

MTT Magazine

MUJER TODO TERRENO - ALL TERRAIN WOMAN

EDICIÓN BILINGÜE JUNIO 2025

HISTORIA
DE VIDA

Adriana Macías

LAS LIMITACIONES ESTÁN EN LA MENTE
LIMITATIONS LIVE IN THE MIND



Yobeida Tejada

PODER Y ESTILO CON PROPÓSITO
POWER AND STYLE WITH PURPOSE

Rosaura Gutiérrez

NUEVA MIRADA A LA EDUCACIÓN
A NEW VIEW ON EDUCATION

Marla Berdecía

LIDERAR DESDE LA CONEXIÓN REAL
LEADING THROUGH REAL CONNECTION

MTT Magazine

MUJER TODO TERRENO-ALL TERRAIN WOMAN

APOYAMOS A LAS MUJERES RESILIENTES



ADRIANA MACÍAS

Conferencista, abogada, música y formadora en amor propio. Speaker, lawyer, musician, and self-love coach.

HISTORIAS DE VIDA/ LIFE STORY

Un referente latinoamericano que nos enseña que las limitaciones están en la mente. A Latin American figure who teaches us that limitations are in the mind

06 **ADRIANA MACÍAS.** Portada del Mes, un referente latinoamericano que nos enseña que las limitaciones están en la mente. A Latin American figure who teaches us that limitations are in the mind

16 Entrevista a YOBEDA TEJADA. Poder y estilo con propósito. Power and style with purpose

25 **JULIO BEVIONE** por Lily Montañó. En tiempos convulsos a nivel económico, social, geográfico. In these turbulent economic, social, and geographical times, how can we return to ourselves? By Lily Montañó

32 Entrevista a ROSAURA GUTIÉRREZ. nueva mirada a la educación. A new view on education

40 Entrevista a MARLA BERDECÍA. Liderar desde la conexión real. Leading through real connection

52 **ELIZABETH RIVERA CASTILLO:** La asertividad: la estrategia que no se ve, pero te lleva lejos. Assertiveness: the strategy that is not seen, but takes you far.

54 **ANA VALENZUELA.** Levantando la Voz: Enseñar Asertividad y Construir Conexiones para la Salud Mental Infantil. Raising Voices: Teaching Assertiveness

57 **ALEX VÁSQUEZ:** Una sociedad que respira promesas. A society that breathes promises

59 **JACQUELINE TINEO.** Decir adiós. Salvar a otros ya no es tu misión, sanarte a ti, sí. Say goodbye. Saving others is no longer your mission, healing yourself is.

60 **FANNY ZULEIKA GUZMÁN TRINIDAD.** Poemas para sanar el alma. Poems to heal the soul

64 **PATRICIA MEDINA ALONSO.** TRABAJO. Las graves consecuencias del acoso moral. WORK. The serious consequences of moral harassment

66 **JUNIOR PÉREZ.** La Simonía: Un Peligroso Comercio Espiritual. Simony: A Dangerous Spiritual Trade

72 **CELIA TREVIÑO:** Guía práctica: Tipos de seguros de viaje y cómo elegir el ideal para ti. Practical Guide: Types of Travel Insurance and How to Choose the Right One for You.

ENTREVISTAS DESTACADAS



16 Entrevista a Yobeda Tejada Desmantelando los bloqueos de mujeres brillantes a través de Estilo y Presencia, para reconectar con su verdad. Dismantling the blockages of brilliant women through Style and Presence, to reconnect with their truth.



32 **Rosaaura Gutiérrez,** dominicana que revoluciona la educación con la filosofía de la Pedagogía del Ser. A Dominican woman revolutionizing education with the philosophy of the Pedagogy of Being



40 **Marla Berdecía,** empresaria puertorriqueña que sabe liderar desde la escucha y la conexión. A Puerto Rican businesswoman who knows how to lead through listening and connection.

INDICE & INDEX

EQUIPO / OUR TEAM

Directora Revista MTT/ MTT Magazine Director

Jacqueline Tíneo
Founder Fundación de Mujer a Mujer.
Republica Dominicana / USA

Editora/Editor

Karina Loaiza
Diseñadora Gráfica. Graphic Designer
Venezuela/ Argentina

Correctora de Estilo MTT/

Copy Editor MTT

Lily Montañó Grullón
Periodista.
República Dominicana

Columnistas

Ceidy Anderson Medina
Psicóloga - Terapeuta de pareja/ Psychologist - Couples Therapist
República Dominicana/ USA

Patricia Medina
Terapeuta Holística - Gestáltica, Consteladora.
Holistic Therapist - Gestalt Therapist, Constellator
Argentina

Junior Pérez Cruz
Dr. en biblia/ Doctor in Bible Studies
Puerto Rico / USA

Karina Nohemy Pinto
Asesora empresarial y Especialista en cumplimiento de contratos federales.
Business Consultant and Specialist in Federal Contract Compliance
Honduras/ USA

Cecy Resendiz
Instructora de Carácter y Comunicadora Radial.
Character Instructor and Radio Broadcaster
México

Elizabeth Rivera Castillo
Estratega de Metas y Resultados
Goals and Results Strategist
Puerto Rico

Celia Treviño
Travel Coach
Mexico

Ana J Valenzuela
Consejera de Salud Mental/ Mental Health Counselor LPC-S, NCC, LCDC, CTRP
República Dominicana/ USA

Alex Vasquez
CEO A26 barbershop
Master personal trainer
República Dominicana / USA

Contacto

Ser Columnista: [Click Aquí](#) ó
escribenos a +1(787) 477-4415

Ventas / Patrocinio:

info@fundaciondemujeramujer.org

STAFF & EDITORIAL

Maletas en mano

Todo tiene su tiempo y su lugar...

¡La palabra tiene poder! Cuando pensamientos y sentimientos se abrazan, se alinean... y entonces Dios, el universo, conspira para que los deseos del corazón se hagan realidad.

Por eso, todo tiene su tiempo y su lugar. Y para cada momento... ¡maletas en mano!

Ya había soñado y verbalizado entrevistar a Adriana Macías, una mujer resiliente y de corazón noble, que impacta e inspira con su testimonio. Nacer sin brazos nunca fue un límite, aunque hasta hace poco luchaba con la vergüenza de mostrarse tal cual es. Hoy, llegó su tiempo: el de llenar sus maletas de nuevas experiencias.

Es un honor tenerla en nuestra portada. Adriana es una mujer 4x4, todo terreno. Ha transformado sus "limitaciones" físicas en su mayor fortaleza para alcanzar el éxito.

Y llegó junio... ¡ya llegó diciembre! Así suelo decir: nos alcanza el verano, la mitad del año. Tiempo de hacer una pausa y revisar lo que nos propusimos en enero.
¡Maletas en mano! ¡Comienzan las vacaciones!

Para algunos, esta época puede ser un caos o un desequilibrio; para otros, una oportunidad de redireccionar el camino. Es ahí donde pensamientos y emociones se enfrentan, y sentimos que el tiempo se nos escurre como agua entre los dedos.

Pero todo tiene su hora, como nos recuerda Eclesiastés 3:1-9: "Tiempo de nacer y tiempo de morir; tiempo de plantar y de cosechar; tiempo de llorar y de reír; tiempo de abrazar..."

Este verano, que nos invita a salir de la rutina, tomemos la mochila y emprendamos el viaje. Regalémonos atardeceres que enamoran, escapadas inolvidables, tiempo de calidad.

Con maletas en mano, pero con propósito. ¡Maletas en mano, sí! Porque merecemos descansar.

Hagamos de este verano uno único. Y, como Adriana, aprendamos a aprovechar el tiempo. Cambiemos las maletas externas por un viaje hacia adentro, donde podamos construir nuestros propios castillos.

Suitcases in hand

Everything has its time and its place ...

The word has power! When thoughts and feelings embrace, align ... and then God, the universe, conspires so that the wishes of the heart come true reality.

That's why everything has its time and its place. And for each moment ... suitcases in hand!

There was already dreamed and verbalized interview Adriana Macías, a women Resilient and kind- hearted, she impacts and inspires with her testimony. Born without arms never was a limit, although until recently I struggled with the shame of showing it such which is it. Today, it arrived his time: to fill your suitcases with new experiences.

It is an honor to have her. in our cover. Adriana is a 4x4 woman, everything terrain. It has transformed its physical "limitations" in your greatest strength to achieve he success.

And it arrived in June ... already arrived December! So, the floor says: us reaches the summer, half the year. Time to do a pause and review what we proposed in January.
Suitcases in hand! The holidays are beginning!

For some, this time It may be chaos or imbalance; for others, an opportunity to redirect he path. It's there where thoughts and emotions clash, and we feel that the time is running out for us, draining as water between our fingers.

But everything has your time, like us remember Ecclesiastes 3:1-9:

"A time to be born and a time to die; a time to plant and a time to harvest; a time to weep and a time to laugh; a time to embrace ..."

This summer, which we invite to get out of the routine, let's take the backpack and start the trip. Let's treat ourselves to sunsets that make you fall in love, getaways unforgettable, quality time.

With suitcases in hand, but with purpose.
Suitcases in hand, yes! Because we deserve rest.

Let's make this A unique summer. And, like Adriana, let's learn to take advantage of the time. Let's change the external cases for a trip toward inside, where we can build our own castles.



Jacqueline Tíneo
PERIODISTA W ASESORA W AUTORA W CEO FUDMAN



“CUANDO NOSOTROS DEDICAMOS TIEMPO A LA AUTOACEPTACIÓN CON MUCHO AMOR, DESCUBRIMOS LA IMPORTANCIA DE DEJAR DE COMPARARNOS CON LOS DEMÁS Y VALORAR LO QUE TENEMOS”

Adriana Macías

Adriana Macías:

Un referente latinoamericano que nos enseña que las limitaciones están en la mente

POR JACQUELINE TINEO

Adriana Macías – conferencista, abogada, música y formadora en amor propio – es una mujer mexicana que nació sin brazos y se ha convertido en referente no solo para su país, sino que ha cruzado las fronteras latinoamericanas, llegando también a Europa. Incluso participó en uno de los shows de talentos más grandes de España, Got Talent España, donde dejó atónitos y puestos de pie a todos en el auditorio, llevándose en su primera audición el pase de oro. Y no es para menos. Adriana es una mujer que impacta e inspira, y me atrevo a jurar que no hay nadie que la conozca que no lllore de agradecimiento y sienta que le dan una bofetada... con los pies.

Para mí, esta entrevista era un anhelo, y hoy se cumple uno de mis sueños como periodista.

Adriana, para comenzar esta conversación tan especial, cuéntenos: ¿de dónde es y cómo fue su infancia? ¿Qué papel jugó su familia en el desarrollo de la mujer que es hoy?

“Yo soy de Guadalajara. Tuve una infancia muy feliz, igual que cualquier niño, gracias a mis papás y a mi hermana, que es un año más grande que yo. Mi familia ha sido un gran apoyo, a pesar de las pocas herramientas que había hace 47 años. Mis papás supieron tener la actitud correcta para enfrentar el reto de recibir

un bebé sin brazos.”

