

proyecto

brujiula



¡BIENVENIDO MIGUEL JOAQUÍN MARZUCA HENDRICKS!

MIGUEL MARZUCA Y LESLIE HENDRICKS REGISTRAN OFICIALMENTE
A SU PRIMER HIJO EN LA CIUDAD CAPITAL

SÉPTIMA EDICIÓN DEL TORNEO DE GOLF
FUNDACIÓN PALACE/LORENA OCHOA

RESCATAR EL MEDIO AMBIENTE, MISIÓN DE
LAS NUEVAS GENERACIONES

ESTOY AGRADECIDA DE PODER VIVIR DE LO
QUE AMO: NATALIA CÓRDOVA-BUCKLEY

BrujulaCancun    @ProyectoBrujula

AÑO 14 • NÚMERO 453 • FEBRERO 15 - MARZO 14, 2021 • \$25.00 EDICIÓN MENSUAL

www.proyectobrujula.com

25%
DE ENGANCHE
Y 36
MESES SIN INTERESES
ES LO NATURAL

||||| LOTES RESIDENCIALES DESDE 220m2

CASA CLUB - CENTRO COMERCIAL - PARQUES Y ÁREAS VERDES |||||

FINANCIAMIENTO PROPIO |||||



VIA-CUMBRES[®]
RESIDENCIAL

El Elemento que Desarrolla Plusvalía

un Desarrollo mas de:



DESARROLLADORA
CUMBRES



Avenida Huayacán km. 7, Cancún Q. Roo 889.97.30 www.viacumbres.com.mx

P L A Z A

ARIA

H U A Y A C A N 23°

LE DAMOS LA BIENVENIDA A



ESTAMOS MÁS CERCA DE TI



COMODIDAD, ATENCIÓN Y CALIDAD

AV. HUAYACÁN #23



12



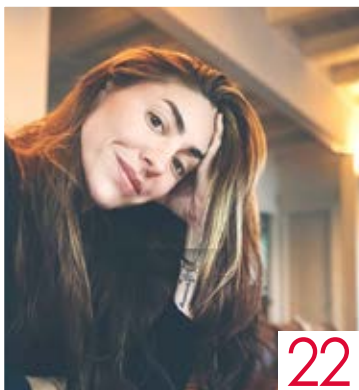
8



18



14



22



32



48

SECCIONES

Así fue	5
Sugiere	11
Influencer	28
El arte de ser	30
Gastronomía	40
Los cumpleaños	45
Siete Pecados	48

BITACORAS

Esperando a Martina	8
Esperando a Emiliano	9
Buen provecho	10
Presentan colección	12

PORTADA

Bienvenido Miguel Joaquín Marzuca Hendricks .	13
---	----

ESPECIALES

Nuevos campeones	18
Bienvenidos a Ilios.....	20
Natalia Córdova-Buckley	22
Salvemos al mundo	26

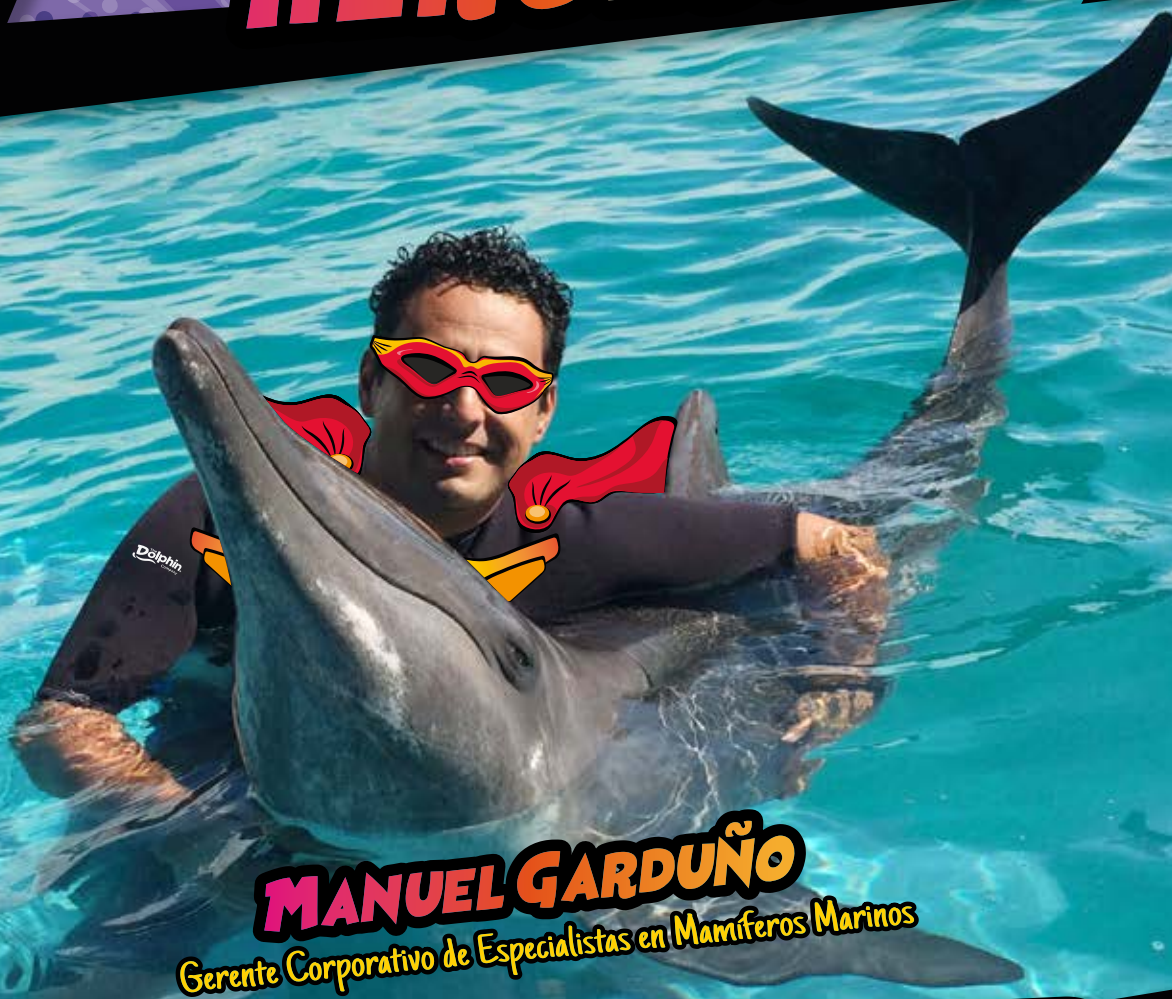
IN MEMORIAM

Edgar Alberto Villajuana Berzunza	32
María del Carmen Carballido Robles	34
Elvia Ficachi	36
Magdalena Hidalgo Cano	38

COLUMNAS

Como pez en el agua	4
Inquietudes	16
Le Flaneur	29

¡NUESTROS HÉROES!



MANUEL GARDUÑO
Gerente Corporativo de Especialistas en Mamíferos Marinos

“ El cuidar y convivir con Mamíferos Marinos nos da muchas experiencias, todas ellas dignas de recordarse, pero sin duda los eventos que más recuerdo son donde he participado en la rehabilitación y rescate de Mamíferos Marinos silvestres, creo que lo disfruto tanto por que es un proceso muy completo que tiene alcance y repercusiones en toda la gente involucrada. Saber que vamos a aplicar todos los conocimientos que hemos adquirido para proporcionar una nueva oportunidad de vida a algún ejemplar que lo necesita es algo que me llena de orgullo.”

CONÓCELOS EN
El hogar de los Delfines
más amados

INFORMES Y RESERVACIONES: 998 849 4748 / 800 713 8862



COMO PEZ EN EL AGUA

@Eptowersp

Esteban Torres



- >> Eduardo Albor
Presidente
- >> Jorge García Llaguno
Vicepresidente
- >> Paul Bello
Tesorero
- >> Amador Gutiérrez Guigui
Director General
agutierrez@latitud21.com.mx

Así es la vida...

Empezamos este año con noticias de todos colores y sabores y una de tono azul fue la que nos dieron Alejandra Martínez de Alva y Jaime Valenzuela Jr; quienes convirtieron en felices abuelos a mis queridos amigos Jaime y Tabi Valenzuela el pasado 28 de enero con la llegada de Emilio. La espera por el nuevo miembro de la familia comenzó desde el pasado 10 de marzo de 2018 que Jaime y Ale se unieron en matrimonio en la iglesia de Cristo Resucitado, en Zona Hotelera. Tabi, la voluntaria de Cruz Roja Cancún más querida por toda la benemérita comunidad por su alegre carácter, compartió la noticia en sus propias redes sociales con el cambio de status para siempre por el de abuela. ¡Bienvenido Emilio!



negocios se han multiplicado hacia ambas direcciones. Sea cancanense o holboxeño, esperamos con gusto la llegada del nuevo miembro de la familia, sólo queda incierto si será azul o rosa.

Sinceras condolencias

De profunda tristeza se vistió el pasado 24 de enero con la partida de doña Elena Carrillo Grageda, mamá de nuestra querida Elena Villarreal, así como de sus hermanos: Martha, Rosy, Pilar, Tere y Ramón Villarreal Carrillo. Para quienes tuvimos la fortuna de gozar de su carácter, su amabilidad y sobre todo por su amena plática, nos duele su ausencia por el hermoso ser humano que fue, reflejando su carácter en cada uno de sus hijos. Recuerdo el día que coincidió con mis padres en un evento y comentaron sobre las historias que rondaban el rumbo donde ella vivía, llenos de historia, cercanos a donde mi padre vivió su infancia. Señora Elena, lo mejor de usted se queda en el corazón de sus hijos y en cada uno de quienes hoy lamentamos su ausencia. Luz en su camino.



Bebé en camino

Desde Holbox nos enteramos de la próxima llegada del primer bebé de Rocío Casillas y Alejandro Cañedo. Ya sabíamos de sus planes de hacer crecer la familia, formalizar su relación y seguir dividiendo su residencia entre una de las islas/tesoro del Caribe y Cancún, ya que los

Negocio nuevo en puerta

Después de andar por el mundo probando e importando nuevos sabores a su dieta familiar, todos ellos saludables. Cinhya Luna ha decidido compartir todo ese cúmulo de recetas a través de su nueva firma de catering y para recibir el visto bueno convocó a sus amigas más críticas para que probaran algunas de sus propuestas, todas ellas elaboradas por ella misma y de cada una explicó el origen, destacando la leche de coco prensada en Hawái y las guayabas que mandó traer desde Filipinas... Obviamente esta fue una broma que les hizo pero la idea sí la tomó de los lugares donde ha viajado porque su curiosidad culinaria no tiene límite y siempre pregunta qué es y de dónde lo traen. Luz de luna es su nueva firma y de momento sólo está disponible por Instagram. ¡Buen provecho!



- >> Esteban Torres
Editor
etores@proyectobrujula.com
- >> Angel Hernández
Jefatura de diseño
ahernandez@latitud21.com.mx
- >> Ventas
ventas@latitud21.com.mx
- >> Milton López
Administración
mlopez@latitud21.com.mx
- >> David Asencio
Relaciones Públicas
dasencio@latitud21.com.mx

PROYECTO BRÚJULA, Año 2021, número 453, es una publicación mensual, de Grupo Editorial Latitud 21, S.A. de C.V. con domicilio en Avenida Kabah Sur, Manzana 4, Lote 1 Local 301 Supermanzana 55, Plaza Royal Kabah, Código Postal 77533, Cancún Quintana Roo, Comnutador (998 8928666 Fax (998) 8928665. Editor responsable, Esteban Torres. Con certificado de reserva de derechos al uso exclusivo otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor 04-2012-090512932300-102, ISSN 1870-4824. Certificado de Licitud de Título en trámite. Certificado de Licitud de Contenido en trámite. Impresa por Digitalización Publicitaria S.A. de C.V. Calle 39, No. 501, Col. Centro, C.P. 97000, Mérida Yucatán. Distribuida por Grupo Editorial Latitud 21, S.A. de C.V. PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL DEL CONTENIDO EDITORIAL Y FOTOGRAFICO SIN CONSENTIMIENTO POR ESCRITO DE LOS EDITORES. Grupo Editorial Latitud 21, S.A. de C.V. Investiga sobre la seriedad de sus anunciantes pero no se responsabiliza de las ofertas y promociones ofrecidas por los mismos.

