesados

Autoridades del **Crédito Hipotecario Nacional (CHN)**, informaron que ya fueron recibidas más de 25 mil llamadas de guatemaltecos interesados en el programa **Mi Primera Casa**.

“Con este fondo se está trabajando para apoyar a las familias guatemaltecas en la compra de su primera casa. A la fecha se han llenado 11 mil formularios, de los cuales el CHN ya clasificó 9 mil 717 que cumplen con los requisitos” expresó **Mario Silva presidente del CHN**.

A la fecha, el CHN recibió por la vía telefónica 25 mil 936 llamadas para consultar sobre el programa y sus requisitos al CHN.

Intención de compra

El presidente del CHN indicó que, de los 11 mil formularios recibidos, 3 mil 9 tienen una intención de compra.

Lo que buscan es adquirir una segunda casa, una casa usada o construir su propia casa en un terreno, especialmente en el interior del país.

Asimismo, el CHN indicó que actualmente se encuentran en proceso:



-56 expedientes entregados con documentación pendiente

-60 expedientes completos en espera de resguardo

-15 expedientes de etapa de escrituración

-7 con registro de hipoteca

-4 créditos desembolsados

En total son 142 casos en proceso por parte de personal de CHN.

Sobre el programa

Dicho programa busca facilitar el acceso a viviendas dignas para familias que aún no poseen una. Este proyecto forma parte de una estrategia integral para mejorar las condiciones de vida y promover el desarrollo habitacional en el país.

Con un fondo inicial de **500 millones de quetzales**, el programa está dirigido a personas cuyos ingresos oscilen entre dos y cuatro salarios mínimos.

Inicialmente, se asignaron 500 millones de quetzales, pero se anunció una ampliación de 250 millones de quetzales, alcanzando un total de **750 millones de quetzales** para el ejercicio fiscal de 2024.

La iniciativa tiene como objetivo beneficiar a más de 5 mil 30 guatemaltecos mediante el financiamiento de más de mil 258 viviendas de bajo costo.

Los requisitos

Para aplicar al programa Mi Primera Casa, los interesados deben cumplir con ciertos requisitos específicos:

- Los ingresos no deben ser mayores a 15 mil quetzales.
- El valor del bien inmueble no puede exceder los 617 mil quetzales.
- Carencia de bienes inmuebles.
- Capacidad de pago individual o en núcleo familiar.

- Calificar bajo las disposiciones del Reglamento de Crédito Mi Primera Casa y el Manual de Vivienda Social de FHA No. 204-2022.

- Tiene que ser un proyecto habitacional nuevo.

- El desarrollador debe trabajar con el Fondo de Hipotecas Aseguradas (FHA).

Pueden aplicar personas de cualquier parte del país, dependiendo de la ubicación de los proyectos habitacionales que trabajen con FHA y que financien vivienda con CHN.

Además, el reglamento del programa, basado en el Manual de Vivienda Social FHA No. 204-2022, detalla las disposiciones necesarias para aplicar al crédito.

Para más información ingresar a la página <https://miprimercasa.gob.gt/>

Cortesía: **El Metropolitano**

Más Información:

www.GuatemaltecosEnElExterior.com

Gastronomía Guatemalteca en Los Ángeles:

www.RestaurantesGuatemaltecos.com

EE. UU. Contribuirá en ampliación de dos Puertos, y construcción de nuevas carreteras

En su visita al Palacio Nacional de la Cultura, el **secretario de Estado de los Estados Unidos, Marco Rubio**, destacó el compromiso de su país con el desarrollo económico y logístico de **Guatemala**.

Durante la conferencia brindada, Rubio anunció la firma de una carta que consolida el apoyo del Departamento de Estado de EE. UU. a un ambicioso proyecto de infraestructura que promete abrir nuevas oportunidades para el país. Como resultado, se esperan beneficios en la vía aérea, marítima y terrestre, incluyendo el metro.

Uno de los acuerdos alcanzados en esta jornada fue la colaboración entre el **Gobierno de Guatemala y el Cuerpo de Ingenieros del Ejército de los EE. UU.** para la planificación preliminar de la expansión de dos puertos estratégicos. Además de la

modernización portuaria, el proyecto incluye la construcción de nuevas carreteras y vías férreas que facilitarán la conectividad y potenciarán el comercio en la región.

