

GRATIS

EL MENSAJERO

De SWFL

Edición 112 - Febrero 2026

www.elmensajeroswfl.com

El periódico de NUESTRA COMUNIDAD

SÍGUENOS
ESCANEANDO EL
CÓDIGO QR



NISSAN
SALES EVENT



\$0 PAGO INICIAL
0% INTERÉS O
\$0 PAGOS
POR 6 MESES

TE PAGAMOS HASTA
\$8,000 POR ENCIMA DEL
VALOR DE TU VEHÍCULO

Nissan
Of Fort Myers

13985 S Tamiami Trail
Fort Myers FL
239-415-8600
Abiertos Durante la Construcción

Nissan
Of Cape Coral

2201 NE Pine Island
Rd Cape Coral FL
239-308-4018

*Visita el concesionario para más detalles

DESTACADO DEL MES: ABOGADO SEÑOR VICTOR ARIAS

Con más de 33 años de experiencia el Abogado busca el apoyo de los electores en su candidatura al Congreso para seguir sirviendo a la comunidad con la excelencia que define. **PÁGINA 10**



HURTADO
IMMIGRATION
LAW FIRM



Pablo S. Hurtado, Esq.
Hurtado Immigration Law Firm
Immigration & Nationality Law

Dirigiendo a una nueva generación de inmigrantes en su búsqueda de la felicidad como ciudadanos estadounidenses.

- Ciudadanía y naturalización
- Inmigración familiar y visas
 - U Visas para víctimas
 - Perdonos
 - Proceso consular
- Green card residencia permanente

Tel | (239) 362-3670
Fax | (239) 362-3671
4461 Camino Real Way
Fort Myers, FL 33966


Hurtado Immigration Law Firm


LEGENDS
SPORTS BAR & LOUNGE

239-961-8062
Naples | 8955 Tamiami trail north,
Naples FL 34108

¡La mejor experiencia latina en Naples!

¡Disfruta los sabores
colombianos, peruanos y
americanos con buena vibra,
música y diversión!



Martes: Jazz Music **Miércoles:** Country Night. Line dance lessons. **Jueves:** Salón del Despecho & Karaoke desde las 8:30 PM
Viernes y Sábados: Música en vivo 8:00 PM – 10:00 PM **Viernes y Sábado Noches Latinas:** de DJ 10:00 PM – 2:00 AM
Sábados y Domingos: Brunch 11:00 AM – 3:00 PM



Vuelve a sentirte tu mismo con la Terapia de Reemplazo Hormonal Bioidéntica (BHRT)

Nuestros servicios:

- Terapia de Reemplazo Hormonal Bioidéntica (BHRT).
- Pérdida y control de peso.
- Telesalud.
- Análisis de la composición corporal.
- Consulta con nutricionista.
- Revisión de pruebas de laboratorio.

Dra. Tania Espinal-Krane

Médica certificada en medicina interna con más de 10 años de experiencia. Ahora especializada en terapia de reemplazo hormonal bioidéntica.

(239) 966-2478

Bonita Springs, FL. | AmritaLifeHealth.com

Contáctenos para una consulta gratuita



Transforma tus ojos

Los párpados caídos pueden afectar nuestra visión y envejecer nuestra apariencia. ¡La cirugía de párpados puede mejorar su visión y, al mismo tiempo, hacer retroceder el tiempo!

Raul Hernandez Rubio, DO - Especialista en Oculoplástica

¡Programe su consulta hoy!



The Eye Associates
Formerly Eye Centers of Florida

888.393.2778 | ecof.com

BLEFAROPLASTIA DEL PÁRPADO SUPERIOR





\$0 PAGO INICIAL
0% INTERÉS O
\$0 PAGOS POR 6 MESES

TE PAGAMOS HASTA
\$8,000 POR ENCIMA DEL
VALOR DE TU VEHÍCULO

Nissan
Of Fort Myers

13985 S Tamiami Trail
Fort Myers FL
239-415-8600

Abiertos Durante la Construcción

Nissan
Of Cape Coral

2201 NE Pine Island
Rd Cape Coral FL
239-333-2271

www.CreditoNissan.com

* Visita el concesionario para más detalles.

**Dream homes
start here**



Malcolm
GIANELLA

Financing the World - One Loan at a Time!

MORTGAGE LOAN OFFICER

Malcolm Gianella

Mortgage Advisor
NMLS1929631

239-784-2048

malcolm@maxwellmortgageloans.com
Maxwell Mortgage Team
9115 Galleria Ct 2nd floor, Naples, FL 34109



**En MC Golden Insurance reunimos a experimentados
Agentes de Seguros para brindarte el mejor servicio.**

- Seguros de salud de Obamacare: Ambetter, Aetna, Florida Blue, United, Oscar, Molina, Cigna, Amerihealth.
- Medicare/ Planes de Medicare
- Seguros privados y planes de descuentos de salud.
- Planes dentales y de visión.
- Seguros de viajes internacionales.
- Seguros suplementarios: protección para deshabilitación, cáncer, accidente grave, protección de mortgage, etc.
- Seguros de vida de término y permanentes. Planes de retiro.
- Seguro para gastos finales.

**Te asesoramos y te atendemos todo el año, sin costo,
en español y en inglés.**

**Asesores de Seguros de Salud y Vida
más cerca de ti**



MC GOLDEN INSURANCE LLC

4766 Golden Gate Pkwy, suite 4, Naples, FL, 34116

786 322 9449 | 239 778 5427

enrollment@mcgoldeninsurance.com
mcgoldeninsurance.com



Disfruta de nuestra gran variedad de Productos!

Ven y encuentra una gran variedad de abarrotes y los mejores productos hispanos que tanto le gustan a nuestra comunidad.

Disfruta de nuestros deliciosos platillos como quesadillas, gorditas, tacos, posole y tamales.



Además encontrarás las bebidas y snacks que necesitas Para Pasarla bien!

(239)689-1406

@sc_supermercado San Carlos SuperMercado
supermercado19150@gmail.com
19150 Acorn Rd # 101, Fort Myers, FL 33967

- Envíos de Dinero
- Cambios de Cheques



Silva's

¡Pre-órdenes abiertas para nuestro Pan de Jamón!



¡La temporada más deliciosa llegó a Silva's Bakery & Coffee Roastery!

Haz tu pedido anticipado desde noviembre/diciembre y disfruta de nuestro increíble Pan de Jamón artesanal, el más famoso de SWFL, hecho bajo nuestra estricta receta tradicional

¡Llámanos al

239-325-9356

En horario laboral para reservar tu orden!

Lunes - Sábado 7:00am - 3:00pm



10823 Tamiami Trail N, Unit I,
Naples, FL, 34108

"From our bakery to your heart."



Una estación en flor



Nature Play
¡Ya están disponibles!



Este invierno, el jardín estalla de color con *ChromaFlora*. Se exhibirá hasta el 25 de mayo.

CON EL APOYO DE
Wintrust Banking Center



Rhythm & Blooms
Noches seleccionadas, de febrero a mayo

En colaboración con FGCU Bower School of Music Jazz Area
CON EL APOYO DE The Arlington of Naples and John & Dorothy Guigon
Etienne Charles | Foto de NACIÓN IMAGO



Naples Botanical Garden™

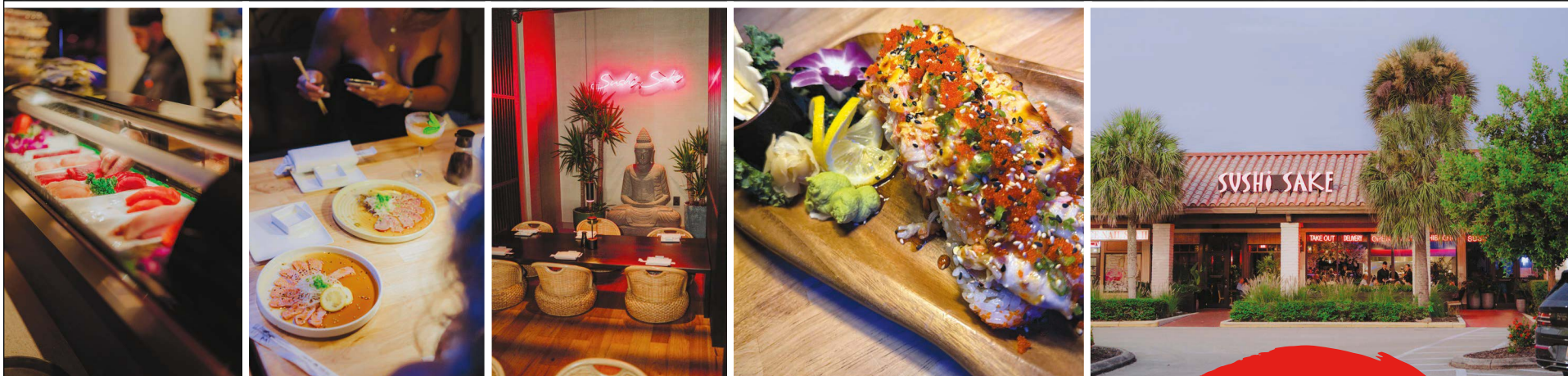


Descubre todo lo que te espera esta temporada en napesgarden.org

SUSHI SAKE

DONDE LA COCINA TRADICIONAL JAPONESA SE FUSIONA CON LOS VIBRANTES SABORES LATINOS EN EL CORAZÓN DE NAPLES.

Ofrecemos una nueva perspectiva de la experiencia del Sushi sin dejar de rendir homenaje a las técnicas tradicionales.



Elaboramos cada plato con ingredientes de alta calidad y una gran maestría.

- Sashimi cortado con maestría
- Nigiri delicadamente equilibrado
- Creativos rollos especiales
- Platos Hibachi preparados con precisión y estilo

También ofrecemos un servicio completo de bar y licores

- Amplia selección de cócteles
- Vinos
- Cervezas
- Licores

Agregamos el sutil toque latino con salsas atrevidas, notas cítricas brillantes e influencias sabrosas que reflejan la diversidad cultural de nuestra comunidad.

El ambiente es cálido, energético y acogedor, un lugar donde las familias se reúnen, los amigos celebran y los recién llegados se sienten rápidamente como en casa.

Sushi Sake Naples es más que un restaurante; es una fusión de culturas, sabores y hospitalidad. Al combinar la tradición japonesa con el espíritu latino, ofrece una experiencia gastronómica refinada y emocionante, un fiel reflejo de la creciente y diversa escena culinaria de Nápoles.

 **(239) 497-8626**

 **@sushisake_naples**

 **11180 Tamiami Trl N, Naples, FL 34110**

EL MENSAJERO
de SWFL

EDICIÓN 112

DIRECTORIO

PUBLISHER
Milka Valdivia Pratt

REPORTERA LOCAL
Silvia Diez

EDITOR
Wilfredo Alvarez

FOTÓGRAFOS:
Jhayson Martínez

COLABORADORES:
Inés Ehulech
Diana Rojas

MARKETING Y PUBLICIDAD
agent@mediaccontentintl.com

239-200-2672

MCI

Media Content International

Miembros de la SIP (Sociedad Interamericana de Prensa)



SOCIEDAD
INTERAMERICANA
DE PRENSA

EQUIPO EDITORIAL

Director General
Guillermo Navarro

Director Editorial
Esteban Gil

Director de arte
Joel Sahagún

Diseño Editorial
Odeth Vázquez

Los textos son responsabilidad
de sus autores.

¿Tienes alguna noticia o
evento que quieres com-
partir con tu comunidad?