IMPRESO EN MÉXICO



brujulacancun @proyectobrujula

www.proyectobrujula.com



Antes como antes. . .

Las amigas más cercanas de Paulina Ortega le desearon un muy feliz cumpleaños y con la última foto que se tomaron justo antes del confinamiento, así recordaron lo felices que eran y nadie se había dado cuenta hasta que nos prohibieron las reuniones.

Cena de cumpleaños

Con una cena entre amigas se dejó consentir Vanessa Terrats con motivo de su cumpleaños. Aunque ya habían pasado unos días, la festejada consintió a sus invitadas con un delicioso menú que nunca olvidarán. ¡Muchas felicidades!



20% } **Check up cardiológico**
de descuento

\$800 } **Consulta de cardiología**
mxn pesos (Primera vez)

20% } **Estudios de laboratorio prenupciales**
de descuento

Cancún

99-88-81-34-00

www.amerimedcancun.com

** Aplican restricciones.*





¡Bienvenida a los 21!

Con mucho cariño deseamos a la bella Alexia Albor Domínguez que este nuevo capítulo en su vida esté lleno de cosas lindas, salud y bendiciones. Acompañada de sus padres y hermanas recibió el nuevo año que va de la mano con su edad. ¡Muchas felicidades!

Con la bendición de Dios

En medio de una misa dominical en la parroquia de la Sagrada Familia, el padre Gonzalo "Chalo" Aguilar celebró su cumpleaños 47, dando gracias por tantas muestras de cariño de parte de sus fieles, pero sobre todo por recuperar su salud que se vio afectada durante el apogeo de la pandemia. La familia Aguirre/Abarca lo consintió con una comida en su casa para seguir festejando su cumple.



Festejo doble

Los cumpleaños de Paul Camhi y Michelle Shouse están divididos por el cambio de un día a otro por lo que celebraron sus respectivos en una misma cena en La Fonda del Zancudo donde los invitados de honor fueron sus propios hijos y nadie más. ¡Muchas felicidades!

¡Fiesta sorpresa!

Una gran fiesta ya no se mide por el número de invitados, sino por los detalles que se hacen en familia. La bella Alejandra Pérez fue consentida por su novio junto con su futura suegra y su esposo con una deliciosa cena en la que participaron todos para consentirla por sus 28 años.



Cocina platillos españoles y portugueses

Con la bienvenida del chef Norberto Ruiz comenzó la serie de presentaciones personalizadas a clientes vip y amigos del nuevo concepto gastronómico titulado Babel Odissea Culinaria que se divide en 14 tipos de cocina internacional. Para esta ocasión el chef eligió bocadillos a base de bacalao, arroz en tinta de sepia, ostiones y torta del cielo a base de pasta de almendras.



¡Señora de las cuatro décadas!

"Doy gracias por tantas bendiciones; seré sabia y fuerte para reconocer lo que no he podido lograr, me mantendré en el camino y lograré lo que tanto deseo; le diré siempre sí a la vida, no voy a tratar de componer la vida de nadie, mis buenas energías son para mí, seguiré mi camino, en esta búsqueda continua de ser feliz", así recibió sus 40 años la arquitecta y decoradora de interiores Alexandra Rangel con festejo en Flamingo's.

HOOTERS[®]
MALECÓN AMÉRICAS - PARTY CENTER - PLAZA LA ISLA

15 AÑOS
HACIENDO FELIZ A CANCUN

DELIVERY

ZONA CENTRO
998 880-8989
998 151 4645

ZONA HOTELERA
998 883-0618
998 883-0669
998 458 2006
998 441 8020



Tanu Cevallos.



Ani Gómez y Tanu Cevallos.



Sofía Flores.



Bárbara y Tanu Cevallos con Claudia Otero.

ESPERANDO A MARTINA

QUÉ: BABYSHOWER.

CÚANDO: VIERNES 8 DE ENERO.

DÓNDE: CANCÚN, CENTRO.

Con el gusto de anunciar la próxima llegada de Martina, quien será la primera hija de Tanu Ceballos; segunda nieta de Claudia Otero y primera sobrina de Bárbara Cevallos, se organizó un brunch para convivir en familia y amigas más cercanas para darle la anticipada bienvenida a la futura bebé que en breve llegará para pintar la vida de rosa de la feliz y debutante mamá.



Bony Herrero, Julieta Méndez, Claudia Cevallos, Maru Porras y Maribel Padilla.



Bárbara Cevallos y Paulina Salinas.



Paulina y Liliana Otero, Tanu y Bárbara Cevallos, Carmina Otero y Renata Nava.



Stephy Diamant, Ani Gómez, Tanu Cevallos, Pato Gómez, Andrea Aburto Aburto y Adriana Vázquez.



Karen Gómez, Zai Reveles, Dora Núñez, Jazmín Rodríguez, Pau Izquierdo, Jess Muñoz y Pao López.

ESPERANDO A EMILIANO

QUÉ: BABY SHOWER.
DÓNDE: ICAZA CANCÚN.
CUÁNDO: VIERNES 5 DE FEBRERO.

Con un brunch entre amigas y futuras tías, dieron la anticipada bienvenida al pequeño Emiliano, el primer heredero de Jazmín Rodríguez y Orlando García.

Los futuros padres agradecieron los regalos y los consejos también para recibir a Emiliano, pero de lo que ya se empezaron a despedir fue de las horas tranquilas de sueño que nunca volverán.



Orlando García, Jazmín Rodríguez, Candy Ayuso y Julia Fuentes



Xaviera López y Jazmín Rodríguez.



Jazmín y Orlando García

Colecta Emergente Cancún 2020



Ahora más que nunca necesitamos de tu ayuda con **DONACIONES**, cada peso cuenta.

Beneficiario: Cruz Roja Mexicana, I.A.P.
 Banco: Scotiabank Inverlat
 Número de Cuenta: 1750 106 03 68
 CLABE: 044 691 175 010 603 687
 RFC: CRM6702109K6

* Recibos deducibles de impuestos.
 Enviar comprobante de depósito o transferencia al correo:

cruzrojadamascun@hotmail.com

Contacto: 99 81 04 41 43

GRACIAS POR TU DONATIVO





Ingélica Vital, Fernando Partida y Sikaru Díaz.



Liliana y Norely Guillén.



Maricruz Camacho y Alejandro Muñiz.



Jonás Iruzo y Yadira Hernández.



Iván Díaz y Gaby Jiménez.



Lupita Tapia y Yuliana Contreras.



Rogelio Valencia y Priscila Villanueva.



Mayolo Avendaño y Leonardo Romero.



El chef Agustín Puc.

¡BUEN PROVECHO!

QUÉ: CENA/MARIDAJE.

CUÁNDO: VIERNES 15 DE ENERO.

DÓNDE: REST. HOLZ

Los chefs Agustín Puc y Marcy Bezaleel fungieron como anfitriones de una deliciosa cena/maridaje en donde fusionaron el sabor de la carne al del whisky, creando una explosión en el paladar de los sibaritas que se dieron cita.

La velada comenzó con un bocado de jícama con longaniza de Temozón, Petit filet flameado con whisky; el plato fuerte fue una picaña macerada con Johnnie Walker cocinada a baja temperatura y el postre una pieza de piña tatemada caramelizada en miel del Mayab y helado de pistache. La mixología estuvo a cargo de etiqueta roja, Double Black Label, Green Label y Gold Label.



Noé Mirón, Chris Mendoza y Rafa Borbolla.



Flameado



Agustín Puc y Besa Pacheco.



LA SINFÓNICA DE CANCÚN PREPARA SU TEMPORADA 2021

Sujetos a los protocolos de seguridad, deberemos encontrar sitios al aire libre donde podamos ofrecer conciertos cuidando las medidas requeridas para el bienestar del público, de la Orquesta y quienes la conforman.

Estamos ya visitando y analizando algunas posibilidades, así como el regreso a nuestra casa, el Teatro de Cancún, a mediados de año y sujetos al avance del proceso de vacunación.

Por lo pronto, agradeceremos todos los donativos que nos puedan apoyar para ayudarnos a mantener nuestra organización.

Tu donativo podrá recibir un recibo fiscal, además del profundo agradecimiento de quienes somos parte de la Sinfónica de Cancún.

Si deseas hacer un donativo, por favor envíanos un mensaje de Whats App al 9988500506.





PRESENTAN COLECCIÓN

QUÉ: DESFILE DE MODAS.
CÚANDO: SÁBADO 30 DE ENERO.
DÓNDE: MEETPOINT CUMBRES.

Don nóveles creadoras presentaron sus colecciones cruceo a través de un desfile sin precedente en cuya propuesta observamos un patronaje fractal así como un estilo urbano sin género.

María Escorcía presenta su colección "AM-001" que se basa en un patronaje fractal generado por el cuerpo humano cuando éste se encuentra en movimiento, debido a la estructura del patrón tenemos como resultado prendas cero residuos.

Fernanda Ayala presenta su colección "Somos humanos", representando la diversidad que existe entre nosotros. A través de los colores, formas y tamaños da un mensaje de equidad.

Asimismo, presentaron su unificación creando Ayala Escorcía, despacho especializado en diseño y producción de moda.





Printers
IMPRIME +
IMPRESA EXPRESS
SUMAMOS IDEAS,
OFRECEMOS CALIDAD
E IMPRIMIMOS RESULTADOS

**IMPRESIÓN
DIGITAL**

SERIGRAFÍA


GRAN FORMATO
LONAS
CALIDAD FOTOGRÁFICA

OFFSET

- Tarjetas de Presentación
- Comandas
- Notas
- Boletos
- Trípticos
- Volantes
- Tazas
- Gorras
- Playeras
- Viniles
- Telas
- Promocionales
y mucho
más...

 Printers Cancún

 998 381 0922

 printers.cancun@gmail.com

 Av. Xpuhil Sm. 26 Mz. 8 Lt. 10 No. 2 Esq. Retorno Yum Kin
Cancún Quintana Roo, México, C.P. 77509



Miguel Joaquín Marzuca Hendricks, Leslie Angelina Hendricks Rubio y Miguel Alfonso Marzuca Castellanos.

¡BIENVENIDO MIGUEL JOAQUÍN MARZUCA HENDRICKS!

QUÉ: REGISTRO ANTE LO CIVIL.

CÚANDO: JUEVES 28 DE ENERO.

DÓNDE: ZONA CENTRO, CHETUMAL.

El nuevo heredero de Miguel Alfonso Marzuca Castellanos y Leslie Angelina Hendricks Rubio quedó registrado oficialmente con el nombre de Miguel Joaquín Marzuca Hendricks en la oficina del registro civil de Chetumal, fungiendo como testigos Candy Ayuso Achach y Rubén Mario Vizcaino Torres, así como Lizbeth Gamboa Song y Roberto Agundis Yerena.

Después de asentar sus rúbricas y recibir el acta que acredita al recién nacido ante lo civil se reunieron en familia con los abuelos que estuvieron presentes: Dina Isabel Castellanos González y Joaquín Ernesto Hendricks Díaz, así como la tía paterna, Dina Isabel Marzuca Castellanos.



Miguel Alfonso Marzuca Castellanos, Amador Guitiérrez Guigui, Candy Ayuso Achach, Miguel Joaquín Marzuca Hendricks y Leslie Angelina Hendricks Rubio.



Dina Isabel Castellanos González, Miguel Alfonso Marzuca Castellanos, Miguel Joaquín Marzuca Hendricks y Leslie Angelina Hendricks Rubio.





Joaquín Hendricks Díaz, Miguel Alfonso Marzuca Castellanos, Miguel Joaquín Marzuca Hendricks y Leslie Angelina Hendricks Rubio.



Dina Isabel Castellanos González y sus nietos.



Rubén Mario Vizcaino Torres con Miguel Joaquín Marzuca Hendricks, Leslie Angelina Hendricks Rubio y Miguel Alfonso Marzuca Castellanos.



Miguel Alfonso Marzuca Castellanos, Leslie Angelina Hendricks Rubio y Miguel Joaquín Marzuca Hendricks.





Miguel Alfonso y Dina Isabel Marzuca Castellanos.



Roberto Agundis Yerena, Miguel Alfonso Marzuca Castellanos, Lizbeth Gamboa Song, Miguel Joaquín Marzuca Hendricks y Leslie Angelina Hendricks Rubio.



Miguel Alfonso Marzuca Castellanos, Miguel Joaquín Marzuca Hendricks y Leslie Angelina Hendricks Rubio.