“Me alegra mucho poder firmar esta carta de apoyo a todo lo que podemos hacer, pero específicamente a la oportunidad que existe de que el **Cuerpo de Ingenieros del Ejército de Estados Unidos** trabaje junto a su gobierno para crear los planes necesarios que permitan desarrollar puertos modernos y toda la infraestructura esencial para una economía en crecimiento”

indicó Rubio

Un vínculo de 176 años fortalecido

Las relaciones diplomáticas entre Guatemala y Estados Unidos se han mantenido durante



176 años. Esta visita refuerza la intención de ambos países de seguir trabajando en conjunto. El encuentro entre el secretario de Estado y el **presidente Bernardo Arévalo** confirmó la voluntad mutua de continuar con estas iniciativas que fomentan el crecimiento y la estabilidad en la nación centroamericana.

El compromiso de EE. UU. con Guatemala en este tipo de proyectos refleja la importancia de la cooperación bilateral para impulsar el desarrollo económico, así como para mejorar la calidad de vida de los

guatemaltecos. Con esta alianza estratégica, el país se encamina hacia una infraestructura más sólida y eficiente, abriendo las puertas a nuevas inversiones y oportunidades comerciales.

La visita de Marco Rubio marca un nuevo capítulo en la relación entre ambas naciones. Y con ello, el respaldo de Estados Unidos en la construcción de un futuro próspero para Guatemala.

Cortesía: **El Metropolitano** / Texto: **Lincy Rodríguez**

Más Información:

www.GuatemaltecosEnElExterior.com

Gastronomía Guatemalteca en Los Ángeles:

www.RestaurantesGuatemaltecos.com

WWW.RESTAURANTES.LA

CALIFORNIA

VISIT US:

www.RestaurantesGuatemaltecos.com

THE MOST TRADITIONAL DISHES

- Pepián de pollo (Chicken Stew)
- Kak'ik (Turkey Soup)
- Chiles rellenos (Stuffed Chile Peppers)

RESTAURANTES de NUESTRA COMUNIDAD



Lewis
Photographer / Creative

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

IG: @Lost_in_LA

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

MARIACHI Latino.COM
A SU DISPOSICION PARA TODO EVENTO



Jose Cervantes

323.261.7858 213.505.6238 323.868.3181

Guerrero Service Center Corporation



Since 1988
ARMANDO & KARINNA GUERRERO, M.B.A.
ACCOUNTANT

Accounting • Payroll • Bookkeeping
Income Tax • Notary Public

We specialize in Small Business,
Corporations, Partnerships, Audits,
Small Business Advisor

guerreroservicecenter222@gmail.com

3622 Slauson Ave. SPC. B, Maywood, CA 90270

(323) 773-8615 • (323) 773-8642 • www.Guerrero.Tax

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

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

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

FIGUEROA INSURANCE SERVICE
Preparador de Taxes Cert. por IRS

IVAN FIGUEROA
Su Agente de Bienes Raíces en RIVERSIDE
(909) 453-0792

ifigueroa_1999@yahoo.com • 555 North D St., Ste. 140, San Bernardino, CA 92401




La Adelita Food Co.

Solicita Panadero con experiencia en pan Nicaragüense.
Llenar la aplicación y entrevista en:
1287 S. Union Ave., Los Angeles, CA 90015



FUNERARIA GROMAN INC.

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

**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

ANÚNCIESE CON NOSOTROS: California, USA: (626) 789-8909 • Florida, USA: (305) 389-1524 • Publicidad@NicasNews.com



Comité promoverá dos rutas turísticas en zona del volcán Chaparrastique

El Ministerio de Turismo, la alcaldía de San Miguel Oeste, emprendedores e inversionistas conformaron el Comité de Desarrollo Turístico del municipio, con el objetivo de desarrollar dos rutas turísticas: **el Cinturón de Fuego (por zonas seguras del volcán Chaparrastique)** y **la Ruta del Café (por los cafetales)**.