Cuando las mamás hablamos de lo difícil que se nos hace criar a nuestros hijos y solemos decir que “una vale por cinco”, no puedo imaginar cómo sería criar a un hijo sin brazos. Considero que la tarea de mamá se duplicaría. Sin embargo, los padres de Adriana supieron adaptarse y buscar el lado bonito y creativo para hacer de su vida una niñez normal como la de los demás niños. ¡Es de aplaudirles!

En su adolescencia, Adriana enfrentó una etapa de cuestionamientos y comparaciones. Le preguntamos sobre los aprendizajes que le dejó ese proceso y cómo logró fortalecer su identidad y autoestima en ese momento de su vida, y con un corazón sincero nos dijo:

“En la adolescencia es normal que entremos en comparaciones, en la búsqueda de identidad y pertenecer a un grupo que nos haga sentir bien. Por supuesto que ahí fue el momento en el que asumí mi discapacidad. Fue un momento muy difícil porque tenía mucho miedo de no poder lograr muchos sueños. En realidad, en ese momento inició el proceso de una construcción de autoestima desde el arte. En esa etapa me gustó mucho pintar, diseñar mi propia ropa para poder ser independiente. Fue un proceso largo y lento en el cual mi familia y un grupo de amigos

muy cercanos me apoyaron muchísimo. Como mi mamá siempre dice: 'Dios nunca te manda sin equipaje', y creo que parte de ese equipaje en mi vida ha sido mi sentido del humor y mi actitud positiva. A pesar de las limitaciones, nunca perdí la energía para seguir intentando distintas maneras de lograr lo que soñaba en ese momento."

Sus respuestas, con una sonrisa a flor de piel, nos dejan ver a esa mujer que supo construirse a sí misma; que, a pesar de los miedos e inseguridades, supo encontrar su equipaje para la vida.

Adriana es licenciada en Derecho con especialidad en Recursos Humanos, y ha sumado estudios en Psicología de la Felicidad, Tanatología y PNL. Es una mujer que siempre busca la manera de seguir equipándose. Pero, ¿cómo ha influido esta formación en su propósito de vida y en los mensajes que comparte con otros? Con su mirada juguetona nos responde:

"Desde que era niña tuve el sueño de dedicarme a algo en lo que yo pudiera ser útil. Para mí, ser útil, ayudar, era un sueño muy grande. Cada vez que tenía esta posibilidad, me sentía muy afortunada, y en su momento la carrera de abogacía fue algo que yo identifiqué como una posibilidad que me iba a permitir cumplir este propósito. Obviamente después creces y te das cuenta de que todas las carreras tienen este propósito. Al final la vida me prestó los escenarios para cumplir mi sueño, y por eso decidí prepararme en otras áreas como la programación neurolingüística, la inteligencia emocional, la psicología de la felicidad, entre otras."

Y a decir verdad, creo sin temor alguno que ese sí es su propósito de vida. Adriana tiene una capacidad única de conectar con el público. Su singularidad de expresión y sus movimientos con los pies nos mantienen a todos atónitos. No sé si por ver qué más sabe hacer con sus pies o por esperar si fallará en algún momento... pero la verdad es que, para mí, el solo hecho de verla y saber todo lo que ha logrado ¡ya es ganancia!

Y hay más. ¡Sí, Adriana es una cajita de Pandora!



Ha desarrollado una habilidad impresionante al tocar el violonchelo, un instrumento tradicionalmente pensado para las manos. Esto es lo que ha significado este logro para Adriana, y he aquí un mensaje poderoso que nos transmite a través de su música:

"El chelo llegó a mi vida en un momento de depresión. Estaba enfrentando mi divorcio en ese entonces, mi hija tenía tres años y, por supuesto, el construir nuevamente mi familia desde una perspectiva diferente era un gran reto. Tuve la corazonada nuevamente de enfocarme en el arte para enfrentar ese momento tan difícil que emocionalmente estaba viviendo, y así fue como llegó el chelo a mi vida, para enseñarme principalmente a valorar y agradecer todo lo que soy. Fue un proceso largo, pero el chelo me enseñó que todo requiere un equilibrio perfecto, no presionarnos, seguir el ritmo con tranquilidad... y así es la vida: todo debe tener equilibrio,

sin presión y con un ritmo que nos permita seguir creciendo, aprendiendo, valorando y agradeciendo lo que tenemos."

¡Qué gran enseñanza! He aquí cómo de una situación dolorosa nacen nuevos proyectos, y cómo seguimos fortaleciendo nuestro ser.

Para Adriana, su motivación más grande es servir y ser útil a los demás. Por ello, su camino está marcado por grandes experiencias que han sido gratificantes, porque siempre da desde el corazón. Para Adriana, después de haber ayudado a alguien a valorar lo que tiene, a observar otros talentos, otras posibilidades, otros caminos... transformar la actitud de las personas en situaciones retadoras ha sido uno de sus más grandes regalos y satisfacciones.

Adriana Macías: una marca personal que cruza fronteras.

No solo es conocida en América Latina, sino también en Europa. Desde su marca personal hasta talleres y conferencias para mujeres y niños, ha creado un camino inspirador.

Adriana, ¿cuál de sus proyectos considera más significativo y por qué?

"Creo que todos, en el momento en el que estamos construyendo un proyecto, entregamos el alma, el corazón, toda nuestra fe para que cumpla su propósito. Todos son muy especiales para mí. Han llegado en

momentos muy significativos de mi vida: el pintar, el diseño de ropa, el escribir, el tocar el chelo... Todos han sido muy importantes para seguir cumpliendo mi misión de servir, de contagiar a las personas de actitudes positivas que les permitan valorar lo que tenemos y sacar el mayor provecho para descubrir esas virtudes extraordinarias que tiene el cuerpo humano. Cuando tenemos nuestra mente con disposición, con gratitud... las posibilidades son infinitas."

Cada vez, Adriana nos sorprende con su nobleza y positivismo, con su autenticidad y dinamismo.

En su más reciente conferencia para niños, trabaja temas de felicidad emocional desde temprana edad. Su hija ha sido fuente de inspiración. Le preguntamos qué cree que deberíamos enseñarles a los niños para que crezcan con amor propio y seguridad, y esto nos dijo:

"Lo que más me gusta de compartir con los niños es enseñarles a amarse tal y como son, a no compararse con los demás. Desde sus inquietudes tan inocentes descubro que las diferencias que ellos notan no tienen importancia, hasta que nosotros, como adultos, y con creencias arraigadas del pasado, les vamos enseñando a tener miedo, a desconfiar. Pero si en vez de eso les permitimos ser libres, les enseñamos amor propio, gratitud, fe, disciplina... van a poder aprovechar todas las virtudes y todas las herramientas con las que nacieron para lograr cualquier cosa que se propongan."

Esto es trabajar el amor propio a temprana edad: sana estima, identidad, seguridad... elementos esenciales que fortalecen a nuestros niños y los protegen de caer en las trampas del bullying.



Adriana ha vivido cuatro depresiones en su vida, y de cada una de ellas le nacieron alas para volar, pues cada una la llevó a hacer algo nuevo que la posicionó y la guió hacia su propósito de vida. Ha sabido transformar lo que muchos verían como una limitación física en una poderosa herramienta de expresión y belleza.

Como experta en maquillaje y desarrollo personal, tiene un poderoso mensaje para aquellas mujeres que se victimizan o se sienten limitadas por sus circunstancias físicas o mentales. Les muestra cómo una aparente desventaja puede convertirse en su mayor atributo. Aunque no es un proceso fácil, nos dice:

“Cuando nosotros dedicamos tiempo a la autoaceptación con mucho amor, descubrimos la importancia de dejar de compararnos con los demás y valorar lo que tenemos. Así



vamos a poder aprovechar, en todo su esplendor, lo que tenemos y lo que no. Porque al final, las personas disfrutan mucho del ser de las personas, sin importar cómo están físicamente. Y ahí es donde se construye una relación sincera.”

Adriana Macías, sin lugar a dudas, es una mujer 4x4: todo terreno. Mujer resiliente, empática, enfocada, disciplinada y determinada. Su historia no pasa desapercibida. Su historia ya es un legado para las mujeres de hoy y las que vendrán. Su mensaje de empoderamiento, amor propio, identidad y autenticidad nos recuerda una vez más que no existen limitaciones, más que aquellas que están en nuestra mente.

Y como bien nos dijo:

“Hemos de descubrir esas virtudes extraordinarias que tiene el cuerpo humano. Pero cuando tenemos nuestra mente con disposición y gratitud, las posibilidades son infinitas.”



Adriana Macías:

A Latin American figure who teaches us that limitations are in the mind

BY JACQUELINE TINEO

Adriana Macías—a speaker, lawyer, musician, and self-love coach—is a Mexican woman who was born without arms and has become a symbol not only in her country but has also crossed Latin American borders, reaching Europe as well. She even participated in one of Spain's biggest talent shows, Spain's Got Talent, where she stunned everyone in the audience and stood up, taking home the gold medal in her first audition. And for good reason. Adriana is a woman who impacts and inspires, and I dare swear that there is no one who knows her who doesn't cry with gratitude and feel like they've been slapped... with their feet.

For me, this interview was a dream come true, and today one of my dreams as a journalist has come true.

Adriana, to begin this very special conversation, tell us: Where are you from and what was your childhood like? What role did your family play in developing you into the woman you are today?

"I'm from Guadalajara. I had a very happy childhood, just like any child, thanks to my parents and my sister, who's a year older than me. My family has been a great support, despite the limited resources available 47 years ago. My parents knew how to have the right attitude to face the challenge of having a baby without arms."

When we mothers talk about how difficult it is to raise our children and often say, "One is worth five," I can't imagine what it would be like to raise a child without arms. I think a mother's job would be doubled. However, Adriana's parents knew how to adapt and look for the beautiful and creative side to make her life a normal childhood like any other. They are to be applauded!

During her adolescence, Adriana faced a period of questioning and comparison. We asked her about the lessons learned from that process and how she managed to strengthen her identity and self-esteem at that time in her life, and with a sincere heart, she told us:

"In adolescence, it's normal to make comparisons, to search for identity and to belong to a group that makes us feel good. Of course, that was the moment I embraced my disability. It was a very difficult time because I was so afraid of not being able to achieve many of my dreams. Actually, that's when the process of building self-esteem through art began. During that time, I really enjoyed painting and designing my own clothes so I could be independent. It was a long, slow process in which my family and a group of very close friends supported me immensely. As my mom always says, 'God never sends you without baggage,' and I think part of that baggage in my life has been my sense of humor and my positive



"WHEN WE HAVE OUR MINDS WITH WILLINGNESS, WITH GRATITUDE, THE POSSIBILITIES ARE ENDLESS."

Adriana Macías

attitude. Despite my limitations, I never lost the energy to keep trying different ways to achieve what I dreamed of at the time."

Her answers, with a smile on her face, reveal a woman who knew how to build herself; who, despite her fears and insecurities, knew how to find her bearings for life.