Contáctanos a:

239-200-2672

941-323-6312

agent@mediaccontentintl.com

facebook

Encuétranos en nuestra
página de Facebook como:
elmensajeGG



Celebrar el amor en todas sus formas

Febrero suele llegar envuelto en corazones, flores y cenas románticas. Durante años nos enseñaron que este mes pertenece solo al amor de pareja, como si el amor tuviera una sola forma y una sola fecha. Pero la vida —y especialmente la vida de las mujeres latinas— nos ha demostrado algo distinto: el amor es mucho más amplio, más profundo y más necesario de lo que cabe en una sola etiqueta.

Está, por supuesto, el amor de pareja. Ese que se construye con paciencia, respeto y complicidad. No el amor perfecto de las películas, sino el real: el que sobrevive a los días largos, a las diferencias y a los silencios. Celebrarlo es válido, y también lo es reconocer que amar bien requiere trabajo, comunicación y cuidado mutuo.

Pero el mes también puede ser un espacio para el amor propio, ese que muchas veces postergamos. Querernos no es egoísmo; es salud. Es aprender a poner límites, a escuchar el cuerpo, a hablarnos con la misma ternura con la que cuidamos a los demás. Para muchas mujeres, especialmente quienes sostienen familias, trabajos y comunidades, el amor propio es una forma de resistencia.

Y sí, también está el amor en soltería. Estar sola no significa estar incompleta. Significa, muchas veces, estar en un proceso de

crecimiento, sanación o elección consciente. Celebrar febrero desde la soltería puede ser una oportunidad para agradecer la libertad, la amistad, los proyectos personales y la tranquilidad de caminar a nuestro propio ritmo.

En tiempos polarizados, donde el discurso público suele dividir y enfrentar, el amor al prójimo se vuelve urgente. Amar al vecino, a la amiga, a la compañera de trabajo. Amar con empatía, con escucha, con pequeños gestos que reconstruyen lo que el ruido intenta romper. Como comunidad en SWFL, sabemos que el amor se expresa en lo cotidiano: en compartir, en apoyar, en cuidar a quien lo necesita sin preguntar demasiado.

Febrero no tiene que ser una fecha excluyente. Puede ser una invitación a ampliar la mirada y reconocer que todo amor suma. Que siempre hay algo positivo que rescatar cuando elegimos amar con intención, incluso en medio de la incertidumbre.

Porque cuando el amor deja de ser solo un asunto de pareja y se convierte en una práctica comunitaria, la esperanza también encuentra su lugar.

¡El amor es el mejor regalo que podemos darnos!

MILKA PRATT
PUBLISHER

E
C
I
D
I
N

DESTACADO DEL MES: VÍCTOR ARIAS

ANIVERSARIO SR. TEQUILAS

GALA EN SWFL

CANDIDATURA DE AMIRA FOX

ELECCIONES PRIMARIAS

AMOR PROPIO EN SAN VALENTÍN

PRIMER ENCUENTRO MUJER DE ORO

EL PRINCIPIO DEL RENACER

RIESGOS DE DERRAME CEREBRAL

RECETA

HORÓSCOPO

10

12

14

16

18

20 Y 21

22

24

26

28

38





Nos centramos en ofrecer una atención oftalmológica cálida y personalizada.

Queremos que cada paciente se sienta atendido, escuchado y cuidado.

Nuestros servicios:

- Exámenes oculares completos para adultos y niños (espejuelos y lentes de contacto)
- Exámenes oculares para pacientes diabéticos
- Diagnóstico y tratamiento de enfermedades oculares como glaucoma y degeneración macular
- Diagnóstico y tratamiento del ojo seco
- Co-manejo de cirugía LASIK y cirugía de cataratas
- Atención de urgencias oculares
- Atención con tecnología moderna y equipos de última generación

Maivys Longa O.D.

Longa Family Eyecare
16964 Alico Mission Way, Suite 204
Fort Myers, FL, 33908

P: (239)416-9894

F: (239)294-3531

f Longa Family Eyecare @ Longafamilyeyecare
Longa.family.eyecare



ORLANDO BENÍTEZ
ASESOR DE SEGUROS

¿Quieres saber más sobre planes médicos y de Inversión? Hablemos de:



- SEGUROS DE SALUD
- SEGUROS DE VIDA
- PLANES DE OBAMACARE
- PLANES DENTALES + VISIÓN
- SEGUROS SUPLEMENTARIOS
- PLANES DE SALUD CORPORATIVOS
- FONDOS DE INVERSIÓN (PLAN DE RETIRO)
- MEDICARE ADVANTAGE
- PLANES DE GASTOS FINALES



ORLANDO BENÍTEZ
AGENTE DE SEGUROS DE VIDA Y SALUD

Contáctame al

(239) 287-4909

@orlandob.insurance



MARIELA EMBLIDGE

**4075 Pine Ridge Road Suite 5, Naples
Esquina de Collier Blvd**

(239)465-0858

MarielaE@allstate.com

SE HABLA ESPAÑOL



Allstate®
Usted está en buenas manos.

PROTEJA SU MUNDO



AUTO • VIVIENDA • VIDA • NEGOCIOS

LLÁMENOS AHORA PARA UNA COTIZACIÓN GRATIS

Algunas personas piensan que Allstate sólo protege su coche. La verdad es que Allstate también puede proteger su casa o apartamento, su barco, motocicleta e incluso su jubilación y su vida. Y la mejor parte de su mundo se pone en buenas manos, cuando más se puede ahorrar.



SILVIA DIEZ
EL MENSAJERO

DESTACADO DEL MES: **ABOGADO SEÑOR VICTOR ARIAS**

EL EMPODERAMIENTO DE LA EDUCACIÓN: “UN LLAMADO A SERVIR”

El abogado Víctor Arias es el propietario y gerente de The Arias Law Firm, P.A. y ha ejercido de manera destacada su profesión por más de 33 años. Él y su esposa Angelette, tienen dos mellizos, Ariana y Víctor.

Son un matrimonio feliz con valores invaluables y principios basados en Dios. El Sr. Arias nació en República Dominicana y se crió en Manhattan, New York, en Douglas Housing Projects. Estudió Literatura española en Madrid, España y se licenció en Bellas Artes en el Hamilton College de Clinton, Nueva York.

Recibió su Doctorado en Jurisprudencia en la Universidad Estatal de Nueva York en la Facultad de Derecho de Buffalo. Se desempeñó como ex abogado del personal durante más de siete años en el Distrito del Condado de Lee y el Condado del Distrito del Condado de St. Lucie combinados. El señor Arias es un Líder experimentado como candidato a Superintendente de las escuelas del Condado de Lee para las últimas elecciones de noviembre 2024. “Un humilde deseo es el de ayudar a todos nuestros niños”, nos comentó como una de sus principales motivaciones.

**Hoy está postulándose
para Candidato al
Congreso de los Estados
Unidos.**

Las elecciones al Congreso de Estados Unidos se celebrarán el 3 de noviembre de 2026, con



la renovación de los 435 distritos de la Cámara de Representantes y 33 escaños del Senado, además de cinco miembros sin derecho a voto. Actualmente, los republicanos controlan ambas cámaras: en el Senado tienen 53 escaños frente a 45 demócratas, con dos independientes alineados a estos últimos; en la Cámara cuentan con 219 representantes frente a 213 demócratas y tres vacantes.

En las elecciones de 2024, los republicanos lograron una ganancia neta de cuatro escaños en el Senado y consolidaron su mayoría en la Cámara con 220 a 215. Para 2026, los demócratas necesitan ganar cuatro escaños en el Senado y tres distritos en la Cámara para recuperar el control, mientras que los republicanos no pueden perder más de dos en cada cámara para mantenerlo.

Al 19 de diciembre de 2025, nueve senadores y 44 representantes anunciaron que no buscarán la reelección. Además, se celebrarán dos elecciones especiales: una para cubrir el mandato del Secretario de Estado Marco Rubio (R-Florida) y otra para el del Vicepresidente J.D. Vance (R-Ohio), ambos elegidos en 2022. Los nuevos senadores y representantes comenzarán sus mandatos el 3 de enero de 2027.

En este contexto, el abogado Víctor Arias, residente en SWFL, ha decidido postularse como candidato al Congreso, motivado por la importancia de estos comicios en la definición del futuro político del país.



Cuidamos de los tuyos

NUESTROS SERVICIOS:

- **Medicaid (LTC) y atención privada**
- Enfermería no especializada
- Asistentes médicos a domicilio
- Recordatorios de medicamentos
- Preparación de comidas
- Cuidados personales
- Tareas domésticas ligeras

Contáctanos:

Yodarmis Pompa
(Dueña y Administradora)

Tel: 239-529-1794
Fax: 239-529-1795

Summer Style Life LLC, 2335 9th Street N, Suite 210, Office 3, Naples, Florida, 34103
summerstylelifeoffice@gmail.com

NPI: 1548019953
TAX ID: 92-3495739
LICENSE: 122430000



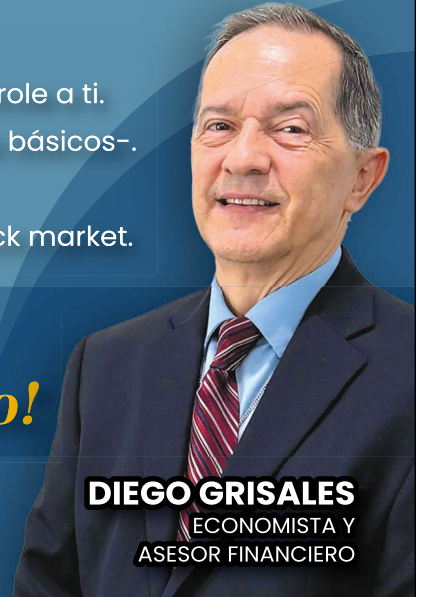
Un dólar: ¡Primer paso a la libertad financiera!

¡Este libro estará disponible muy pronto!

- Aprende a controlar tu dinero.
- No permitas que el dinero te controle a ti.
- Aprende a ahorrar -fundamentos básicos-.
- Primeros pasos a la inversión.
- Aprende a ganar dinero en el stock market.

¡Comunícate conmigo ya mismo!

- ✓ **Asesorías individuales.**
- ✓ **Asesorías grupales.**



DIEGO GRISALES
ECONOMISTA Y
ASESOR FINANCIERO

✉ diegogrisales0522@hotmail.com

☎ **239-961-8100** 📷 **DIEGRIGO2003**

Stratus Building Solutions of Fort Myers Liderando la limpieza comercial con integridad y compromiso.

¡SÉ TU PROPIO JEFE!

Empieza tu propio negocio en la industria de la limpieza comercial con tan solo \$1,000 de inversión inicial.

En Stratus Building Solutions of Fort Myers, te ofrecemos las herramientas, el respaldo y la oportunidad real de construir un futuro independiente con un modelo de franquicia probado.

- ✓ Comienza con solo \$1,000 de inversión inicial
- ✓ Base de clientes garantizada
- ✓ Soporte y entrenamiento continuos
- ✓ Industria resistente a la recesión
- ✓ ¡Alta demanda todo el año!

La limpieza comercial es esencial, constante y confiable — incluso en tiempos difíciles.

¡Aproveche esta oportunidad de oro para lograr independencia financiera y estabilidad!



📞 **¿Listo para empezar?**

Llámanos hoy: 239-790-1007

📍 **Visítanos: 11000 Metro Pkwy,
Unit 15, Fort Myers, FL 33966**

17º ANIVERSARIO DE SEÑOR TEQUILA'S



SILVIA DIEZ
EL MENSAJERO
Fotografías Por Jhayson Martinez

La celebración del 17º aniversario de Señor Tequila's Mexican Grill en Naples fue un evento festivo con ambiente muy animado que se realizó el 25 de enero del 2026.

