

CONFERENCIAS INTERNACIONALES

USA - Año 27
Nro. 303
JUNIO 2025

A portrait of Christian Cevallos, a man with a beard and mustache, wearing a dark suit, white shirt, and blue tie. He is smiling slightly and has his hands clasped in front of him.

Christian CEVALLOS

**Candidato a la alcaldía
de Miami en 2025**

GG
Distributions

www.ggdistributions.com

EXCELENCIA
EN NUTRICIÓN!

amazon



TRASLADOS

- AEROPUERTOS DE MIAMI Y FORT LAUDERDALE
- PUERTOS DE CRUCEROS
- RESTAURANTES
- MATRIMONIOS
- CRUCEROS
- MALLS
- TOURS
- EVENTOS
- FIESTAS

786.356.9658



DORAL HOMESTEAD

2800 NW 107 AV. 391N HOMESTEAD BLVD 786.504.2297

305.717.2420 | 786.504.2297

la laceiba
TIRE SHOP
www.laceibatireshop.com

- TIRES & WHEELS
- SUSPENSION
- BALANCING
- ALIGNMENT
- BRAKES
- AIR CONDITIONER
- MUFFLERS

Somos Venezolanos

(786)2007598

@laceibatireshopflorida
 2345 Nw 36 St Miami Fl 33142

@laceibatireshopdoral
 10815 Nw 14 St Doral Fl 33172



(786) 200-9649 / (305) 400-4708



CEO/FUNDADOR

Francisco "Pancho" Tosta
(954) 394.60.65
IG @panchotostaoficial

VICEPRESIDENTES

Francisco Tosta Monch
(786) 450.0361
tostwithme@gmail.com
IG @tostwithme

Sebastián Tosta
(954) 778.68.23
IG @why.mendoza

Yudith García
(305) 746.68.63
IG @igyudithgarcia

DIRECTORES EJECUTIVOS/VENTAS

Mónica Espinoza
(305) 525.25.55
melatinoprod@gmail.com

EDITORIA DE ARTE

Edith Monge

DISEÑO GRÁFICO

Alis Soto
IG @alissotodiseño

FOTOGRAFÍA

Karla Tosta
(954) 627.24.61

COLABORADORES

Carlos Balaño | Daniela Escontrela | Edgar J. Amado
Juan Carlos Ávila @elangeologo | Willy Martin
Mayra Blanco Martínez | Nubia Abaji | Leida Álvarez
Ricardo Sarmiento @psiquisgastronomica

PARA PUBLICIDAD
(954) 394. 6065 | (305)7466863

Los columnistas y anunciantes son responsables por el contenido de sus opiniones y avisos. Conexiones está libre de toda responsabilidad jurídica

26 años al servicio de la comunidad hispana

DISTRIBUCIÓN EN DADE Y BROWARD

Miami - Doral - Weston - Pembroke Pines - Miramar
Coral Gables Brickell - Kendall - Homestead

Copyright ©1999 Connex, L.C.

Copyright can be reproduced partially or totally by recognizing our credits
10580 NW 27 St. Suite 101 K7
Doral, FL. 33172

IG @CONEXIONES.MAGAZINE
www.conexionismagazine.com
ventas@conexionismagazine.com

contenido



18

CHRISTIAN CEVALLOS

Candidato a la
Alcaldía de Miami
en 2025

10 Estrógenos que No Queremos

14 La Economía Plateada: El Poder Gris que Mueve el Mundo

26 Hara Hachi Bu: Nutrición con sabiduría ancestral desde Okinawa

28 El Síndrome de la Mujer Invisible: Cuando Él Habla... y Todos Escuchan (Pero Tú Aún No Terminas Tu Frase)

34 La Magia Renovada de Ovo de Cirque Du Soleil Llega para Encantar al Público de Miami y Sunrise

40 Prohibido Morir en Longyearbyen

44 El Silbo Gomero: El Lenguaje que Silba desde las Cumbres de La Gomera



Dr. Omar Malpica D.D.S, Ms
Dr. Gennys Russo D.D.S.
Dr. Héctor Romero D.D.S.

**Odontólogos Graduados en la
Universidad Central de Venezuela
con + de 20 Años de experiencia
en Ortodoncia y Estética Dental**

*Sonríe Junto
a nosotros*

- * **Ortodoncia.**
- * **Alineadores.**
- * **Estética Dental.**
- * **Implantes Dentales.**
- * **Protesis libres de Metal.**
- * **Protesis Removibles.**
- * **Blanqueamiento Dental.**
- * **Limpiezas Dentales.**



**CONSULTAS
PREVIA CITA
954.652.1504**

14201 W Sunrise Blvd. Suite #106, Sunrise FL.

Aceptamos seguros dentales PPO y todas las tarjetas de credito. Ofrecemos Planes de pago a crédito.



Pagamos el mejor precio por su
ORO - DIAMANTES - RELOJES FINOS

TU OPORTUNIDAD DE ORO
EN **DORAL**



ORO 18K

ROLEX
Cartier
BREITLING



9831 NW 58th St #142. Doral, FL 33178
(305) 463-9133 | goldandiceinc@aol.com | www.goldandice.com

SVG
INSTITUTE
El Conocimiento Te Empodera

2025

*El Conocimiento
Te Empodera*



EN ALIANZA CON

MIAMI BUSINESS
TECHNOLOGICAL
UNIVERSITY
MBTU

¿POR QUÉ NOSOTROS?

- Ofrecemos una variedad de programas de educación continua en diferentes áreas del conocimiento.
- Contamos con un equipo de profesionales altamente calificados y con experiencia en cada área.
- Fomentamos la interacción entre los estudiantes y el intercambio de ideas.
- Instalaciones equipadas con los recursos y tecnología necesaria para facilitar el aprendizaje y la investigación.

OFERTA ACADÉMICA

- Diplomado en Asistencia Migratoria
- Formas Migratorias
- Notary Public
- Taxes y Contabilidad
- Creación de Empresas
- Otros

MISIÓN

Brindar oportunidades de capacitación y actualización educativa de alta calidad académica, permitiéndole a nuestros estudiantes incorporarse de manera efectiva al exigente mercado laboral estadounidense.

**EDUCACIÓN
CONTINUA**

INFORMACIÓN

+1 (786) 740-4891
WWW.SVGINSTITUTE.COM
@SVGINSTITUTE

7791 NW 46th St. Ste. 115.
DORAL, FL. 33166

y es que Dios nos Devolvió el Paraíso.
LA NATURALEZA PERFECTA SANADORA

Estrógenos que NO queremos

Muchas mujeres se asustan cuando llega la menopausia y no se dan cuenta, de que se trata de una etapa normal de nuestra vida, como lo es la niñez y la pubertad. Yo tuve la suerte de tener una madre inteligente y adelantada para su época en todos los sentidos, y ella me enseñó: que no pasaba nada, si uno mantenía una alimentación correcta, hacia ejercicios regularmente y sobre todo, si uno era feliz, viviendo en el amor y la alegría. Evidentemente, que sí, perdemos alguna protección de esos, los "supuestamente buenos estrógenos, que nos evitan infartos y le dan brillo al pelo y a la piel" y por añadidura, si no mantenemos el mismo ritmo de actividad, porque nos creemos viejas o no comemos mas frutas y vegetales, así será porque, hay que compensar con sabiduría y experiencia, esa protección y sacarle partido a nuestro favor, a esa "supuesta" deficiencia. Pero yo les cuento que, la "Menopausia" no es nada y no mata a nadie, si no la mentalizamos como enemigo y si nos disponemos a comer cada día mejor y hacer todo el ejercicio que podamos, especialmente Yoga y Chi Gong o Chi Kung, que son ejercicios específicos para ser jóvenes por siempre, como medida inteligente de cambio y adaptación, así como hicimos en la pubertad, utilizando toallas sanitarias y tomando más sol y hasta muchas pastillas para el dolor de vientre, que no hicieron sino desinflamar nuestro cerebro pero no nos mató ¿cierto?.