Adriana holds a law degree with a specialization in Human Resources and has additional studies in Happiness Psychology, Thanatology, and NLP. She's a woman who always seeks ways to continue improving her skills. But how has this training influenced her life's purpose and the messages she shares with others? With her playful gaze, she answers:

"Ever since I was a child, I've had the dream of dedicating myself to something where I could be useful. For me, being useful, helping, was a huge dream. Every time I had this opportunity, I felt very fortunate, and at the time, a career in law was something I identified as a possibility that would allow me to fulfill this purpose. Obviously, later, you grow up and realize that all careers have this purpose. In the end, life provided me with the opportunity to fulfill my dream, and that's why I decided to study other areas such as neurolinguistic programming, emotional intelligence, and the psychology of happiness, among others."

And truth be told, I fearlessly believe that this is indeed her life's purpose. Adriana has a unique ability to connect with an audience. Her unique expression and footwork keep us all in awe. I don't know if it's to see what else she can do with her feet or to wait for a moment when she might slip up... but the truth is, for me, just watching her and knowing everything she's accomplished is a win!

And there's more. Yes, Adriana is a Pandora's box! She has developed impressive skill playing the cello, an instrument traditionally designed for the hands. This is what this achievement has meant to Adriana, and here is a powerful message she conveys through her music:

"The cello came into my life at a time of depression. I was facing my divorce at the time, my daughter was three years old, and, of course, rebuilding my family from a different perspective was a huge challenge. I had the feeling to focus on art again to face that emotionally difficult time I was going through, and that's how the cello came into my life, to teach me, above all, to value and be grateful for everything I am. It was a long process, but the cello taught me that everything requires perfect



balance, not putting pressure on ourselves, calmly following the rhythm... and that's life: everything must be balanced, without pressure and with a rhythm that allows us to continue growing, learning, valuing, and being grateful for what we have."

What a great lesson! This is how new projects are born from a painful situation, and how we continue to strengthen ourselves.

For Adriana, her greatest motivation is to serve and be useful to others. Therefore, her path is marked by great experiences that have been rewarding, because she always gives from the heart. For Adriana, after helping someone value what they have, to observe other talents, other possibilities, other paths... transforming people's attitudes in challenging situations has been one of her greatest gifts and satisfactions.

Adriana Macías: a personal brand that crosses borders.

She's not only known in Latin America but also in Europe. From her personal brand to workshops and conferences for women and children, she

has forged an inspiring path.

Adriana, which of your projects do you consider most significant and why?

"I think that all of us, when we're building a project, give our soul, our heart, all our faith to help it fulfill its purpose.

They're all very special to me. They've come at very significant moments in my life: painting, clothing design, writing, playing the cello... They've all been very important in continuing to fulfill my mission of service, of instilling in people positive attitudes that allow them to value what we have and make the most of it to discover those extraordinary virtues that the human body possesses. When we have a willing mind, a grateful one... the possibilities are endless."

Every time, Adriana surprises us with her nobility and positivity, with her authenticity and dynamism.

In her most recent conference for children, she addresses topics of emotional happiness from an early age. Her daughter has been a source of inspiration. We asked her what she thinks we should teach children so they grow up with self-love and confidence, and this is what she told us:

"What I love most about sharing with children is teaching them to love themselves as they are, to not compare themselves to others. From their innocent concerns, I discover that the differences they notice are unimportant, until we, as adults, with deep-rooted beliefs from the past, teach them to be afraid and distrustful. But if instead we allow them to be free, teach them self-love, gratitude, faith, discipline... they will be able to harness all the virtues and tools they were born with to achieve anything they set their minds to."

This is about developing self-esteem at an early age: healthy self-esteem, identity, security...



essential elements that strengthen our children and protect them from falling into the traps of bullying.

Adriana has experienced four bouts of depression in her life, and each one gave her wings to fly, as each one led her to do something

new that positioned her and guided her toward her life's purpose. She has managed to transform what many would see as a physical limitation into a powerful tool of expression and beauty.

As a makeup and personal development expert, she has a powerful message for women who feel victimized or limited by their physical or mental circumstances. She shows them how an apparent disadvantage can become their greatest asset. Although it's not an easy process, she tells us:

"When we dedicate time to self-acceptance with great love, we discover the importance of stopping comparing ourselves to others and appreciating what we have. This way, we'll be able to fully enjoy what we have and what we don't. Because in the end, people truly enjoy each other's selves, regardless of their physical state. And that's where a true relationship is built."

Adriana Macías, without a doubt, is a 4x4 woman: all-terrain. A resilient, empathetic, focused, disciplined, and determined woman. Her story does not go unnoticed. Her story is already a legacy for women today and those to come. Her message of empowerment, self-love, identity, and authenticity reminds us once again that there are no limitations except those in our minds.

And as he told us: "We must discover the extraordinary virtues of the human body. But when we have a willing and grateful mind, the possibilities are endless."

Yobeida Tejada:

Desmantelando los bloqueos de mujeres brillantes a través de Estilo y Presencia, para reconectar con su verdad

POR JACQUELINE TINEO

Yobeida Tejada es oriunda de la República Dominicana, de la provincia Espaillat, casualmente de mi provincia, y de una comunidad que colinda con la mía. Nos conocimos al principio por las redes sociales, a través de otra amiga compueblana.

Desde un principio percibí en esta extraordinaria mujer un gran deseo de servir y ofrecer a la comunidad sus conocimientos, y de poder contribuir al bienestar de las mujeres, sobre todo de aquellas que, por una u otra razón, no habían encontrado una reconciliación con su imagen corporal y su ser de mujer.

Así inició nuestra amistad, y para mí es un honor que sea parte de nuestra fundación De Mujer a Mujer.

Hoy, con orgullo, les comparto esta entrevista que le hemos hecho a nuestra estimada Yobeida Tejada, Asesora de Imagen y Marca Personal.

Para Yobeida, este pensamiento —“Decide quién eres y qué deseas expresar”— se ha convertido en su “espejo de la verdad”, pues cuando empezó a mirarse a profundidad, comenzó a ver toda su verdad, todo lo que por esencia ella es. Y no es para menos que ella invite a otros a abrazar su propia autenticidad.

Es por ello que le pregunté: ¿Cómo llegaste a esta frase que hoy guía tu trabajo? Y esto nos dijo:

“Esa frase nació de un proceso de transformación personal. Durante años viví buscando complacer, olvidando mi propia voz. Hasta que entendí que no tenemos un solo rol: tenemos talentos y etapas que nos invitan a evolucionar. Y que decidir quién eres implica alinear lo que sientes, piensas y expresas. Hoy, esa frase guía todo mi trabajo porque sé lo difícil que es mostrarse desde una nueva versión. Pero cambiar no es ser incoherentes, es crecer. Por eso invito a cada persona a elegir su autenticidad con valentía.”

Es precisamente esa transformación la que ha ido formando su carácter, disciplina y enfoque.

Yobeida busca constantemente espacios para capacitarse, y de esta manera estar a la vanguardia. Los aprendizajes clave que ha acumulado en su camino como modelo, empresaria y asesora de imagen son, sin lugar a dudas, su portafolio de éxitos.

“Como modelo, aprendí el poder del cuerpo como lenguaje. La imagen habla incluso sin palabras. Como empresaria, entendí que el éxito requiere enfoque, estrategia y trabajo



ASESORA DE IMAGEN Y MARCA PERSONAL
Yobeida Pejada

quienes aún creen que cuidar la imagen es algo superficial?
 Aquí su respuesta:

“La imagen personal es un reflejo de nuestro estado interior. Cuando una persona se siente bien consigo misma, lo proyecta sin esfuerzo. Y cuando cuida su imagen con intención, también influye en cómo se siente. Cuidar tu imagen no es vanidad, es respeto por ti y por lo que comunicas.”

La intencionalidad es clave para lo que deseamos expresar e incluso accionar. Y Yobeida lo sabe muy bien.

Ante la vorágine de una sociedad que vive tan deprisa y acelerada, y que podría estar desconectada, le preguntamos a Yobeida: ¿Qué elementos son clave para proyectar una presencia coherente e intencional?
 Y nos sorprendió con esta gran declaración:

“Todo parte del autoconocimiento: ¿Quién soy

en equipo. Y como asesora descubrí que una imagen alineada no es solo estética: es un acto de conexión con la esencia.”

He aquí, en palabras claves y sencillas, los beneficios que nos dejan los aprendizajes del camino.

Mucho se habla de la superficialidad de la imagen en estos tiempos, y no podía faltar esta pregunta a nuestra asesora de imagen:

¿Qué le dirías a

hoy? ¿Qué quiero proyectar y por qué? Luego, identificar los valores personales y conectar con el propósito. En Estilo y Presencia trabajamos cuatro pilares: identidad, estilo, lenguaje corporal y proyección estratégica. Refinarte, en cambio, es más vivencial: enfocamos en el protocolo, la conducta y la práctica real.”

Conociendo más sobre el desarrollo profesional de Yobeida y cómo ha superado bloqueos después de verse en el “espejo de la verdad”, quisimos saber:

¿Cuáles cree ella que son los bloqueos más frecuentes que encuentra en mujeres brillantes?

Con vehemencia responde:

“El miedo a no ser suficientes, al juicio o a no estar listas. Muchas esperan el momento perfecto o sienten que ‘ya es tarde’. Pero lo que suele faltar no es talento, sino validación personal. Por eso ayudo a reconectar con su verdad para que su imagen refleje lo que realmente son.”

En las redes sociales hay un bombardeo de pensamientos y estilos que se quieren normalizar, confundiendo posiblemente lo auténtico del ser.

¿Cómo integra Yobeida estilo, lenguaje corporal, marca personal y esencia sin perder autenticidad?

“No se trata de imponer, sino de revelar. Cada herramienta debe estar al servicio de quien eres. Cuando comprendes por qué eliges ciertos colores, gestos o palabras, dejas de disfrazarte y comienzas a expresarte con coherencia. Así, tu esencia no se oculta, se potencia.”

Vemos a una mujer determinada y enfocada, una mujer dominicana que ama los colores y la creatividad. Entonces:
 ¿Cómo influye tu doble perspectiva cultural en tu visión del estilo, liderazgo y educación?

“De República Dominicana conservo la calidez, la creatividad y la expresión. De Estados Unidos, la estructura, la planificación y el enfoque estratégico. Esa fusión me ha permitido crear métodos adaptables, humanos y efectivos para distintos públicos.”

Es cierto que cada cultura aporta significativamente a nuestro desarrollo personal y profesional.

Yobeida, todo ser viviente se ha enfrentado al miedo, al dolor, a la frustración; por eso te hago esta pregunta:

¿Has tenido que enfrentar miedos o inseguridades? ¿Cómo los superaste?

“Sí, muchos: miedo a hablar en público, a fallar, a ser juzgada. Pero también tengo una gran curiosidad por aprender. Me observo, reflexiono y me enfrento a mis límites. Algunos miedos los superé con guía y meditación, otros tomando decisiones valientes. Nombrar el miedo ya es un acto de poder.”

“EL BLOQUEO PRINCIPAL DE MUJERES BRILLANTES ES TENER MIEDO A NO SER SUFICIENTES. POR ESO AYUDO A RECONECTAR CON SU VERDAD PARA QUE SU IMAGEN REFLEJE LO QUE REALMENTE SON.”

¡Wow! Me encantó esta afirmación: “Nombrar el miedo ya es un acto de poder”. ¡Y sí que lo es!

Como mujer líder que ha superado miedos y se ha enfrentado a múltiples desafíos:
 ¿Qué mensaje le darías a una mujer que siente que no encaja o no se atreve a mostrarse como es?