Hubo música en vivo a cargo del Mariachi Juárez, lo que le dio un toque tradicional y festivo mexicano. También nos regaló unos momentos muy lindos Marelis con su gran voz durante la celebración, animando a los asistentes.

Se ofrecieron margaritas, tequilas y cubetas de cerveza en promoción, lo que ayudó a crear un ambiente de fiesta entre los clientes.

Como suele ser típico en los eventos de Señor Tequila's muchas personas se reunieron con amigos y familia para disfrutar de la deliciosa comida y fiesta mexicana. Compartieron platillos, brindaron y celebraron juntos estos 17 años de servicio del restaurante todos los asistentes. Le auguramos muchos años más a Señor Tequila's y aprovecho a título personal y del equipo de El Mensajero para agradecerle a la Señora Elvia Fletes por estar siempre con nosotros. ¡Feliz Aniversario Señor Tequila's!



Comprometidos con invertir en tu **Sueño Americano.**

Visas de inversión, peticiones familiares, ciudadanía y defensa migratoria — asesoría confiable en todo EE. UU.



Abogados de Confianza

Asesoría experta en
inmigración y resultados
comprobados en Florida.

239.208.2680

DeMineImmigration.com

Info@DeMineImmigration.com

1601 Hendry Street, Fort Myers, FL

1400 Kimdale St E, Lehigh Acres, FL



DeMine
Immigration
Law Firm



Visítanos el *Día de San Valentín*

Aquí encontrarás los
mejores platillos y
bebidas de México



**Mariachi Juárez
en Señor Tequila
de Pineridge**

Viernes 13
Desde las 6pm

**Celebrando a los
enamorados**

11965 Collier Blvd. #1
Naples, FL

239-352-1242

26801 S. Tamiami Trail
Bonita Springs, FL

239-948-9700

13040 Livingston Rd.
Naples, FL

239-263-6788



GALA DEL SWFL HISPANIC CHAMBER OF COMMERCE

SILVIA DIEZ
EL MENSAJERO

La gala del Southwest Florida Hispanic Chamber Of Commerce que tuvo lugar el sábado en el Collaboratory fue el evento conocido como “Noche de Invierno Encantada / Enchanting Winter Evening Gala 2026”, organizada como parte de las actividades anuales de la cámara en Southwest Florida.

Fue una celebración elegante y cultural bajo un ambiente festivo decorado con luces blancas y azul plateado, que destacó la unidad, la cultura y el orgullo hispano en la región.

El objetivo principal fue reunir a líderes empresariales, miembros de la comunidad y asociados de la cámara para celebrar logros, hacer networking y fortalecer vínculos dentro del tejido empresarial y social del área.

Cócteles y aperitivos desde el inicio de la noche, que crearon un ambiente sofisticado y acogedor. Hubo momentos para socializar y conectar entre emprendedores, patrocinadores, y representantes de negocios hispanos de toda la región.

La gala combinó tanto la celebración de la cultura hispana como la promoción del crecimiento y colaboración económica en Southwest Florida. El evento fue una excelente oportunidad para que miembros de la cámara y la comunidad empresarial local se conectaran con aliados estratégicos y compartieran visiones



para el 2026. Asistieron tanto empresarios, profesionales, como líderes comunitarios interesados en fortalecer la presencia hispana en negocios y desarrollo local.

En resumen, la gala fue una noche elegante con gran participación comunitaria, enfocada en celebrar los éxitos y continuar impulsando las relaciones y oportunidades para la comunidad hispana en Southwest Florida.

La presidente Edye Button, Vice Chair Silvia Diez y miembros

del board: Kami Delbagno, Jennifer Rodriguez, Anthony Devita, Michael Haley, Margarita Gonzalez,

Maikel & Lucas Delgado. Y Embajadores como Patricia Arévalo, Iris Serrano y Carlos Cuza.

La decoración estuvo a cargo de Events Sky High Party Rentals, la música de Noel Perodin y Flordivinas que tuvieron un especial baile. Todos ellos fueron quienes se encargaron de darle este ambiente tan hermoso al evento.



Medicare Período de Inscripción Abierta Octubre 15 a Diciembre 7



Podemos proveerle información particular de lo que está disponible para ayudarle a tomar la decisión correcta para el 2026.



Seguros de Salud
Privados o con el
subsidio del Gobierno
(ACA)



**Seguros
Medicare**
Supplements
o Advantage - Parte C

**Este año se esperan cambios significativos
en los planes de Medicare, incluyendo:**

- Aumentos en los deducibles y límites de gastos de bolsillo
- Ajustes en los beneficios del plan, acceso a medicamentos y las redes de proveedores y doctores.



Agende hoy mismo su cita llamando o escaneando este código QR para poner su nombre en mi calendario.



Carmen Lucas
Licensed Health and
Life Insurance Broker

Representamos las compañías de seguros más importantes de su área.

Medicare Disclaimer- We do not offer every plan available in your area. We represent a number of MA organizations, which offer products in your area. Any information we provide is limited to those plans we do offer in your area. Please contact Medicare.gov, 1-800-MEDICARE, or your local State Health Insurance Program to get information on all of your options.

✉ **Info@myatozinsured.com**

🌐 **www.MyAtoZInsured.com**

Con oficinas en Fort Myers y Naples para atender a sus clientes

15050 Elderberry Ln #6, Fort Myers, FL 33907 • 5660 Strand Court, Naples, FL 34110

📞 **Oficina (833) 935-5546**

📞 **Directo (239) 963-5225**

**¿SABÍAS
QUE?**

**El cuerpo tiene sus propios receptores
cannabinoides. Estos receptores se encuentran
en todo el cuerpo y pueden ser más comunes
que cualquier otro sistema receptor.**

SOURCE Iniciativa de Educación e Investigación sobre la Marihuana
Medicinal de la Universidad A&M de Florida (FAMU MMERI)

Pon a prueba tus conocimientos sobre la marihuana medicinal en

MMERI.FAMU.EDU/EDUCATE



FAMU FLORIDA A&M UNIVERSITY
MEDICAL MARIJUANA EDUCATION
AND RESEARCH INITIATIVE



Conéctese con nosotros @MMERIFAMURadio



AMIRA FOX

PRESENTA SU CANDIDATURA



SILVIA DIEZ
EL MENSAJERO

Amira Fox, Fiscal del Estado (State Attorney) en el 20° Circuito de Florida, fue elegida por primera vez en noviembre de 2018, y fue la primera mujer en ocupar ese cargo en la historia del circuito que cubre los condados de Charlotte, Collier, Glades, Hendry y Lee. Fue reelegida sin oposición en 2022 y continúa con su mandato vigente hasta enero de 2027.

Como fiscal, su responsabilidad principal es dirigir las investigaciones y procesar casos criminales en su jurisdicción, que incluyen delitos graves como homicidios, tráfico de drogas, delitos sexuales, y otros crímenes importantes.

Antes de ser fiscal electa, trabajó durante muchos años en la Oficina del Fiscal del Estado, ocupando diversos cargos como asistente y jefe de unidades importantes como homicidios y delitos económicos.

- Presidenta de la Florida Prosecuting Attorneys Association (FPAA), una organización profesional que agrupa a los fiscales de todo el estado.
- Ha creado unidades especiales como la Cold Case Homicide Unit para revisar casos antiguos sin resolver.
- Fundó la NETFORCE, una fuerza de trabajo conjunta para combatir narcotráfico, crimen organizado y lavado de dinero en su circuito.
- Miembro de varios comités judiciales y nombramientos estatales, incluyendo la Florida Medical Examiners Commission y el Judicial Nominating Commission del Sexto Distrito de Apelaciones.

En Naples Grande Hotel ella presentó el 22 de enero su candidatura para postularse nuevamente al cargo en el cual se viene desempeñando de manera excelente.





Employee Care inc.

Payroll • Employee Leasing

**Brindamos Soluciones
Asequibles para la
Administración de su
Personal
Somos especialistas en:**

- Administración de Nómina
- Recursos Humanos
- Subcontratación
- Capacitación de Seguridad en el Trabajo



Llárame para
una consulta
**MAIKEL
DELGADO**

☎ 239-945-9988 | 📱 239-246-3534
🖨 1-855-411-7598

3949 Evans Ave, Suite 401 | Fort Myers, FL 33901

Si tú o alguien que amas está siendo abusado(a) a nivel emocional, físico o financiero, por favor comunícate con El Shelter para recibir servicios gratuitos y confidenciales



- Línea de crisis contra la violencia doméstica
- Planes de seguridad
- Servicios de consejería
- Albergue de emergencia
- Asesorías legales
- Grupos de apoyo
- Empoderamiento económico
- Asistencia para la vivienda



¡HAY UNA SALIDA!

Llama o envia un mensaje de texto al
239-775-1101 • naplesshelter.org

JT INCOME TAX, LLC.

WE PROVIDE PEACE OF MIND!

- Planificación de Impuestos
- Preparación de Impuestos
 - Personales
 - Negocios
 - Corporaciones
- Bookkeeping
- Contaduría
- Emprendimientos
- LLC
- Traducciones



JORGE TORRES
Presidente

Oficina: 239-265-3591
Correo: jorge@jtincometax.com

3444 Marina Town Lane, Ste 23
North Fort Myers, FL 33903

**SE HABLA
ESPAÑOL**



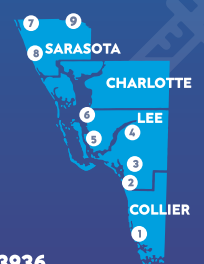
HAZTE MIEMBRO DE NUESTRO GRUPO MÉDICO GALENUS

**Disfruta de nuestros
SERVICIOS Y BENEFICIOS**

- Excelentes doctores y personal
- Atención de calidad por un costo asequible
- Programas de atención preventiva y bienestar
- Acceso a clínicas primarias sin la necesidad de esperar mucho tiempo
- Coordinación de servicios de: Laboratorios, radiografías, farmacia, atención domiciliaria, hospicio y fisioterapia

Si tiene Medicare, pregunte por nuestro programa **Cuidado Coordinado**

- 2 Bonita Springs
- 3 Lehigh Acres
- 4 Fort Myers
- 5 North Fort Myers
- 6 Cape Coral
- 7 Hillsborough Tampa
- 9 Pinellas St Petersburg



📍 1530 Lee Blvd,
Lehigh Acres, FL 33936

**Orgullosamente
SOCIOS DE**

aetna



www.galenusgroup.com



info@galenusgroup.com



(239) 230-7087 Galenus Group
(239) 368-7310 Provider Office



ELECCIONES PRIMARIAS DEL SCHOOL BOARD:

POR QUÉ SU VOTO IMPORTA EN COLLIER



AMERICAN-HISPANIC REPUBLICAN CLUB

El 18 de agosto se celebran las elecciones primarias para el School Board. No solo es crucial el voto de los padres; el voto de

todos los residentes de Collier es igualmente importante, porque las decisiones del School Board afectan a toda la comunidad.

Preocupaciones sobre el currículo y el ambiente escolar:

- En los últimos años, se ha denunciado el uso de materiales con contenido sexual explícito en algunos textos, inapropiados para menores, incluso con referencias a relaciones entre menores y adultos.
- Según reportes (por ejemplo, AP), se han investigado casos

la posible administración de medicaciones de transición sin el consentimiento informado de los padres. [<https://apnews.com/article/transgender-center-st-louis-washington-university-review>]

- El distrito escolar de Collier solicita y recibe anualmente un presupuesto elevado; el más grande entre los distritos con potestad tributaria de nuestra comunidad, destinado, en parte, a materiales educativos que, según críticos, distorsionan la realidad, debilitan el núcleo familiar y los valores religiosos, e incentivan

la inmoralidad. El temor es que esto normalice una sociedad sin brújula moral.