Como presidente del comité fue nombrado el empresario migueleño **Raúl Rodríguez**.

El comité jugará un papel importante en la promoción de los atractivos naturales, culturales y gastronómicos del municipio, beneficiando a todos los habitantes de la zona y contribuyendo al crecimiento económico.

«Vamos a empezar a trabajar la zona, tiene mucho potencial y yo creo que casi toda la gente acá estaba esperando que se formara un comité y que empezara



a trabajar por el turismo de la zona», dijo el presidente del comité, quien es propietario de una finca en el sector del volcán Chaparrastique.

Cada empresario ya cuenta con un plan de negocios que busca poner en marcha.

«Nosotros tenemos nuestros planes, cada uno en

sus proyectos, pero aquí los vamos a unificar y vamos a empezar a trabajar juntos para que la cosa vaya creciendo y vaya beneficiando a más gente, que todo el municipio se beneficie específicamente con el tema del turismo», agregó Rodríguez.

La alcaldía de San Miguel Oeste ha programado una segunda reunión para conocer a detalle los planes de desarrollo que tiene previstos para el sector.

Cortesía: **Diario El Salvador**

Más Información:

www.SalvadorenosEnElExterior.com

Gastronomía Salvadoreña en Los Ángeles:
www.RestaurantesSalvadorenos.com

Inicia en El Salvador el primer Encuentro de Ciudades Metropolitanas de C. A.

Se comparten conocimientos y se promueve la cooperación. Participan alcaldes, funcionarios de Gobierno, multilaterales, inversionistas y cooperación internacional

San Salvador es la primera sede del **Encuentro de la Red de Ciudades Metropolitanas de Centroamérica y del Caribe (Capolis)**, un evento que tiene el propósito de conocer los desafíos comunes y, a partir de la experiencia, encontrar soluciones eficaces de gobernanza.

«El Encuentro de Ciudades Metropolitanas es un espacio para planificar el futuro de nuestras ciudades. Con trabajo conjunto y estrategias bien definidas estamos escribiendo una nueva historia para nuestras metrópolis», destacó el alcalde de San Salvador Centro, **Mario Durán**, al inaugurar ayer el evento.

En el encuentro regional participan funcionarios municipales, como los alcaldes de Honduras, Panamá y República Dominicana, autoridades de Gobierno, representantes de multilaterales como el Banco Interamericano de Desarrollo (BID), inversionistas y representantes de la cooperación internacional.



La vicecanciller de la república, **Adriana Mira**, mencionó que este evento representa «un espacio de diálogo importante y permanente para intercambiar experiencias entre las autoridades metropolitanas que promueven la integración a nivel local, con el objetivo de fortalecer la gestión de nuestras ciudades y territorios en beneficio de la población».

La primera jornada del evento se dividió en varios capítulos, con ponencias sobre temas de relevancia, y el primero versó sobre el Gobierno Central y el **Área Metropolitana de San Salvador (AMSS)**.

«Hemos iniciado este evento regional hablando sobre

la integración de la visión del Gobierno Central bajo el enfoque de inversión y economía, integrados el sector público y privado, buscando la eficiencia y la planificación en ambos sectores, y los resultados hasta hoy», indicó el director ejecutivo de la **Oficina de Planificación del AMSS (Opamss)**, **Luis Rodríguez**.

Una de las invitadas especiales es **María Peix**, jefa de Cooperación Internacional del Área Metropolitana de Barcelona, España, quien explicó que la relevancia de mejorar las ciudades metropolitanas radica en que son las más habitadas a escala mundial, y desde ahí se generen soluciones y apoyos importantes a los municipios aledaños.

«Muchas veces los retos urbanos son retos metropolitanos, y se necesitan estas soluciones; y en este espacio se reflexionará al respecto», indicó Peix.