“Quien se transforma a sí misma, transforma el mundo. Si hoy sientes que no encajas, escucha esa voz interna que te dice que hay algo más. A veces, la transformación empieza en silencio, con una decisión pequeña. Tu singularidad no necesita permiso. Solo tu sí.”



Recuerda: decide quién eres y qué deseas expresar. Desde ahí comienza todo.”

La mujer que conocí hace 4 años atrás definitivamente no es la mujer de hoy. Y me enorgullece ver en la mujer que te has convertido.

Hoy veo a esa mujer segura de sí, que sabe a dónde va, sabe lo que quiere, pero sobre todo, sabe quién es, y sabe lo que quiere expresar. Tu asombroso crecimiento y transformación, sin lugar a dudas, salpica como un rayo de esperanza para la transformación de nuestro mundo.

Yobeida Tejada:

Dismantling the blockages of brilliant women through Style and Presence, to reconnect with their truth

BY JACQUELINE TINEO

Yobeida Tejada is originally from the Dominican Republic, from the Espailat province, coincidentally my province, and from a community that borders mine. We initially met through social media, through another friend from my hometown.

From the beginning, I sensed in this extraordinary woman a great desire to serve and offer her knowledge to the community, and to contribute to the well-being of women, especially those who, for one reason or another, had not found reconciliation with their body image and their feminine nature.

This is how our friendship began, and I am honored to have her as part of our Woman to Woman Foundation.

Today, I proudly share this interview with our esteemed Yobeida Tejada, Image and Personal Brand Consultant.

For Yobeida, this thought—"Decide who you are and what you wish to express"—has become her "mirror of truth." When she began to look deeply into herself, she began to see her full truth, everything that she essentially is. And it's no wonder she invites others to embrace their own authenticity. That's why I asked her: How did you arrive at this phrase that guides your work today? And this is what she told us:

"That phrase was born from a process of

personal transformation. For years, I lived seeking to please, forgetting my own voice. Until I understood that we don't have a single role: we have talents and stages that invite us to evolve. And that deciding who you are involves aligning what you feel, think, and express. Today, that phrase guides all my work because I know how difficult it is to present a new version of yourself. But change isn't about being inconsistent; it's about growing. That's why I invite each person to choose their authenticity with courage."

It is precisely this transformation that has shaped his character, discipline, and approach.

Yobeida constantly seeks opportunities to learn and stay ahead of the curve. The key lessons she has learned along the way as a model, entrepreneur, and image consultant are, without a doubt, her portfolio of successes.

"As a model, I learned the power of the body as a language. Images speak even without words. As an entrepreneur, I understood that success requires focus, strategy, and teamwork. And as a consultant, I discovered that an aligned image isn't just aesthetic: it's an act of connecting with essence."

Here, in simple, key words, are the benefits we learn along the way.

There's a lot of talk about the superficiality of image these days, and this question couldn't be missed for our image consultant:





What would you say to those who still believe that taking care of one's image is something superficial? Here's her answer:

"Personal image is a reflection of our inner state. When a person feels good about themselves, they project it effortlessly. And when they take care of their image intentionally, it also influences how they feel. Taking care of your image isn't vanity; it's respect for yourself and what you communicate."

Intentionality is key to what we want to express and even act upon. And Yobeida knows this very well.

Faced with the turmoil of a society that lives so fast and at such a rapid pace, and that could be disconnected, we asked Yobeida: What elements are key to projecting a coherent and intentional presence? And he surprised us with this remarkable statement:

"Everything starts with self-knowledge: Who am I today? What do I want to project and why? Then, identify personal values and connect with purpose. In Style and Presence, we work on four pillars: identity, style, body language, and strategic projection. Refining yourself, on the other hand, is more experiential: we focus on protocol, conduct, and actual practice."

To learn more about Yobeida's professional development and how she has overcome

obstacles after seeing herself in the "mirror of truth," we wanted to know: What do you think are the most common obstacles you encounter in brilliant women? She answers vehemently:

"The fear of not being enough, of judgment, or of not being ready. Many people wait for the perfect moment or feel like 'it's too late.' But what's often missing isn't talent, but personal validation. That's why I help them reconnect with their truth so that their image reflects who they truly are."

On social media, there is a bombardment of thoughts and styles that seek to normalize, possibly confusing the authentic self. How does Yobeida integrate style, body language, personal branding, and essence without losing authenticity?

"It's not about imposing, but about revealing. Each tool should be at the service of who you are. When you understand why you choose certain colors, gestures, or words, you stop disguising yourself and begin to express yourself coherently. This way, your essence isn't hidden, it's enhanced."

"THE MAIN OBSTACLE FOR BRILLIANT WOMEN IS THE FEAR OF NOT BEING ENOUGH. **THAT'S WHY I HELP THEM RECONNECT WITH THEIR TRUTH SO THAT THEIR IMAGE REFLECTS WHO THEY TRULY ARE**"

We see a determined and focused woman, a Dominican woman who loves colors and creativity. Then: How does your dual cultural perspective influence your view of style, leadership, and education?

"From the Dominican Republic, I retain the

warmth, creativity, and expression. From the United States, I retain the structure, planning, and strategic focus. This fusion has allowed me to create adaptable, humane, and effective methods for different audiences."

It is true that each culture contributes significantly to our personal and professional development.

Yobeida, every living being has faced fear, pain, and frustration; that's why I ask you this question: Have you ever had to face fears or insecurities? How did you overcome them?

"Yes, many: fear of public speaking, of failing, of being judged. But I also have a great curiosity to learn. I observe myself, reflect, and confront my limits. I've overcome some fears with guidance and meditation, others by making brave decisions. Naming your fear is an act of power."

Wow! I loved this statement: "Naming fear is already an act of power." And it is!

As a female leader who has overcome fears and faced multiple challenges: What message would you give to a woman who feels she doesn't fit in or doesn't dare to show herself as she is?

"Whoever transforms themselves transforms the world. If today you feel like you don't fit in, listen to that inner voice that tells you there's something more. Sometimes transformation begins silently, with a small decision. Your uniqueness doesn't need permission. Just your yes. Remember: decide who you are and what you want to express. Everything begins from there."

The woman I met four years ago is definitely not the woman I know today. And I'm proud to see the woman you've become. Today I see that confident woman, who knows where she's going, knows what she wants, but above all, knows who she is, and knows what she wants to express. Your amazing growth and transformation undoubtedly shine like a ray of hope for the transformation of our world.





Julio Bevione:

En tiempos convulsos a nivel económico, social, geográfico, ¿cómo volver a nosotros? “Si estás respirando, aún puedes elegir ser luz dentro de tanta oscuridad”

POR LILY MONTAÑO GRULLÓN

Conversar con Julio siempre es un intercambio amoroso y diáfano que arroja luz sobre las grandes interrogantes de la vida. Comunicador, escritor de decenas de libros y conferencista internacional, se define como una persona que comunica y ordena ideas y ¡vaya que lo hace!, ha conquistado e inspirado a miles de personas alrededor del mundo, y con una admiración especial de parte de la comunidad latinoamericana que siempre le tiene presente a este argentino de todos, con humildad y sencillez transmite mensajes llenos de espiritualidad y sabiduría.

Quisimos conversar acerca de los acontecimientos recientes a todos los niveles que han movido, provocado cambios y removido estructuras en poco tiempo.

¿Por qué sentimos los cambios tan drásticos y estamos más ansiosos, agresivos y perdidos?

Porque los cambios ya no son opcionales, ni graduales, ni externos. Hoy, la vida nos está sacudiendo desde adentro. Antes podíamos adaptarnos sin transformarnos. Ahora no. Lo que está cambiando afuera —geopolítica, migración, economía— nos confronta con algo más íntimo: ¿Quién soy sin lo que tenía, sin lo que conocía, sin lo que me daba sentido?

Esa es la ansiedad que sentimos. No por el cambio, sino por lo que desordena adentro. Y cuando no tenemos herramientas para mirar hacia dentro, lo que aparece es la agresión, el miedo, el ruido. Pero todo eso es un grito desesperado por reorganizar el alma.

¿Cómo nos ordenamos? ¿Cómo encontrar la calma?

Primero, reconociendo que el desorden no es el enemigo. Es el lenguaje de lo nuevo queriendo nacer. Ordenarse no es “volver a lo de antes”. Es crear un nuevo centro. Y ese centro no es el trabajo, la pareja o el país: es nuestra presencia lúcida, más consciente. Calma no es no tener problemas. Calma es tener raíces internas aunque afuera haya tormenta. Y eso se entrena: respirando, escuchándose, dejando de escapar de nosotros mismos.

¿Cómo abrirse a lo nuevo y canalizar la frustración del pasado?

Duele perder. Y es sano reconocerlo. Pero no podemos construir lo nuevo desde la nostalgia. Abrirse a lo nuevo no es olvidar lo que fue, sino honrarlo sin aferrarse. El pasado se convierte en sabiduría cuando no lo usamos para justificarnos, sino para comprendernos.

Canalizar la frustración es permitir que la emoción circule, pero que no dirija tu vida. Llorar, escribir, hablar, respirar... y después elegir. Porque abrirse a lo nuevo no es una emoción: es una decisión.

¿Estos cambios planetarios representan una evolución aunque parezca retroceso?

Absolutamente. Pero no es una evolución cómoda. Es una crisis iniciática colectiva. Pareciera que vamos hacia atrás, pero en realidad estamos sacando a la luz lo que estaba oculto. Y lo que sale, duele.

Es como limpiar una herida: al principio parece peor, pero es el único camino a la salud. Este caos es el síntoma de una conciencia que ya no puede seguir anestesiada. La oscuridad que vemos es parte del despertar, no su negación.

¿Cómo convierto a mi mente en aliada?

Dejando de verla como enemiga. La mente es maravillosa... si está al servicio del alma. El problema es cuando la dejamos sola, sin guía, y empieza a repetir lo que aprendió del miedo.

Para que sea aliada, hay que enseñarle a confiar, no solo a pensar. Meditar no es dejar la mente en blanco: es sentarte con ella como quien acompaña a un niño asustado. Escucharla, pero no obedecerla ciegamente. Y sobre todo, recordarle quién manda: tú, no tus pensamientos automáticos.

¿Cómo vivir con incertidumbre sin agobiarnos?

Aceptando que el control es una fantasía que usamos para sentirnos seguros. La vida nunca fue controlable. Lo que cambió es que ahora lo sabemos.

Vivir con incertidumbre es vivir despierto. No sabemos lo que vendrá, pero sí podemos elegir desde dónde responder. Cuando sueltas el "quiero tener todo claro" y abrazas el "quiero estar presente con lo que hay", empieza la verdadera paz.

¿Qué decirle a los pueblos que enfrentan miedo extremo, guerras, migraciones?

Primero: no están solos. Y lo digo con el corazón en la mano. Aunque no podamos cambiar su realidad, podemos reconocer su dignidad. El miedo en esas condiciones es real. Pero también



lo es el coraje, la ternura, la esperanza que algunos mantienen aún en medio del horror.

A ellos les diría: "Tu dolor no te define. Tu historia no termina aquí. Si estás respirando, aún puedes elegir ser luz dentro de tanta oscuridad."