Participación ciudadana; clave para el cambio:

- Asistir a las reuniones del School Board permite informarse de primera mano sobre los temas que afectan a los niños.
- La participación activa ayuda a identificar a los candidatos que realmente defenderán el bienestar de los estudiantes.
- El voto en las primarias es decisivo para encaminar las políticas educativas hacia

estándares académicos rigurosos, transparencia y respeto a la familia.

Llamado a la acción:

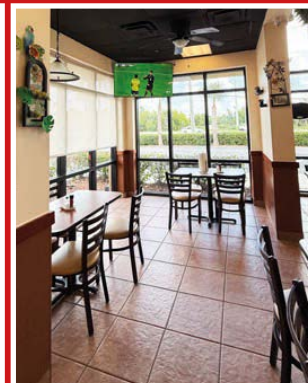
- Marque el 18 de agosto en su calendario.
- Infórmese sobre los candidatos y sus posiciones.
- Participe en las reuniones y exija responsabilidad y claridad en el uso del presupuesto y en los contenidos curriculares.

La educación de nuestros niños y el futuro de Collier dependen de una ciudadanía informada y comprometida. ¡Su voz y su voto cuentan!

NOW OPEN



**16960 South Tamiami
Trail, Fort Myers, FL 33908
(239) 672-4253**



**Disfruta de un espacioso salón
y un gran ambiente familiar
Contamos con Drive Thru**



**Cristina
PAYERO**

Branch Manager | NMLS# 309923
239.293.8060
Cristina.Payero@PreferredRate.com

1. PRÉSTAMOS CON ITIN Y CON PERMISO DE TRABAJO
2. PRÉSTAMOS DE CONSTRUCCIÓN
3. PRÉSTAMOS PARA EXTRANJEROS
4. AYUDAS DEL GOBIERNO
5. LA CONSULTA ES GRATIS, ¡LLÁMAME!



1421 PINE RIDGE ROAD, STE. 220 | NAPLES, FL 34109

© 2023 American Pacific Mortgage Corporation (NMLS 1850). All information contained herein is for informational purposes only and, while every effort has been made to ensure accuracy, no guarantee is expressed or implied. Any programs shown do not demonstrate all options or pricing structures. Rates, terms, programs and underwriting policies subject to change without notice. This is not an offer to extend credit or a commitment to lend. All loans subject to underwriting approval. Some products may not be available in all states and restrictions apply. Equal Housing Opportunity.



Pare de rentar y compre su

CASA

**Refinanciamientos, ayuda
con el Plan de Estímulo
del Gobierno**

Le puedo ayudar a
lograrlo. **Llámeme**

239-860-7763

María Zuluaga

zuluaga.maria@gmail.com

NMLS 242841

- Ayuda de hasta \$30,000 para comprar su casa (si califica)
- 0% de Cuota Inicial
- Préstamos para Construcción
- Préstamos Convencionales
- Préstamos para Propiedad Comercial
- FHA, USDA, VA



www.sunshinehomeloan.com



Mortgage USA



Amor bajo presión

SAN VALENTÍN: ENTRE EL ROMANCE IDEAL Y EL AMOR PROPIO REAL

JAEL PALMA
EL MENSAJERO

Febrero llega con vitrinas decoradas de rojo, corazones por todos lados y promociones para cenas en pareja. San Valentín —el Día del Amor y la Amistad— se convierte en una fecha clave para celebrar el afecto. Pero no todo el mundo vive esta fecha de la misma manera.

Para muchas mujeres solteras, separadas, viudas o simplemente sin interés en una relación romántica, el 14 de febrero puede sentirse como una fecha incómoda, cargada de presión social, expectativas ajenas y preguntas que incomodan. Pero, ¿y si este año cambiamos la narrativa? ¿Y si este San Valentín no se trata de quién te ama, sino de cómo te amas tú?

Tal vez este año no recibas flores, chocolates ni mensajes con corazones. Tal vez sí. Pero lo importante es lo que tú decides darte a ti misma. Porque el amor propio no se celebra un solo día, pero el 14 de



febrero puede ser un buen recordatorio: estás contigo, y eso ya es amor.

EL MITO DEL AMOR OBLIGADO

Desde pequeños, nos han enseñado que San Valentín gira en torno a tener pareja. En las películas, en la escuela, en los comerciales... el mensaje es claro: el 14 de febrero se celebra “de a dos”. Si estás sola, algo “te falta”.

Pero esa idea está lejos de ser verdad.

El amor no se limita al romance. Existen muchas formas de amor igual de importantes: el amor a tus amigos, a tu familia, a tus pasiones... y, sobre todo, el amor para ti. No tener pareja no es sinónimo de que falta algo, ni significa que estés en soledad.

El problema radica en una visión limitada del amor y en la presión silenciosa de tener que cumplir expectativas externas. Por eso, muchas mujeres sienten ansiedad, tristeza o frustración durante esta fecha. No es por no tener a alguien, sino por creer que deberían tenerlo.

AMOR PROPIO: MÁS QUE UN PLAN B

El amor propio no es una moda ni una frase de redes sociales. Es una práctica diaria que implica respeto, cuidado, paciencia y reconocimiento hacia ti misma.

Mientras el amor romántico puede ser efímero, el amor propio es duradero. Mientras el primero depende del otro, el segundo depende solo de ti.

Invertir en amor propio no significa renunciar al amor

1



■ Prepara tu cita contigo

Haz planes como si salieras con alguien importante: tú. Cocina tu platillo favorito, ve esa película que te encanta (aunque ya la hayas visto mil veces), prende una vela, siéntete en comodidad. Regálale una noche solo para ti.

4

■ Crea un “Galentín”

Invita a tus amigos o amigas solteras a una cena o salida, virtual o presencial. Pueden intercambiar cartas, regalos simbólicos o simplemente reírse entre ustedes. El amor de amistad también merece celebración.

AMOR ROMÁNTICO VS AMOR PROPIO

El primero busca en el otro lo que creemos que nos falta. El segundo nos reconoce como seres completos, con o sin pareja.

El amor romántico puede ser efímero; el amor propio es una práctica constante.

El amor romántico se celebra en fechas específicas; el amor propio, todos los días.

Ideas para celebrarte

Si este año San Valentín te encuentra sin pareja, aquí tienes algunas formas de convertirlo en una fecha especial, significativa y llena de cariño propio:

2

■ Escribe una carta de amor... para ti

Tómate unos minutos para escribirte una carta donde te agradezcas, te reconozcas y te apapaches. Repasa lo que has superado, los logros que nadie más vio, las veces que te mantuviste firme o saliste adelante cuando querías rendirte.

3



■ Regálale algo simbólico

No necesitas gastar mucho. Puede ser un libro, una planta, una libreta bonita, un perfume nuevo o un detalle que tenías pendiente. El punto no es el objeto, sino el gesto: te lo mereces.

6



■ Ritual de autocuidado

Un baño caliente, una mascarilla, música que te relaje. San Valentín puede ser la excusa perfecta para darte ese tiempo que pospones. No es vanidad, es salud emocional.

5

■ Haz una lista de cosas que amas de ti

Haz un ejercicio de gratitud contigo. Anota al menos 10 cosas que admiras de ti: tu fuerza, tu humor, tu estilo, tu perseverancia. Te sorprenderá lo mucho que hay para reconocer.

SILVIA DIEZ
EL MENSAJERO

En las instalaciones de Dimensión en la ciudad de Naples se realizó el primer encuentro de Mujer de Oro Tour 2026 con una joven mentora cubana de 24 años, Rachel Pérez quien tuvo la grandiosa idea de reunir un grupo de mujeres para exponer con ideas, experiencias, proyectos y consejos.

“Invierte en tu tiempo”, comenta Rash, que es como le gusta hacerse llamar. Compartiendo una de las tantas frases positivas que suele mencionar.

“Soy Rachel Pérez Alonso, tengo 24 años, soy de Cuba y soy la creadora del movimiento Mujer de Oro, una iniciativa que surge desde mi propia historia de transformación y el deseo de acompañar a otras mujeres en el camino de reconectar con su valor, su propósito, identidad y Dios”, señaló.

El Tour Mujer de Oro es una gira de encuentros presenciales dirigidos a mujeres latinas que buscan un cambio real en su vida, para que sepan que aún hay oportunidad y esperanza para una vida diferente.

A través de conferencias, dinámicas de alto impacto y experiencias guiadas, el tour invita a las mujeres a mirar su historia con nuevos ojos, mirar con amor sus heridas emocionales y atreverse a vivir desde su verdadero potencial.

La visión principal de Rash es: “Lo que una mujer no da a luz muere dentro de ella”

Y por eso mujer de oro se presenta como un espacio de despertar, donde se trabaja el amor, la fe, el propósito y la visión de un futuro donde todas puedan ser la mujer que nacieron para ser.

El objetivo principal es crear una comunidad mundial de mujeres conscientes, seguras y comprometidas con su crecimiento personal y dejar un legado en el mundo.

Nosotros del equipo de El Mensajero le deseamos éxito en su trabajo como emprendedora con su Academia de Mentoría.

PRIMER ENCUENTRO EN NAPLES: “MUJER DE ORO TOUR 2026”





Finos Perfumes
Fragancias y aromas
para el hogar

(239) 738-9006

2661 Airport-Pulling Rd S
b105, Naples, FL 34112

Compra 3
y lleva
1 GRATIS

15%
de descuento



📷 @algeirah_essence.us

f Algeirah Essence US

🎵 algeirah_essence.us

🌐 www.arabiafragancias.com

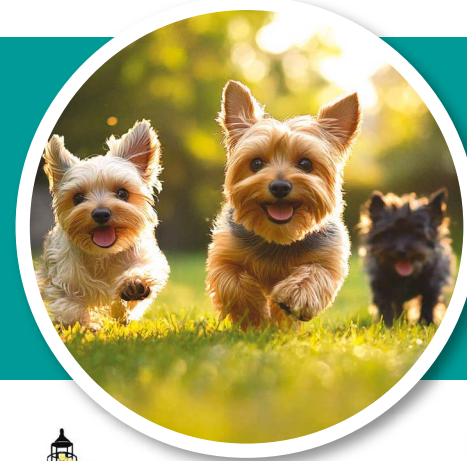
INTEGRIDAD & PROFESIONALISMO

- Seguro de Título
- Coordinación y Formalización de Cierres
- Servicios de Depósito en Garantía (Escrow)
- Venta por el Propietario (FSBO)
- Transacciones Comerciales
- Servicios de Gestión
(Especializada para Constructores)
- Servicios de Cierre Móvil y Virtual



"LA SATISFACCIÓN DEL CLIENTE ESTÁ
EN EL CORAZÓN DE TODO LO QUE HACEMOS"

239-689-8141 INFO@ACTITLE.NET
12244 Treeline Ave Ste 1, Fort Myers, FL 33913
WWW.ACTITLE.NET



Lighthouse Pet Clinic

es la Clínica
Veterinaria
de Lehigh.



(239) 674-9060



Dra. Laura Woodward,
propietaria

INÉS EHULECH

Entre carteles, música y banderas, las calles de Doral, en Miami, amanecieron el pasado sábado 3 de enero invadidas por un clima de celebración. Y es que, desde la madrugada, cientos de venezolanos salieron a festejar una noticia que durante años parecía imposible: la captura de Nicolás Maduro y su esposa, Cilia Flores, por parte de Estados Unidos, y su traslado a Nueva York para enfrentar cargos por narcotráfico, terrorismo y corrupción.

Banderas al viento, música a todo volumen y carteles improvisados marcaron una jornada cargada de emoción y un sentimiento de esperanza colectivo. Finalmente, la imagen de un Maduro esposado, bajo custodia estadounidense, había dejado de ser una fantasía recurrente para convertirse en realidad, en el inicio de un cambio.