Por Rosi Ruiz Joaquín



@RosaRuiz

Vivir con plenitud

Me encontré en el baúl de los recuerdos uno de mis artículos antiguos que escribí en un diario local en el año 1995, apenas algunos ayer. Me llamó la atención que ésta columna va dirigida a la mujer de cincuenta años. En ese entonces yo veía muy lejano llegar a esa edad, apenas tenía treinta y cinco (menos años de lo que tienen mis hijos ahora). Sin embargo, ya rebasé una década más. ¡De verdad que el tiempo pasa volando! Continué leyendo mi viejo artículo que describe que habrá cambios en el organismo. Recuerdo que pensé que eso a mí no me sucedería jamás... me equivoqué, sí me sucedió. Y ha sido prueba superada por lo menos hasta hoy. Si me lo permites querido lector o querida lectora, voy a enunciar algunos párrafos especialmente dirigido a la mujer pero también como varón este tema te pudiera interesar en caso que tengas una esposa o pareja, pues te ayudaría para conocer una parte fundamental en la vida de la mujer.

La parte bella de llegar a los cincuenta es que puedes estar satisfecha contigo misma por tus logros y das espacio a un nuevo sueño. Que los cambios en tu vida ya no son tan radicales, como formar un matrimonio, la llegada de los hijos, nuevos amigos, cambios laborales o mudanzas. Prácticamente ya estás en una etapa más estable, entonces vienen cambios en tu interior. Comienzas a moderar tu ritmo de vida. Ya no te entregas al trabajo con largas jornadas porque ya los hijos son grandes y ayudan con los quehaceres de la casa. También cuentas con la capacidad de dar peso justo a las cosas y no dramatizas ante los problemas o dificultades.

La parte complicada de esta edad es que comienzan a asomarse unas arruguitas en tu rostro que para evitarlas hay muchas soluciones, como estar en manos de un buen dermatólogo y por supuesto llevar una buena alimentación acompañado de un sueño reparador que también te ayuda mucho. La piel de nuestro cuerpo comienza a perder elasticidad y se afloja por la caída brusca de hormonas pero con una rutina de ejercicios se puede controlar y una buena crema hidratante, evita el alcohol y el cigarro. Ahora comienza los nuevos achaques de la menopausia con algunos disturbios fastidiosos pero nada graves como son los bochornos. Con la guía de un especialista se puede solucionar o por lo menos controlar.

Más o menos en ésta etapa nuestros hijos abandonan el hogar ya sea por cuestiones de estudios, casamiento o independencia y es en este tiempo es cuando nos ataca el llamado Síndrome del nido vacío, porque aquí es donde viene lo bueno, pues el silencio de tu hogar es muy desolador, dejas de escuchar sus voces así como la música que tanto les gusta. La mesa se reduce a menos, las horas se vuelven largas, vacías y aburridas, tu tiempo está sobrado, pero si sabes canalizarlo en forma positiva lo podrás superar. Por ejemplo, antes que esto suceda, si eres una persona que labora fuera de casa ya estás de gane pero si siempre te dedicaste al hogar te aconsejaría que antes que tus hijos partan encuentres una actividad que te satisfaga y te mantenga ocupada durante el día para que las horas sin ellos no se te haga más difícil. Si tienes esposo o pareja, invítalo a desarrollar algunas actividades dife-



rentes o nuevas, él también sufre. Aunque ahora con la pandemia es algo difícil salir de casa, sí se puede integrar en las tareas del hogar. Pueden hacer juegos de mesa, ver películas o alguna serie. Aprender otro idioma, pintar cuadros, escuchar música, caminar juntos o hacer ejercicio, inventar platillos en la cocina o aprender repostería, escribir un libro o retomar algún viejo pasatiempo. Limpiar los armarios, renovar o reciclar tus muebles. En fin, dar vuelo a la creatividad. Con mi experiencia te puedo contar que mis hijos muchas veces se iban lejos y por alguna razón volvían a casa, por lo que el nido no queda tan vacío como suponemos. Hoy tengo a mis hijos cerca y dos hermosas nietas que tienen su espacio en nuestro hogar. La mesa se volvió a agrandar. Se escuchan nuevas voces y mi tiempo está ocupado. Mi nido se volvió a llenar, así que no vale la pena llorar porque todo es pasajero.

En la parte física habrá algunos e inevitables estragos. Algunas mujeres comenzarán a tener molestias en las piernas por la mala circulación que con ejercicio y medicamentos se puede controlar. También el sistema óseo se debilita progresivamente. Dejamos de producir estrógeno que contribuyen a conservar el tejido óseo que nos puede conducir a una osteoporosis. En este caso es muy recomendable el ajonjolí, dicen que es el cemento de los huesos. Se puede consumir en Hummus o tahini o hacerlo leche y tomar un vaso al día (remoja seis cucharadas de ajonjolí una noche antes, se licúa con cuatro tazas de agua, un chorrito de vainilla, una pizca de sal y endulzar con miel de agave, se cuela antes de beberla). Evita el azúcar. También como suplemento tomar calcio, comer jocoque, hacer algo de natación o caminata diaria.

En resumen, ¡S feliz! Que nada perturbe tu existencia. No la tenemos fácil pero si nos aplicamos puede ser prueba superada.

Cambiando de tema. Ya estamos finalizando el primer trimestre de éste nuevo año. Seguimos con tanta incertidumbre con la bendita pandemia. Nuestra vida ha cambiado, hay muchas cosas que ya no serán como antes. Estamos ante un reto muy fuerte que tenemos que superar toda la humanidad. Seguimos orando por los enfermos y llorando a los que ya se fueron. No perdamos la fe que de todo lo malo algo bueno debe suceder.

NUEVOS CAMPEONES SERGIO MENDÉ Y PATRICIO REGALADO

Escriben su nombre en la bitácora de la séptima edición del Torneo de Golf Anual que organiza la Fundación Palace Resorts I.A.P en alianza con Fundación Lorena Ochoa



Patricio Regalado y Sergio Mendé.

Con la participación de más de 150 jugadores y 64 firmas patrocinadoras se llevó a cabo la edición 2021 del Torneo de Golf Anual, considerado toda una tradición por siete años consecutivos, anotándose como campeones Sergio Mendé y Patricio Regalado, destacándose entre experimentados golfistas que llegaron del interior del país. Lo recaudado de las inscripciones del torneo y de los patrocinios de las empresas será destinado a las diversas acciones que realizan tanto la Fundación

Palace Resorts I.A.P como la Fundación Lorena Ochoa a través de programas, equipamiento y mantenimiento tanto de la Casa Hogar, así como a los niños del Centro Educativo "La Barranca," que pertenece a la Fundación Lorena Ochoa. Este año se jugaron dos categorías, la primera denominada "Por el Placer de Ganar" en un formato Bola Baja en Twosome a jugar 18 hoyos. La segunda categoría llevó por nombre "Por el Placer de Ayudar" que se jugó en un formato "A Go Go en Four-some" a jugar 9 hoyos, una categoría para golfistas amateurs.



Anuar Chapur y Lorena Ochoa.



Anfitriones.



Los ganadores: Sergio Mendé y Patricio Regalado.



LIFE[®]
Ambulancias

¿Tienes un
evento



Haz que la
experiencia sea
segura.

Te ofrecemos el respaldo
de una empresa dirigida
por expertos.

¡Contáctanos!

relacionespublicas@life.com.mx



 **998 886 2010**

Lada sin costo 800 LIFE 123

 www.LIFE.mx

 /LIFE Ambulancias

 @ambulife



BIENVENIDOS A Ilios

Nuestra especialidad es la φιλοξενία (hospitalidad)

Ricardo Malpica, gerente general del nuevo restaurante Ilios, es el anfitrión de todos los días junto con un experimentado equipo de colaboradores que trabajan intensamente bajo sus órdenes y experiencia de más de 25 años en el ramo de alimentos y bebidas, dedicando los últimos 10 a fortalecer el prestigio de Grupo Andersons que en esta ocasión rinde homenaje a la cultura griega.

“Para nosotros siempre han sido lo más importante nuestros invitados y así como Grecia se distingue por su ‘filoxenia’ (hospitalidad), nosotros también queremos aplicar esa misma filosofía con el mejor menú, las me-

jores atenciones y ahora también con las mejores medidas de higiene para garantizar la salud de nuestros invitados de cada día”, comentó Malpica.

En la actualidad, la gente tiende a cuidarse aún más para fortalecer también su alma y no sólo su cuerpo y en ese sentido, la cocina del Mediterráneo está centrada en cosas naturales, empezando por las verduras y el aceite de olivo que producen bienestar en nuestro organismo, es por ello que en Ilios han seleccionado cuidadosamente de entre la gastronomía griega las creaciones más saludables y representativas de esta cultura milenaria.

Partiendo de esta primicia, nuestros anfitriones han querido elevar el





nivel aún más, con ingredientes originales traídos desde Grecia, como es el cordero, el queso feta, destacando platillos imperdibles como la variedad de pescados a la sal, ensaladas, gyros, "sólo por mencionar algo de lo mucho que estamos ofreciendo, así como una gran variedad de vinos y el infaltable Ouzo que es el anís griego, digestivo perfecto que no puede faltar en toda mesa.

Si bien los vientos que soplan dentro del panorama económico mundial no son nada favorables, en Ilios están conscientes de ello, pero su extraordinaria capacidad para reinventarse e impulsar nuevos conceptos está hecha incluso a prueba de huracanes y vaya que últimamente han sido una

constante en el Caribe Mexicano, pero este nuevo reto ha sido sazonado y bendecido por las mismas musas griegas que inspiraron este lugar.

Decorado y ambientado con la mejor arquitectura inspirada en Grecia, cuenta con capacidad para 280 personas, con muelle para que la gente pueda llegar en su propia embarcación o bien, sean recibidos a través del estacionamiento, con todas las medidas de sanidad.

A la Acrópolis de la Zona Hotelera llega un nuevo templo para venerar a la gastronomía y donde los mismos dioses del Olimpo querrán descender para ser aún mejor atendidos entre faunos y deidades que escribirán nuevos capítulos entre la legendaria mitología ubicados en Cancún.





NATALIA CÓRDOVA-BUCKLEY

“Soy una persona que se atreve a amar con el corazón abierto y vivir con los sentimientos a flor de piel”



Por Esteban Torres P.

Para quienes hemos tenido la fortuna de seguir de cerca los pasos de la ascendente carrera artística de Natalia Córdova-Buckley, nos llena de orgullo saber de cada obstáculo que ha superado, así como de los triunfos en los que se ha convertido su esfuerzo, su confianza en sí misma y su capacidad de reinventarse en cada personaje para crecer como actriz.

A propósito del estreno de “Coyote” el pasado mes de enero de este año, nueva serie de televisión de drama estadounidense producida por Paramount Network y Sony Pictures Televisión para CBS1, platicamos con ella de este gran logro, así como de otros planes desde su residencia en Los Ángeles, recordando también los años vividos en Cancún que forjaron su carácter.

Estamos empezando un año muy anhelado a nivel mundial: cómo lo recibes tú y qué planes tienes porque el pasado nos tiró todos los que teníamos al suelo con la pandemia, aunado al problema de salud que puso pausa o fin a muchas vidas, en el peor de los casos...

“Una de las enseñanzas más grandes del 2020 fue encontrar arraigo en lo desconocido, paz en el no saber; trajo mucha muerte, pero debemos estar en paz con eso. Estoy más conectada con vivir el momento, realmente sólo tenemos el ahora. Aceptar el llamado universal y evaluar los retoños que ha brotado de las semillas que hemos sembrado. La pandemia nos recordó que era momento de cultivar. Aceptarla o cambiar la realidad”.

Biografía



A esta altura de tu vida qué nos puedes decir de tu carrera en Estados Unidos, ha sido lo esperado o cuáles han sido los obstáculos que has tenido que enfrentar... ¿Y qué satisfacciones te han fortalecido?

"Nunca he manejado mi carrera con cálculos; soy medio bohemia, fluyo con lo que viene y acepto lo que es. Estoy profundamente agradecida de poder vivir de lo que amo, eso es algo que pocos tienen la oportunidad en este mundo. Cuando inicio un proyecto no veo si los demás son famosos o si se habla de mí en las noticias; estoy en el escenario desde los tres años, fui bailarina, poder hacerlo es suficiente. Los obstáculos vienen aparte por ser inmigrante, mujer y mexicana, en un país ajeno; todo se acentuó con el presidente que acaba de dejar el poder, lógicamente hubo obstáculos, pero para mí son bienvenidos, la vida no es fácil para las minorías y cada obstáculo que brinco me reafirma en mi camino. Todos ellos son grandes maestros".