Sin embargo, esos estrógenos que muchas mujeres se inyectan o salen a buscar a toda costa en terapias hormonales tan bien vendidas y propagadas con el marketing del miedo y la desesperación; en lugar de relajarse, ejercitarse, comer bien y meditar lo más a menudo que sea posible, así como aprender a disfrutar realmente de la vida, ahora que pueden liberarse de los anticonceptivos y de ese temor, a un embarazo no deseado, mientras disfrutamos de verdad de nuestros hijos y nietos; pueden llevarlas incluso a la muerte.



Ya yo tenía dos nietos cuando me llegó la esperada menopausia, que a mí, no me hizo absolutamente nada, por el contrario pude botar, con inmensa felicidad, después de un año de certeza, mi diafragma y ser libre al fin...

Estos medicamentos que prometen eterna juventud pueden ser un veneno irreparable para nuestro cuerpo, como lo son, incluso sin usar terapias hormonales, los estrógenos que nos produce la aromatasa, estrógenos dañinos, que se acumulan en nuestros tejidos provenientes del exceso de grasa y tóxico, que acumulamos en nuestro cuerpo, ya sea por el estrés desmedido, la tristeza o el rencor o simplemente por una alimentación con exceso de grasas y carbohidratos combinados, porque todos los extremos, lamentablemente son dañinos de una u otra manera pero en este caso pueden incluso ser mortales.

Acabo de perder a una amiga por un cáncer positivo a estrógenos y progesterona, se los cuento desde esa tristeza. No tenía mucho exceso de peso, más bien era delgada pero como les comento siempre, el estrés al cual estamos sometidos, los problemas cotidianos, las tristezas y tantas situaciones que vivimos a lo largo del camino, a veces nos intoxican de una, u otra forma.

La enzima aromatasa fabrica estrógenos a partir de la hormona masculina androstenodiona: estrona y la testosterona: el estradiol, que se localiza en nuestras células grasas, el hígado, la piel, las glándulas suprarrenales, la mama, el cerebro, los huesos, ovarios en los testículos de los hombres también, porque

ellos no están exentos de los efectos devastadores de los estrógenos malos y pare usted de contar.

CYP19A1, PGE2, cifras malignas, cáncer, dolores de cabeza, malestares de todo tipo comienzan a aquejar a nuestro cuerpo o no, en ocasiones, ni siquiera tenemos un malestar cuando de pronto la noticiade una biopsia positiva, destruye nuestra paz y alegría y nos llena de miedo y desesperación... A nosotros y a toda nuestra familia.

Yo particularmente debo confesarles, que no tengo miedo a la muerte, nunca lo he tenido, se muy bien que es lo único seguro que tenemos y no me asusta, porque es inevitable y porque las personas espirituales sabemos bien, que la materia nunca se destruye... Pero si me aterroriza que se mueran los que amo, eso puede acabar con mi paz y mi alegría de vivir y evidentemente también, pensar que pueda yo enfermar y tener debilidad, dolores, tener que depender de otros, que tienen su vida y bueno cualquier cosa que no me permita vivir con independencia y alegría, cada día de mi vida, y estimo, que todos ustedes mis colegas seres humanos de esta dimensión, igualmente lo sientan así, por eso decidí escribir esta columna para todas las mujeres amenazadas por los estrógenos dañinos en exceso y especialmente para las que han tenido una biopsia positiva al estrógeno y la progesterona, aun y cuando estuviesen hermosas activas y llenas de la alegría de vivir.

Esta enzima que les mencioné, la aromatasa que fabrica los estrógenos dañinos puede ser combatida de muchas

maneras. Como siempre les digo lo primero es la mente, si no perdonan y viven en positivo, del amor, la alegría y la felicidad, es seguro que enfermaran y claro no es fácil a veces porque tenemos tristezas inmensas, incontrolables, devastadoras, que son muy pero muy difíciles de controlar y a las cuales, hay que ganarles la partida y salir adelante con gran valentía. Es un tema que debato mucho con mi hija Mayré, ella y yo siempre vivimos en una dialéctica de la vida, de la alimentación, de cómo no hacer tanto, queriendo hacerlo todo. De como priorizarnos y sobre todo, de cómo salir de esas emociones destructivas, que a veces nos abrazan y nos paralizan por minutos, horas, días, meses y nos hacen sentir miedo y el miedo amigos es nuestro peor enemigo, no hay otro como el. Muchos religiosos lo piensan como el propio diablo y definitivamente el miedo puede hacernos tanto pero tanto daño, que hay que salir corriendo de allí a toda velocidad y nunca volver a estar cerca de esa emoción.

No se trata de no sentir, las emociones no se pueden evitar, pero hay que salir de ellas ¿Cómo? Si parece muy difícil y olvidamos siempre la vía, el camino, pero el camino es siempre la fe. La fe de que todo esta en manos de Dios y el nunca nos abandona, de que El nos ama siempre y quiere lo mejor para nosotros, así como la certeza de que Dios, está dentro de nosotros, allí siempre le podemos encontrar disponible, listo para respondernos desde el amor. Así que sin duda tenemos que vivir desde el amor para sanar para no enfermar para seguir adelante hasta que nos toque el viaje final y que incluso este y especialmente este, sea hermoso lo más hermoso, si hemos logrado vivir en el amor...

Pero también hay otros factores que tomar en cuenta, porque nuestro cuerpo es nuestro transporte y somos alma y cuerpo, lo físico esta allí también y tiene su peso específico, que no podemos desechar. Poderoso, presente, impactando, presentándonos ante el mundo, transportándonos permanentemente y si lo descuidamos, nos va a cobrar también.

Por ello queridos lectores, después de ser positivos y vivir desde el amor, meditar y vivir con fe en Dios y paz, hacer ejercicio de manera regular como le echamos aceite al carro y gasolina, como regamos las flores y besamos a los que amamos, como disfrutamos de un atardecer o un amanecer, de la sonrisa de un niño feliz o de las olas del mar; así también tenemos que alimentar responsablemente a nuestro cuerpo para lograr vivir en salud.

Lamentablemente y digo lamentablemente, porque todos queremos darnos gustos gourmets y satisfacer nuestros caprichos culinarios, especialmente en este mundo tan estresado donde la dopamina es un regalo muy buscado rodeados como estamos por el marketing perenne y los alimentos diseñados para gustar, aunque nos destruyan y a pesar de todo, tenemos que salir a flote, tenemos que vivir en armonía de mente y cuerpo, de cuerpo y

alma porque si nos excedemos, mas tarde o mas temprano pagamos ese precio, una sorpresa desagradable y devastadora a veces.

Si usted tiene exceso de estrógenos comience ya hoy mismo a controlarlos comiendo de manera balanceada y voy a darles mi investigación de como aniquilarlos, antes de que nos invadan y destruyan con un cáncer o cualquier malestar, que pueda perjudicar nuestra alegría y felicidad de vivir.