El restaurante El Arepazo, símbolo de la cultura venezolana en Miami, fue el epicentro de la celebración, que duró todo el día y tiñó las inmediaciones de azul, rojo y amarillo.

Las emociones se mezclaban y las palabras parecían quedarse cortas. “Es el principio del final, el principio del renacer de Venezuela”, dijo emocionada una mujer oriunda de Caracas, cuyos padres, de casi 90 años, siguen viviendo en el país. “Pensé que no iban a ver esto”, agregó casi entre lágrimas.

“Es una bendición saber que Venezuela va a cambiar y que tiene un nuevo comienzo, una nueva oportunidad después de todo lo que nos arrebataron”, sumó, en referencia a los años de prosperidad que supo tener la nación petrolera antes de las décadas de chavismo.

La ilusión de poder volver al reencuentro con el país, dejado atrás por cuestiones de fuerza mayor, también se coló entre los testimonios. “Nuestros hijos van a poder volver”, comentó otra de las venezolanas reunidas en El Arepazo, decidida a viajar a Caracas con sus niños apenas sea posible, para mostrarles la que considera “su tierra natal”.

En medio del festejo, también hubo agradecimientos. “Gracias

EL PRINCIPIO DEL RENACER

VENEZOLANOS EN MIAMI CELEBRARON LA CAÍDA DE MADURO Y PIDIERON POR MARÍA CORINA MACHADO



al Presidente Trump. Son tantas las palabras para él, le tengo tanta gratitud”, expresó otra mujer, rodeada de banderas y aplausos.

Pese a ser conscientes de que el camino por delante no será sencillo y que habrá desafíos profundos por afrontar, tanto institucionales como sociales, los venezolanos en Miami confiaron en que “va a ser una transición dura, pero lo vamos a lograr”. Y para ello, coincidieron, María Corina Machado será una figura fundamental.

La confianza en su liderazgo atravesó cada conversación y cada discurso improvisado, y superó las declaraciones del presidente Donald Trump, en las que adelantó que se negociará con la vicepresidenta del régimen, Delcy Rodríguez, en el futuro inmediato.

Así, los miles de exiliados se mostraron alineados con el llamado de la líder opositora, a quien consideran “nuestra heroína”, y ratificaron su compromiso en esta lucha por la libertad.

“Estamos de la mano de María Corina al 100 por ciento, apoyándola en esta odisea. Nos mantenemos unidos y esperamos que sea una transición pacífica”, aseguró un grupo de mujeres reunidas alrededor de un parlante desde el que se escuchó el mensaje difundido por la dirigente opositora minutos antes en redes sociales.

“Todo lo que hizo fue totalmente diferente a los demás y, de su mano, Venezuela tiene mucho potencial para salir adelante”, agregaron.

Esperanzados con volver a casa

Cerca de ocho millones de venezolanos se vieron obligados a

abandonar el país en las últimas décadas, separando familias y dejando atrás su vida. Hoy, ese dolor sigue presente, pero algo empezó a moverse.

Este nuevo capítulo reavivó una esperanza largamente postergada: la de volver, reencontrarse y reconstruir.

“Tener lejos a mi familia y no poder verlos me parte el corazón. Llevo años pensando en cuándo voy a poder volver”, dijo una mujer que vive hace tres décadas en Miami y planea regresar apenas sea seguro. “Mi corazón siempre ha estado allá, mis raíces, mi idioma... nunca los perdí, siguen intactos”, agregó.

“Amo mi país, siempre tengo a Venezuela en el corazón. Es un lugar al que todos queremos regresar y, sin dudas, volvería”, expresó por su parte un hombre de poco más de cuarenta años, que llegó a Estados Unidos hace cinco y no ha dejado de pensar en su tierra desde entonces.

En Doral, entre abrazos, banderas y lágrimas, la consigna fue clara: Venezuela volvió a estar más cerca.

El temor persiste en Venezuela

No obstante, mientras Miami celebraba, en el país caribeño el clima era distinto. Desde la madrugada del sábado, los primeros ruidos cerca de la capital, seguidos de cortes de electricidad, crearon un escenario de tensión e incertidumbre.

“En Venezuela se vivió con nerviosismo. La gente no estaba celebrando, no salieron a la calle... más bien se mantuvieron en silencio y muy prudentes, en shock”, relató una joven de 23 años cuyos padres y hermanos continúan en Caracas.

“Estamos muy preocupados por la gente en Venezuela porque no tienen la misma voz, si la misma alegría, pero no la pueden expresar así. Todavía existe el riesgo de que haya daños a personas inocentes... esas personas que quedan en Venezuela son unos sanguinarios”, dijo otra de las venezolanas, en referencia a los sectores leales al régimen que aún conservan poder y a los comanditos que siguen sembrando miedo.

LeeTran esta aquí para ti



Nuestras vidas están llenas de incertidumbres, pero una cosa es segura: las aventuras y los viajes de la vida continuarán y LeeTran estará aquí para satisfacer todas sus necesidades de viaje en el condado de Lee. Ya sea que necesite que lo lleven al trabajo, la tienda, el parque, el gimnasio, la playa o la escuela, LeeTran puede llevarlo allí. Entonces, ya sea que viaje todos los días o si está pensando en hacerlo por primera vez, LeeTran está aquí para usted como una opción de transporte segura y limpia.

Para obtener información sobre las rutas y los horarios de los autobuses, visite

RideLeeTran.com

LT210910071

¡Reserve un viaje en el servicio de transporte público ULTRA on-demand en las zonas de servicio de Bonita Springs y Lehigh Acres usando la aplicación ULTRA!



ULTRA

On Demand Transit

Un servicio proveído por LeeTran



Descarga la Aplicación de Ultra Hoy

DISPONIBLE EN
Google Play

Descárgalo en el
App Store

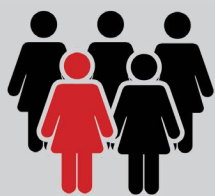


Para más información escanea o visite Leegov.com/leetran/ultra



Las mujeres enfrentan un mayor riesgo de un ataque o derrame cerebral

CIFRAS DEL ATAQUE O DERRAME CEREBRAL EN ESTADOS UNIDOS



Una de cada 5 mujeres tendrá un ataque o derrame cerebral. Alrededor de 55,000 más mujeres que hombres tienen un ataque o derrame cerebral cada año.



#3 causa principal de muerte

El ataque o derrame cerebral es la tercera causa principal de muerte en mujeres. Los ataques o derrames cerebrales matan a más de 90,000 mujeres al año.



El ataque o derrame cerebral es la tercera causa principal de muerte entre las mujeres Hispánas.

HABLA CON UN PROFESIONAL DE LA SALUD SOBRE CÓMO REDUCIR TU RIESGO y sigue las pautas de prevención de la American Heart Association y la American Stroke Association:

El riesgo de ataques o derrames cerebrales aumenta en las mujeres con las siguientes condiciones:



Embarazadas

Las mujeres embarazadas tienen tres veces más probabilidades de tener un ataque o derrame cerebral que las mujeres no embarazadas de la misma edad.



Preeclampsia

Esta condición peligrosa de presión alta durante el embarazo duplica el riesgo de ataques o derrames cerebrales más adelante en la vida.



Consumo de píldoras anticonceptivas

Estas pueden duplicar el riesgo de ataques o derrames cerebrales, especialmente en mujeres con presión alta.



Terapia de reemplazo hormonal

No se disminuye el riesgo si la mujer es posmenopáusica, como se solía pensar.



Migrañas con aura y fuman

En comparación con otras mujeres, los ataques o derrames cerebrales son más comunes en mujeres que tienen migrañas con aura y fuman.



Fibrilación auricular

Este temblor o latido irregular puede quintuplicar el riesgo de ataque o derrame cerebral.

El riesgo de ataque o derrame cerebral disminuye en las mujeres con las siguientes condiciones:

Aquellas que hablan con un profesional de la salud para **determinar el medicamento más seguro** si están embarazadas y tienen presión alta.

Aquellas que analizan con un profesional de la salud **las pautas para el consumo de aspirina en dosis bajas**, que comienza en el segundo trimestre (semana 12) con el fin de reducir el riesgo de preeclampsia.

Revisa tu presión antes de tomar píldoras anticonceptivas y asiste a una consulta de control cada seis meses.

Evalúa el riesgo y los beneficios de la terapia de reemplazo hormonal con un profesional de la salud y analiza si los beneficios superan los riesgos. Para algunas mujeres, puede que no los superen.

Deja de fumar. Todas las mujeres que sufren migrañas y fuman deben evitar fumar cigarrillos, el uso de nicotina, vaporizadores y cigarrillos electrónicos.

Hazte una prueba de detección de fibrilación auricular si tienes más de 75 años, ya que esta condición se vuelve más común en mujeres.



CERTIFÍCATE COMO TÉCNICO en solo 3 o 6 meses CLASES EN ESPAÑOL

ELECTRICIDAD

Residencial y comercial

AIRE ACONDICIONADO

Residencial y comercial

239-677-4391

Cursos de alta demanda,
70% prácticos.
Horarios flexibles
donde puedes ganar

+50,000 USD anuales.

www.PolitecnicoFortMyers.com



**¡Empieza
AHORA!**

PHANTOM ELITE DETAIL Inc

Servicio profesional para barcos y coches

- Recubrimiento nanocerámico
- Lavado y detailing (buff, cera)
- Arena húmeda (restauración del color)
- Limpieza de interiores
- Restauración de la teca
- Limpieza de vinilos
- Mantenimiento semanal/mensual



Jhayson Martínez
239-601-4820

phantomelitedetail@gmail.com

Lic. & Ins.

**¡Obtén tu
PRESUPUESTO
GRATIS!**

ESPECIALES

LUNES

Margarita

\$5

margarita chica

MARTES

Tacos

\$3

*tacos
seleccionados

MIÉRCOLES

25%

de descuento
en tacos de birria



MALINCHE

Mexican Cuisine

¡Disfruta de la Auténtica
Comida Mexicana en Bonita Springs!

Disfruta de nuestros
deliciosos almuerzos
desde

\$14

Puedes elegir Lunch Combo,
Lunch Pollo con Arroz, Lunch
Fajita, Burrito Chile Relleno,
Bistek a la Mexicana o
Quesabirria

De Lunes a Viernes
desde las 11am a 3pm.



+1 239-301-2902

3250 Bonita Beach Rd SW,
Suite 202, Bonita Springs FL 34134

¡Happy Hour Menu!

Tapas desde **\$5**

Bebidas desde **\$3**

Lunes a Viernes
de 3pm a 5pm



malinchebonitasprings@gmail.com
malinchebonitasprings.com/

Pechugas al limón y romero

RECETAS QUE CUIDAN NUESTRA SALUD Y EXPLOTAN EN EL PALADAR

INGREDIENTES:

- 3 Pechugas de pollo en filetes
- 2 cdas de Aceite de oliva
- 1 cda de Ajo en polvo
- 1 cda y media de Ramitos de romero seco
- 1 pieza de Zumo de limón
- 1/3 de cda de Pimienta negra molida

PREPARACIÓN:

- Para comenzar a preparar nuestras pechugas sencillas vamos a tomar nuestra pechuga cruda y, por un lado, vamos a sazonar con un poco de pimienta negra, sal, romero seco y ajo en polvo.
- Por otro lado, vamos a calentar un sartén a fuego medio con un



poco de aceite de oliva. Una vez que esté un poco caliente, ponemos encima la pechuga con la cara que acabamos de sazonar viendo hacia abajo. Una vez hecho eso, sazonamos la otra cara.