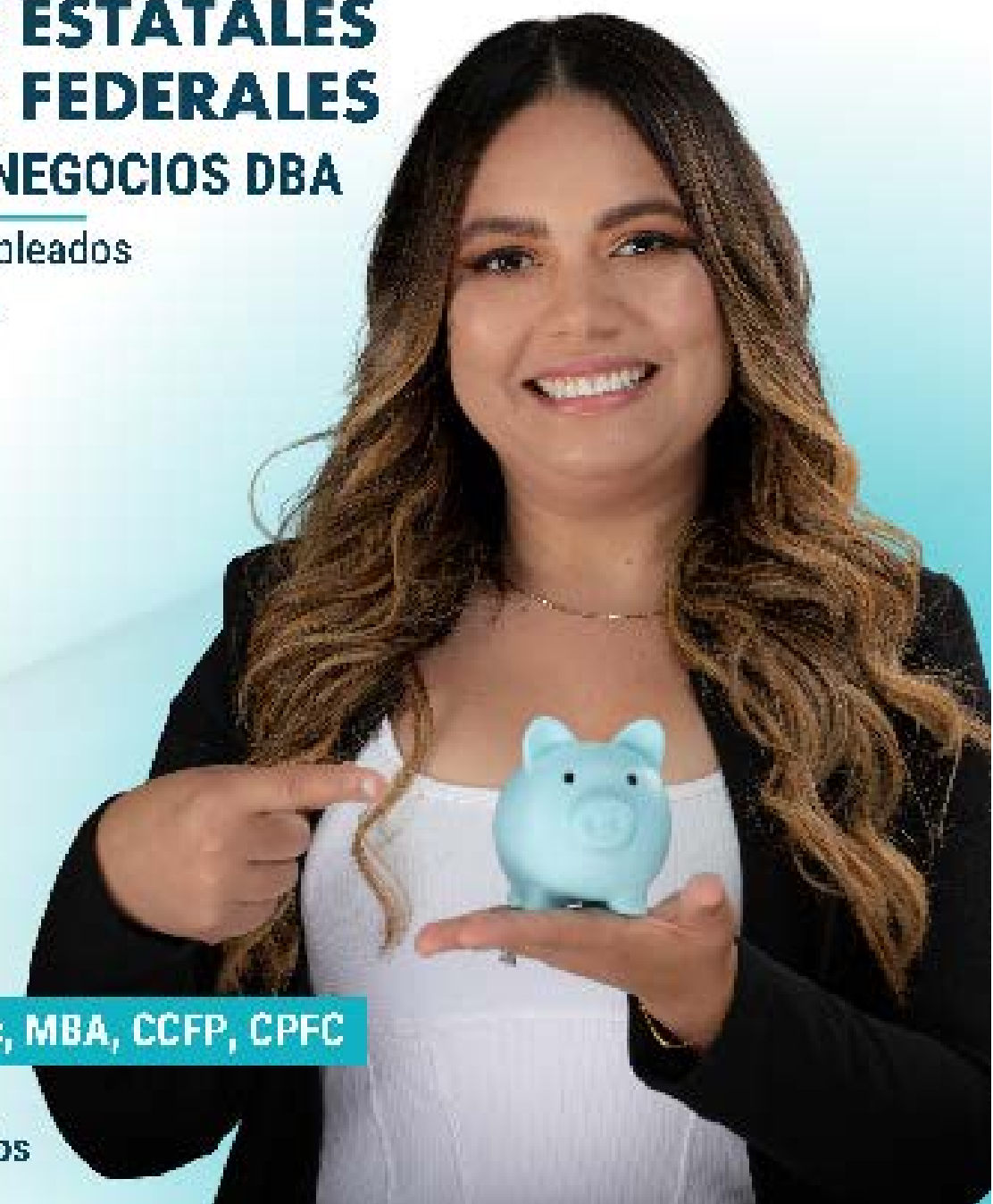
Y a los que estamos lejos de esos conflictos, nos toca no mirar para otro lado. La espiritualidad no es evasión. Es compromiso con consciencia.



PLANILLAS ESTATALES PLANILLAS FEDERALES PLANILLAS DE NEGOCIOS DBA

Especializada en Empleados
Federales y Militares

Servicio remoto



Belkis Díaz Mercedes, MBA, CCFP, CPFC

Asesor Financiero

Preparador de Impuestos

787-310-2941 | bdmfinancialservicesllc@gmail.com

Julio Bevione:

In these turbulent economic, social, and geographical times, how can we return to ourselves? "If you're breathing, you can still choose to be a light amidst so much darkness."

BY LILY MONTAÑO GRULLÓN

Conversing with Julio is always a loving and transparent exchange that sheds light on life's big questions. A communicator, author of dozens of books, and international speaker, he defines himself as someone who communicates and organizes ideas, and boy does he do it! He has captivated and inspired thousands of people around the world, and with special admiration from the Latin American community, who always remember this Argentinean. With humility and simplicity, he conveys messages full of spirituality and wisdom.

We wanted to discuss recent events at all levels that have shaken things up, caused changes, and shaken structures in a short period of time. Why do we feel such drastic changes and become more anxious, aggressive, and lost?

Because change is no longer optional, gradual, or external. Today, life is shaking us from within. Before, we could adapt without transforming. Now we can't. What's changing outside—geopolitics, migration, the economy—confronts us with something more intimate: Who am I without what I had, without what I knew, without what gave me meaning?

That's the anxiety we feel. Not because of change, but because of what's messing up

inside. And when we don't have the tools to look within, what emerges is aggression, fear, and noise. But all of this is a desperate cry to reorganize the soul.

How do we organize ourselves? How do we find calm?

First, by recognizing that disorder is not the enemy. It's the language of the new seeking to emerge. Getting organized isn't "going back to the way things were." It's creating a new center. And that center isn't work, a partner, or the country: it's our lucid, more conscious presence. Calm isn't not having problems. Calm is having inner roots even when there's a storm outside. And that's something we practice: breathing, listening to ourselves, and stopping running away from ourselves.

How to open up to the new and channel the frustration of the past?

Losing hurts. And it's healthy to acknowledge that. But we can't build the new from nostalgia. Opening ourselves to the new isn't about forgetting what was, but rather honoring it without clinging. The past becomes wisdom when we use it not to justify ourselves, but to understand ourselves.

Channeling frustration means allowing the



emotion to flow, but not letting it dictate your life. Cry, write, talk, breathe... and then choose. Because opening yourself up to new things isn't an emotion: it's a decision.

Do these planetary changes represent an evolution, even if it seems like a regression?

Absolutely. But it's not a comfortable evolution. It's a collective initiatory crisis. It seems like we're going backward, but in reality we're bringing to light what was hidden. And what comes out hurts.

It's like cleaning a wound: at first it seems worse, but it's the only path to healing. This chaos is the symptom of a consciousness that can no longer remain anesthetized. The darkness we see is part of awakening, not its denial.



How do I turn my mind into an ally?

Stop seeing it as an enemy. The mind is wonderful... if it's at the service of the soul. The problem arises when we leave it alone, without guidance, and it begins to repeat what it learned from fear.

For it to be an ally, you have to teach it to trust, not just to think. Meditation isn't about blanking your mind: it's about sitting with it like a scared child. Listening to it, but not blindly obeying it. And above all, reminding it who's in charge: you, not your automatic thoughts.

How to live with uncertainty without getting overwhelmed?

Accepting that control is a fantasy we use to feel safe. Life was never controllable. What's changed is that we now know it.

Living with uncertainty is living awake. We don't know what will come, but we can choose how to respond. When you let go of "I want to have everything clear" and embrace "I want to be present with what is," true peace begins.

What can we say to people facing extreme fear, war, and migration?

First: you are not alone. And I say this with all my heart. Even if we cannot change their reality, we can recognize their dignity. The fear in these conditions is real. But so is the courage, the tenderness, the hope that some maintain even in the midst of horror.

To them I would say: "Your pain doesn't define you. Your story doesn't end here. If you're breathing, you can still choose to be a light amidst so much darkness."

And for those of us who are far removed from these conflicts, it's our duty to look the other way. Spirituality isn't escape. It's conscious commitment.



"NADIE VIÑO A SALVAR A NADIE. VINIMOS A CONTRIBUIR CON UNA HUMANIDAD DESHUMANIZADA POR EL HECHO DE DONARNOS A OTROS CON LO QUE NO TENEMOS, SOLO POR SER VISTAS. ES HORA DE VOLVER A SER MARAVILLOSA MUJER"

Rosaura Gutiérrez

Rosaura Gutiérrez:

Dominicana que revoluciona la educación con la filosofía de la Pedagogía del Ser

POR JACQUELINE TINEO

Rosaura Gutiérrez Valerio es docente e investigadora del Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), una mujer todoterreno del sur de la República Dominicana.

Hablar de Rosaura, o mejor dicho, hablar con Rosaura y tratar de escribir la elocuencia de sus pensamientos y vivencias... ¡una revista completa no sería suficiente!

Conocí a Rosaura a través de mi amiga Lily Montaña, y desde el primer momento hubo una conexión inexplicable. Conforme pasaba el tiempo, nos fuimos conociendo más y realizamos algunos proyectos juntas, los cuales han marcado mi vida. Pasados los años, nos dimos una grata sorpresa que voló mi cerebro: Rosaura es hermana de Sor Rosalenis, la primera monja que conocí en mi vida y quien me inspiró a seguir los caminos de la vida consagrada (jesto es una historia para contar!). Hoy, para mí, es un privilegio compartir esta entrevista, tan humana, profunda y directa como lo es Rosaura.

Mi amada Rosaura (así nos decimos), para comenzar: cuéntenos de dónde es y cómo ha influido su lugar de origen en su camino profesional.

"Mi vida comenzó en un paraje llamado El Salto, Jarabacoa. Creo que ya el alma imprimió los stickers para que así sucediera: mi vida en saltos emocionales, profesionales, geográficos y mentales.

Indudablemente, el deseo de hacer algo por mi familia, siendo la mayor de 10 hermanos y hermanas, me dotó de una resiliencia extraordinaria y de recursos originales que nutrieron las vicisitudes del caminar, cuando las situaciones que generan dolor tocaron a mi puerta. No me quedé en víctima, sino que me

hice protagonista.

Entendía que eran mis conocimientos académicos los que me situaban en un lugar para ser vista... hasta que reconocí que el Estudio, dividido en sílabas, lo estaba haciendo mi Dios: ES – TU – DIOS.

Duro fue mi proceso de despertar para hacer de mi profesión un camino espiritual, lo que realmente da sentido ahora a mi existencia."

Amo ver la sinceridad del alma de Rosaura. Ella tiene una formación académica impresionante, con estudios en España, Ecuador y Brasil. Se hace necesario preguntarle:

¿Cómo ha sido su recorrido educativo y qué la motivó a especializarse en el área de la Psicología Evolutiva y de la Educación?

"El recorrido ha sido un motor que impulsó mis deseos de aprender cada día más. El gran deseo de humanizar la educación y aportar al desarrollo de habilidades sociales y la sana convivencia en las escuelas me impulsó a doctorarme en Psicología Evolutiva y de la Educación, luego de obtener mi licenciatura, posgrados y maestrías en el área de humanidades."