La primera receta contra la aromatasa, son los hongos: Shitakee, champiñones blancos y Portobelo, afortunadamente, todas estas especies controlan la producción de la enzima y son muy fáciles de preparar, solo un poquito de aceite de oliva y al hornito o air fryer o saute con ajo cebolla y pimentón, son un encanto. Si preparan platos gratinados, no los más saludables, pero para de vez en cuando y los incluyen, estarán haciéndose un gran favor. Los hongos para combatir los estrógenos dañinos, deben consumirse por lo menos tres o cuatro veces a la semana para que cumplan su función anti estrogénica.

Hay mucha contradicción en internet sobre, que evita o disminuye los estrógenos,

a veces hasta paradójicamente colocan un alimento como anti estrogénico y del otro lado, como productor de estrógeno para las mujeres en menopausia y es que finalmente lo fitoestrógenos no son los dañinos, sino los que produce el exceso de grasa y tóxico en nuestras células, que generan una cantidad de consecuencias aparentemente inocuas, hasta que aparece el posible daño y hasta la muerte.

Si, es fuerte y delicado escribir de este tema y si lo discutimos con oncólogos solo en la quimio la radio y las pastillas ellos verán una solución porque han perdido muchos pacientes pero sin duda estar felices esperando siempre lo mejor, como dice ese "al mal tiempo buena cara", que no es solo buena cara sino fe y expectativas, visualizar un futuro hermoso, realizado y claro, lleno de paz alegría y Dios, comer lo mejor posible de manera moderada y armónica, hacer ejercicio cada día para procurarnos músculos y huesos fuertes a lo largo del camino, es una buena idea, indispensable para la curación real y duradera.

Como siempre les insisto, consulten a su médico, eso si, a uno en el cual confíen, con el cual puedan crear una química e interacción saludable para sentirse apoyados y asesorados como debe ser, por un profesional serio y que sepa amar a sus pacientes con dedicación y mística, ya se que no es fácil, en este mundo donde el negocio y el dinero impera pero si existen se consiguen, no se rindan búsquelo y búsqenlo hasta encontrarlo.

Sin embargo, voy a darles una lista de alimentos que combatirán a esos estrógenos dañinos y nos permitirán vivir mejor sin grasas y tóxicos, que nos enfermen y destruyan poco a poco.

Lo primero claro es el peso, tratar de mantener el peso ideal, pero comiendo bien, de manera armónica no con esas dietas locas de moda. Siempre les reitero la dieta mediterránea es la única, que sin duda es saludable y balanceada pero,

podemos conocer alimentos específicos, que van ayudarnos a combatir los estrógenos dañinos.

La lista es larga, busqué en diferentes bibliografías pero me gustó lo que lei de Xevi Verdaguer y su propia bibliografía incluso, al escribir y por eso lo cito y les entrego parte de lo que el aporta y parte de lo que he encontrado por ahí para luchar contra estos estrógenos del mal.

- Te Verde
- Infusión de regaliz
- Semillas de Chia
- La uva negra
- Semillas de sésamo y de lino o Flax
- Coles, brócoli, la cebolla y el ajo
- Pomelo, naranja, limón y lima
- Frutas rojas arándanos, moras, frambuesa y especialmente la granada, que encontré en muchas fuentes diferentes
- Los hongos siempre repetidos: Shitakee, Portobello y Champiñones blancos
- Canela
- Pasiflora
- Cacao puro
- Trigo sarraceno

De nuevo la paradoja, porque afirman que la vitamina C produce estrógenos pero definitivamente de los buenos, sin embargo como todo, la moderación es la base del éxito final.

El atún y el Salmón, así como todos los pescados azules y especialmente los pequeños, serán muy buenos aliados como proteína sana. Las humildes sardinas, ultra recomendadas.

Y de nuevo una paradoja con el perejil el apio, la alfalfa y germinados, la avellana el pistacho, los piñones y es que para unos son anti estrogénicos, mientras que para otros lo producen y no sabemos si para bien o para mal.

Entre otros villanos contraindicados, siempre claro, colocan al café, idea que yo no comparto pero obviamente, la moderación siempre es protagonista para desintoxicar el organismo. Los lácteos y sus derivados, y la soya, que yo particularmente descartaría de cualquier dieta aunque siempre tiene sus defensores, especialmente en los países con problemas de alimentación donde se valen de ella para substituir a la carne y definitivamente creo que puede ser grave este uso y abuso pero simplemente me concreto a dejarles herramientas e información, que ustedes pueden consultar e utilizar como prefieran y de acuerdo a sus propias creencias, cosa que es muy importante y definitivo siempre.

Para los naturistas en general todo lo que limpie al hígado y al riñón de una u otra forma, va a producir salud a largo plazo y un equilibrio saludable. Por ejemplo, recomiendan tomar jugo del vástago del plátano, corazón del tallo, tres veces al día y algunos



masticar la hoja de la guanábana pero con respecto a esta última, he leído mucho sobre que puede producir problemas neurológicos y que hay estudios que lo confirman. No sabría que decirles no los conozco específicamente. Lo que sí me atrevo es a concluir afirmando, que los pensamientos negativos,

Preocupaciones, dolor, miedo, nos destruyen, acidificando todo el sistema, mientras que la fe, la alegría y la paz interior pueden predecir salud de muy buen pronóstico, porque ya sabemos bien que la mente manda al cuerpo y si ella no esta sana, nada puede estar sano. Comencemos por allí a limpiar nuestros pensamientos a perdonar y no recrear tristezas o miedos y luego hay tratar, sin duda, de alimentarnos de manera inteligente, así como practicar mucho ejercicio, que nos guste siempre, caminar al menos media hora diaria, será suficiente si lo hacen con continuidad. Sin duda, que sea cual sea su dolencia, con una dieta de desintoxicación, ejercicio y mente positiva, puede acercarse más rápidamente a la cura integral. La fe mueve montañas y todo se resuelve si la encontramos allí, dentro de nosotros mismos y salimos a buscar entonces esas herramientas externas para apoyarnos con eficacia y lograr ese fin que es la salud y la felicidad, a la cual todos tenemos derecho. Dios los Bendiga.

La Economía Plateada:

El Poder Gris que Mueve el Mundo

¿Sabías que las personas mayores de 50 años están impulsando una auténtica revolución económica?. Lejos de ser una generación pasiva o "retirada", los seniors de hoy viajan, consumen, emprenden, usan tecnología y exigen productos y servicios hechos a su medida. A este fenómeno se le conoce como economía plateada (silver economy), y está creciendo a pasos gigantados.



El mundo se está poniendo canoso... ¡y eso es bueno!

La población mundial está envejeciendo. Según la ONU, para 2050 una de cada cinco personas tendrá más de 60 años. Pero lejos de ser una carga, este cambio demográfico se ha convertido en una enorme oportunidad para crear nuevos mercados, productos y experiencias pensadas para quienes tienen más experiencia... y más poder adquisitivo.

¿Quién dijo que cumplir años es un freno? Al contrario: ¡es un motor económico!

¿Qué mueve la economía plateada?

Imagina un sector donde los protagonistas buscan bienestar, salud, ocio, tecnología fácil de usar y ciudades donde moverse cómodamente. Eso es exactamente lo que impulsa esta nueva economía. Te lo contamos con más detalle:

- **Salud y bienestar:** desde clínicas especializadas hasta pulseras inteligentes que monitorizan la salud.
- **Vivienda inteligente:** hogares adaptados, ascensores accesibles, y hasta residencias con spa y cine.
- **Turismo y ocio senior:** cruceros tranquilos, rutas culturales, talleres creativos... ¡el tiempo libre es oro!
- **Tecnología amigable:** tablets con letras grandes, asistentes virtuales, apps de salud o de videollamadas.
- **Finanzas con experiencia:** seguros pensados para cada etapa de la vida, hipotecas inversas y asesorías personales.
- **Empleo +50:** porque la jubilación no siempre es el final. Muchos siguen

trabajando, emprendiendo o mentorando a nuevas generaciones.