- Mientras se cuece la pechuga, vamos a exprimir el jugo de medio limón para que la absorba.
- Dejamos que pasen 2-3 minutos y en cuanto la cara de abajo empieza a dorarse, le damos la vuelta. bajamos el fuego y dejamos cocinando otros 3 minutos más.
- Retiramos del fuego y servimos. Puedes acompañarla con alguna ensalada, verduras al vapor con mantequilla, un poco de arroz, espagueti o lo que se te antoje.



Ceviche de pescado y camarón

INGREDIENTES:

- 2 tzas de Pepino picado
 - 2 tzas de Jitomate picado en cubos
 - 10 oz Camarón fresco
 - 1 Cebolla morada
 - 1 Aguacate
 - 7 oz Filete tilapia
 - Salsa inglesa al gusto
 - 1 tza Jugo de limón
 - Cilantro picado
- Preparación:
- Pela el camarón, remover la cola y desvenar.

- Pica el camarón en pedazos más pequeños para que se cueza en el zumo de limón parejo.
- Picar en cubitos medianos la tilapia.
- Exprime los limones hasta obtener una taza, viértelo encima del pescado y camarón, de tal manera que quede cubierto. Colócalo en el refrigerador 30 minutos.
- Pica la cebolla en medias lunas y colócala

en un plato hondo, cubre con agua y deja reposar 10 minutos. Luego, cuela para remover el agua.

- Pela el pepino y pícalo en cubos al igual que el jitomate, desinfecta y pica finamente 1/3 de taza de cilantro. Mezcla el pescado y camarón con las verduras. Agrega aguacate y 2 cucharaditas de salsa inglesa y un poco más de limón.

EL MENSAJERO
de SWFL

Esencial

EDICIÓN 48

Contigo misma

CELEBRA EL AMOR PROPIO Y REGÁLATE ESTAS
IDEAS QUE DEMUESTRAN UN GRAN CARIÑO E
IMPULSAN TU AUTOESTIMA

PÁG. 34



DESINFLAMA

Las propiedades y
ventajas del CBD según
los quiroprácticos.

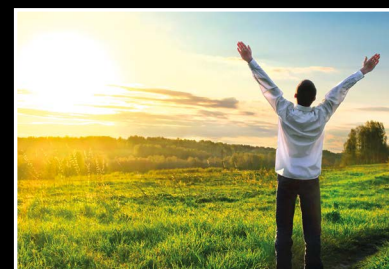
Pág. 32



MANTENER LA PAZ

El empoderamiento
de conservar la calma
cuando reina el caos.

Pág. 36



DIRECTORIO

EDICIÓN 48

PUBLISHER

Milka Valdivia Pratt

EDITORESSilvia Diez
Wilfredo Alvarez**ASISTENTE**

Diana Rojas

FOTÓGRAFO

Adrián Arteaga

COLABORADORESIsmael Cala
Malena Ballón
Wafa El Atrache**MARKETING Y
PUBLICIDAD**

agent@mediacontentintl.com

239-200-2672

MCI

Media Content International

Miembros de la SIP (Sociedad
Interamericana de Prensa)SOCIEDAD
INTERAMERICANA
DE PRENSA**EQUIPO EDITORIAL**Director General
Guillermo NavarroDirector Editorial
Esteban GilDirector de arte
Joel SahagúnDiseño Editorial
Odeth VázquezCorrección y estilo
Irene GonzálezLos textos son responsabilidad
de sus autores.

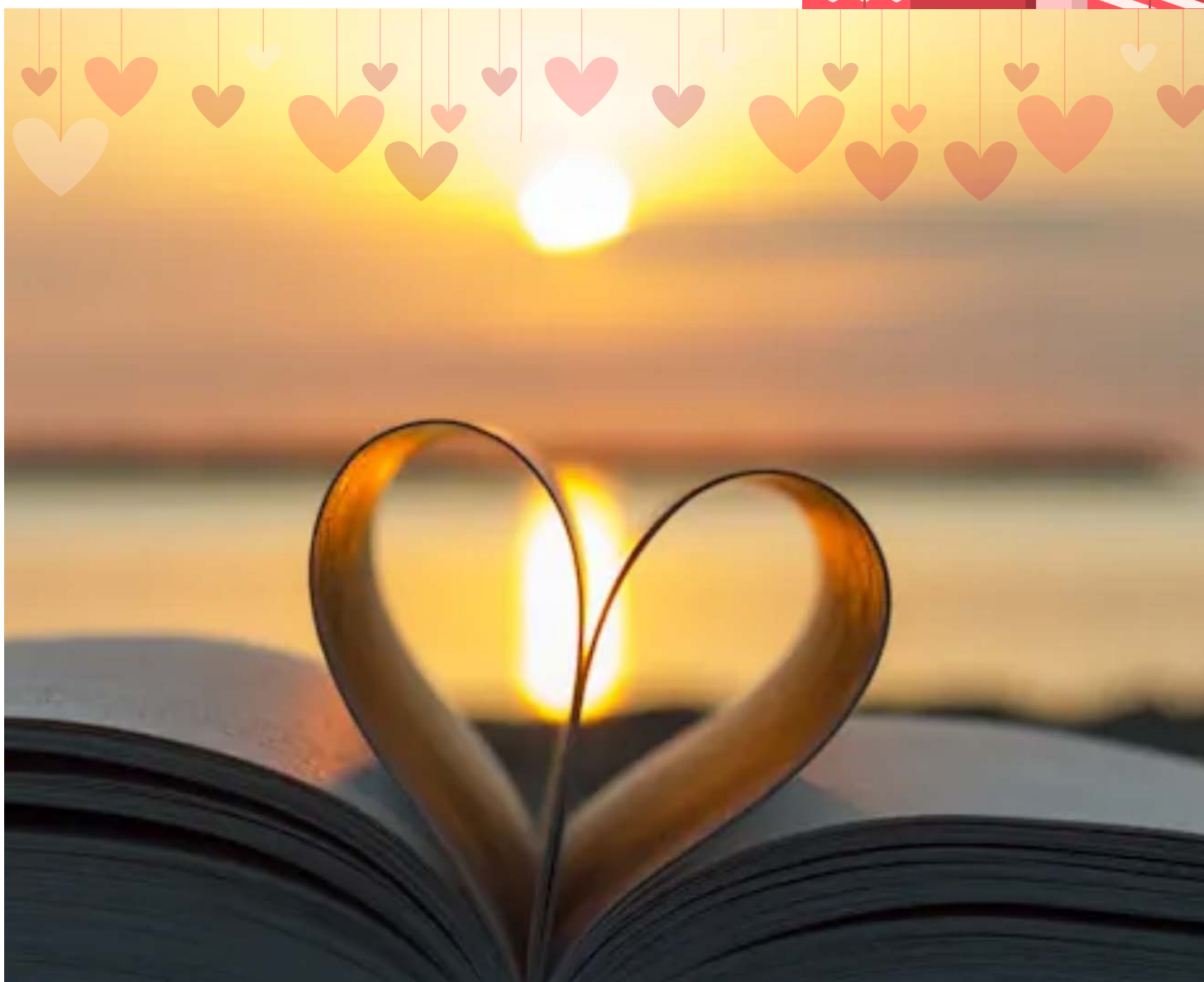
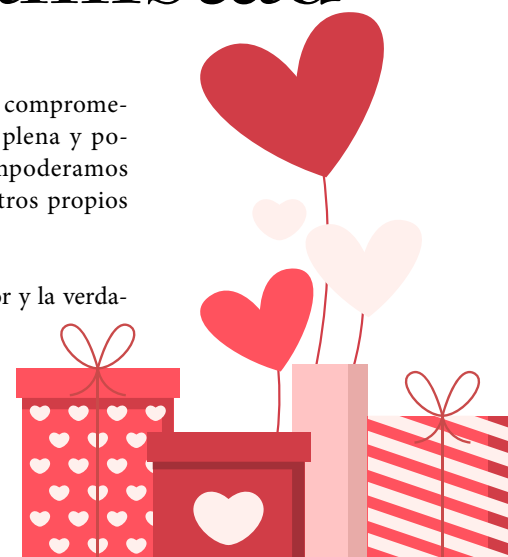
Celebremos el mes del amor y la amistad

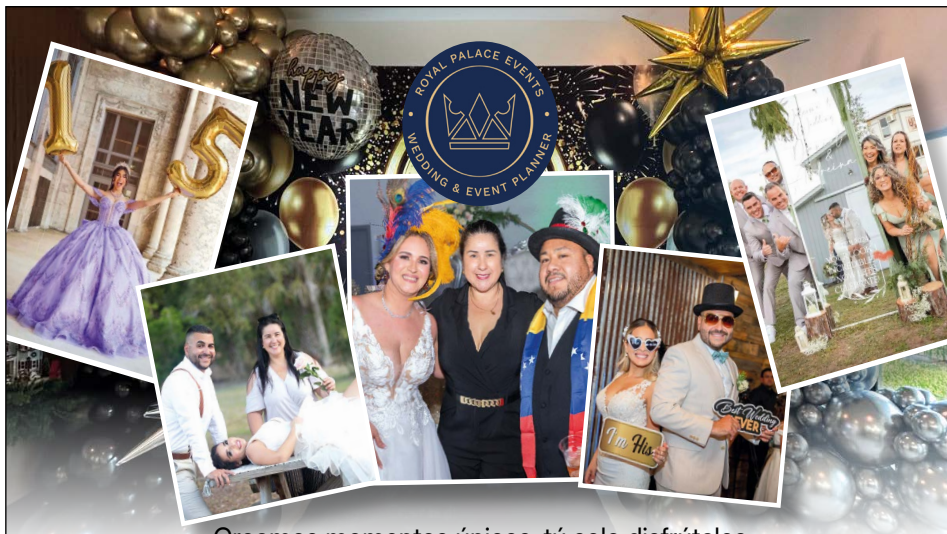
La forma en que experimentamos la vida a menudo se moldea por nuestra perspectiva y acciones. Aunque podamos enfrentar desafíos y obstáculos más allá de nuestro control, nuestras respuestas a estas situaciones definen nuestro viaje. Al adoptar una mentalidad proactiva y positiva, podemos transformar las dificultades en oportunidades de crecimiento y aprendizaje. Cuando tratamos la vida con gratitud, resistencia y bondad, creamos un efecto ondulado que puede inspirar a otros y mejorar nuestro propio bienestar. Se trata de asumir responsabilidad por nuestras decisiones, abrazar el momento y buscar alegría y significado en las experiencias cotidianas. En última instancia, la calidad de nuestras vidas está determinada no sólo por circunstancias externas, sino por la actitud y el enfoque que presentamos

cada día. Al elegir comprometernos con la vida plena y positivamente, nos empoderamos para moldear nuestros propios destinos.

Que viva el Amor y la verdadera Amistad.

SILVIA DIEZ
EDITORA





Creamos momentos únicos, tú solo disfrútalos

Royal Palace Events

Desde 2020, Royal Palace Events se ha dedicado a diseñar y organizar eventos personalizados que superan las expectativas de nuestros clientes. Nuestra pasión por los detalles, la elegancia y la creatividad nos ha posicionado como una opción confiable para todo tipo de celebraciones sociales y eventos corporativos.

- Planificación y coordinación de eventos
- Alquiler de mobiliario y equipo
- Decoración con globos y flores naturales
- Amplia red de vendedores
- Atención cálida, cercana y profesional
- Diseños personalizados según el tipo de evento

Cada evento es una historia, y en RoyalPalaceEvents nos aseguramos de que la tuya sea inolvidable

754-317-5063 | 239-255-84737
@Royalpalace.usa

¿QUÉ RESULTADOS QUIERES CONSEGUIR HOY?