Así mismo, la Dra. Rosaura ha trabajado con metodologías innovadoras como la Pedagogía Sistemática, las Constelaciones Familiares y la Terapia Comunitaria.

Soy testigo de la pasión y el amor que Rosaura pone en su trabajo como consoladora. Y así como ha impactado mi vida, sé que lo hace también con muchas otras personas.

Para Rosaura, es fundamental tener un contexto más allá del texto, para leer el



entramado sistémico que se repite como amor ciego en el sistema escolar, como lealtad al sistema familiar:

"Si existieran políticas públicas que estuvieran más allá de un drama, de un partido político, y respondieran a un abordaje socioafectivo comunitario, grandes mudanzas tendríamos", afirma con vehemencia.

Y añade: "No se trata de una asignatura de Moral y Cívica para adoctrinar a padres y estudiantes. Es necesario comenzar con una mirada de solución en las mismas academias donde formamos a los maestros.

Primero el docente, y luego los demás como sistema. Nunca se dará lo que no se tiene."

Desde que la conocí, es una de las frases que siempre le escucho decir: "no puedes dar lo que no tienes"; y sigo escuchándola a ella y a otros sobre esta nueva filosofía del Ser. La humanidad de Rosaura la ha llevado por procesos de investigación constante. Al ser una mujer dedicada a la docencia, la investigación y la salud emocional, ha pasado por muchos desafíos. Por eso le preguntamos:

¿Cuáles han sido los mayores desafíos que ha enfrentado en su carrera profesional y cómo los ha superado?

Y aquí nos cuenta:

"El mayor desafío es la falta de visión a nivel de políticas institucionales y públicas para articular modelos que desconocen. Luego, las mismas contradicciones en el entorno laboral: miedos, competencias, falta de solidaridad, y la división entre lo mío y lo tuyo. 'Ese es su proyecto', y entonces me limito de aportar porque no voy a hacer brillar a otros. Es necesario salir del paradigma yo gano y tú pierdes para ir al si yo gano, tú ganas y ganamos todos. Salir de ese enfado de querer posiciones para entonces buscar soluciones, y en vez de seguir indignada por lo no hecho, hacer pequeñas acciones dignas que fortalezcan el salario afectivo."

La Dra. Rosaura coordina múltiples proyectos educativos y de investigación tanto a nivel nacional como internacional. Le preguntamos: ¿Cuál de ellos considera que ha dejado una huella más profunda en usted y por qué? Y responde:

"Ruedas Vinculantes, Cuidando del Cuidador y la Pedagogía del Ser. Con ellos no soy especialista en el área, sino que juntos construimos un espacio de crecimiento mutuo donde continuamente me recuerdo y recuerdo al otro con lo que compartimos. No lo hacen por lo que saben, sino por lo que Son y Somos. ¡Nadie debe ser nada más que eso que es: Humano!"

NO ES DAR CONSEJOS A OTROS:
ES TOMAR COMPASIÓN POR TU
CAMINO Y SABER QUE, CONTRA
VIENTO Y MAREA, TENEMOS
RECURSOS ORIGINALES AL
SERVICIO DE LA VIDA.

Cada respuesta de mi amada Rosaura nos mueve a seguir hurgando más para conocerla y aprender con ella. No he visto tanta sabiduría en un ser como ella. Con tan solo decir "nadie debe ser NADA, más que eso que es Humano", me habla de una mujer que está a otro nivel de esta humanidad.

Rosaura, cuando hablas de "Pedagogía del Ser", ¿podrías compartirnos qué significa esta filosofía para ti y cómo la aplicas en tu día a día profesional y personal?

"La Pedagogía del Ser es el nombre que le he dado a mi plan curricular para desarticular creencias tóxicas que envenenaban con reactividad mis relaciones. De labios sonreía, pero criticaba y descuartizaba a todo ser que se atravesara en mi camino. La Pedagogía del Ser es un compendio de metodologías y estrategias que me han devuelto el cuidado propio de la esencia humana, antes que ser doctora en Psicología. Las personas no recuerdan títulos, recuerdan el despertar de una vida plena compartida con el otro. Basada en la psicología junguiana, desvela a través de ReMar y ReVerdeSer un camino de transformación que se vuelve la alquimia del Bien Ser, no meramente del bienestar."

Hablamos sobre una frase tuya que me marcó: "Lo que calla la boca, lo grita el cuerpo." ¿A qué te refieres exactamente y cómo fue tu proceso personal para lograr que tu voz sí se escuche?

"Mi proceso personal viene segundo a segundo, tal cual lo expresaba anteriormente. Primero, la presión alta, que me dijo: ¿te das cuenta de que actúas como si nada estuviera aconteciendo en tu vida? Llevando todo rápido, muy hostil, reactiva, intensa... haciendo todo al mismo tiempo. Aproveché al Dr. Adalberto y las terapias de cuidados que hago para empezar a cuidarme. Me hice las preguntas generadoras que mi consciencia necesitaba activar: ¿Qué he hecho de mi luz interior y mi brillo propio? ¿En qué manos lo puse para que me lo reconocieran?

¿Rosaura, estás frustrada y con rabia por la vida que llevas, haciendo tanto por los otros y nada por ti?

Aún tengo dificultad para exponerme, para defender mis espacios y expresar mis emociones por temor a ser rechazada.

Y efectivamente, encontré un libro de trabajo conmigo: recuperar partes perdidas, empoderarme de recursos originarios, desactivar viejas creencias y aplicar lo que hago con mis consultantes en liberación de Memoria Celular. Esto, indudablemente, es solo una parte, porque otros síntomas me hacen ver cuánto descuido mi cuerpo por cuidar de otras cosas afuera. Cuando entro a las ruedas, los temas de la comunidad me hacen recordar que soy un ser en construcción permanente con el otro, y agradezco el servicio en tan sacro oficio."

La apertura de su corazón, su honestidad y sinceridad nos muestra a una mujer

extraordinaria, aquella que se va construyendo poco a poco, reconociéndose desde su humanidad. Ahora, como formadora y cuidadora de cuidadores, ¿qué mensaje le darías a aquellas mujeres que hoy se sienten agotadas por cuidar de los demás sin tiempo para sí mismas?

"Nadie vino a salvar a nadie. Vinimos a contribuir con una humanidad deshumanizada por el hecho de donarnos a otros con lo que no tenemos, solo por ser vistas. Es hora de volver a ser Maravillosa Mujer. No se trata de solo ser fuerte y batalladora, incluyendo enfermedades autoinmunes para llamarnos guerreras. No se trata de luchar con lo efímero y externo, eso es pasajero. Se trata de conocer su fuerza intrínseca y utilizarla de manera sabia. Se trata también de promover la autenticidad y la plenitud desde adentro. Con esto, sin dudas, hacemos honor a la palabra: "Mira que te mandé a tener vida, y vida en abundancia." No una abundancia medida en cuentas o likes, sino abundancia de esa plenitud que no se compara con gozo humano. Es una alianza cósmica que trasciende rituales y dogmas."

Finalmente, Rosaura, como mujer todoterreno: ¿qué mensaje inspirador te gustaría dejar a nuestras lectoras que buscan crecer personal y profesionalmente sin perder su esencia?

"Para ReMar y ReVerdeSer, es necesario pulir las perlas que la ostra herida diseñó en su proceso. No es dar consejos a otros: es tomar compasión por tu camino y saber que, contra viento y marea, tenemos recursos originales al servicio de la vida. No es por otro, es por ti. Así como el Maestro Jesucristo murió para mí, que yo me merezca tremendo regalo, siendo coherente en mi pensar, sentir y hacer, para hacer florecer mi SER."



Rosaura Gutiérrez:

Dominicana que revoluciona la educación con la filosofía de la Pedagogía del Ser

BY JACQUELINE TINEO

Rosaura Gutiérrez Valerio is a teacher and researcher at the Salomé Ureña Higher Institute for Teacher Training (ISFODOSU), a versatile woman from the south of the Dominican Republic. To talk about Rosaura, or rather, to talk with Rosaura and attempt to write the eloquence of her thoughts and experiences... a whole magazine wouldn't be enough!

I met Rosaura through my friend Lily Montaña, and from the very first moment, there was an inexplicable connection. As time went by, we got to know each other better and completed several projects together, which have shaped my life. Years later, we had a pleasant surprise that blew my mind: Rosaura is the sister of Sister Rosalenis, the first nun I ever met and who inspired me to follow the paths of consecrated life (that's a story to tell!). Today, for me, it's a privilege to share this interview, as human, profound, and direct as Rosaura is.

My beloved Rosaura (that's what we call ourselves), to begin: tell us where you're from and how your place of origin has influenced your professional path.

"My life began in a place called El Salto, Jarabacoa. I believe my soul already printed the stickers for it to happen this way: my life in emotional, professional, geographical, and mental leaps. Undoubtedly, the desire to do something for my family, as the eldest of 10 siblings, gave me extraordinary resilience and unique resources that nourished the vicissitudes of life when painful situations knocked on my door. I didn't remain a victim; I became a protagonist. I understood that it was my academic knowledge that placed me in a place to be seen... until I recognized that the Study, divided into syllables, was being made my God: IT IS – YOUR – GOD. My awakening process was difficult, making my

profession a spiritual path, which truly gives meaning to my existence now."

I love seeing the sincerity of Rosaura's soul. She has an impressive academic background, having studied in Spain, Ecuador, and Brazil. It's necessary to ask her: What has your educational journey been like, and what motivated you to specialize in the field of Developmental and Educational Psychology?

"The journey has been a driving force that fueled my desire to learn more every day. My strong desire to humanize education and contribute to the development of social skills and healthy coexistence in schools prompted me to pursue a doctorate in Developmental and Educational Psychology, after earning my bachelor's, graduate, and master's degrees in the humanities.

Likewise, Dr. Rosaura has worked with innovative methodologies such as Systemic Pedagogy, Family Constellations, and Community Therapy. I have witnessed the passion and love Rosaura puts into her work as a counselor. And just as she has impacted my life, I know she has impacted many others as well. For Rosaura, it is essential to have a context beyond the text, to read the systemic framework that is repeated as blind love in the school system, as loyalty to the family system:

"If there were public policies that went beyond drama, beyond a political party, and instead responded to a community-based socio-affective approach, we would have major changes," he asserts vehemently. And he adds: "This isn't a subject of Morals and Civics to indoctrinate parents and students. We need to start with a solution-oriented approach in the very academies where we train teachers.



"MY AWAKENING PROCESS WAS HARD TO MAKE MY PROFESSION A SPIRITUAL PATH, WHICH REALLY GIVES MEANING TO MY EXISTENCE NOW."

Rosaura Gutiérrez



It is necessary to move away from the paradigm of "I win and you lose" to "If I win, you win and we all win."

"Get out of that anger of wanting positions to then look for solutions, and instead of continuing to be indignant about what hasn't been done, take small, dignified actions that strengthen the emotional salary."

Dr. Rosaura coordinates multiple educational and research projects both nationally and internationally. We asked her: Which of them do you think has left the deepest mark on you, and why?