Una nueva visión de la edad

Olvida la vieja imagen de los abuelos en bata. La generación silver hace yoga, baila tango, aprende idiomas, invierte en bolsa y monta su propio negocio online. Son activos, curiosos, exigentes... y tienen tiempo y recursos para gastar.

Además, su presencia está transformando todo: desde el diseño de productos (más ergonómicos, más inclusivos) hasta las películas que vemos o la forma en que se planifican las ciudades del futuro.

¿Quiénes ya están apostando por esto?

Japón es líder en tecnología para el cuidado de mayores: robots asistentes, ciudades inteligentes y más.

En **Europa**, programas como AAL (Ambient Assisted Living) impulsan la innovación para envejecer con calidad.

Y en **España**, donde la longevidad es un orgullo nacional, la economía plateada se ve como una gran vía de crecimiento económico y social.

¡Bienvenidos al siglo de la longevidad!

En resumen, la economía plateada no es solo un fenómeno económico: es un cambio cultural. Es el reconocimiento de que la vida sigue —y puede ser aún mejor— después de los 50, 60 o 70 años.

Así que, si estás en esa etapa o vas en camino (¡spoiler: todos vamos!), prepárate: el futuro será gris plateado... y brillante.



Looking For New Business Opportunity?



Restaurants
Beauty Salons
Barbershop
DayCare
Med Offices

Retail Space
Auto Shop
Pet Care
Etc..

Raúl Gil
REAL ESTATE BROKER
Business Broker of Florida
R.E Instructor - LCAM
NMLS ID 1642875.
MLO Lic. L0102418.

Business For Sale Realty
786-346-2440
786-230-7171
raulgils@aol.com
businessunlimitedrealty.com





Christian CEVALLOS

Candidato a la alcaldía de Miami en 2025

Administrador de empresas y Economista graduado de FIU

Ecuatoriano estadounidense que llegó a Miami en su adolescencia. Mientras estudiaba, también trabajó en restaurantes como mesero, cajero y otras posiciones. Posteriormente, al mismo tiempo que cursaba la universidad logró una posición mejor en una conocida constructora de la ciudad como director de proyectos y en donde llegó a ser el gerente general y de recursos humanos durante varios años, antes de formar su propio grupo inmobiliario y más adelante incursionar también en política.

Candidato a la alcaldía de Miami en 2025

Dentro de sus principales propuestas y planes de gobierno ha planteado:

- Implementación de una oficina especializada para conectar con inversionistas nacionales y extranjeros que inviertan en la ciudad para crear mas empleo y bienestar al ciudadano local.
- Revitalizar areas olvidadas dentro de la Pequeña Habana, Allapatah y otros.
- Atraer mas turismo y con eso crear mas y nuevos empleos mediante la creación de nuevos festivales y la repotenciación de los existentes. Apoyo al arte y la cultura.
- Creación de vivienda asequible y mejoría del transporte público local.
- Apoyo directo al pequeño empresario y facilitar la apertura de negocios.

Concejal – Miami Dade County

Fue electo en el 2018 y posteriormente reelecto, en ambas ocasiones con el récord de votación para un concejal en la historia del condado Miami Dade.

Miami Dade es el condado más diverso de los Estados Unidos y entre los más poblados con 3 millones de habitantes.





**Presidente de la
Fundación Miami
Family Friendly Hands**

Institución que ha servido a cientos de familias con niños con necesidades especiales. Cevallos ha desempeñado una función importante en el directorio siendo el enlace gubernamental y participando activamente con la creación de programas y servicios para el bienestar de este importante sector de la comunidad durante los últimos siete años.

Educación

- Administrador de Empresas con Especialización en Economía - Florida International University.
- Doctor Honoris Causa – Servicio Público – World Leaders Organización.

Reconocimientos

- Más de cuarenta distinciones nacionales e internacionales, entre las más destacadas:
- Recientemente recibió la medalla de oro presidencial- PVSA Awards.
 - Ha recibido las llaves de más de diez ciudades por parte de sus alcaldes nombrándolo ciudadano ilustre.

- Congreso de los Estados Unidos por su aporte y apoyo a la comunidad de Florida en 2023.
- Premio Internacional ALMA 2023.
- Asamblea General del Ecuador con la más alta distinción y medalla Vicente Rocafuerte en 2018.
- Nombrado Marshall en la parada antidrogas en Miami en el 2019 y 2024 – A World Without Drugs.
- Latin Business Award - Miami 2023.
- TFKM Foundation of Justice – reconocimiento al liderazgo 2023.
- San Ignacio University por su aporte comunitario 2023.
- CICAMEX – Little Havana por su aporte a la comunidad centro americana en Florida 2024.
- Asamblea General del Ecuador por el apoyo al migrante en 2024.
- Consulado del Ecuador en Miami por su aporte comunitario 2024.
- Consulado del Ecuador en New York por su aporte comunitario 2021.



MÚSICA
EN VENA

**Ayúdanos
a que la música
siga sonando
en los hospitales**

**¿Cómo
puedes
ayudar?**

**Una Venezolana que emigró
para llevar el Corazón
de los Venezolanos
a los Enfermos.**

La música tiene el poder de sanar, de unir y de llevar consuelo en los momentos más difíciles. Esta es la convicción de **Virginia Castelló**, una **talentosa música venezolana** que emigró a España con el sueño de utilizar su arte para hacer una diferencia significativa en la vida de los demás.

Virginia, motivada por su amor profundo por la música venezolana, su país y su gente, decidió fundar **Música en Vena**, una organización que lleva la música a los hospitales para aliviar el dolor y el sufrimiento de los pacientes. La idea surgió al observar cómo la música podía transformar la atmósfera de un hospital, llenando de esperanza y alegría a quienes atraviesan momentos difíciles.

Música en Vena ha crecido gracias al apoyo de la comunidad y a la pasión de Virginia, quien ha dedicado su vida a esta noble causa. Sin embargo, para continuar con esta labor, la organización necesita fondos que permitan seguir llevando música y consuelo a más hospitales y pacientes.

Es aquí donde tu ayuda puede marcar la diferencia. Al contribuir con **Música en Vena**, no solo estarás apoyando una iniciativa increíble, sino que también estarás ayudando a mantener viva la conexión entre los venezolanos en el exterior y su tierra natal. Cada donación, por pequeña que sea, contribuye a llenar de música y esperanza los corazones de quienes más lo necesitan.

Donaciones Directas

Accesa al siguiente link y ayúdanos con una asignación mensual.

<https://musicaenvena.org/donacion-recurrente-en-dolares>

Difusión

Comparte nuestra historia y eventos en tus redes sociales para difundir nuestra visión.

f [musicaenvena.asociacion](https://www.facebook.com/musicaenvena.asociacion)
@musicaenvena
@musicaenvena.2012
musicaenvena.org



EAT DIFFERENT, THINK KAMIKO



**OPEN
SUNDAY**

DORAL: 2669 NW 79th Ave, Doral, FL 33122 | 305-599-6362 / 305-436-8077



KAMIKOSUSHIBAR | www.kamikosushi.com



HARA HACHI BU

Nutrición con
sabiduría ancestral
desde Okinawa

En el archipiélago japonés de Okinawa, conocido por ser uno de los lugares con mayor concentración de personas centenarias en el mundo, la longevidad no es solo cuestión de genética. Uno de los pilares que sostiene esta salud prolongada es Hara Hachi Bu, una práctica alimentaria tan sencilla como revolucionaria: comer hasta estar un 80% lleno.