Cortesía: **Diario El Salvador**

Más Información:

www.SalvadorenosEnElExterior.com

Gastronomía Salvadoreña en Los Ángeles:
www.RestaurantesSalvadorenos.com

WWW.RESTAURANTES.LA

CALIFORNIA

VISIT US:

www.RestaurantesSalvadorenos.com

THE MOST TRADITIONAL DISHES

- Pupusas (Stuffed Flatbread) Queso... Calabaza, Chicharrón, Chorizo, Espinaca, Frijoles, Loroco, Pollo, Revueltas, Vegetariana y más...
- Sopa de Gallina India (Free-range Chicken Soup)

RESTAURANTES de NUESTRA COMUNIDAD



Hondureños En El Exterior
www.HondurenosEnElExterior.com

Gobierno ofrece becas en España para universitarios hondureños

Los hondureños deben cumplir una serie de requisitos para aplicar a la maestría en diferentes universidades de España para este 2025

El Gobierno de Honduras, a través de la Secretaría de Desarrollo Social (Sedesol) y en colaboración con la Fundación Carolina, ha lanzado la primera convocatoria de becas para estudios de posgrado en España.

Esta iniciativa busca fortalecer la formación académica de profesionales hondureños en diversas áreas del conocimiento.

La convocatoria está dirigida a 13 programas académicos impartidos en prestigiosas universidades españolas, entre ellas la Universidad Complutense de Madrid, la Universidad de Alicante, la Universidad de Cádiz, la Universidad de Cantabria y la Universidad Pública de Navarra.



Según informó Sedesol, el número de becas disponibles es limitado, por lo que es fundamental que los postulantes cumplan con los criterios de selección establecidos por el Programa Becas Solidarias y la Fundación Carolina.

Una vez cerrado el período de inscripción, ambas

instituciones validarán las solicitudes para elegir los beneficiarios.

Requisitos

Los interesados deben tener a mano solicitud de beca formulario socioeconómico, el Documento Nacional de Identidad (DNI), el título universitario, pasaporte completo y vigente, recibo de servicio público (Honduras) y una carta de motivación.

Las inscripciones estarán disponibles hasta el 12 de marzo del presente año.

Cortesía: El Heraldo

Más Información:

www.HondurenosEnElExterior.com

Gastronomía Hondureña en Los Ángeles:

www.RestaurantesHondurenos.com

Editorial Santillana se suma de nuevo a la Maratón del Saber con amor

Editorial Santillana, otra vez, dice presente a la Maratón del Saber para impulsar la educación en los niños más necesitados de Honduras.

Cientos de niños podrán escribir sus sueños e historias gracias a Editorial Santillana Honduras, que, como un fiel aliado, dijo presente por cuarta vez consecutiva en la Maratón del Saber 2025.



La semilla del conocimiento sembrada en los pequeños continuará germinando gracias al apoyo invaluable de corazones solidarios que donan libros a través de la campaña Maratón del Saber.

El brazo solidario de Editorial Santillana se hizo presente con 2,745 textos, que serán entregados directamente a los niños más necesitados de centros educativos del Distrito Central.

Aliados como Editorial Santillana Honduras hacen sus aportes con amor hacia la educación, porque reconocen la noble labor de este rotativo al entregar en las manos de un pequeño héroe un libro o un cuaderno nuevo.

Entre los libros donados destacan textos de Ciencias Sociales, Matemáticas, Español, entre otros materiales didácticos. Donaciones como estas entrelazan solidaridad y conocimiento, reforzando los sueños de los niños que con anhelo asisten a sus escuelas para aprender.

Los libros donados siguen construyendo sueños y marcando vidas en manos de los niños hondureños, ya que sus padres atraviesan momentos difíciles sin poder comprar un cuaderno.

Es por eso que Maratón del Saber, junto a fieles aliados como Editorial Santillana, apuesta por llevar un texto y un cuaderno a un pequeño héroe que escribe historias con esperanza.

Personas, empresas y organizaciones pueden realizar sus donaciones en las oficinas de EL HERALDO, ubicadas en la salida al sur, frente a Ferromax. Para más información, llamar al 9940-0221.

Cortesía: El Heraldo

Más Información:

www.HondurenosEnElExterior.com

Gastronomía Hondureña en Los Ángeles:

www.RestaurantesHondurenos.com

TA TRANSPORTES ATLANTIDA INC.
ENCOMIENDAS A CENTRO AMÉRICA Y MÉXICO

ENCOMIENDAS A:

México Guatemala Belize Honduras El Salvador Nicaragua



Llevamos toda clase de artículos y para su comodidad contamos con diferentes tamaños de cajas, las cuales puede adquirir ¡GRATIS!