And answer:

"Binding wheels, Caring for the Caregiver and the Pedagogy of Being. With them, I'm not a specialist in the field, but together we build a space of mutual growth where I continually remind myself and others of what we share. They don't do it for what they know, but for what they Are and We Are. No one should be anything more than what they are: Human!"

Every response from my beloved Rosaura inspires us to keep digging deeper to get to know her and learn from her. I've never seen such wisdom in a being like her. Simply saying, "No one should be ANYTHING but that which is Human," speaks to me of a woman on another level of humanity. Rosaura, when you talk about "Pedagogy of Being," could you share with us what this philosophy means to you and how you apply it in your professional and personal life?

"The Pedagogy of Being is the name I have given to my curriculum plan to dismantle toxic beliefs that poisoned my relationships with reactivity. I smiled with my lips, but I criticized and dismembered every being that crossed my path. The Pedagogy of Being is a compendium of methodologies and strategies that have given me back the care that is proper to the human essence, even before I became a doctor in Psychology.

People don't remember titles, they remember the awakening of a full life shared with another. Based on Jungian psychology, it reveals through ReMar and ReVerdeSer a path of transformation that becomes the alchemy of Well-Being, not merely of well-being."

We talked about a quote of yours that resonated with me: "What the mouth doesn't say, the body shouts." What exactly do you mean, and what was your personal journey to make your voice heard?

The teacher comes first, and then everyone else as a system. You can never give what you don't have."

Since I met her, one of the phrases I've always heard her say is: "You can't give what you don't have." And I continue to hear her and others say this new philosophy of Being.

Rosaura's humanity has led her through constant research. As a woman dedicated to teaching, research, and emotional health, she has faced many challenges. So we asked her: What have been the biggest challenges you've faced in your career, and how have you overcome them?

Here's what you tell us:

"The biggest challenge is the lack of vision at the level of institutional and public policies to articulate models they don't understand. Then, the same contradictions in the workplace: fears, competition, lack of solidarity, and the division between what's mine and what's yours. 'That's their project,' and then I limit myself from contributing because I'm not going to make others shine.

NO ES DAR CONSEJOS A OTROS:
ES TOMAR COMPASIÓN POR TU
CAMINO Y SABER QUE, CONTRA
VIENTO Y MAREA, TENEMOS
RECURSOS ORIGINALES AL
SERVICIO DE LA VIDA.

"My personal process comes second by second, just as I expressed previously. First, high blood pressure, which told me: Do you realize you're acting as if nothing's happening in your life? You're acting fast, very hostile, reactive, intense... doing everything at the same time. I took advantage of Dr. Adalberto's therapy sessions to begin taking care of myself. I asked myself the triggering questions my consciousness needed to activate: What have I done with my inner light and my own brilliance? In whose hands did I place it so that it would be recognized? Rosaura, are you frustrated and angry about the life you lead, doing so much for others and nothing for yourself? I still have difficulty expressing myself, defending my spaces, and expressing my emotions for fear of being rejected. And indeed, I found a workbook with me: recovering lost parts, empowering myself with original resources, deactivating old beliefs, and applying what I do with my clients in Cellular Memory Release.

This, of course, is only part of it, because other symptoms make me realize how much I neglect my body to take care of other things outside. When I join the circles, community issues remind me that I am a being in permanent construction with others, and I am grateful for the service in such a sacred office."

The openness of her heart, her honesty and sincerity show us an extraordinary woman, one who gradually builds herself, recognizing herself through her humanity. Now, as a trainer and caregiver, what message would you give to those women who today feel exhausted from caring for others and have no time for themselves?

"No one came to save anyone. We came to contribute to a humanity dehumanized by donating ourselves to others with what we don't have, just to be seen."

It's time to be Wonderful Woman again. It's not just about being strong and a fighter, including autoimmune diseases, to call ourselves warriors. It's not about fighting what's ephemeral and external; that's temporary. It's about knowing your intrinsic strength and using it wisely. It is also about promoting authenticity and fulfillment from within. With this, we undoubtedly honor the word: "See, I have commanded you to have life, and life in abundance." Not an abundance measured in accounts or likes, but an abundance of that fullness that cannot be compared to human joy. It is a cosmic alliance that transcends rituals and dogmas."

Finally, Rosaura, as a versatile woman: what inspiring message would you like to leave for our readers who seek to grow personally and professionally without losing their essence?

"For ReMar and ReVerdeSer, it is necessary to polish the pearls that the wounded oyster designed in its process. It's not about giving advice to others: it's about taking compassion for your own path and knowing that, against all odds, we have original resources at the service of life. It's not for someone else, it's for you. Just as Master Jesus Christ died for me, may I deserve a tremendous gift, being coherent in my thinking, feeling and doing, to make my BEING flourish."





"YO HE SIDO TESTIGO DE LO QUE PASA CUANDO UNA MUJER SE ATREVE: CAMBIA ELLA, SU FAMILIA Y SU COMUNIDAD"

Marla Berdecía

Marla Berdecía:

Empresaria puertorriqueña que sabe liderar desde la escucha y la conexión

POR JACQUELINE TINEO

Colores, costumbres, y sueños hacen de ellos una chispa de ilusiones mágicas, cuando hablamos de Marla, una puertorriqueña soñadora que desde pequeña descubrió en el mundo de la creatividad, que ahí se encontraba lo más mágico que pudiera existir en el emprendimiento y el empoderamiento femenino. Ella es Marla Berdecía Educadora, empresaria y creadora de comunidades. Su historia es inspiradora, la cual nos enseña que el enfoque y la determinación son claves para el éxito en esta vida. Marla nació en San Juan y creció en Bayamón. ¿De qué manera influyó esa identidad puertorriqueña en tu visión de liderazgo y compromiso con tu comunidad?

Crecí entre los colores y sonidos del casco urbano de Bayamón. Recuerdo caminar por Bayamón viendo mujeres vendiendo con orgullo sus productos. Esas escenas me enseñaron que la creatividad de la mujer puertorriqueña es una fuerza imparable. Esa energía viva, comunitaria y emprendedora me impulsó a soñar en grande. Mi identidad puertorriqueña me enseñó que el liderazgo se ejerce con empatía y compromiso genuino por tu gente. Esa visión solidaria es la que me mueve hasta el día de hoy.

Tu carrera combina educación, mercadeo, emprendimiento y empoderamiento femenino. ¿Cómo logras integrar estas áreas para crear impacto real en las vidas de otras mujeres?

Para mí todo está conectado. La educación da las herramientas, el mercadeo enseña a posicionarnos, el emprendimiento genera independencia, y el empoderamiento femenino da sentido. He aprendido a organizarme, pero también a dejar espacio para la espontaneidad,

porque a veces los mejores proyectos nacen de una chispa. La educación ha sido mi norte: creo firmemente que el conocimiento empodera y transforma. Yo he sido testigo de lo que pasa cuando una mujer se atreve: cambia ella, su familia y su comunidad. No siempre es fácil, pero mi compromiso es acompañarlas, orientarlas y recordarles que no están solas.

Has fundado y liderado proyectos como Coffee Chat Magazine y Coffee Talk para Mujeres. ¿Cuál ha sido el propósito detrás de estas iniciativas y qué legado quisieras que dejen?

Coffee Chat Magazine nació de una pregunta, ¿por qué no tenemos una revista dedicada al café desde una perspectiva local y empresarial? Lo lancé como un acto de amor por nuestra cultura. Por otro lado, Coffee Talk para Mujeres surgió del deseo de crear un espacio donde las mujeres pudieran hablar sin ser juzgadas, aprender unas de otras, y sentir apoyo. Empezó con conversaciones y terminó siendo una comunidad que ofrece talleres. El legado que quiero dejar es uno de conexión auténtica y desarrollo.

Eres autora del Café Journal, una herramienta que combina desarrollo personal y empresarial. ¿Cómo nació la idea de crear este diario y qué transformación esperas que provoque en quienes lo utilizan?

Nació de mi experiencia personal. A veces, las mujeres necesitamos una pausa, un espacio para recordar lo lejos que hemos llegado. Este diario invita a escribir logros, pensamientos y, sobre todo, emociones. Lo pensé como una herramienta de autocuidado y de motivación. Escribir nuestras pequeñas victorias, nuestras

emociones, y nuestros sueños tiene poder. Busca que las mujeres se detengan un momento, celebren lo vivido, y se inspiren a seguir. A veces, cuando el mundo no te valida, tú misma tienes que recordarte tu valor. Esa es la semilla de este proyecto.

Además de tus proyectos comunitarios, has trabajado en importantes puestos de liderazgo en empresas nacionales e internacionales. ¿Qué lecciones te ha dejado ese entorno corporativo que hoy aplicas como consultora y conferencista?

El mundo corporativo me enseñó disciplina, visión y estrategia. Aprendí que liderar es saber escuchar y conectar. Hoy aplico todo esto en mis proyectos. Me encanta ver cómo las personas descubren su potencial cuando se les da el espacio y la guía correcta. Aprendí a no perder la humanidad en medio de los objetivos. Ayudo a personas y empresas a definir sus metas y a reconocer su propósito.

A lo largo de tu trayectoria has acompañado a mujeres de distintas edades y contextos. ¿Qué crees que todavía nos falta construir en el camino hacia un verdadero empoderamiento colectivo?

Nos falta creer más en nosotras y, sobre todo, apoyarnos sin competencia. Veo en mis estudiantes un deseo genuino de crecer, pero también muchas dudas. He tenido el privilegio de criar dos hijas maravillosas: una dedicada a la ciencia y la docencia, y otra al arte y el cine. Les he enseñado que tenemos que unir nuestras voces, dejar atrás el miedo y construir redes de apoyo reales. Verlas brillar, cada una a su manera, me confirma que cuando se cría con amor, libertad y propósito, florecen generaciones transformadoras.

Sabemos que estás finalizando tu disertación doctoral. ¿Cómo ha sido ese proceso académico y personal, y qué nuevos horizontes te gustaría explorar a partir de esta etapa?

Ha sido un viaje intenso. Lloré, dudé, me detuve... pero nunca me rendí. Estos cuatro años me enseñaron que los sueños grandes requieren compromiso profundo. Ya casi termino, y lo que más me emociona es todo lo que podré compartir con otras mujeres que también sueñan con llegar lejos. Quiero volver con más fuerza a Coffee Talk para Mujeres, y seguir desarrollándome en mi industria.

Para las mujeres que sueñan con emprender, educar o inspirar, pero aún no se atreven a dar el

primer paso: ¿qué mensaje les regalarías desde tu experiencia y tu corazón?

Les diría que lo intenten, confíen en que tienen algo valioso que ofrecer. Aprender no pesa, te transforma. Nadie más tiene tu historia. Como madre, mujer, educadora, les aseguro que cada paso cuenta, que cada tropiezo enseña, y que la valentía no es ausencia de miedo, sino decidir avanzar a pesar de él. Si alguna vez dudas de ti, recuérdate esto: eres suficiente, capaz y necesaria.

La determinación, el amor propio, y ese conocimiento que ha adquirido Marla, ha contribuido al logro del éxito empresarial y el Empoderamiento, que ella tiene. Su enfoque y determinación y esa visión holística que tiene de la vida nos deja ver en cada palabra de sus respuestas, que Marla ama la vida y está comprometida con ella y como bien dice, es fundamental la educación para poder lograr y alcanzar lo que nos proponemos en la vida. Gracias Marla, por ser mujer de ejemplo, superación y de inspiración.