Raíces culturales: la moderación como forma de vida

El término Hara Hachi Bu proviene de un antiguo precepto confuciano que promueve la moderación y el autocontrol. En Okinawa, este principio se transmite de generación en generación como una forma de vivir con equilibrio y respeto por el cuerpo. Más que una dieta, es una filosofía: dejar de comer antes de sentirse completamente lleno, evitando el exceso que suele acompañar los estilos de vida modernos.

La práctica se integra en un entorno cultural donde la alimentación no se trata solo de nutrirse, sino de compartir, agradecer y valorar cada comida. Por eso, en la mesa okinawense, además de platos balanceados, hay ritual, atención y gratitud.

El respaldo nutricional: lo que dice la ciencia

Desde el punto de vista nutricional, Hara Hachi Bu tiene efectos notables. Diversos estudios, como los realizados en las llamadas “Zonas Azules” —regiones con altos índices de longevidad—, muestran que una ingesta calórica moderada está vinculada a una menor inflamación celular, un metabolismo más eficiente y una reducción en el riesgo de enfermedades como diabetes tipo 2, obesidad y enfermedades cardiovasculares.

En Okinawa, las comidas suelen estar compuestas por verduras locales, legumbres, pescado, arroz y porciones pequeñas de carne. Todo se sirve en platos pequeños, promoviendo una alimentación

variada pero controlada en cantidad. Esta dieta, junto al hábito de parar antes de la saciedad total, permite mantener un peso saludable sin necesidad de restricciones extremas.

Conexión mente-cuerpo en la alimentación

Practicar Hara Hachi Bu también implica una conexión más consciente con el cuerpo. Al comer lentamente y reconocer las señales internas de saciedad, se evitan los atracones y se promueve una digestión más saludable. Esta práctica es un ejemplo temprano del enfoque actual conocido como mindful eating o alimentación consciente, que hoy promueven muchos nutricionistas alrededor del mundo.

Un modelo sostenible y replicable

A diferencia de dietas pasajeras que se centran en lo que se debe evitar, Hara Hachi Bu ofrece una guía sencilla y sostenible: comer con atención, valorar los alimentos y dar espacio a la moderación. Adaptarla a otras culturas es posible y recomendable, especialmente en un contexto global donde el sobrepeso y las enfermedades crónicas continúan en aumento.

Hara Hachi Bu es una muestra de cómo las tradiciones culturales pueden ofrecernos herramientas valiosas para mejorar nuestra salud y bienestar. En un mundo acelerado y saturado de mensajes contradictorios sobre la alimentación, volver la vista a esta práctica japonesa puede ayudarnos a recuperar algo esencial: el equilibrio.



El Síndrome de la Mujer Invisible

CUANDO ÉL HABLA... Y TODOS ESCUCHAN

(Pero Tú Aún No Terminas Tu Frase)

Has estado ahí. Sentada en una reunión, copa en mano en una fiesta, o simplemente opinando algo brillante en una conversación casual... y de pronto, un hombre dice exactamente lo mismo que tú —pero con voz de locutor de podcast— y todos lo miran como si acabara de descubrir la vacuna contra el drama.

Bienvenida al Síndrome de la Mujer Invisible, una dolencia social no reconocida por la medicina, pero común en ambientes donde el centro de gravedad siempre se inclina... hacia él.

¿En qué consiste este misterioso fenómeno?

No es que te hayas vuelto translúcida (aunque si eso pasara, seguro seguirían sin escucharte). Es simplemente que en muchos espacios —laborales, sociales, familiares, hasta en la fila de la taquería— la atención gravita hacia él. Ya sabes: ese compañero, ese jefe, ese amigo, ese "galán de comentarios dudosos" que, mágicamente, logra que hasta el eco le responda.

Síntomas comunes del síndrome:

- Dices una idea brillante.
- Nadie reacciona.
- Él repite lo mismo con voz grave y gesto confiado.

- Aplausos. Palmas. Invitación a TED Talk.

Y tú ahí, con tu expresión de: "*¿Disculpa? ¿Yo soy un PowerPoint sin conexión o qué?*"

Ocurre en todos lados

- En el trabajo: Propones algo y te interrumpen con un "Lo que ella quiso decir..."
- En reuniones sociales: Tú cuentas una anécdota... él la interrumpe con una historia suya, y ahora todos le prestan atención como si fuera David Attenborough contando la migración de los pingüinos.
- En casa: Planteas una idea, y te responden con un "hmmm", pero si lo dice tu primo, es brillante.

Spoiler: no era más brillante. Solo más hombre-explicando-cosas-sin-que-le-pidan.

¿Por qué pasa?

Porque culturalmente, el micrófono (invisible o no) muchas veces viene conectado al cromosoma Y.

Porque a veces se confunde seguridad con volumen, y opiniones con mansplaining.

Porque muchas han sido educadas para hablar "bonito", "esperar su turno" y "no incomodar".

Mientras ellos se sientan, cruzan las piernas y opinan como si el mundo estuviera esperando su monólogo de cierre.

¿Tiene cura?

Por supuesto que sí. Aquí algunas estrategias aprobadas por mujeres cansadas de ser decorativas en la narrativa:

1. Interrumpe con gracia (pero sin pedir permiso)
Nada de "ay, perdón que te interrumpa". Di: "Un momento, yo no he terminado." Así, tranquila, con voz de quien sí tiene algo que decir.

2. Ocupa espacio
Mental, verbal, físico. Siéntate cómoda, no como si fueras una visitante en tu propia historia.

3. Repite tu idea con nombre y apellido
Cuando él repita lo que tú dijiste, aclara con humor: "¡Justo lo que dije hace un minuto! Me encanta que coincidamos." (Súmale una sonrisa de Miss Sarcasmo 2025).

4. Haz equipo con otras mujeres
Nada nos hace más visibles que hacernos eco. Apóyate, celebra, refuerza ideas ajenas que fueron ignoradas. El club de fans entre nosotras es gratis y poderoso.

Porque ser invisible no es un poder si nadie te deja usarlo.

El mundo no necesita más explicadores profesionales con voz engolada. Necesita más mujeres que se adueñen del espacio como si fuera suyo... porque lo es.

Así que la próxima vez que sientas que desapareces, recuerda: **no eres invisible. Solo estás rodeada de ruido. Y tú sabes subir el volumen.**





¿INGENIERO O ARQUITECTO?

Aunque su título sea de otro país, puede solicitar ante el DBPR (que es la entidad que regula las licencias profesionales para todo el Estado de la Florida) el beneficio llamado **EXEMPTION of Trade Knowledge Examination**, bajo el cual usted puede solicitar cualquier licencia en construcción con solo pasar el examen de **BUSINESS & FINANCE**.

En Corpolicense Inc, les asistimos con el registro de su corporación y la solicitud de sus respectivas licencias.

Tenemos basta experiencia en el manejo de las solicitudes con el DBPR y las licencias de construcción. No solo AYUDAMOS con las solicitudes de licencias iniciales, sino que apoyamos con otros procesos ante el DBPR, como solicitud de licencias adicionales, transferencia de licencias a otras corporaciones, activación de licencias y más.