LLEVAMOS TODO TIPO DE VEHÍCULOS



SALIDAS CADA SEMANA

2583 W. Pico Blvd.
Los Angeles, CA 90006

Tel. (213) 384-3371
Tel. (213) 741-9916
Tel. (909) 625-3069

TransportesAtlantida@yahoo.com

Chocheras del Abuelo

UNA HISTORIA DE AMOR...



Ennio Morricone fue un músico genial nacido el 10 de noviembre de 1928 en Roma, Italia. Desde muy niño la música se quedó a vivir en su alma y comenzó desde muy corta edad a tocar la trompeta. A los nuevos años ya había escrito su primera composición.

Su amor por la composición lo llevo a estudiar en la Academia Nacional Santa Cecilia de Roma y lo impulsó a dedicarse para siempre a la música. Lo hizo en la pobreza como en la riqueza en la certidumbre de su éxito como en la incertidumbre del mismo. Su obra como compositor y director de orquesta fue riquísima y extensa, abarcando muchos géneros. Su creatividad estuvo signada por su genialidad en la composición, por la variedad de motivos en todas sus obras, el diálogo armonioso que elaboró entre imagen y música y la grandiosidad de sus melodías fundamentadas en un profundo conocimiento del espíritu y en su inquebrantable humildad desde donde miró siempre al mundo y a las emociones que lo

rodearon.

Fueron innumerables los premios y reconocimientos que recibió a lo largo de su vida y fueron muchas sus composiciones. Serían imposibles de detallarlas en este breve homenaje.

A modo de ejemplo cito sólo algunas de sus obras más conocidas como *Cinema Paradiso*.

La Misión, Por un puñado de dólares, El feo, el malo y el bueno, Los intocables, El Oboe de Gabriel, La muerte tenía un precio, Hasta que llegó su hora, Un amigo... y mucho, mucho más.

Pero hay otra obra que realizó en su vida, su apasionante historia de amor...

La historia de amor de Ennio y María.

Conoció a su esposa María Travia en el año 1950 por medio de su hermana que fue quien los presentó. Pero según sus propias declaraciones lo que los vinculó emocionalmente fue un accidente de tránsito que sufrió María en el año 1950 y que la llevó a estar internada durante muchos días totalmente enyesada e inmovilizada. Ennio la cuidó todo el tiempo que ella estuvo en cama, inmóvil, esperando su recuperación. Al respecto Ennio evocó emocionado esos momentos diciendo:

"Así, día a día, gota a gota, hice que se enamorara de mí".

Se casaron en el año 1956 y permanecieron unidos terrenalmente 63 años.

A lo largo de ese tiempo formaron una hermosa familia y tuvieron cuatro hijos.

Mientras él escribía ella era su sostén, su musa, su consejera, su guía y así fue que juntos le dieron al mundo melodías llenas de belleza que hoy todos disfrutamos y tanto placer nos generan.

A los 91 años sabiendo de la proximidad de su partida (que se produjo el 6 de julio de 2020) escribió una emotiva carta de despedida con la que cierra su

maravillosa vida terrenal. Un mensaje, íntimo y profundo con el que nos enseña a honrar la vida, a despedirse con la grandeza y bondad de aquellos que sienten el dolor de los que quedarán y resultarán heridos a la hora del inevitable adiós.

La misiva de despedida es un reflejo de su obra y de sus emociones y con ella nos enseña como bendecir la amistad, los afectos, las relaciones que nos acompañan en la vida y nos confirma ante toda duda que el amor es cierto, ayer, hoy y siempre...

Su carta comienza diciendo:

"Yo, Ennio Morricone, he muerto. Lo anuncio así a todos los amigos que siempre me fueron cercanos y también a esos un poco lejanos que despidió con gran afecto".

Luego explica la razón de su carta:

"Solo hay una razón que me impulsa a saludar así a todos y a celebrar un funeral en privado... no quiero molestar".