¿Qué tipo de mujeres te gusta personificar en la pantalla grande y en la "chica" también...?

"No tengo realmente un tipo de mujer en mente para interpretar; los artistas somos espejos de la realidad. Por mis convicciones creen que no sería capaz de representar a una mujer misógina, o a una mala, o racista. Yo no soy juez de moralidad, en mi vida personal no comulgo con clasistas, elitistas o racistas, no me llevo con esos absolutistas. Yo vengo a ser reflejo de la humanidad porque mi camino como artista es ser espejo, no juez de la realidad. Quiero personificar al ser humano y hacerlo de manera auténtica para que en ese reflejo nos encontremos todos, ya sea en lo oscuro o luminoso, y podamos con ello dibujar al mundo de una manera real".

De todas las producciones en las que has participado hay una que te haya marcado por alguna experiencia...

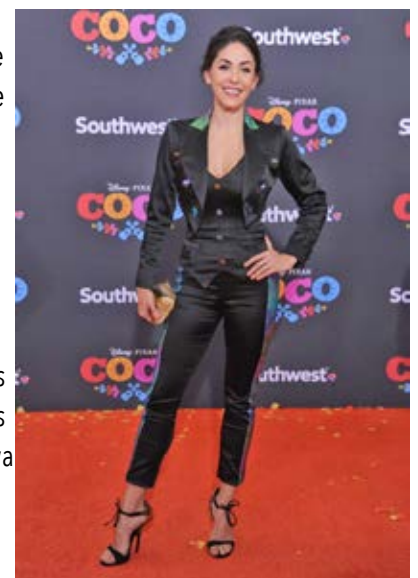
"En todas las producciones hay experiencias y maestros, tan negativos como grandiosos y en los dos se aprende. Mi primera película aquí en Estados Unidos fue con la directora Niki Caro. Mi personaje no tenía ni muchos párrafos ni mucha carne, pero ella me pidió improvisar un monólogo



Nacida como **Natalia Córdova Rodríguez** el 25 de noviembre de 1982, es una actriz mexicana que creció sus primeros años en **Cancún, Quintana Roo**.

Comenzó su carrera artística como bailarina de ballet, sin embargo, esa actividad le pareció muy estricta por lo que decidió dedicarse a la actuación. Es nieta del destacado actor

Pancho Córdova que trabajó durante el cine de oro en México. Natalia emigró a Estados Unidos y estudió en la Escuela de Artes de la Universidad de Carolina del Norte, consiguiendo poco después su primer rol en inglés en la película deportiva **McFarland, USA**. Consiguió más adelante el papel de Elena



"Yo-Yo" Rodríguez en la serie **Agents of S.H.I.E.L.D.**, que le otorgó el reconocimiento del público. Ha actuado también en el cine. En 2010 debutó en **Sucedió en un día**; en 2011 hizo **Lluvia de Luna**; en 2011 participó en **Ella y el candidato**. En 2012 estelarizó **Ventanas al mar**, producida por su primo **Marco Polo Constandse**; en 2014 hizo **Yerba Mala**; en 2015 participó en **McFarland, USA** y en 2017 dio voz a **Frida Kahlo** en la película animada **Coco**.





que me permitió sacar mucho de mí. Otra fue la gran Nicole Kidman en Destroyer, tuve un momento muy especial que conservaré para mí, fue muy conmovedor; me dijo palabras que cargaré conmigo para siempre. Admiré su capacidad de darle al otro su momento entre sus compañeros de set; tuvimos una actuación juntas y nunca robó luz, ni espacio, todo lo contrario, es una actriz bondadosa de quien nunca creerías esa generosidad”.

¿Qué se siente pertenecer a una generación de jóvenes talentosos que han llevado lejos el nombre de Cancún en el mundo del cine y el entretenimiento?

“Es maravilloso ver que tantos artistas han salido de nuestra pequeña ciudad de Cancún. Es un lugar extremadamente especial, por eso me doló tanto el sexenio pasado al ver amigos del pasado participar en él; fue un sexenio tan corrupto que lastimó mucho a Cancún y Quintana Roo. Fue muy doloroso ver a gente que amo y amé que le perdieran el respeto no sólo a mi ciudad sino a la sociedad que los vio crecer. Agradezco ser parte de una generación con calidad humana, honestidad como Ana Claudia Talancón, Toño Gaona, Marco Polo Constandse y Arath de la Torre, es bello saber que dejan en alto el nombre de nuestra tierra. Cancún a mí me inspiró, su mar me crio; estoy agradecida con la

sociedad que me vio crecer y bailar; agradezco a quienes aún cuidan ese paraíso que nos ha dado tanto”.

Con la nueva tendencia de uso de las plataformas digitales crece la oportunidad de tener más exposición, cómo ha sido en tu caso...

“No soy de plataformas digitales, me cuestan trabajo, nosotros podemos hacer -como todo en la vida- lo que queramos de las plataformas, ya sea algo oscuro, negativo o positivo, son difíciles porque hay mucha manipulación en las redes sociales y yo no quiero que mis privilegios los carguen otros; trato de ser lo más auténtica en las redes. Cuesta trabajo porque ahora todo se puede manipular más fácil”.

¿Con la nueva apertura del cine mexicano te gustaría trabajar al lado de compatriotas en suelo mexicano? Con quién te gustaría... y por qué...

“Claro que sí. Este año voy a regresar a México para trabajar en una serie de la que no diré el nombre. Me gusta trabajar con quienes les guste trabajar. Me acabo de enterar del ingreso de Tenoch Huerta al mundo de Marvel y me dio una satisfacción enorme. Yo he sido parte de este equipo en la versión para televisión, después de mí entró Salma Hayek y ahora Tenoch. Amo trabajar, actuar, estar en set, ese es mi lugar favorito”.

Al hacer un repaso de tu vida, ¿cómo recuerdas a Cancún? ¿Qué fue lo más bello que te dio? ¿Hay algo que extrañes?

“Cancún me dio la libertad, crecí en libertad, me hizo salvaje, aventurera y me quito el miedo, aunque realmente nunca me lo inculcó. Por eso me duele tanto ver la devastación de sus selvas en Cancún y Tulum por manos de gente que conocemos, me duele en el alma, me encabrona;



si hiciéramos conciencia de todo lo que nos ha dado, es inexplicable el daño que le están haciendo a ese paraíso; solía nadar en la laguna a pesar de los cocodrilos, cada vez que voy hago un ritual: voy a los claros turquesa que hay entre Cancún e Isla Mujeres, pido que anclamos un rato, nado, me dejo flotar, es como regresar a la matriz, el mar es la matriz de nuestra madre, y estando ahí me siento protegida, acaricié mi lado salvaje, me siento curiosa, ambiciosa. Lo extraño, lo amo y lo agradezco profundamente, Cancún es mi gran maestro, con su gente nativa. Me criaron nanas mayas de esa tierra que me enseñaron a amar su cultura que está en comunión con la naturaleza. Cancún cultivó lo mejor de mí; extraño la libertad de ser y ser libre”.

¿Cuál ha sido el cumplido o crítica más bella que ha confirmado tu vocación?

“He tenido la suerte de que mis personajes crezcan al momento de la edición o durante el proceso de producción y eso lo agradezco mucho. El otro día me lo dijo uno de los ejecutivos de la serie que hice, Coyote, creada por Michelle MacLaren, me dijo: “tú eres la esencia del dicho que dice que no hay personajes chicos sólo actores pequeños, porque cada personaje lo haces significativo”. Tomando esa frase

como un cumplido, habla de mi trabajo y me conmueve enormemente”.

Si en algún momento dudaste ser actriz, ¿qué otra cosa te hubiera gustado hacer en esta vida...?

“Ya fui una de ellas: bailarina. Me encantó serlo y llegué al máximo punto, después de los 20's es muy difícil continuar. Me hubiera gustado ser escritora o poetiza, y lo hago, aunque no con el talento que otras mujeres tienen, desde chavita escribo diarios, pensamientos; admiro a Rosario Castellanos. Me hubiera gustado ser cantante, pero soy la peor que ha dado la existencia; no hay cosa que haga yo con menos talento que cantar, soy realmente muy mala; todo lo que me gustaría hacer gira en torno al arte”.

En corto

Antes de respondernos en corto, nos anticipó Natalia que no cree en los absolutismos, porque la vida cambia, uno se transforma, se adapta y evoluciona, y eso es parte de esta existencia y lo que nos lleva por ende a la conciencia y a la trascendencia, "así que esto funciona hoy para mí, pero tal vez cambie el día de mañana, no lo sé", aclaró la actriz.

-Tu platillo favorito...

"El sushi; ya no como carne roja, ni pollo, ni cerdo, de vez en cuando pescado, me encantan los mariscos, todos juntos me recuerdan mi vida cancenense en un cebiche, en tostadas, los tacos de marlin, las pescadillas, amo todo lo que viene del mar, de eso está hecha mi alma, esa conexión no logro cortarla y tampoco creo que lo haga algún día. El mole es de mis platillos favoritos pero ahora debo ingeniármelas para comerlo, con verduras por ejemplo".



-¿Cómo te ganan y cómo te pierden?

"Me gana la gente auténtica que sabe escuchar, que poner a un lado sus perspectivas y pueden verme por ser quien soy y viceversa; me gana la gente amorosa, cálida, vulnerable, la que ha desmantelado la narrativa del patriarcado, la gente que se atreve a amar con el corazón abierto y los sentimientos a flor de piel como lo hago yo, me gusta la gente intensa que ama amar, que aman vivir. Los que están dispuestos a dejarse ver y ver a los demás. Me pierde la gente hipócrita, el bullying; eso me cuesta trabajo desde niña, es muy mexicano usar las debilidades de los demás en su contra, yo lo he vivido mucho, no en lo personal pero sí en mucha gente, y usarlo para hundirlo, sentirse insegura o rechazada, me cala. Cuando le agregan un jera broma! Yo sé que no, porque ya lo dijeron y el daño está hecho".

-Lo que nunca permitirías...

Silenciar a otro o a mí. Nunca lo he permitido. Lo han intentado varias veces en mi vida, más por ser mujer; creen que no puedes opinar de política o cosas profundas. Creer que tu perspectiva -seas quien seas-, es más importante que la mía y por eso debo silenciarte. ¡Jamás!"



-Tu frase motivadora favorita...

"Estás empezando a entender, ¿no es así? Que el mundo entero está dentro de ti: en tus perspectivas y en tu corazón. Que para poder encontrar la paz, primero debes estar en paz contigo mismo; y para disfrutar verdaderamente la vida, debes disfrutar quién eres; y una vez que aprendas a dominar esto, estarás protegido de todo lo que te haga sentir que no puedes seguir, que con este don de reconocerte a ti mismo, incluso cuando estás solo, nunca estarás solo". Desconozco el autor pero esa me gusta mucho y aplica actualmente en mi vida.

-El personaje que te gustaría haber conocido en la vida y ¿de qué platicarían?

"Hay tantos pero elijo a mi abuelo Pancho Córdova, un artista de una profundidad hermosa, cómico como pocos, él nos heredó esta parte artística que llevamos en mi alma algunos miembros de la familia como mi primo Maco Polo, mi hermana Daniela y yo, sin embargo, le dio Alzheimer antes de que yo pudiera platicar con él; me gustaría hablar con él de la vida, de cine, de su perspectiva ante

el mundo; él es uno de los personajes más importantes en mi vida".

-¿Qué dice la marquesina de tu vida?

"Por ahora debo ser sirena, no tengo miedo a las profundidades, pero sí un gran miedo a la vida superficial", es una frase de Anais Nin. Me define un poco. También hay otra que dice: "Quieres que te diga a qué vine a la vida, viene a vivir en voz alta. Vine a vivir con intensidad", esta es de Emile Zola.

-Tu canción favorita y qué te recuerda...

Fui bailarina, entonces amo la música. Ha sido un canal de expresión increíblemente significativa en mi vida, en general como un alma artística. Es el lenguaje más común en el universo y el que mejor transmite el mensaje de la humanidad.