LLÁMENOS PARA UNA CONSULTA GRATIS
305 7749606



OSCAR S. RODRÍGUEZ ABOGADO

*46 años de experiencia
en Defensa Criminal*

Áreas de Práctica en
E.E.U.U y otros países:

- Drogas
- Corrupción
- Conspiración
- Lavado de Dinero
- Malversación
- Fraude
- Extorsión
- Estafa
- Bloqueo de fondos y activos
- OFAC (siglas en inglés)
- Extradición

Law Office Oscar S. Rodríguez
4500 South Le Jeune Road
Coral Gables, Florida 33146
Office: 786-2199964



INMIGRACIÓN

- ASILOS
- TPS
- PERMISO DE VIAJE
- CIUDADANÍA
- RESIDENCIA
- PETICIÓN FAMILIAR
- PERMISO DE TRABAJO
- VISA EB2

YUDITH GARCÍA
Preparadora Migratoria

☎ +1 305-746 68 63

✉ iygm2022mia@gmail.com



NUCLEARCELL+

REGENERACIÓN CELULAR EXTRAORDINARIA

CREATININA

Suplemento para el rendimiento físico, fuerza muscular, memoria y comunicación interneuronal

ALGA ALFA

Vitaminas, minerales y aminoácidos que le dan energía a tu vida diaria

ESPIRULINA

Ayuda a la salud cardiovascular, la energía y desintoxica tu cuerpo

COLÁGENO HIDROLIZADO

Salud de tu piel, cabello, uñas, articulaciones y huesos

OMEGA EXEL

Nutriente que reduce la inflamación, mejora la función cardíaca y reduce el colesterol



CONTÁCTANOS



1+ 800-813-4703

1+ 800-803-8660



1+ 809-475-6763



@pacworldwidecorporation

www.pacworldwidecorp.com

La magia renovada de de CIRQUE DU SOLEIL

LLEGA PARA ENCANTAR AL PÚBLICO DE MIAMI Y SUNRISE



El colorido espectáculo que ilustra el maravilloso mundo de los insectos se presentara en el KASEYA CENTER DE MIAMI DEL 14 AL 17 DE AGOSTO Y EL AMERANT BANK ARENA DE SUNRISE DEL 20 AL 24 DE AGOSTO



Ven y descubre el espectáculo que ha conquistado al mundo. OVO, el maravilloso show de Cirque du Soleil que lleva 15 años cautivando al público, llega a la ciudades de Miami y Sunrise con una versión renovada. El encantador espectáculo de OVO cuenta con un escenario completamente nuevo, innovadores actos de acrobacia, personajes originales, vestuarios rediseñados y una música llena de frescura. La obra de 53 acróbatas y músicos promete cautivar tanto a grandes como a chicos.

Después de un rotundo éxito a nivel global cautivado audiencias en 40 países y continentes como Europa, el Medio Oriente y Egipto, OVO regresa a Norteamérica para presentarse en el Kaseya Center de Miami del 14 al 17 de agosto y en el Amerant Bank Arena de Sunrise del 20 al 24 de agosto. Los Boletos se encuentran disponibles en www.cirquedusoleil.com/OVO.



HORARIO DE PRESENTACIONES:

Kaseya Center (Miami) - Agosto 14 al 17
Jueves, 14 de agosto a las 7pm
Viernes, 15 de agosto a las 7pm
Sábado, 16 de agosto a las 11 a.m., 3 p.m. y 7pm
Domingo, 17 de agosto a la 1 p.m. y a las 5pm

Amerant Bank Arena (Sunrise) - Agosto 20 al 24
Miércoles, 20 de agosto a las 7pm
Jueves, 21 de agosto a las 7pm
Viernes, 22 de agosto a las 3 p.m. y a las 7pm
Sábado, 23 de agosto a las 11 a.m., 3 p.m. y 7pm
Domingo, 24 de agosto a la 1 p.m. y a las 5pm





LLEVAMOS TU EMPRESA, PROYECTO Y PRODUCTO AL PRÓXIMO NIVEL !

Contamos con una amplia gama de servicios, los cuales se extienden en diversas áreas para satisfacer las necesidades de tu empresa, tu marca y emprendimientos.

En nuestra **Agencia de Mercadeo**, nos especializamos en la **Creación de Estrategias Publicitarias Efectivas**, el **Manejo de Imagen**, la **Producción de Espectáculos y Eventos Especiales**, la **Consultoría** en diversos aspectos del negocio y la gestión de **Relaciones Públicas**, tanto en el mundo *online* como *offline*.

Además, contamos con un equipo creativo y profesional en nuestra **Casa Productora Fílmica**, listo para dar vida a tus ideas a través de **Producciones de Alta Calidad**. Así como la **Creación de Contenido Fotográfico y Audiovisual** para Proyectos Inmobiliarios. **También contamos con Múltiples Servicios y Gestiones Diversas para lograr las metas deseadas.**

En conjunto, trabajamos para impulsar el éxito y la visibilidad de tu marca en el mercado.



LOS ANGELES, CALIFORNIA,
DOMINICAN REPUBLIC,
MIAMI, WESTON & ORLANDO,
FLORIDA

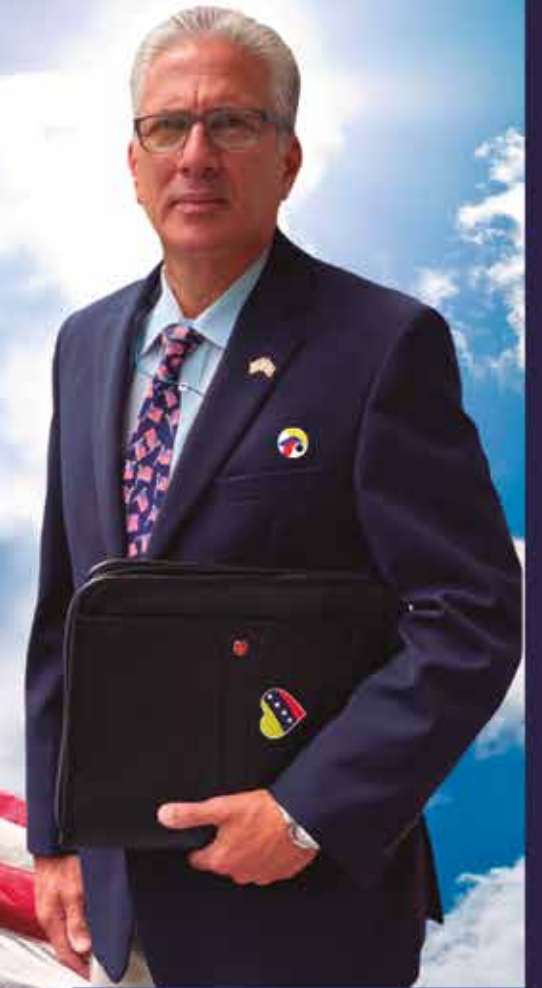
954-627-2461

@kdproductionsoficial



 EQUIPO VENEZUELA FOUNDATION

Defensa de Deportaciones
Asilo Político
Visa de Estudiante
Peticiones Familiares
Certificaciones Laborales
Permiso de Trabajo
Ciudadanía & Naturalización
Green Card
Apostilla de Documentos
Traducciones Certificadas



OSCAR GANEM

DIRECTOR DE EQUIPO
VENEZUELA FOUNDATION

7875 NW 107 AVE
SUITE 214. DORAL
FLORIDA. 33178 



 OSCAR_GANEM



+ 1 954 274 5399

PROHIBIDO MORIR EN Longyearbyen

La prohibición de morir en **Longyearbyen**, un pequeño asentamiento ubicado en el archipiélago de Svalbard, Noruega, es una curiosidad legal y cultural que ha captado la atención del mundo. Aunque suena a ficción, esta norma tiene fundamentos prácticos y científicos.