En la epístola se despide emotivamente de sus hijos y nietos diciéndoles:

"Espero que entiendan cuánto los amaba".

Al final de la misma se despide de María, su amor, su sostén, su mañana terrenal y celestial, su inspiración, su musa fiel, su eterna compañera diciéndole:

"A ella renuevo el amor extraordinario que nos ha mantenido juntos y que lamento abandonar. Para ella es mi más doloroso adiós".

Ennio edificó su obra sobre el amor, amor a su familia, a sus amigos, a su esposa, a la música y a cada uno de sus días.

Gracias Maestro, Maestro de la música y de la vida, gracias María por la maravillosa obra que nos dejaron generosamente a todos nosotros...

Ennio Morricone - (2002) *La Misión* [Suite Orquestal].

Cortesía: Jai SanMar

Colaboración: www.Motivacion.info

¿Cómo celebras este Día del Amor y la Amistad?

San Valentín es el patrono de los enamorados desde la Edad Media, pero ¿cómo empezó todo?

El tiempo vuela.

Ya es Día de San Valentín o también conocido por el Día del Amor y la Amistad. Pero, ¿cuál es el origen de esta celebración?

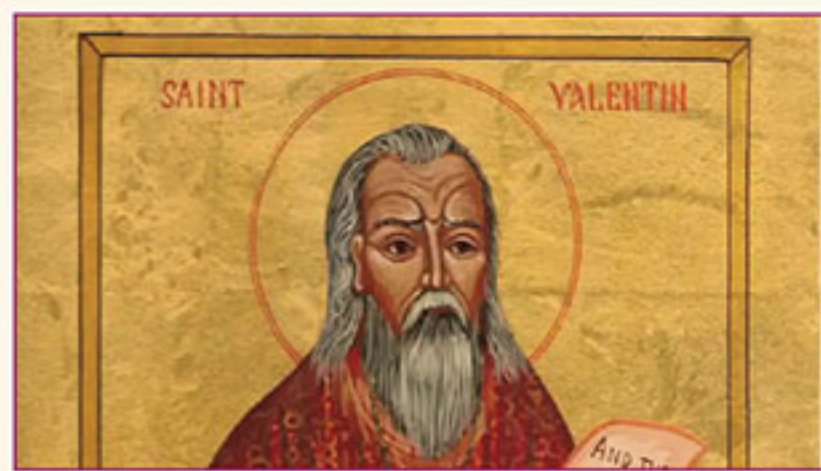
Definitivamente, amor es el sentimiento que mueve al mundo y hoy es ese día en el que se demuestra con detalles especiales cuánto se quiere a la pareja, a los amigos, a la familia.

Todo empezó porque la iglesia Católica fomentó esta celebración para que el cristianismo se fortaleciera a diferencia de las fiestas paganas que el Imperio Romano realizaba.

¿Quién era San Valentín?

Hoy en día es llamado "el patrono de los enamorados".

Según cuenta la leyenda y la tradición, que durante la persecución de los cristianos, este sacerdote se arriesgaba para unir a las parejas en matrimonio. Estas ceremonias matrimoniales se hacían en secreto



porque los romanos prohibían a los soldados casarse, ya que preferían que participaran en los combates sin lazos familiares.

Pero según la historia, cuando los romanos descubrieron que San Valentín hacía esto, lo decapitaron un 14 de febrero.

¿Cómo celebrarlo?

Lo más tradicional es regalar chocolates, flores, globos, una cena romántica... pero este año puedes ser más

creativo y original con tu pareja y sorprenderlo con algo diferente.

Ideas:

Imprime fotos desde que se conocieron con sus mejores momentos, nada es mejor que revivir esos recuerdos.

Sorpréndelo con una cartita de amor debajo de su almohada.

Prepara su comida favorita para disfrutarla al aire libre, en un parque lindo.

Hazle un "vale por" y que pueda elegir algo a su gusto.

Busca si acaso se acerca algún concierto de algún artista que le guste, invítalo/a.

Bailen juntos su canción favorita.

Hagan dinámicas de juegos divertidos.

Pero sobre todo, demuéstrense ese amor no solamente hoy, sino todos los días con algo especial.

Cortesía: Detona.