Ha habido cantantes que han transformado mi existencia, desde Edith Piaf, Barbra Streisand y Nina Simone, todas ellas me han acompañado. Esta boca es mía, de Joaquín Sabina; Latinoamérica, de Calle 13; Facundo Cabral también me inspiró mucho, educó mi manera de pensar; Chavela Vargas con su Gracias a la vida que lo escuché en cada uno de mis cumpleaños.

Natalia es una mujer con temperamento, convicciones y metas por cumplir, por ello deseamos que su nombre llegue lejos, elevando el nombre de la tierra que la vio nacer, Cancún, y desde donde aplaudimos sus logros, algunos cristalizados y otros por ver.



GRACIAS POR TU DONATIVO

BANAMEX
 CUENTA: 7013 866024
 SUCURSAL: 7013
 CLABE: 002 691 701 308 660 243

A NOMBRE DE :
PRELATURA DE CHETUMAL A R

**¡DIOS BENDIGA
 TU GENEROSIDAD!**



Diócesis de
 Cancún-Chetumal
 "Una misión que nos toca a todos"



¡SALVEMOS AL MUNDO!

La problemática del medio ambiente es una cuestión que no espera, el daño es constante y las soluciones deben ser inmediatas por lo que las nuevas generaciones han tomado las riendas creando grupos encabezados por jóvenes cancanenses que al igual que ellos, se comprometan a la misión que cada uno ha hecho propia para empezar a hacer desde nuestro entorno un mundo mejor.

Paulina Sánchez

 @paulinasaes

Paulina Sánchez, 26 años, cancanense, creativa, activista climática desde los 14 años; conferencista, Embajadora por la Justicia Climática, Representante de Latinoamérica y Presidenta (2015-2016) de la Mesa Global de la organización Plant-for-the-Planet International. Es directora del proyecto local Reforesta Cancun 20/21. Plant-for-the-Planet es una organización de niños y jóvenes que tiene como objetivo empoderar a un millón de niños como Embajadores de Justicia Climática y plantar un billón de árboles para detener los efectos de la crisis climática. Con más de 80 mil niños y jóvenes al rededor del mundo y 13 mil millones de árboles plantados, Plant-for-the-Planet sigue trabajando y creciendo para asegurar un futuro de calidad para las generaciones jóvenes, un futuro sin crisis climática.



Carlos del Castillo

 @carlosdelcastillo.mx

Carlos es un arquitecto cancanense de 33 años, en los últimos años se ha dedicado a la recuperación de espacios públicos, tejido social, reciclaje urbano y promoción cultural en la ciudad. Es presidente y fundador de Ruta Nader AC, participa con asociaciones civiles como el Patronato para la cultura y las Artes de Cancún, Proyecto Panorama y el Comité de Reactivación del Centro de la Ciudad. Es director de proyectos como Corazón Donceles, Paseo Pionero y Reforesta Cancún 20/21 que nace el año 2020 con la iniciativa de Carlos y Paulina Sánchez de invitar a la reforestación más grande de Cancún, haciendo el llamado a los ciudadanos a sumarse reforestando entre locaciones: Av. Huayacán, Paseo Pionero y el Parque de la Equidad. Junto con más de 500 voluntarios, vecinos y patrocinadores, Reforesta Cancún 20/21 ha plantado más de 100 árboles en 8 semanas y seguirá plantando todo el año 2021.





Luis Enrique Durán Flores

 @Luisduranfl

Luis es un emprendedor social y activista por los jóvenes de 19 años. Trabaja en la construcción de comunidad con desarrollo sostenible y justicia. Presidente de la organización Unidos MX. Esta es una organización juvenil cancanense que realiza proyectos sociales que buscan impactar entornos y transformar conciencias positivamente. Como objetivos principales de la organización está la participación ciudadana de las juventudes, los grupos vulnerables, las futuras generaciones y el medio ambiente.



Lucas Hernández y Abril Xiadani Garza Martínez

 @Lucas_hdezg / @abrilxmtz

Lucas es un cancanense de 27 años, emprendedor y activista desde los 17 años. Egresado de la Escuela Superior de Leyes en la carrera de Política, Gobierno y Gestión Pública. Presidente fundador de Simbiosis Social A.C. Abril es una cancanense de 23 años, estudiante de comunicación en la UNID y miembro fundador de Simbiosis Social A.C., desde el 16 de enero de 2019. La agenda provee 17 objetivos clave y cada uno de ellos tiene metas viables y ambiciosa, invitando a todos a crear un planeta más sostenible, seguro y próspero para la humanidad. Simbiosis Social nace de la necesidad de líderes que fomenten e impulsen el activismo social enfocado al cumplimiento de la Agenda 2030 de las Naciones Unidas.

Daniel Rodríguez

 @darodlo



Joven cancanense de 23 años amante del mar Caribe. Estudió creación literaria en la CDMX. Como todo un apasionado por el mar sus hobbies son kite board, free dive, buceo, paddle board y surf. Con el afán de proteger lo que más le apasiona en 2019 fundó Snorkeling4Trash. Su principal objetivo es limpiar, proteger y regenerar el Caribe Mexicano. Esto incluye proyectos de limpieza en fondos marinos y playas, educación ambiental, economía circular, siembra de coral, protección de especies, entre muchas otras cosas. Snorkeling4Trash fue fundado en agosto del 2019 por él y un grupo de jóvenes cancanenses al ver un deterioro notable y alarmante en un pequeño lapso de tiempo.

Mar Andrea Aldana

 @maraalmar

Mar Andrea es una cancanense de 29 años. Estudió la Licenciatura en Fotografía en Xalapa Veracruz 2011-2016 y actualmente se dedica de manera profesional a la fotografía en Cancún y Riviera Maya. Entre los temas de su interés se encuentran las acciones ambientales, la exploración de temas identitarios, personales, culturales y sociales. En agosto del 2020 nace la organización Clan Coatí @clancoaticancun con la intención de recuperar un área natural donde viven cientos de coatíes en la colonia Donceles 28 y que gracias a la unión de la comunidad

local crece hasta lograr tanto la limpieza del lugar como la generación de un parque lineal conocido hoy en día como Parque Coatí. Hoy en día el Clan Coatí sigue trabajando para recuperar completamente este espacio en un lugar donde la naturaleza y medio ambiente puedan coexistir de manera responsable.



HOLY FISH



TE ESPERAMOS ESTA TEMPORADA DE CUARESMA

FRESCO HASTA TU CASA


AV. HUAYACÁN ZONA HOTELERA
(998)7348592 (998)8406216




Eyra Leynes

¡No cuentes tus sueños hasta que se haya logrado, ahí sí, grítalos!



 @eyraleinesv
64.3 Seguidores

 eyraleinesv

¿Quién es Eyra Leynes y cuál es su historia?

Pues considero ser una chica que siempre lucha por lo que quiere, que siempre trabajo mucho en alcanzar mis sueños, soy Licenciada en Asesoría de Imagen, conferencista, activista y apasionada de las redes sociales.

Soy una mujer soñadora, alegre y perseverante. Desde pequeña me ha apasionado el mundo de la moda, pero principalmente el impacto tan grande que tiene el aceptarnos, amarnos y reconocernos. Por esta razón enfoco gran parte de mi vida profesional en ayudar a empoderar a la mujer e incluso a varones a través de su imagen y su proyección

Soy una mujer que disfruta los retos, mi mamá me dice la mujer de la perseverancia silenciosa porque siempre que tengo algo en mente hago todo lo que está en mis manos para lograrlo y no comento nada hasta que sucede. Este es un tip para todos ¡No cuentes tus sueños hasta que se haya logrado, ahí sí grítalos!

¿Cómo entras al mundo digital?

Considero que actualmente el poder de las redes sociales es enorme y a la vez es una gran responsabilidad, de ahí la importancia de utilizarlas en forma adecuada.

siempre me ha gustado compartir consejos de imagen y moda, lifestyle y compartir un mensaje positivo, en 2018 obtengo el título de Mexicana Universal Quintana Roo (anteriormente Nuestra Belleza) el certamen tiene un impacto nacional e internacional y es en ese momento cuando mi audiencia comienza a crecer mucho más.

¿Que buscas transmitir a tus seguidores?

La importancia del amor propio, el poder que tiene la forma en que nos proyectamos, algo muy importante dentro de la imagen personal es la imagen interna, a lo largo de mi carrera he desarrollado una fórmula que combina dos elementos: el primero es el outfit que cómo todos lo sabemos son las prendas, accesorios y complementos que utilizas, y el segundo elemento que considero es el más importante, es un término creado por mí: "infit" que se refiere a tu interior, cómo te sientes, amarte, cuidarte, y la suma de estos tienen como resultado "tu mejor versión".

¿Como es un día en la vida de Eyra?

Mis días procuro organizarlos y planearlos, te puedo decir que mi agenda es muy variada porque actualmente trabajo en varios proyectos y estoy desarrollando algunos otros, me gusta iniciar mis días haciendo ejercicio, leer, estar en contacto con mi familia para mí es algo muy importante, trato siempre de aprender algo, de agradecer a la vida, de hacer amigos, siempre hay algo que sumar a nuestra experiencia.

¿Qué planes próximos tiene Eyra?

¡Muchos! Te puedo decir que este año para mí es mágico, me acabo de comprometer, entonces comienza una nueva etapa para mi vida, tengo muchos proyectos profesionales que este año inician relacionados con la imagen, moda y con mi proyecto "Imagen Oncológica".

¿Qué mensaje positivo nos dejas o presentas para este 2021?

Disfruta cada momento, ama y abraza mucho a tus seres queridos, siéntete afortunada de vivir en este mundo y momento tan incierto y siempre cree en ti y crea en ti!

LE FLÂNEUR



Altars

Por Isabel Rosas Martín Del Campo

 @Arq.IsabelRosas

Isabel.Rosas.arquitectas.consultoras@outlook.com

A penas puedo distinguir mis pasos apresurados. Eso me persigue. A cada paso por las aceras me tropiezo con ellos y con ellas. Están allí mirándome silenciosos. O, por lo menos eso piensan. Porque a mí me gritan suntuosamente cada que paso a su lado, creyendo que soy indiferente a su peculiar personalidad, saben que los miro de reojo. Huyo descaradamente de su nefasta presencia; pues me agobian.

Sí, me refiero a esos, los singulares "altares" exteriores de cada casa y cómo es que incomprensiblemente, son los propios habitantes quienes han decidido colocarlos al paso de nosotros los caminantes. No comprendo sus gustos bizarros. Son esas bolsas negras a punto de reventar, más su desordenado contenido que llora su inmundicia. A su lado están esos cacharros desechados por inservibles completando el ritual. Como indigentes son despreciados por los transeúntes, mientras cada altar a la basura atestigua la personalidad de cada casa.

Camino de una acera a otra, deseando dejar de ser perseguido por las almas fantasmales cuyo olor nauseabundo, perteneciente a cada deformada bolsa a punto de la putrefacción, se entremete en mis narices; sus savias lixiviadas lavan las calles, dando un brillo casi mate, ¡qué contradicción! Un brillo opacado, un aroma putrefacto y adornos que son basura.

En qué se transforman las calles. Los propietarios han perdido sus sentidos. El sentido del olfato seducido por el olor lixiviado de la miseria; el sentido de la vista enceguecido por el negro de las bolsas, como si quisieran aludir la significación de su ausencia de luz, lo que me hace imaginar que piensan que no existen. El sentido del tacto ha perdido su finura y el último sentido hace oídos sordos al llanto desesperado de las almas fantasmales de cada altar nauseabundo dispuesto justo al frente de sus accesos que dan bienvenida al visitante.

Debo huir de aquí, estoy atosigada de esta calle, y de aquella y de la otra. Estoy alterada de la indiferencia de sus habitantes deseosos de ignorar la selección de residuos sólidos que acabaría de tajo con estos altares promiscuos.

Quizá mis pasos deban ahora ser desinfectados...



Ayúdanos en la batalla
frente al COVID-19



CRUZ ROJA MEXICANA
DELEGACIÓN CANCUN

CRUZ ROJA MEXICANA I.A.P.
CUENTA SCOTIABANK: 17501060368
CLABE: 044.69.11.75.01.06.03.687

Dona en línea:
www.cruzrojacancun.org



Por Esteban Torres P.

Dentro del gremio de fotógrafos destacados, el nombre de Angélica Mercado ha rebasado nuestro territorio y actualmente desarrolla su talento en el Pacífico, pero siempre está presente con sus imágenes de moda retratando los diseños de los mejores creadores de Cancún que fueron su punto de partida hacia nuevos objetivos.