¿Por qué está "prohibido" morir en Longyearbyen?

Longyearbyen es una de las localidades más septentrionales del planeta, situada en una región de **permafrost** (suelo permanentemente congelado). Las temperaturas extremadamente bajas impiden que los cuerpos enterrados se descompongan de manera normal. Esto genera varios problemas:

Riesgo sanitario: Los virus y bacterias pueden permanecer activos durante mucho tiempo en los cadáveres congelados. De hecho, estudios han sugerido que restos de víctimas de la **gripe española de 1918** aún contienen cepas viables del virus.

Problemas logísticos: El suelo congelado hace que cavar tumbas sea extremadamente difícil. Además, los cuerpos enterrados pueden eventualmente emerger debido al deshielo parcial en el verano o movimientos del suelo.

Por estas razones, desde la década de 1950, se estableció que **no se permite enterrar a nadie en Longyearbyen**.

No existe una ley formal que prohíba morir, pero sí una norma práctica: si una persona está gravemente enferma o se encuentra en sus últimos días, se le traslada al continente noruego para recibir atención médica o cuidados paliativos, y eventualmente, para ser enterrado allí.

¿Qué ocurre si alguien muere en Longyearbyen?

En casos excepcionales en los que una persona fallece repentinamente (como por un accidente), el cuerpo se traslada posteriormente al continente. Longyearbyen

no tiene instalaciones para funerales ni cementerios operativos.

Otras restricciones peculiares

Longyearbyen también tiene otras reglas únicas debido a su entorno extremo:

- No se permite tener gatos, para proteger la fauna local.
- Cada residente debe estar **empleado o tener un motivo válido para vivir allí**.
- Todos deben estar preparados para los riesgos climáticos y de fauna salvaje, como los osos polares.

La "prohibición de morir" en Longyearbyen no es una ley punitiva, sino una respuesta lógica a las condiciones ambientales extremas del Ártico. Este caso ilustra cómo el ser humano adapta sus normas sociales y legales a la geografía y el clima, incluso cuando eso significa que en un lugar del mundo... **morir está, en la práctica, prohibido**.



Tfl.: 7865092396
Address:
12682 SW 8th St,
Miami, Fl. 33184

SCAN ME!



Services

- Hair Color
- Nails
- Nail fill-in
- Hand Nail fill-in
- Manicure
- Pedicure
- Hair Cut & Blow Out
- Balayage/Foilyage/Ombre
- Deep Conditioning Treatment
- Dry/Wet Cut
- Flat Iron/Curl
- Full Colorfull Highlight Glaze/Tone
- Kids Cut Only (6-12)
- Kids Hair Cut Only (1-5)
- M-L Women Cut & Blow Dry
- Men's Haircut Partial
- HighlightRoot Retouche
- Short Hair Cut & Blow
- Perm Keratin
- Eyelash extensions: Classic, Hybrid, Russian Volumen,
- Microblanding
- Henna & Wax





Silbo[®] gomero

El Lenguaje que Silba desde las **CUMBRES DE LA GOMERA**



En la era de los smartphones y la comunicación instantánea, cuesta imaginar que un silbido pueda transmitir mensajes complejos a través de montañas y barrancos. Sin embargo, en la isla de La Gomera, en el archipiélago canario, el **Silbo Gomero** ha sido durante siglos una forma de hablar sin palabras. Este lenguaje silbado, declarado **Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO en 2009**, es mucho más que una curiosidad: es un símbolo vivo de la cultura y la resiliencia de un pueblo.

¿Qué es el Silbo Gomero?

El Silbo Gomero es un **lenguaje silbado** que reproduce fonéticamente la lengua hablada, originalmente el español, aunque en sus inicios también se adaptó a lenguas anteriores como el bereber. A diferencia de un simple código de sonidos, el Silbo permite comunicar frases completas, preguntas, órdenes e incluso emociones. Está diseñado para

superar los obstáculos del terreno montañoso de la isla, donde los profundos barrancos dificultan la comunicación oral a larga distancia.

El lenguaje convierte los sonidos vocales y consonánticos en variaciones de tonos agudos y graves, con modulaciones específicas que imitan el patrón del habla. Esto permite que un mensaje pueda viajar **más de 3 kilómetros** dependiendo de las condiciones del viento.

Un Origen Ancestral

Aunque no hay registros escritos que precisen su origen, se cree que el Silbo fue traído a La Gomera por los **guanches** (antiguos habitantes bereberes de las Islas Canarias), quienes ya usaban formas de comunicación silbada. Con el tiempo, y tras la colonización española, el sistema fue adaptado al castellano y se mantuvo como una herramienta esencial en la vida rural gomera.

Durante siglos, los pastores, agricultores y vecinos utilizaron el Silbo para avisar de visitas, compartir noticias o dar instrucciones desde largas distancias. Con la llegada de las nuevas tecnologías, su uso cotidiano disminuyó, pero su valor cultural solo creció.

Renacimiento y Educación

En las últimas décadas, el Silbo Gomero ha experimentado un auténtico renacer.

Gracias a iniciativas gubernamentales y al esfuerzo de la comunidad local, el Silbo se enseña **de forma obligatoria en las escuelas** de La Gomera desde 1999. Niños y niñas aprenden no solo a silbar, sino a preservar un legado que los conecta con su tierra y sus antepasados.

También se celebran concursos, talleres y demostraciones para turistas y visitantes, lo que ha generado un renovado interés internacional por este lenguaje único.

Más que un Sonido: Una Identidad

El Silbo Gomero no es solo una herramienta práctica, sino una poderosa expresión de identidad. En un mundo globalizado, donde muchas lenguas y costumbres desaparecen, esta forma de

comunicación silbada ha resistido el paso del tiempo gracias al orgullo de quienes la practican.

Visitar La Gomera y escuchar una conversación silbada desde la ladera de una montaña no es solo una experiencia curiosa: es un viaje a un tiempo donde la naturaleza dictaba las formas de vida, y donde el ingenio humano convirtió un simple silbido en un canto a la cultura.

¿Sabías que...?

El Silbo Gomero solo utiliza **dos vocales y cuatro consonantes** adaptadas al silbido.

Algunos estudios han demostrado que el cerebro procesa el Silbo de manera similar a una lengua hablada.

Es la única lengua silbada del mundo que se enseña de forma institucionalizada.

El Silbo Gomero sigue resonando entre los riscos de La Gomera como un testimonio vivo de la capacidad humana para adaptarse, innovar y comunicar. Escucharlo es una invitación a descubrir la magia de una isla que, entre volcanes y laurisilvas, ha aprendido a hablar con el viento.



Por Mayra Blanco-Martínez y Cruz Martínez | blancomartinez555@gmail.com

Hoy tengo tanto que contarles que no se como condensarlo en estas páginas, pero como todo es importante, trataré de concentrarme en la esencia, especialmente cuando les he dado adelantos en ediciones anteriores.

“Y COMO FUE”, la obra de teatro sobre la vida de Benny More en la cual Franklin Virgüez nos demuestra sin lugar a dudas y una vez más, que es un actor de primera línea. Lleno total en el teatro de Westchester, pequeño pero acogedor y con mucho carácter. Franklin un experimentado actor venezolano, quien proviene de extracción humilde pero que al mismo tiempo fue educado con mucho amor y eso, eso amigos lectores, es lo que realmente importa en la vida; nos cuenta, que su abuelita fue su inspiración y quien le dijo: “Si quieres ser actor, vete a Caracas y allí es donde puedes lograrlo”.