Colaboración: www.Motivacion.info



VISIT US:

www.Restaurantes.LA



United States, Argentina, Belize, Bolivia, Brasil, Canada, Chile, Colombia, Costa Rica, Cuba, Ecuador, El Salvador, Guatemala, Guyana, Haiti, Honduras, Jamaica, México, Nicaragua, Panamá, Paraguay, Perú, Puerto Rico, República Dominicana, Suriname, Trinidad and Tobago, Uruguay, Venezuela

HISPANIC COALITION OF SMALL BUSINESSES
HCSB
ADVANCING SMALL
BUSINESS COMMUNITIES

AI & CYBER SECURITY

What you need to know!

Thursday, February 27, 2025

10:00 a.m. - 12:00 p.m.

Doors open at 9:00 a.m.
Registration 9:30 a.m.

David Chiang
CA Deputy Attorney General
Cybercrime Section, California Department of Justice

Panelist

951-426-4272

Riverside Main Library
3900 Mission Inn Ave
Riverside, CA 92501

Register Now



Visit www.hcsb-us.org for Sponsorship Opportunities



CENTRO HISPANO

1053 S Alvarado Street.
Los Angeles, CA 90006 Mapa



Centrohispanola@aol.com

213-384-8430

HERMANOS HISPANOS

Te ayudamos en tus problemas
MIGRATORIOS

"LIFE INSURANCE"

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

• Bancarrotas
• Casamientos
• Divorcios

IMMIGRATION CONSULTANT

BOND No 41420373

**TU AYUDA REAL
DE HERMANO A HERMANO**

EnvíosDeEm[il].com

Envíos Masivos
de Publicidad por E-mail

La nueva forma de comercializar
tus servicios, productos y eventos
Llegamos a más de 900,000 clientes
potenciales de origen centroamerica
o residentes en los Estados Unidos
Te diseñamos el arte que desees
publicar sin costo alguno
Te proporcionamos las siguientes
estadísticas:

- Cantidad de E-mails enviados
- Cantidad de E-mails recibidos
- Cantidad de E-mails abiertos

Incrementa tus ventas comercializando
de la manera más efectiva y económica
Utiliza la tecnología del Siglo XXI.

Consulta nuestros
precios por envío



Para más información escribe a:

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

© EnviosDeEmail.com - Una División de Mundo Latino Enterprises, Inc. - fundada desde 1996