Algunos escriben su vida en hojas, yo la escribo en fotos...

"Afortunadamente encontré en la fotografía el medio idóneo para decir sin hablar, para explorar y descubrir lo que no entiendo, para compartir lo que me emociona y para reconfigurar lo aprendido. Escribir con luz lo que vivo es una responsabilidad que asumo feliz".

Lo que me gusta de las fotografías es que capturan un momento que se ha ido para siempre, imposible de reproducir...

"Para mí, el tiempo en fotografía es poder absoluto. Hace tangible el momento, sobre todo el retrato, que es como una prueba de presencia que ofrece una promesa de inmortalidad, asegurando nuestras conexiones con otros".

Responden los fotógrafos cuando les preguntan... ¿Cuál de mis fotos es mi fotografía preferida? Una que voy a hacer mañana.

"Preferir, de acuerdo. Conservar visible, hacer de una fotografía un objeto favorito, coleccionable y hasta necesario para apaciguar ausencias o inspirar días, no es una costumbre ajena al fotógrafo. En ese contexto, mi foto preferida es un retrato que hice de mis hijos".

"La práctica de la fotografía invita a ver más allá, descubrir y dirigir la mirada a lo que más feliz te hace".





Lo que nunca has revelado...

"Fontcuberta dice que el fotógrafo es el que mejor miente la verdad, totalmente de acuerdo. Sin embargo, una fotografía revela información tanto de lo fotografiado como de quién la hizo; la interpretación es personal, un hecho en sí es una representación de cómo piensa su autor, una fotografía es reflejo, no miente. Siendo una práctica que conecta razón y emoción, casi todo se revela".

El lado negativo de la vida...

"Lo positivo* en el cuartoscuro o bien, lo documento para informar, sensibilizar, y construir, entre autor y espectador, una acción participativa que transforme la amenaza en oportunidad. Positivar se refiere a convertir mediante un proceso químico un negativo (materiales como la película de rolo) en positivo (impresiones en papel, diapositivas o archivos digitales)".

La mejor impresión que has dejado con tu trabajo...

"Creo que la mejor impresión está enmarcada en la pared o buró, acurrucada en la cartera, de perfil en alguna red social o impresa en algún medio. Es decir, la mejor impresión es la fotografía como ella misma y lo que significa para quienes pertenece".

¿Cuál es el visor que aterriza tu imaginación antes de presionar el disparador?

"La causalidad. Cuando el ojo conecta con el corazón y la luz embona con la idea, clic, oprimes el disparador. La imaginación no aterriza, sólo se materializa".

El objetivo que te levanta día a día...

"Aprender. A cada foto le corresponde una acción y una lección. Me fascina aprender de la gente, de los lugares, de los objetos, y transformar lo aprendido en nuevas percepciones".

El sensor que te mantiene alerta para que no te sorprenda lo inesperado...

"¡Me encanta que me sorprenda lo inesperado! Camino por las calles y me pierdo a propósito en ellas, precisamente para encontrar lo inesperado. Lo que me mantiene alerta es la emoción del propósito, ya sea personal o asignado".

El diafragma de tu vida que te da la luz que necesitas...



"El amor, puro amor. Compartido y recibido, el amor por mi trabajo, a mis hijos, a mi familia y amigos".

¿Cuándo es mejor abrir o cerrar el obturador?

"Cuando decidas hacerlo. No hay mejor o peor, ni bueno ni malo, sólo decisiones equilibradas. Regularmente no hay "malas" ideas en fotografía, sólo malas ejecuciones. En lo personal soy reflexiva e impulsiva, combinación que me ha facilitado hacer lo que quiero cuando lo decido".

El lente que te acerca a lo mejor de la vida...

"Disfrutar el momento. La fotografía es como un boleto de entrada a la película de la vida, te abre puertas que tal vez sin cámara en mano ni siquiera intentarías tocar".

¿Crees que está cerca el día que un teléfono celular pueda desplazar la magia de una cámara fotográfica?

"No. La cámara es como la energía, sólo se transforma. El medio contextualiza, las cámaras integradas es lo que le toca vivir a las nuevas generaciones, y como en todas las épocas, tendrá sus importantes aportaciones a nuestra forma de ver y percibir el mundo. Muchos fotoreporteros usan sus celulares para trabajar, la tecnología va de la mano con el arte y la forma en cómo nos comunicamos".

Un día en blanco y negro...

"Noches felices".

Un día en colores...

¡Todos!

QUÉ LE AGREGARÍAS A CADA FRASE...

Quiero hacer retratos tan intensos como las persona: **Richard Avedon**.

"Y después autorretratarme".

No hay reglas para las buenas fotografías, son sólo buenas fotografías: **Ansel Adams**

"Recetas, en la cocina".

Lo más importante no es la cámara, sino el ojo: **Alfred Eisenstaedt**

"¡Y tenemos dos!"

Cuando las palabras no estén claras, me enfocaré con fotografías. Cuando las fotografías se vuelvan inadecuadas, estaré satisfecho con el silencio: **Ansel Adams**

"Y lo pintaré con luz en el tiempo".





Edgar Alberto Villajuana Berzunza

10 de julio de 1951 / 19 de enero de 2021

Con profunda tristeza despedimos a un gran visionario del desarrollo inmobiliario de Cancún, su capacidad para equilibrar nuestra selva en armonía con la arquitectura moderna fue un factor a cuidar en cada proyecto. La avenida Huayacán fue el eje sobre el que más trabajó y de ambos lados construyó los mejores desarrollos, codo a codo de profesionales del urbanismo, construyendo el

nuevo Cancún. Su faceta como empresario en la industria de alimentos y bebidas también dejó huella y un agradable sabor con pizzas y pollo frito, pero sobre todo será recordado por su carácter siempre alegre, sonriente, optimista. Un buen "yucatecancunsense" que nadie olvidará. Nuestras condolencias a su esposa, hijos, hijos políticos y nietos.

Un gran amigo, colega y coterráneo se nos adelantó. Un hombre de gran humor y amplia sonrisa, forjador de este destino llamado Cancún. Vives en tú obra y en tú legado mi querido Edgar Villajuana, y en nuestros corazones. El Señor te recibe con los brazos abiertos.

Eduardo Albor Villanueva



Lamentable el fallecimiento del gran amigo Edgar Villajuana. Compañero de vida y para mí todo un maestro. Gracias por tanto y por todo, estarás siempre en mi corazón y mis recuerdos. Pido pronta resignación para su familia QEPD

Gabriela Piña Chassin



Gracias por esas grandes palabras que en su momento mencionaste, una gran persona partió. QDEP nuestro querido Edgar Villajuana.

Rafa Laurents



Descanse en paz mi amigo Edgar Villajuana Berzunza, quien fue director del Proyecto Cancún de Fonatur. Mis oraciones por sus seres queridos.

Laura Fernández Piña

Edgar Alberto Villajuana Berzunza. Un profesional cuya visión y dedicación fueron parte crucial de los cimientos y crecimiento de Grupo Cumbres. Edgar tomó la dirección general del grupo en el periodo 2006-2013, tiempo en el que se desempeñó en la empresa. Su contribución fue muy apreciada y muy valiosa, puesto que trajo ideas y experiencia adquirida en su época como director de Fonatur, así como una gran pasión y amor a la camiseta que siempre lo caracterizaba. Sin duda su nombre y su persona es y será siempre parte de la historia y fortaleza de nuestro grupo. Descansa en paz y síguenos guiando...

Eduardo Martínez Jr. Grupo Cumbres



Amigo entrañable, hermano, maestro. Te adelantaste a donde todos llegaremos para seguir disfrutando. Eres de los grandes amigos de mi vida. Te queremos y sigues aquí, muy dentro de nosotros y siempre será así. Qué momento tan difícil para todos, pero prevalece el grandísimo recuerdo de tantas cosas a tu lado. Todo mi cariño a tu hermosa familia por y para siempre

Ramón Abascal

Mi amigo Edgar era todo un caballero, un deportista que disfrutaba mucho de la pesca no sólo de altura y en el mar, sino de la pesca de amistades; le gustaba compartir con los amigos el pan y la sal de la vida, los sabores y sin sabores del diario acontecer en nuestro Caribe Mexicano, un hombre con gran calidad humana, siempre atento a dar la mano a quien la necesitara, por mucho un gran empresario que siempre puso el ejemplo de tenacidad temple y resultados. Edgar siempre estarás en nuestros recuerdos y en nuestros corazones. ¡Descansa en paz!

Miguel Ángel Lemus



Un gran hombre regresa a las estrellas para seguir brillando. Con mucho cariño te recordaremos querido Edgar Villajuana, gracias por las pláticas y las risas.

Darinka Correa



Se adelantó un gran amigo y compañero de muy buenos momentos y viajes... Amante de la música, de la pesca y de la vida DEP querido Edgar Villajuana.

Paco Lasa

El gran Edgar Villajuana se nos adelantó. Gran visionario de Cancún. Siempre objetivo y carismático. ¡Así te recordamos! Descansa en Paz.

Jorge Alemán



Lamentamos el sensible fallecimiento de Edgar Villajuana Berzunza, a nombre de COPARMEX Quintana Roo, nuestras condolencias. Mi pésame para toda su familia por esta lamentable pérdida. Descansa en paz

Sergio León/Coparmex Quintana Roo

María del Carmen Carballido Robles

14 de septiembre de 1960 / 31 de enero de 2021

Siempre te recordaremos querida Carmen. Disfrutamos 26 años de amistad. También nos harás falta entre la comunidad skålega de Skål International Cancún. Q.E.P.D.

Jane García



¡Qué gran vacío has dejado en nuestras vidas y cómo duele el corazón, fuiste mi mentora y amiga por más de 20 años! Momentos imborrables. Amo y celebro tu vida querida Carmen Carballido.

Severo Villa Miramontes



Gracias Carmen Carballido por permitirme ser parte de tu experiencia llamada vida. Fuiste una mujer admirable, maestra, excelente amiga, siempre alegre, siempre en nuestros corazones.

Daniela Valdez Méndez



Que descanse en paz. Una gran persona de quien muchos aprendimos algunas grandes lecciones y con quien compartimos momentos memorables.

Guillermo Muhech Ibargüengoytia

Cristo trajo para nosotros planes y esperanza que va más allá de la vida terrenal. A veces no entendemos cómo es qué hay aflicción en nuestra vida o pérdida de seres queridos, pero Él nos da planes eternos y esperanza en una vida que es tan grande y sin calamidad que no podemos entender y solo Él en su esplendor conoce. Carmen Carballido te fuiste pronto para nosotros, pero después de siempre dar luz a todos los que te rodeábamos ahora brillas con una luz mucho más poderosa y eterna en presencia de Dios. Te amamos.

Jael Del Castillo Liceaga



Querida Carmen Carballido siempre en mi corazón, que tu camino esté lleno de luz, aquí siempre te recordaremos cómo una súper mujer y amiga. Mi más sentido pésame para tu esposo Hugo y todos tus seres queridos.

Adriana Montalvo



Nos dejas muy triste mi querida Carmen. Serás recordada siempre con mucho cariño como un gran ejemplo y una gran mujer. Dios te recibe feliz.

Eliana Lugo y David Ibarra



¡Nadie como tú...! ¡Te extraño!

Patricia López Cavazos



Mi jefa, amiga, compañera de viajes, aventuras, la primera sonrisa de la mañana, mi llamada en la carretera, mi encuentro restaurantero y de las mejores personas que la vida te puede poner en frente. ¡Te adoro por siempre! Gracias por todo y buen viaje... Carmen Carballido.

David Vázquez Santiago



JORNADA DE SUBSIDIOS Y ESTÍMULOS FISCALES Y REGULARIZACIÓN DE TRÁMITES 2021

DEL 8 DE FEBRERO AL 31 DE MARZO

 **AHORRA
ES CUANDO**

INGRESOS

— IMPUESTO PREDIAL —

10%*
DE DESCUENTO

IMPUESTO PREDIAL

**2019, 2020
Y 2021**

100%*
DE DESCUENTO
EN **MULTAS**

50%*
DE DESCUENTO
EN **RECARGOS**

* APLICAN RESTRICCIONES

— LICENCIAS DE FUNCIONAMIENTO

50%*
DE DESCUENTO

EN **MULTAS DEL 2019
HACIA ATRÁS**

POR EXTEMPORANEIDAD
PARA NEGOCIO DE BAJO
Y MEDIANO RIESGO.