ENRIQUE ALVAREZ

COACH/MENTOR



Correo electrónico
coachtruyelo@gmail.com



Instagram
@CoachTruyelo



Podcast Spotify
CoachTruyelo



Sesiones Virtuales
Zoom / Google Meet

SERVICIOS



SESIONES COACHING TRANSFORMACIONAL

Co-crearemos herramientas que te permitan alcanzar la realidad que tanto anhelas en los diversos aspectos de tu vida.



SESIONES COACHING EJECUTIVO

Desarrollaremos de manera exponencial tus competencias directivas como la gestión de personas, resolución de conflictos, comunicación efectiva, etc.



FACILITACIÓN DE TALLERES PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES BLANDAS

Co-construiremos herramientas para la formación de equipos de alto rendimiento desarrollando competencias como la empatía, trabajo en equipo, escucha activa, resolución de conflictos, etc.

¿Quieres ser parte
ESENCIAL de nuestra
comunidad?

Anúnciate en:

EL MENSAJERO

Esencial

Para que tu mensaje
llegue a todo el
Suroeste de la Florida

Llámanos: 239-200-2672



LOS QUIROPRÁCTICOS RESPALDAN EL CBD PARA ALIVIAR LA INFLAMACIÓN



Un hombre llegó al consultorio del doctor en quiropráctica (DC) Andrew Lewis Jr. con un dolor de espalda insoportable. Era la primera vez que acudía al consultorio y explicó que ese fin de semana era la boda de su hija y esperaba que un ajuste espinal le ayudara al menos a mantenerse erguido. Tras los ajustes del Dr. Lewis, pudo ponerse de pie, con la ayuda adicional de un tratamiento manual complementario con cannabidiol (CBD) tópico, que se utilizó para ayudar a reducir la inflamación.

El CBD es un compuesto de cannabis no psicoactivo y no requiere un médico calificado en marihuana medicinal, el único proveedor de Florida autorizado para recomendar cannabis medicinal.

“El paciente estaba contentísimo cuando vino el lunes siguiente... fue el CBD lo que realmente le ayudó a superar el fin de semana”, explica el Dr. Lewis, propietario de New Dimensions Health and Wellness Inc. en Tallahassee.

Los quiroprácticos tratan afecciones musculoesqueléticas y nerviosas, especialmente en la columna y las articulaciones, mediante ajustes. Algu-



Este comentario es proporcionado por la Iniciativa de Investigación y Educación sobre Marihuana Medicinal (MMERI) de la Universidad Florida A&M..



CONTÁCTANOS

■ Visite <https://bit.ly/MMERINovember2025> para ver las conversaciones del foro virtual de MMERI sobre el cannabis con los doctores en quiropráctica Misty Green y Andrew Lewis Jr., en las que se debate por qué “el cannabis y la quiropráctica”.

nos, incluidos los Dres. Lewis y Misty Green, también usan el CBD por sus efectos antiinflamatorios.

“Después de cada ajuste

quiropráctico, utilizo una aplicación tópica... También educo [a mis pacientes] sobre los cannabinoides orales, que ayudan de adentro hacia afuera”,

notas el Dr. Green del Alabar Chiropractic & Rehab Center en Cape Coral.

Ambos médicos enfatizan que el CBD no siempre es

apropiado y utilizan únicamente productos de fabricantes acreditados con ingredientes claros y certificados de análisis con código QR.

El Dr. Lewis señala que los pacientes que evitan la marihuana medicinal debido a los efectos psicoactivos del THC aún pueden experimentar los beneficios terapéuticos del CBD, que considera complementario a la atención quiropráctica.

CÓMO LIDIAR CON LA TRISTEZA NAVIDEÑA

LO QUE DICEN LOS EXPERTOS SOBRE EL USO DEL CANNABIS MEDICINAL PARA SOBRELLEVAR LA ENFERMEDAD

Vea el foro virtual Conversaciones sobre el cannabis para conocer los posibles beneficios y riesgos del uso del cannabis medicinal para tratar el trastorno afectivo estacional y los cambios de humor relacionados con las vacaciones.



FAMU FLORIDA A&M UNIVERSITY
MEDICAL MARIJUANA EDUCATION
AND RESEARCH INITIATIVE



Ver ahora



Siga 'Conversations on Cannabis' en



@MMERIForumRadio

HACIENDO LA ATENCIÓN MÉDICA ACCESIBLE PARA TODOS

Con oficinas en todo el condado de Collier, Healthcare Network brinda servicios asequibles para usted y su familia.

- Atención para la familia
- Atención para la mujer
- Atención para niños
- Atención para personas mayores
- Atención pediátrica conveniente
- Farmacia
- Salud mental
- Atención dental
- Atención de infusión
- Optometría

¡PARA OBTENER EL NIVEL MÁS ALTO DE ATENCIÓN, INDEPENDIENTEMENTE DE SUS INGRESOS, SEGURO O EMPLEO, LLAME HOY!
239-920-7728 | HealthcareSWFL.org



healthcare
network

4 ideas de auto regalo para San Valentín

Por Malena Ballón

Ya sea que este San Valentín lo celebres soltera, en pareja, con amigos o en familia, siempre toca nuestros corazones recibir un detalle, inclusive uno que nos demos a nosotras mismas. Después de todo, es el mes del amor. Amor en todas sus formas y estilos, no olvidemos el propio.

Ten una cita contigo misma.

Nada como planear un día para ti misma. Ir a una clase de yoga, luego pasar por un café, caminar sin apuro, darte un largo baño relajante, vestirse lindo, escoger una mesa en la terraza de tu restaurante favorito y pedir algo que disfrutes solo tú. Nada como un día para desconectar con todo lo de fuera y reconectar contigo misma para reconocer qué te hace falta en este momento.

Día de spa.

Si lo tuyo no es salir sola, no hay excusa para no tener un momento para ti. Aprovecha la mañana en la que no hay nadie en casa, compra tus productos de skincare favoritos y ten un momento para relajarte y darte cariño. Ve tu película favorita mientras te pones una mascarilla facial y te tomas una copa de vino. El autocuidado es el regalo más importante que podemos darnos, y el que muchas veces olvidamos.

Agenda una sesión con tu terapeuta.

Algo fuera de lo común, lo sé. Pero el amor propio no nace de la nada. Conversa de lo que

San Valentín no tiene por qué girar en torno a tener pareja. Esta fecha también puede ser la excusa perfecta para regalarte tiempo, cuidado y cariño con estas ideas



San Valentín también puede ser una oportunidad para desconectar del mundo y reconectar contigo misma, con amor, cuidado y placeres.



te gustaría este año en tus relaciones con los demás, lo que priorizas, lo que sientes que te mereces o no. Pon límites sanos, aprendiendo a comunicar tus necesidades con calma, respeto y comprensión hacia los otros y

hacia ti misma.

Clases de cocina.

En lo particular, cocinar me relaja. Si eres de mi equipo, inscríbete a una clase para aprender tu comida favorita y vuélve-

te una experta para hacerlo en casa cada vez que necesites un poco de calma y placer.

Ideas hay miles, somos únicas y seguro que tenemos cosas particulares que nos encantan y nos dan felicidad. Encuentra lo

que ames hacer por ti y para ti. Las cenas lujosas, las flores y los chocolates no son siempre lo que necesitamos. Recuerda celebrar tu amor propio también este año, y no solo en febrero, sino todo el año.

**MARÍA MILA**

Vivimos en la era del ruido. El afuera no solo está caótico; está diseñado para fragmentarnos. Entre las expectativas ajenas y el bombardeo incesante de crisis, parece que la paz es un lujo reservado para quienes pueden retirarse del mundo. Sin embargo, la espiritualidad real —la que sirve para quienes caminamos la calle y enfrentamos desafíos— no es la que busca la ausencia de problemas, sino la que desarrolla una soberanía inquebrantable en medio de ellos.

Mantener la calma interna

LA SOBERANÍA EN EL CAOS

no es un acto de pasividad ni de indiferencia. Al contrario, es un acto de resistencia psicológica y empoderamiento espiritual. Cuando el entorno se vuelve volátil, nuestra reacción instintiva es mimetizarnos con ese caos: nos aceleramos, nos angustiamos y permitimos que la frecuencia externa dicte nuestro pulso. Al hacer esto, entregamos las llaves de nuestra casa al primer viento que sopla.

Hay que dejar de lado la idea romántica de que la paz es una sensación pasiva. La paz real es amor duro aplicado a uno mismo. Es la capacidad de decir: "El mundo puede estar cayéndose a

pedazos, pero yo no voy a ser el próximo escombros". Mantener la calma es una decisión estratégica. Si el afuera es un incendio, tu calma interna es el matafuego. Si pierdes tu eje, pierdes tu capacidad de proteger a los tuyos y de tomar decisiones que nazcan de la voluntad y no del pánico.

El realismo nos dicta que no podemos controlar la economía ni las decisiones de terceros. Pero la espiritualidad nos recuerda que somos los únicos soberanos de nuestra respuesta. Esta soberanía se entrena en los días nublados para que sea efectiva en la tormenta. Es un tatuaje invisible: una marca que se lleva grabada en

la estructura del carácter.

Cuando logras mantener esa serenidad, dejas de ser una víctima de las circunstancias para convertirte en el arquitecto de tu realidad inmediata. Una persona en calma es poderosa porque no puede ser manipulada a través del miedo. La paz interna te da una ventaja táctica: te permite ver las grietas en el muro por las que puedes pasar, mientras los demás solo ven la pared.

Cultivar este estado, implica una higiene mental rigurosa, entendiendo que tu energía es tu recurso más valioso y que regalarla al caos es una forma de autogestión fallida. La espiritualidad realista

nos enseña que el "templo" no es un edificio, es el espacio que hay entre un estímulo externo y tu reacción. Allí es donde habita tu libertad.

El caos externo es inevitable, pero el desorden interno es opcional. Mantener la calma es volver a casa, a ese centro donde sabes quién eres y de qué madera estás hecho. Es reconocer que, aunque el mar esté picado, tú eres el capitán, no un madero a la deriva.

No hay tranquilidad absoluta, porque la vida sacude, pero saberse dueño/a de una paz que nadie te regaló es mantener adentro una luz que permanece encendida.



Solo un segundo

ISMAEL CALA - @CALA

Hay noticias que no se leen: se sienten. El reciente accidente ferroviario ocurrido en Adamuz, en la provincia de Córdoba (España), es una de ellas. Un viaje cotidiano, personas que iban a reencontrarse con los suyos, planes sencillos que no parecían extraordinarios... y, de pronto, el golpe seco de una realidad que nadie espera. La vida interrumpida. El tiempo detenido. El silencio posterior que duele más que cualquier ruido.

Estos hechos nos colocan frente a una verdad incómoda que solemos esquivar: la vida es profundamente frágil. No frágil en su valor —porque cada vida es sagrada—, sino en su forma. Basta un segundo para que todo cambie. Basta una circunstancia imprevista para que lo que dábamos por seguro se vuelva incierto.

Hablar de tragedia exige respeto. No es momento de juicios apresurados ni de convertir el dolor en espectáculo. Detrás de cada cifra hay nombres, historias, familias rotas por la ausencia repentina. Hay personas que hoy lloran a quienes salieron de casa

sin imaginar que no volverían. A ellos, lo primero: silencio, compasión y acompañamiento.

Pero también es legítimo permitir que estos hechos nos transformen por dentro. Que nos inviten a vivir con más conciencia, con menos prisa, con mayor ternura. La fragilidad de la vida no es un castigo; es un recordatorio. Nos recuerda que amar no puede postergarse. Que perdonar no debería esperar. Que decir “te quiero” nunca sobra.