Y eso hizo, comenzó desde abajo, estudio en la escuela de Arte Dramático Juana Sujo de gran prestigio en Venezuela y muy pronto, su talento natural y su trabajo continuo por ser, quien quería ser, fue descubierto así que, trabajó en las mejores producciones, en novelas de gran éxito todas, consagrándose de manera definitiva con su personaje de Por Estas Calles, una novela de gran contenido social, que fue vista yo diría sin exagerar, por todos y cada uno de los venezolanos.

En estos días y de nuevo, Franklin junto al tenor y director Carlos Silva, nos demuestra su excelencia en cada minuto de la obra, él no deja de ser ese trompetista motivado por la vida y de Benny Moré, que nos impacta de principio a fin por su caracterización dramática y perfecta al detalle, los aplausos fueron efusivos y clara muestra de su compromiso en las tablas y en cualquier lugar donde se presenta.

Franklin también ha destacado por su brillante trabajo en el cine ganando premios



y el reconocimiento de los venezolanos y el mundo, ahora nos traerá muy pronto una sorpresa, que aun no les puedo comentar pero que nos llenará de orgullo como siempre, cuando lo vemos en escena y sentimos, que nuestra gente está en la cúspide del talento y el éxito, donde quiera que estén y teniendo que comenzar cuantas veces haya que hacerlo. Mis respetos Franklin Virgüez, usted, es un señor de la actuación.

Por eso cuando a veces me dicen: es que a ti nada te gusta y yo de nuevo descubro, que no es cierto, simplemente que soy exigente y he visto tantas cosas buenas, realmente de calidad, impresionantes en sus producciones y ejecuciones, que siempre espero lo mejor y no me conformo con cualquier cosa, aunque peque por siempre tener grandes expectativas ¿si es que eso es un pecado?.

En el ballet, este mes se presentó en el Filmore Glenda Jackson theater de Miami Beach, el **Ballet Clasico Cubano** y aunque las primeras presentaciones debo confesarles que no me impactaron de manera especial comenzó a escalar la calidad de la producción y el Don Quijote me emocionó porque se vio allí el esfuerzo de estos jóvenes bailarines que quieren dar todo en escena. Quiero invitarlos especialmente para el Internacional Ballet Festival of Miami que se viene efectuando en nuestra ciudad desde mil

novecientos noventa y seis y es considerado como uno, sino el más importante festival de ballet de Estados Unidos, por la calidad extraordinaria de las compañías y bailarines estrellas que se presentan. Entre el veintiséis de Julio y diecisiete de agosto nuestra ciudad se vestirá de gala con el mejor ballet del mundo. Pueden ya adquirir sus entadas antes de que se agoten en el www.Internationalballetfestival.org.

De nuevo tuvimos la oportunidad de ver la presentación del documental **CUBA'S ETERNAL NIGH**, en la sala Diaz Ballart de la FIU y con un panel sensacional su director, productor y el padre Alberto ese sacerdote que realmente encarna la labor

de un cura del pueblo, de esos de verdad que ama a su gente y es capaz de denunciar sin miedo, incluso estando dentro de Cuba, tañeron sus campañas para reclamar libertad y verdadera igualdad en la isla tan oprimida política, social y

económicamente donde los gobernantes se enriquecen mientras el pueblo pasa hambre, no tiene luz ni agua, igual que en nuestra amada Venezuela. Ambos, mis dos países, ambos mi tristeza dos veces, ser víctima del comunismo, socialismo, revolución traicionada como quieran llamarle pero en una palabra opresión y explotación del hombre por el estado.



Impresionante el trabajo de este director ingles Jodan Allott quien crecio siendo educado para promover y defender la libertad con su arte y su esfuerzo continuo. Como les comente en mi columna anterior me impactaron mucho las leyendas, pequenos recuadros blancos con letras negras dentro del minucioso documental donde se explicaba la situación política real de Cuba, algo que siempre se intuye, se toca de lado sin mucho énfasis o claridad. Allott no lo sugiere, no solo lo presenta con testimonios reales de gente del pueblo de protagonistas reales sino que lo explica claramente para que no quede ninguna duda como debería ocurrir siempre porque aun hay tanta gente perdida creyendo en la falsa ideología de la revolución que da pena humana...



CURIEL INTERNATIONAL LOGISTICS es una NVOCC & IAC de propiedad y operación familiar con oficinas en los Estados Unidos y agentes en todo el mundo.

Nuestro objetivo es proporcionar un servicio personalizado y el mejor valor para nuestros clientes. El equipo CURIEL INT'L LOGISTICS está compuesto por profesionales de la industria y los negocios dedicados a satisfacer y superar las necesidades de nuestros clientes al garantizar que todos los requisitos logísticos se consideren y se gestionen profesionalmente. Desde nuestras oficinas en los EE. UU., nuestros gerentes están dirigidos y facultados para garantizar que el movimiento expedito y responsable de la carga se lleve a cabo de acuerdo con las instrucciones y el cronograma de nuestro cliente.

Manejamos cargas de contenedores completos (FCL), así como consolidaciones de carga (LCL) para nuestra división marítima, también manejamos carga aérea bajo licencia IAC y tenemos instalaciones completas de almacenamiento y carga de contenedores en nuestras ubicaciones de NY / NJ y Florida. También nos especializamos en cargas sobre dimensionadas y de dimensiones impares, equipo pesado y maquinaria de construcción, transporte de vehículos y movimiento de carga general por mar y tierra.



- Carga aérea • Carga marítima •
- Equipos pesados • Warehouse/export packing •
- Customs brokerage • Compras •



8465 W 44th Ave Suite 132 Hialeah, FL 33018
Telephone (305)2605131

www.curielgroup.com





Veggie
Omelette

Avocado
Toast

Chefy Sandwich

Picanha & Eggs



MyPanna.com f @ @ @ @pannastores

WESTON
2620 Weston Rd,
Weston, FL 33331
(954) 618-4017

WESTON TOWN CENTER
1731 Main Street
Weston, FL 33326
(954) 372-1944

DORAL
3887 NW 107th AVE.
Suite #101 Doral, 33178
(305) 614-0202

ORLANDO
13526 Village Park Dr #200
Orlando, FL 32837
(407) 270-7891



LLAME YA AL **786-272-2500**

NUEVA OFICINA
EN DORAL



Dr. S.J. Lanes
M.D.
Especialista en Varices
DORAL



Dr. Danielle Nicolazzo
D.O.
Dermatólogo
DORAL



Bertha Baum D.O.
M.D.
Dermatólogo
HALLANDALE

Hollywood Dermatology & Cosmetic Specialists

MEDICAL

- Evaluación anual de piel, cabello y uñas.
- Evaluación dermatoscópica de lunares
- Prevención, detección y tratamientos de cáncer de piel
- Caída de cabello, enfermedades de las uñas
- Acne, alergias, manchas en la cara, cicatrices.
- Verrugas (skin tags), picazón persistente

COSMETIC

- Lo último en tecnología para el rejuvenecimiento integral corporal
- Botox®, Fillers, Lasers, Peelings, Facials, Plasma, CoolSculpting®,
- Microdermabrasion, Photodynamic Therapy, Kybella®
- Tratamientos cosmético de várices y arañas vasculares sin dolor

Consulta Cosmética GRATIS



Dr. Eduardo Weiss

Hollywood
TEL: 954.961.1200

Doral
TEL: 786.272.2500

West Miramar
TEL: 954.843.9443

Pembroke Pines
TEL: 954.433.0455

Hallandale
TEL: 954.456.5050