PROTECCIÓN CIVIL

100%*
DE DESCUENTO
BAJO RIESGO

50%*
DE DESCUENTO
MEDIANO RIESGO

* APLICAN RESTRICCIONES

DESARROLLO URBANO

EN **SANCIONES
Y MULTAS**

100%*
DE DESCUENTO

**REGISTRO Y
REGULARIZACIÓN DE OBRA**

HABITACIONAL Y/COMERCIAL A
NOMBRE DE PERSONAS FÍSICAS)
(EXCEPTO ZONA HOTELERA.)

* APLICAN RESTRICCIONES

CATASTRO

EN **DERECHOS**

50%*
DE DESCUENTO

CAMBIO DE PROPIETARIO

* APLICAN RESTRICCIONES



TESORERÍA
MUNICIPAL

DIRECCIÓN
DE INGRESOS

   AYTOCANCUN

www.cancun.gob.mx



Elvia Ficachi

31 de mayo de 1944 / 23 de enero de 2021



Mi hermosa y preciosa mamá está ahora en los brazos de Dios junto a mi papá. Ella no sólo era la mejor madre que un hijo podía tener, sino también fue mi mejor amiga. Ella siempre dio a su familia todo de sí misma sin medida y fue una bendición para cualquiera que la conociera. Hoy me entristece profundamente que se haya ido, pero estoy agradecido de que ahora esté descansando junto a mi padre y se haya ido en paz.

Fernando Ficachi



Mi mamá, un ángel que Dios mandó para bendecir a los que nos tocó la fortuna de conocerla y amarla. La más cariñosa y mejor mamá, hermana, esposa, hija, amiga, madrina, tía y suegra del mundo. Siempre con una sonrisa y siempre poniéndote a ti primero que a ella. Tan preciosa y bella su alma como su rostro. El ejemplo de perfección en todos los sentidos.

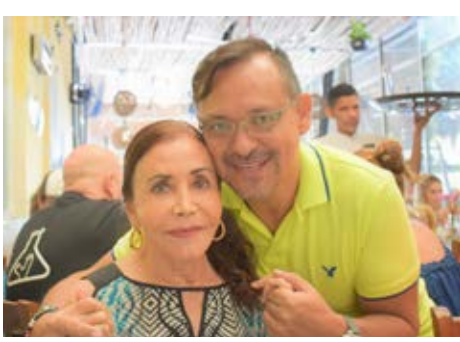
Raúl Ficachi

Hoy el cielo recibe a un gran ser humano que fue una gran esposa, madre, amiga y hermana. Siempre te vamos a recordar elegante, hermosa y sonriente. Le doy gracias a Dios por la mejor suegra que me pudo mandar y nunca olvidaré el amor que me tuviste.

Carlota Chavarri



In Memoriam



Querida Elvia: no tengo palabras para agradecerte el pedacito de tu corazón que un día me regalaste sin pedirme nada a cambio, simplemente me recibiste como un hijo más. Jamás olvidaré el día que me pediste que te permitiera ser mi mamá de Cancún y yo acepté feliz, porque ambos nos queríamos ya con ese afecto maternal, y aunque prometimos guardar un secreto, hoy he decidido compartirlo: "Yo te saludaré como HP para decirte 'hijo precioso' y así no se sientan celosos mis hijos". Y así fue y será por siempre; te instalaste en mi corazón y te convertiste en mi madrecita de Cancún y cada vez que nos veíamos corríamos a abrazarnos. Me sentí afortunado de ganar tres hermanos más. Nos hizo falta tiempo para disfrutar juntos de esa taza de café que se quedó pendiente, pero lo más hermoso fue encontrarte en este mundo y coincidir, decirte muchas veces cuánto te quiero y ahora también, cuánto te voy a extrañar.

Tu HP Esteban Torres P.

Elvia Ficachi, amiga de mi corazón, de mi alma, mi hermana, mi confidente. Te fuiste y me siento tan triste hoy que te di el último adiós, sabiendo que no te veré más y sabes bien que te extrañaré un montón, pero siempre te llevaré en mi corazón que nunca te olvidará. Se que ahora en el cielo estarás acompañada por tantos ángeles que se me han ido y a pesar de que sabemos que están con Dios gozando de su gloria, no deja de dolerme al saber que no los veré más disfrutando de su compañía. Descansa en paz mi querida amiga.

Toñita Aguirre



¡Hasta siempre querida Elvia! Mi hermosa amiga; te vamos a extrañar, te recordaré siempre tan cariñosa y sonriente.

Dulce Gobera

Elvia fue una mujer increíble que dejó una gran huella en nuestros corazones, hoy trasciende al paraíso donde seguramente nos enviará su bella energía, descansa en paz y brille para ella la luz perpetua. Fue un honor haber coincidido con ella en esta vida porque fue por mucho una gran mujer. Vuela alto y descansa.

Ana Mezcal



TAXI naranja.

**Viajamos seguros
y con la App
disfrutamos
el viaje**

**Servicio de Taxi 24 hrs. / Seguridad con localización GPS y Video Cámaras 360
Buenos conductores y taxis certificados, Viaja Seguro.**

taxinaranja.info





Magdalena Hidalgo Cano

07 de febrero de 1951 / 11 de enero de 2021.

Hoy es un día triste, está hablando Adrián, dando una noticia que me duele en el alma, como pocas cosas me han dolido: mi madre hizo su última transformación a un ser etéreo, de luz, sin las ataduras de un cuerpo físico, nada en este mundo se destruye o termina sólo se transforma, mi mamá es muy especial y le gusta hacer las cosas a su manera, no le gusta las etiquetas o definiciones, ella es libre, y siempre fue congruente con esa libertad, ella es de la generación de el amor y paz, y siempre, dio amor sin esperar nada a cambio, es una proveedora, y nunca escatimó en dar, ella hace las cosas a su manera, y en mi infancia siempre había alguien, amigos que les abría las puertas de la casa y de su corazón, un día le pregunté que por qué lo hacía, y me contestó que lo hacía por mí, porque yo algún día necesitaría que las personas me abrieran una puerta, me tendieran una mano, me considero un hombre con mucha suerte y estoy seguro que es gracias a ella, su energía siempre rodeándonos a todos los que con sus acciones tocó nuestras vidas, mi mamá hace las cosas a su manera, diferente, sin ataduras ni etiquetas, y hoy está más libre que nunca, sin ataduras del mundo físico todo un ser de luz, no se fue, solo se mudó a un teatro más grande.

Adrián Bazán Hidalgo



Con profundo dolor en mi alma hoy te despido querida amiga Magdalena Hidalgo Cano. Tantos recuerdos compartidos dentro y fuera del teatro, también extrañaré nuestros desencuentros políticos que terminaban en carcajadas y abrazos, porque nuestra amistad iba más allá. Dejas un hueco enorme en el Teatro Mexicano que será imposible de llenar. Ya estás acompañando a nuestra negrita adorada, ya nos encontraremos para organizar el aquelarre que dejamos pendiente. ¡Hasta siempre amiga!

Patricia Madero

Qué bello éste tú texto, Adrián. Tu madre se dio a querer tanto, tanto, que seguirá viviendo en un mundo de corazones. Para ti, para su familia y las muchas amistades, mi más sentido pésame.

Bettina Cetto

Saludos Adrián. Compartimos desde Manizales Colombia el triste momento que atraviesas. Tuvimos la fortuna de compartir con tu madre quien efectivamente emanaba luz y buena energía. Paz en su tumba. Abrazo afectuoso para todos los suyos.

Leonardo Arias Escobar

In Memoriam



Adrián y familia Hidalgo, que hermosas palabras has dirigido a tu mamita, no sabes cómo me duele haber perdido a una gran amiga, sé que siempre la llevaré en mi mente y corazón. Mi más sentido pésame a toda la familia y que encuentren pronto una resignación... DEP

Rocío Del Valle Rosas

Mi querida Magda solo Dios sabe por qué te tenías que ir ahora allí al reino de Dios; lamento tanto no haber podido verte sonreír una vez más, que a pesar de los problemas esa sonrisa tuya de tanto pensamiento profundo y sincera brindaste a mi persona con tanto afecto. ¡Me abriste la puerta de tu casa, de tu escuela, me enseñaste tu cultura con amor y dedicación! Me senté en tu mesa y me hiciste ver de dónde venía y a dónde había llegado. En uno de mis momentos difíciles fuiste una de las pocas personas que estuvo a mi lado en ese momento y me brindó una buena energía, ¡imposible olvidarlo! No soy una persona de tantas palabras sino una persona sincera y ahora es el momento de decirlo, ¡Oh Dios pudo haber sido antes! Hoy nos despedimos, aunque sé de tus logros y eso me reconforta. Donde quieras que estés espero que llegue mi cariño hacia ti, eres de las personas en mi lista de personas que brindaron algo de muy positivo. ¡Te mando un abrazo grande!
¡Nunca te olvidaré!

Dayana Marlen



Querida Magda, tu alma descansa en la paz de la eternidad, justo hoy. Siempre mi amiga, una madre para mí, una gran consejera. Te voy a extrañar tanto como tanto te quiero y admiro. Hablo en presente porque habitarás en mí siempre. Querida Magda, la referente número uno del Teatro y de la Cultura en Cancún, el escenario va a llorar, las butacas del teatro cantarán a coro tu despedida. Las luces se encenderán para alumbrar tu camino y tú allí al centro dirigiendo, Lorca, los tonos, las voces que ahora serán etéreas para ti. Descansa en paz querida Magdalena Hidalgo.

Arq. Isabel Rosas



Mi más sentido pésame y un fuerte abrazo a toda su familia sanguínea y no sanguínea. Sin duda perdemos a un ícono del Teatro en Cancún. Pero como dice su hijo, ella ahora es un ser de luz. Ella trascendió, su ser está bien. Buen viaje Magda, ¡Te extrañaremos!

Gina Saldaña



¡APADRÍNAME!

DESDE \$50 PESOS PUEDES SUMARTE A LA EDUCACIÓN,
VER CRECER A LA COMUNIDAD ESTUDIANTIL
Y APOYAR A QUIEN MÁS LO NECESITA.

 paola@ciudadalegria.org.mx



Tortilla Española

Esmeralda
Mesa



INGREDIENTES

- 6 huevos
- 3 patatas (600 gr)
- 1 cebolla pequeña
- 2 vasos de aceite de oliva
- sal
- Una hoja de perejil

PROCEDIMIENTO

- Pela y pica la cebolla en dados medianos.
- Si las patatas estuvieran sucias, pásalas por agua. Pélaslas, córtalas por la mitad a lo largo y después corta cada trozo en medias lunas finas de 1/2 centímetros.
- Introduce todo en la sartén, sazona a tu gusto y fríe a fuego suave durante 25-30 minutos.
- Retira la fritada y escúrrela. Pasa el aceite a un recipiente y resérvalo. Limpia la sartén con papel absorbente de cocina.
- Casca los huevos, colócalos en un recipiente grande y bátelos. Sálalos a tu gusto, agrega la fritada de patatas, cebolla y mezcla bien.
- Coloca la sartén nuevamente en el fuego, agrega un chorrito del aceite reservado y agrega la mezcla. Remueve un poco con una cuchara de madera y espera (20 segundos) a que empiece a cuajarse.
- Separa los bordes, cubre la sartén con un plato de mayor diámetro que la sartén y dale la vuelta.
- Échala de nuevo para que cuaje por el otro lado. Desmolda y decora con la hoja de perejil. ¡Y olé!

Karina Azpeitia

INGREDIENTES:

- 1 ½ kilo de filete de res
- 200 gramos de tocino ahumado en rebanadas
- 200 gramos de paté
- 350 gramos de pasta hojaldrada
- 100 mililitros de aceite
- 10 gramos de mantequilla
- 2 huevos
- Pimienta y sal de grano.

PROCEDIMIENTO

1. Precalienta el horno a 240 grados.
2. Sella el filete en aceite muy caliente con un poco de mantequilla para conservar los jugos.
3. Deja enfriar y envolver en las rebanadas de tocino.
4. Unta el paté sobre el tocino que envuelve al filete.
5. Cubrir todo en la pasta hojaldrada, sellar con agua y barnizar con huevo perfectamente batido puedes espolvorear la sal de mar. Guardar en el refri por una hora.
6. Meter al horno previamente precalentado a 240 grados por 45 minutos.