En medio del dolor, emer-

ge también la humanidad. Los equipos de emergencia que actúan sin medir el cansancio. Las manos que ayudan sin preguntar a quién. La solidaridad espontánea que nos devuelve la fe cuando parece tambalear. Ahí, en ese gesto silencioso, la vida vuelve a afirmarse.

Hoy, las víctimas y familias necesitan presencia. Más que explicaciones, humanidad. Acompañar el duelo con respeto y sostener la esperanza sin negar el dolor. Porque honrar a quienes ya no están también

implica aprender a vivir mejor: con más cuidado, con más amor, con más gratitud por cada día que todavía nos es concedido.

La vida no es invencible. Por eso mismo, es sagrada.

Dios es amor, hágase el milagro.

www.IsmaelCala.com

Twitter: @cala

Instagram: ismaelcala

Facebook: Ismael Cala



Condorito



Sudoku

2	9		1			8		
7					4		6	5
		8						3
	6						1	
					3	5		
			2	6	5		3	4
		6	4					
8			3					
				7	1			

Las soluciones las encontrará en nuestra página en FB: El Mensajero

Sopa de letras

En este cuadro hay escondidas 9 palabras (de 4 o más letras cada una) sobre un mismo tema especificado al pie. Las mismas pueden estar de forma horizontal, vertical o diagonal, hacia arriba o hacia abajo, y de izquierda a derecha o a la inversa. Descúbralas teniendo en cuenta que una misma letra puede formar parte de más de una palabra.

9 Sinónimo de "reparar"

R	E	N	O	P	M	O	C	W
E	L	L	O	K	A	H	M	R
S	W	V	B	T	D	O	A	T
T	K	Y	O	Y	A	T	E	V
A	R	A	L	G	E	R	R	A
U	R	A	D	N	E	M	N	E
R	A	I	D	E	M	E	R	W
A	R	E	M	E	N	D	A	R
R	R	I	T	R	E	V	D	A

HORIZONTALES

1. Se suspende o se acaba una cosa.
5. Cualidad de ameno.
12. Querer, estimar.
13. Destino.
14. Pronombre demostrativo.
15. Parte del cuerpo humano, que comprende desde la muñeca hasta la punta de los dedos.
17. Alcohol etílico.
19. Período geológico que sigue al eoceno.
21. Interjección que denota sorpresa.
23. Persona simple y crédula o demasiado cándida y fácil de engañar.
25. Consonante doble del alfabeto español.
26. Alcorán, libro fundamental del Islam.
27. Planta anual crucífera hortense.
28. Gran dios de la teogonía egipcia.
30. Preposición.
31. Casualidad, caso fortuito.
32. Partes que nacen del tronco.
34. Onomatopeya de la risa.
36. Viajeros, transeúntes.
38. Segadera, segur.
39. Semejante al azúcar en el gusto.
41. Consentiré, permitiré, no impediré.
43. Actual nombre de Persia.
44. Elevé plegaria.
45. Unir con cuerdas.
47. Tela fuerte propia para toldos.

Crucigrama

1	2	3	4		5	6	7	8		9	10	11
12					13					14		
		15		16			17		18			
		19				20						
21	22			23							24	
25			26					27				
	28	29						30				
31					32		33				34	35
36				37						38		
		39							40			
41	42						43					
44				45		46			47		48	
49									50			

49. Persona que tiene por oficio cortar y coser trajes (fem.).
50. Roturar la tierra con el arado.

VERTICALES

1. Local destinado a reclusión de presos.
2. Símbolo de la emanación del radio.
3. País del archipiélago homónimo en el Pacífico Sur.
4. Mar interior del Asia, en el Turquestán.
5. Quitar la vida impidiendo la respiración.
6. Apócope de mamá.
7. Ayudante de campo.

8. Señalen, marquen.
9. Indicar o significar algo.
10. Cuevo a las brasas.
11. Engañoso, fraudulento.
16. Japonés.
18. Planta bromeliácea de fruto en forma de piña.
20. Volverá opaco.
22. Lugar ancho y espacioso dentro de un poblado.
24. Hacia el lugar o parte inferior.
26. Concha de los quelonios.
29. Acción que consiste en presionar, frotar o golpear rítmicamente y con intensidad adecuada determinadas zonas

- del cuerpo.
30. Atravesar, cruzar.
31. Motes.
32. Prescriba medicamentos.
33. Perecerá, dejará de ser.
35. Sustancia cristalina, generalmente blanca, muy soluble en agua y de sabor muy dulce.
37. Afirmar una cosa con juramento.
38. Virtud, probidad.
40. Canal de desagüe de la bomba de un buque.
42. Período largo de tiempo.
46. El uno en los dados.
48. Símbolo del sodio.

EL HORÓSCOPO

POR SILVIA RIOJA - @silviarioja astrologasilviarioja@gmail.com

‘Tú lo creíste, tú lo creaste’

ARIES

Estás lleno de pensamientos e ideas intuitivas, no cambies. Así tu forma de pensar será más original y libre, además abierta a la tecnología de avanzada. Todo tu magnetismo y sensualidad podrás demostrarla atrayendo a quien te gusta. Confía en tus atractivos y tu carisma personal. Evita las desilusiones y confusiones, piensa antes de tomar una decisión sobre todo en asuntos financieros o tratos comerciales, ya que las emociones pueden interferir en tus pensamientos. Haz cambios en tu dieta.



TAURO

Tienes muchas ganas de escribir, hacer publicaciones y comunicar tus ideas. Todo lo relacionado a este tema te beneficia. Concéntrate en esto y hazlo confiando en ti. Despliega toda tu simpatía para lograr una mejor relación con tus jefes, aumenta tu magnetismo personal, muchas veces la calidad de trabajo no alcanza para confirmar tu puesto. Debes cultivar más la amistad y ocuparte más de las actividades en grupos. Es importante para ti el contacto emocional con tus amistades y más aun con el sexo femenino.



GÉMINIS

Te encuentras con la mente más abierta, podrás escuchar todo tipo de ideas que te harán cambiar tus pensamientos en forma positiva para crecer intelectualmente. Es bueno que alimentes tu autoestima, pero no es necesario que lo hagas saliendo de compras para hacerte regalos, podrías caer en muchos gastos innecesarios. Tus ambiciones estarán aumentadas. Tu interés estará concentrado en tu vida profesional y en los negocios. Podrás recibir ayuda de mujeres de alto puesto de tu empresa. Practica la meditación.



CÁNCER

Tu gran espíritu de colaboración, tu paciencia y alta calidad de entrega, harán que todas tus relaciones personales mejoren. Serás mucho más extrovertido y divertido, sentirás deseos de expandir tus propios horizontes y buscar nuevos conocimientos a través de viajes compartiendo tus ideas. Buen momento para acercarte a tus hermanos o a los que así consideres, reconcíliate con aquellos que te has mantenido alejado, date la oportunidad de mantener la armonía familiar. Cuida a tu pareja.



LEO

Estos días sentirás una unión especial con tus amigos, descubrirás que hay nuevos temas de interés y objetivos materiales que los une con lazos más fuertes. Buen momento para dedicarte a revisar tus cuentas bancarias y hacer un balance de cómo va tu administración de dinero y las metas de ahorros de este año. Te favorece revisar tu situación financiera, pagar tus deudas e impuestos. También evalúa si te favorece continuar en una sociedad comercial o te independizas. Busca ser paciente al tomar decisiones.



VIRGO

Las preocupaciones y tu ansiedad mental son lo que te está produciendo un desbalance energético haciéndote preocupar por tu salud, pero es solo mental. Intenta ser más expresivo, pues tu falta de comunicación interfiere en tus relaciones comerciales y personales. Saca tu lado más simpático a relucir. Los contactos sociales pueden aumentar y tu conducta respecto a tus relaciones es más demostrativa, debes de cuidar que esto no afecte con celos a tu relación de pareja. Toma con calma las críticas.



LIBRA

La vida social con las amistades toma un ritmo inusual, habrá momentos gratos. El conocer nuevos lugares hacen de este mes algo especial. Buen momento para estar con amigos y aumentar tu actividad social, estarás viviendo circunstancias felices y de acercamiento recíproco en las relaciones íntimas. Intenta controlar tus emociones de enojo y rabia para que no influyan en tu estado de salud. Todo lo que sucede a tu alrededor te afecta de tal manera que disminuye tu sistema inmunológico. Evitas las situaciones confusas.



ESCORPIÓN

Estos días se presentarán situaciones para que averigües sobre sucesos de tu pasado que aún no tienes claro, quizás sea bueno hablar con tus padres para preguntarles. Será un momento de sorpresas. Prepárate para recibir ingresos extras, noticias de alguna bonificación y hasta regalos de los demás hacia ti. No podrás esconder tus sentimientos, hay una fuerte predisposición en ti a mostrar tus emociones hacia los demás. Esto es positivo, ya que podrías expresarte en forma cálida y generosa.



SAGITARIO

Días de mayor creatividad y expansión mental te esperan para este nuevo año. Tu creatividad e imaginación fluirán de manera mágica. Buen momento para concretar acuerdos y/o firmas de contratos de negocios. Pero sé realista en tus apreciaciones, a veces miras tan alto que tus pies se alejan de la tierra. No podrás esconder tus sentimientos, hay una fuerte predisposición en ti a mostrar tus emociones hacia los demás. Esto es positivo, ya que podrías expresarte en forma cálida y generosa. No presiones a tus amigos.



CAPRICORNIO

Podrás mantener conversaciones y comunicaciones muy francas, abiertas y sensibles mientras tengas el control de tus emociones más profundas y dejes ganar a la razón. Tu nivel de optimismo va mejorando, como también tu buena predisposición a seguir adelante con nuevos planes. Verás que el universo te dará más si sientes la abundancia. No es momento para firmar acuerdos importantes, tu mundo emocional puede estar generándote muchos nervios y desenfoque.



ACUARIO

Cuentas con mucha lucidez mental que te genera competitividad intelectual. Querrás debatir todos los temas sacando a distinción los mejores argumentos. Tu inventiva y genialidad te permiten asumir todo tipo de iniciativas y proyectos novedosos, pero además tendrás un toque de buena suerte a tu favor. Tu interés y atención estarán focalizados en temas materiales y asuntos financieros. Es muy buen tiempo para operaciones bancarias y comerciales. No te favorece demorar las decisiones.



PISCIS

Te conviene hacer un alto en el camino y tomarte un momento para acomodar las ideas y dedicarte a lograr la paz mental y espiritual, te ayudará mucho. Es buen momento para incorporar a tu pareja en tus relaciones familiares, ya es hora de presentarlo y compartir días agradables con ellos. Te conviene proceder con toda moderación en tus relaciones personales, pues tu gran sensibilidad a los estados de humor de quienes te rodean puede hacerte caer en errores. Seguirás con mucha excitabilidad emocional y con cambios de humor.



EMPRENDE TU FUTURO

¡CON UNA LICENCIATURA EN
INICIATIVA EMPRESARIAL!



Escanee aquí
para emprender
su futuro hoy
mismo.

**[FSW.edu/academics/
programs/asentrepreneurship](https://FSW.edu/academics/programs/asentrepreneurship)**

La FSW es una organización que ofrece igualdad de acceso y de
oportunidades. Más información: www.edu/equity



ARIAS LAW FIRM, P.A.

VICTOR M. ARIAS, ESQ.

ATTORNEY & COUNSELOR AT LAW



- Accidents
- DUI Defense
- Personal Injury
- Criminal Defense
- Workers' Compensation
- Social Security Disability



239-945-2121

varias@ariaslawfirm.com

www.AriasLawFirm.com

📍 3013 DEL PRADO BLVD. SUITE 6 CAPE CORAL, FLORIDA 33904