Aquí por tiempo limitado

DON GAITÁN

Fine Photography & Video

Fine Photography
Where You
Want It



dongaitan@hotmail.com

Donald Gaitan

305 200 7435

NOW in Miami & Beaches

RESTAURANTES LA

DIRECTORIO DE RESTAURANTES
del Sur de California



(626) 789-8909

WWW.RESTAURANTES.LA

LARIOS' DISTRIBUTION

1107 W 9th St
Upland, CA 91786
(323) 855-6960
www.LariosDistribution.us



HONDURAS KITCHEN HUNTINGTON PARK

2409 E Slauson Ave
Huntington Park, CA 90255
(323) 582-9139
www.HKHondurasKitchen.com



HONDURAS KITCHEN LONG BEACH

1909 E 4th St
Long Beach, CA 90802
(562) 624-8849
www.HondurasKitchen.net



FRITANGA LAGOS Y VOLCANES

1444 E Holt Ave
Pomona, CA 91767
(760) 905-2588
@ TACOLANDIA StreetFood



ORIGINAL LA ADELITA RESTAURANTE

1287 S Union Ave
Los Angeles, CA 90015
(323) 870-5505
www.OriginalLaAdelita.com



MISKY MISKY Cocina Peruana

125 N Fairway Ln
West Covina, CA 91791
(626) 966-0600
www.MiskyMisky.com



STEVEN'S STEAK & SEAFOOD HOUSE

5332 Stevens Pl
Commerce, CA 90040
(323) 723-9856
www.StevensSteakhouse.com



EL GALLITO MARKET & RESTAURANT

12242 E Valley Blvd
El Monte, CA 91732
(626) 442-1190
www.ElGallitoNicaMexCocina.com



SABOR NICARAGÜENSE RESTAURANT

1927 S Western Ave #1
Los Angeles, CA 90018
(323) 870-5505
www.SaborNicaraguense.com



POLLO MANIA

11910 Garvey Ave
El Monte, CA 91732
(626) 401-9884

LAS 7 REGIONES DE OAXACA

2648 W Pico Blvd
Los Angeles, CA 90006
(213) 385-7458

VIA-MAR GRILL & BAR

201 N Vineyard Ave
Ontario, CA 91764
(909) 906-0646

LAJAMAYA SALVADOREAN

15446 Amar Rd
La Puente, CA 91744
(626) 937-6589

XECUL RESTAURANTE GUATEMALTECO

1051 S Alvarado St
Los Angeles, CA 90006
(213) 722-3597

DOÑA BIBI'S RESTAURANT

2400 W 7th St #101
Los Angeles, CA 90057
(213) 383-8595

EL SALVADOREÑO DUARTE

1313 E Huntington Dr
Duarte, CA 91010
(626) 359-1594

VILLA CARIÑO MEXICAN FOOD

1066 N Hacienda Blvd
La Puente, CA 91745
(626) 918-2978

GAUCHO GRILL WEST COVINA

1129 W Covina Pkwy
West Covina, CA 91790
(626) 257-7054

COLORI KITCHEN AUTHENTIC ITALIAN FOOD

2019 Venice Blvd
Los Angeles, CA 90006
(213) 622-5950

GLADSTONE DONUT HOUSE

169 E Gladstone St
Azusa, CA 91702
(626) 334-4926

POLLOS EL BRASERO

2281 W Pico Blvd
Los Angeles, CA 90006
(213) 381-6060

EL CID FLAMENCO DINNER

4212 Sunset Blvd
Los Angeles, CA 9009
(323) 668-0318

AMALIA'S RESTAURANT

4210 Beverly Blvd
Los Angeles, CA 90004
(323) 644-1515

LA RUTA CATRACHA

14126 Sherman Way
Van Nuys, CA 91405
(818) 646-3151

MARISCOS MARTIN RESTAURANT

3709 Baldwin Park Blvd A
Baldwin Park, CA 91706
(626) 960-4566

GLORIA'S PUPUSERÍA

7119 Seville Ave B
Huntington Park, CA 90255
(323) 553-9291

EL CAMICHIN AUTHENTIC MEXICAN FOOD

307 N Citrus Ave
Covina, CA 91723
(626) 339-7875

CABRERA'S MEXICAN CUISINE

655 N Lake Ave
Pasadena, CA 91101
(626) 795-0230

MR POLLO CHICKEN PERUANO

500 N Azusa Ave
West Covina, CA 91791
(626) 331-8090

EL NUEVO MUNDO MARKET & BAKERY

4380 Gage Ave
Bell, CA 90201
(323) 773-6500

NEW WORLD BUFFET

1419 E Gage Ave
Los Angeles, CA 90001
(323) 582-8737

ALDOLINO ITALIAN RESTAURANT

659 E Arrow Hwy
Azusa, CA 91702
(626) 858-6622

ANTOJITOS MAYBELL RESTAURANTE

2454 W Pico Blvd
Los Angeles, CA 90006
(213) 410-6432

EL PALACIO CHAPIN RESTAURANT

360 S Alvarado St
Los Angeles, CA 90057
(213) 674-7532

COCO PALM RESTAURANT

1600 Fairplex Dr
Pomona, CA 91768
(909) 469-1965

EL PUEBLO RESTAURANT

128 E Covina Blvd
Covina, CA 91722
(626) 430-9096

BAHÍA ENSENADA GRILL

356 S Glendora Ave
West Covina, CA 91790
(626) 917-8182

FLOR BLANCA RESTAURANT

806 S Alvarado St
Los Angeles, CA 90057
(213) 380-6400

EL PESCADOR WEST COVINA

1125 W Covina Pkwy
West Covina, CA 91790
(626) 337-1927



• MÁS DE 158 CIUDADES
• GASTRONOMÍA DE 58 PAÍSES
• Recetas, Artículos, Información General y Mucho Más...

Publicidad@Restaurantes.LA