RECOMENDACIÓN

Si quieres lucirte como nunca, utiliza paté de foie gras.

Filete Wellington

Empanadas argentinas

Shova Pezzutti



INGREDIENTES

- Un chorrito de aceite de oliva
- 1 vara de cebolla de verdeo
- ½ cebolla picada
- 100 gr champiñones
- 1 cda fécula de maíz
- 50 gr hongos de pino
- 10 cl de crema de leche
- Un ajo
- Queso rallado 50 gr
- Pimienta c/n
- Sal c/n

PARA LA MASA

- 500 gramos de harina
- 60 gramos de Mantequilla
- 1 unidad de Yema
- ½ cucharadita de azúcar
- 1 cucharada sopera de aceite
- 125 mililitros de leche
- 1 pizca de sal

PROCEDIMIENTO

- En un recipiente coloca la harina con forma de volcán. En el centro, incorpora la mantequilla troceada, la yema de huevo, el aceite, el azúcar y la sal y amásalo todo. Conforme amasas, vierte la leche poco a poco y sin dejar de mezclar.

- Cuando obtengas una masa homogénea, extiéndela con un rodillo sobre una superficie previamente enharinada. Una vez estirada, corta círculos de 10-12 cm de diámetro. Révalos para más adelante.
- Ahora vamos con el relleno de la empanada argentina. Coge una sartén y pon aceite a calentar, posteriormente incorpora todos los ingredientes y cocina a fuego lento.
- Hecho esto, dobla las empanadillas, sella los bordes con las puntas de un tenedor y pínalas con el huevo batido. Hornea durante 20 minutos.

Paella Valenciana

Alfredo Manzaneque Rodríguez



INGREDIENTES:

- Para 20 personas
- 1.5 kg. lomo de puerco en cuadrillos
- 4 pzas pechugas de pollo partidas en 8 pedazos
- 300 gr. de jamón serrano partidos en cuadrados como de 1.5 x 1.5cm
- 500 gr. salchichas españolas de puerco (o salchichas ahumadas)
- 500 gr. ajo bien picado
- 1 Kg. cebolla bien picada
- 1 Kg. tomate bien picado
- 3 recipientes de arroz pre cocido de 750 gr. (usar de preferencia arroz cristal)
- 600 gr. chicharos
- 500 gr. almeja blanca bien lavada
- 1.5 kg. camarón grande entero
- 1 kg. langostinos medianos
- 500 gr. Jaiba partidas a la mitad y bien limpias (se puede cambiar por patas de cangrejo)
- 500 gr. pimienta morrón de lata (usar de preferencia Poma Rosa) en tiras
- aceite de oliva español (usar de preferencia Ibarra)
- 4 gr. azafrán (usar de preferencia Pote)
- sal al gusto
- 4.5 botellas de agua Premium de 1.5 lt (una y media por cada paquete de arroz)
- un mantel de algodón mojado.
- suficiente brandy Torres 10.

PROCEDIMIENTO:

- Prepararse un brandy Torres 10 con coca cola y un twis de limón cargadillo.
- Limpiar la paellera perfectamente -presentar especial cuidado con los fecalomas de ave- si el enser estuvo guardado a la intemperie.
- Dar un sorbo al trago.
- Poner el aceite, cuando este caliente, introducir la carne esperar hasta que esté como término medio remover bastante, usar fuego medio
- Otro sorbo.
- Introducir el pollo y el jamón serrano freír al mismo tiempo y remover bastante.
- Dar un sorbo antes de que se entibie.
- Meter las salchichas y el ajo esperar a que todo esté casi hecho remover bastante.
- ¡Salud! Otro sorbo.
- Agregar la cebolla y ya que esté medio sancochada agregar el tomate a fuego medio esperar hasta que suelten el jugo sin dejar de remover.
- Agregar el agua y prepararse otro brandy Torres 10.
- Subir el fuego hasta que suelte el primer hervor parejo y agregar el azafrán previamente preparado con algo de caldo de pollo o pescado (girar la paellera si es necesario)
- Refrescar el paladar con otro sorbo.
- Ya que soltó el hervor meter el arroz de forma pareja y uniforme. Desde este punto queda estrictamente prohibido remover la paella; bajar el fuego y esperar el segundo hervor checar la sal.
- ¡Venga otro sorbo!
- Cuando empiece el segundo hervor parejo meter las almejas y los chicharos.
- Meter los camarones bien distribuidos y acomodados bonitos -no los aviente-, y en caso de quemarse los dedos no salir corriendo diciendo palabrotas.
- Sorbo emergente para checar la sal.
- Meter los langostinos bien distribuidos y acomodados bonitos.
- Sorbo de premio al cocinero.
- Meter las jaibas bien distribuidas y acomodadas bonito; esperar a que baje el agua a fuego lento y parejo.
- Hora de prepararse otro brandy Torres 10.
- Ir revisando si esta grasosa -de ser así extraer el aceite con un cucharón-, si le falta, agregar un poco de agua, aunque también se puede ir agregando caldo de pollo, de carne o de pescado, pero que esté hirviendo.
- Tres sorbos pequeños pero consecutivos.
- Cuando ya no tenga agua en las profundidades del guiso apagar el fuego, colocar los pimientos bien distribuidos y tapar con el mantel.
- Tiempo de prepararse otro brandy Torres 10 y a disfrutar del pachangón.



PROYECTO DE CICLOVÍA EN AVENIDA BONAMPAK



El gobierno municipal de Benito Juárez desarrolla el proyecto denominado Implementación de ciclovías Cancún Zona Centro Fase 2 en la Avenida Bonampak, para generar espacios seguros y sustentables en la nueva normalidad y con el objetivo de impulsar la infraestructura vial.

En entrevista al respecto, la Presidente Municipal Mara Lezama manifestó que la clave para el desarrollo de las ciudades es y serán los medios de transporte como la bicicleta, por tanto el objetivo es ampliar la red ciclista y peatonal de la ciudad, además de garantizar trayectos seguros para usuarios de ambos métodos de desplazamiento.

Con la información de la Secretaría de Obras Públicas y Servicios, detalló que la obra se desarrolla a lo largo de 2.6 kilómetros en dos secciones, con la intención de conectar con otras dos ciclovías existentes que son la de la Zona Hotelera y de la Avenida Bonampak.



La primera sección comprende desde el Bulevar Kukulkán hacia Avenida Sayil sobre Avenida Bonampak, y la segunda parte de Avenida Nichupté al Bulevar Luis Donaldo Colosio sobre Avenida Bonampak.

La Primera Autoridad Municipal detalló que en estos trayectos se tendrán luminarias LED, señalética vertical y horizontal, mobiliario como bancas, botes de basura, portabicicletas y bolardos.

Agregó que la conexión de todos los puntos existentes de ciclovías y andadores es una estrategia para fomentar la movilidad activa de la población y la economía local, ya que se busca tener una ciudad más sana, segura y próspera.

A detalle, el secretario de Obras Públicas y Servicios, Ricardo Archundia Sánchez, indicó que las metas son construir más de 8 mil metros cuadrados de concreto estampado, 6 mil metros cuadrados de asfalto y 9 mil metros lineales de guarniciones en este proyecto integral.

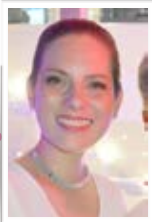


¡Muchas felicidades

A NUESTROS CUMPLEAÑEROS!

15

Lunes



Elizabeth Flores



Coco Garrido



Paty Guiza

16

Martes



Maricarmen Castellanos

17

Miércoles



Lucía Quiroz



Ricardo Reyes

18

Jueves



Ana Millet



Gerardo Treviño

19

Viernes



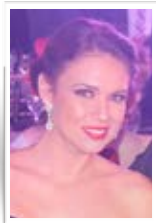
Paulina Donatt



Roberto Marín



Lizbeth Song



Gloria Torruco

20

Sábado



Patricia Suárez



Carmen Tello



Bernardo Negrete



Gustavo Correa

21

Domingo



Jamil Elías



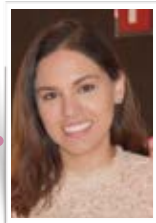
Marcelo Solís



Luis de Potestad

22

Lunes



Ileen Colín



Carlos Fuentes

23

Martes



Ivonne C. Mader



Ivonne Díaz



Juan Ortiz



Rosalía Canabal

24

Miércoles



Laura Lechón



Elia Solana



Vanessa Fanesi



Ana Karen Soto

25
Jueves



Lorena Olmos



Lole Velarde



Xavier Pérez Stone

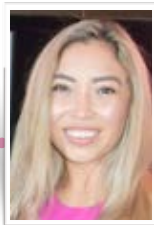


Carly Casarrubias



Ulrika Fichtl

26
Viernes



Miri Escalante



Araceli Alegría



Gaby Rodríguez



Marisa Steta



Alejandro Mimenza



Ana Cata Treviño

27
Sábado



Juan Francisco Pérez Bretón



Leonardo Tezcucano



Laura Rojo

28
Domingo



Clarissa Manzaneque



Cisela Aburto



Adrián López



Hilario Poot



Christinne Raimond

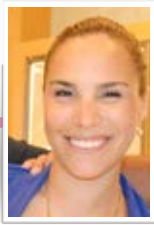


Cynthia de la Fuente



Marigela Padilla

1
Lunes



Aisha Rodríguez

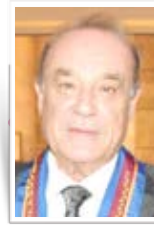


Juan Carlos Bastarrachea

2
Martes



Franco Maddalozzo



Eric Dubaele

3
Miércoles



Gaby Cámara



Víctor Tinajero



Paulina Camacho

4
Jueves



Magaly Achach



Abraham Torruco



Karla González



Juan Antonio Casarrubias

5

Viernes



Célika Astudillo



Vicky Marmolejo



Matías Cozzi



Jesús Calahorra



María D'Argence

6

Sábado



Carmen Tinajero



Normando Reyes

7

Domingo



Abraham González



Ema Fuentes



Gladys Alonzo



Mario Paolo Alcántara

8

Lunes



Antonio Callejo



Charlie Osorio

9

Martes



Valeria Albor D.



Adriana Montalvo



Beatriz Olivar



Leona Villafaña



Julio César Mena



Enrique Flores

10

Miércoles



Caroline Araño



Susana Cruz



Conchi Esteban

11

Jueves



Adriana Beltrán



Beatriz Iracheta



Sandra Hanon

12

Viernes



Ani Gómez

13

Sábado



Adriana Nieto



Martha Velázquez



Evandro Souto



Karina Laprim

14

Domingo



Carlo Fonseca

*¡Feliz
Cumpleaños!*



RevistaBrújula

BrújulaCancún

Síguenos en redes

Erika Buenfil

Actriz y Tiktoker

 erikabuenfiloficial  erikabuenfil50  @ebuenfil  Erika Buenfil

GULA

¡Las donas! Puedo comerme una caja entera sin problema. Una vez me dijeron que no había que tener hambre para comerme una dona.

IRA

Me da ira la gente floja, la injusticia, los que dejan todo para después, el desorden y la indisciplina.

ENVIDIA

Muy fea. No hay envidia buena. No puedes desear lo de otros.

AVARICIA

Soy ahorrativa, pero no avara. No me gusta la gente avara, lo único que no comparto son mis momentos íntimos y el amor, si alguien me ama, no comparto ese amor (pareja).

PEREZA

¡No soy! ¡Qué hueva tener pereza!

SOBERBIA

Un ego equivocado, es un ego sin rumbo. Esa gente no viene al caso.

LUJURIA

Todos la necesitamos, ¡pero con medida!



Aqua tours®

Columbus
THE ROMANTIC DINNER CRUISE



ROMANCE



SPEED BOAT



VELOCIDAD

**Ocean
Riders**



AVENTURA

ISLA MUJERES
PLEASURE



DIVERSIÓN

¡LA MARINA MÁS COMPLETA DE CANCÚN!

RESERVACIONES

CANCÚN: 01 (998) 849 4748

AquatoursCancun.com



@MarinaAquatoursbyDolphinDiscovery

Siempre se antoja

LA

BUENA BARRA

BIG BOY

SAN PEDRO
NUEVO LEÓN
(81) 8338 5050

POLANCO
CDMX
(55) 5880 66 99

CANCÚN
KUKULCÁN
(998) 313 4211

WWW.GRUPOBARRA.COM.MX