Taquería & Restaurant

QUESADILLAS

Descubre el sabor

DE NUESTROS PLATOS

sabores únicos

VEN Y DISFRUTÁ...!!

Comida Mexicana

Location: 4106 E Stan Schlueter Loop #8440. Killeen, TX. 76542

Contact Us: (254)-680-3331

saul32ml@gmail.com

FIND US:

@taqueria_mexico_lindo_killeen_

www.taqueriamexicolindokilleen.net

Marla Berdecía:

A Puerto Rican businesswoman who knows how to lead through listening and connection.

BY JACQUELINE TINEO

Colors, customs, and dreams create a spark of magical illusions when we talk about Marla, a Puerto Rican dreamer who, from a young age, discovered the world of creativity, where the most magical thing that could exist was entrepreneurship and female empowerment. She is Marla Berdecía, an educator, entrepreneur, and community builder. Her story is inspiring, teaching us that focus and determination are the keys to success in life. Marla was born in San Juan and grew up in Bayamón.

How did your Puerto Rican identity influence your vision of leadership and commitment to your community?

I grew up surrounded by the colors and sounds of urban Bayamón. I remember walking through Bayamón, seeing women proudly selling their products. Those scenes taught me that the creativity of Puerto Rican women is an unstoppable force. That vibrant, communal, and entrepreneurial energy inspired me to dream big. My Puerto Rican identity taught me that leadership is exercised with empathy and a genuine commitment to your people. That vision of solidarity is what drives me to this day.

Your career combines education, marketing, entrepreneurship, and women's empowerment. How do you integrate these areas to create a real impact on the lives of other women?

For me, everything is connected. Education provides tools, marketing teaches us how to position ourselves, entrepreneurship generates

independence, and female empowerment gives meaning. I've learned to organize myself, but also to make room for spontaneity, because sometimes the best projects are born from a spark. Education has been my guiding light: I firmly believe that knowledge empowers and transforms. I've witnessed what happens when a woman dares: she changes herself, her family, and her community. It's not always easy, but my commitment is to support them, guide them, and remind them that they are not alone.

You've founded and led projects like Coffee Chat Magazine and Coffee Talk for Women. What was the purpose behind these initiatives, and what legacy would you like them to leave?

Coffee Chat Magazine was born from a question: Why don't we have a magazine dedicated to coffee from a local and business perspective? I launched it as an act of love for our culture. Coffee Talk for Women, on the other hand, emerged from the desire to create a space where women could talk without judgment, learn from each other, and feel supported. It began with conversations and evolved into a community that offers workshops. The legacy I want to leave is one of authentic connection and development.

You are the author of the Café Journal, a tool that combines personal and business development. How did the idea for this journal come about, and what transformation do you hope it will bring to those who use it?

"SOMETIMES WHEN THE WORLD DOESN'T VALIDATE YOU, YOU HAVE TO REMIND YOURSELF OF YOUR WORTH"

Marla Berdecía



It was born from my personal experience. Sometimes, women need a pause, a space to remember how far we've come. This journal invites you to write down achievements, thoughts, and, above all, emotions. I conceived of it as a tool for self-care and motivation. Writing down our small victories, our emotions, and our dreams is powerful. It seeks to inspire women to pause for a moment, celebrate what they've experienced, and be inspired to continue. Sometimes, when the world doesn't validate you, you have to remind yourself of your worth. That is the seed of this project.

In addition to your community projects, you've held important leadership positions in national and international companies. What lessons has that corporate environment taught you that you apply today as a consultant and speaker?

The corporate world taught me discipline, vision, and strategy. I learned that leadership is about knowing how to listen and connect. Today, I apply all of this to my projects. I love seeing how people discover their potential when given the right space and guidance. I learned not to lose my humanity in the midst of

achieving goals. I help people and companies define their goals and recognize their purpose.

Throughout your career, you've supported women of different ages and backgrounds. What do you think we still need to build on the path toward true collective empowerment?

We need to believe in ourselves more and, above all, support each other without competition. I see in my students a genuine desire to grow, but also many doubts. I have had the privilege of raising two wonderful daughters: one dedicated to science and teaching, and the other to art and film. I have taught them that we must unite our voices, leave fear behind, and build real support networks. Seeing them shine, each in their own way, confirms to me that when we raise children with love, freedom, and purpose, transformative generations flourish.

We know you're finishing your doctoral dissertation. What has that academic and personal journey been like, and what new horizons would you like to explore from this point forward?

It's been an intense journey. I cried, I doubted, I stopped... but I never gave up. These four years taught me that big dreams require deep commitment. I'm almost done, and what excites me most is everything I'll be able to share with other women who also dream of reaching the big time. I want to return to Coffee Talk for Women with even more strength and continue developing in my industry.

For women who dream of entrepreneurship, education, or inspiration, but have yet to dare to take the first step: What message would you give them from your experience and your heart?

I would tell them to try, to trust that they have something valuable to offer. Learning doesn't burden you; it transforms you. No one else has your story. As a mother, a woman, and an educator, I assure you that every step counts, that every setback teaches you, and that courage is not the absence of fear, but choosing to move forward despite it. If you ever doubt yourself, remind yourself of this: you are enough, capable, and needed.

Marla's determination, self-love, and the knowledge she has acquired have contributed to her business success and empowerment. Her focus, determination, and holistic view of life show in every word of her answers that Marla loves life and is committed to it. As she rightly says, education is essential to achieving and accomplishing what we set out to do in life. Thank you, Marla, for being a woman of example, self-improvement, and inspiration.

A26
BARBERSHOP

A New Experience for you

WE ARE A TREND IN QUALITY CUTS • WE ARE A TREND IN QUALITY

QUALITY
IS A WORD
THAT DEFINES US

(347)420-7335

HOURS
Mon - Thur: 9 AM - 7 PM
Fri - Sat: 9 AM - 8 PM
Sunday: 9 AM - 5 PM

10% OFF
IN ALL SERVICES
OFFER VALID WITH THIS FLYER

5267 Walzem Rd. Windcrest, San Antonio, TX 78218

PROGRAMA

De Mujer a Mujer

@PREGONLATINORADIO

TODOS LOS MIÉRCOLES

TEXAS | NEW YORK | REP DOM

8 PM 9 PM 10 PM

CONDUCCIÓN:

Jacqueline Tineo

CEO FUNDACIÓN DE MUJER A MUJER

Soy

CECY RESENDIZ

Instructora de carácter y creadora del método "Tu Carácter, Tu Destino". Ayudo a las empresas a potenciar su equipo fortaleciendo su carácter, mejorando el desempeño, el ambiente laboral y la satisfacción del cliente.

Esta es una oportunidad única para elevar a su equipo a un nivel superior de carácter, lo que no solo mejorará la calidad de vida de sus empleados, sino que también fortalecerá su empresa y la llevará a un nivel de productividad más alto.

Estoy aquí para ayudarle a transformar su empresa desde lo más fundamental: sus personas.

CONTÁCTAME

(210) 810-2134

cecy.resendiz.f@gmail.com

Recalculando

Mitad de Año, Momento Perfecto para Recalcular el Rumbo

POR CECY RESENDIZ

¡Ya estamos a mitad de año! ¿Puedes creerlo? Parece que fue ayer cuando comenzábamos el año con una lista de metas, sueños y expectativas en el corazón. Tal vez compraste una nueva agenda, hiciste tus resoluciones y hasta oraste pidiéndole a Dios dirección para cada paso. Pero ahora, seis meses después, ¿dónde estás?



sabiduría y obediencia. Porque una hija de Dios no camina a ciegas; camina con propósito. Hay días en que sentimos que fallamos, que perdimos tiempo o que no estuvimos a la altura. Pero permíteme decirte con todo mi corazón: lo que no lograste no define quién eres. Tu identidad no está en tus metas cumplidas, sino en Aquel

que te llamó Suyá. Si Dios aún te da aliento, te está dando una nueva oportunidad para comenzar.

Redefine tus metas con Dios. Tal vez necesitas ajustar tus expectativas. Lo que era prioridad en enero puede no serlo hoy. Deja que el Espíritu Santo te revele qué metas están alineadas con Su voluntad.

Renueva tu energía. No sigas en automático. A veces necesitamos descansar, perdonarnos, y volver a empezar con ánimo. La mitad del año no es señal de que se está acabando el tiempo, sino de que todavía hay tiempo. Este es el momento ideal para mirar al cielo, poner los pies en la tierra y decir con fe: "Señor, vamos otra vez".

Este es tu año. Este es tu momento. Este es el tiempo perfecto para recalculando la ruta que seguirás por el resto del camino que aún queda por andar en este año.

Quizás algunas cosas salieron mejor de lo que esperabas. O tal vez te encuentres cansada, con metas sin cumplir, con días que se fueron volando sin darte cuenta. Y eso está bien. Porque Dios no espera perfección, sino disposición. La mitad del año no es un punto final; es una maravillosa oportunidad para recalculando el rumbo.

Piensa en el GPS. Cuando tomamos un camino equivocado, no nos grita, no nos condena, simplemente dice: "Recalculando..." y nos propone una nueva ruta. Así es Dios con nosotras. Él no se rinde si nos desviamos. Nos ofrece una nueva dirección, una nueva oportunidad de volver al camino correcto.

Haz una pausa para evaluar ¿Qué he logrado en estos primeros seis meses? ¿Qué me ha detenido? ¿Qué ha cambiado en mi corazón? ¿Estoy caminando hacia lo que Dios quiere para mí?

La evaluación no es para culparte, sino para iluminarte. Es un acto de amor propio,

Recalculating

Midyear, Perfect Time to Recalculate Course

BY CECY RESENDIZ

¡We're already halfway through the year! Can you believe it? It seems like just yesterday we started the year with a list of goals, dreams, and expectations in our hearts. Maybe you bought a new planner, made your resolutions, and even prayed, asking God for guidance for each step. But now, six months later, where are you?



and obedience. Because a daughter of God doesn't walk blindly; she walks with purpose. There are days when we feel like we failed, that we wasted time, or that we fell short. But let me tell you with all my heart: what you didn't achieve doesn't define who you are. Your identity isn't in your accomplished goals, but in the One who called you His own. If God still gives you breath, He's giving you a new opportunity to begin.

Maybe some things turned out better than you expected. Or maybe you find yourself tired, with unfulfilled goals, days that flew by without you even realizing it. And that's okay. Because God doesn't expect perfection, but willingness. The middle of the year isn't an end point; it's a wonderful opportunity to recalculate our course.

Think of a GPS. When we take a wrong turn, it doesn't yell at us, it doesn't condemn us, it simply says, "Recalculating..." and suggests a new route. That's how God is with us. He doesn't give up if we stray. He offers us a new direction, a new opportunity to get back on the right path.

Pause to assess: What have I accomplished in these first six months? What has held me back? What has changed in my heart? Am I moving toward what God intends for me?

The evaluation isn't meant to blame you, but to enlighten you. It's an act of self-love, wisdom,

Redefine your goals with God. Maybe you need to adjust your expectations. What was a priority in January may not be a priority today. Let the Holy Spirit reveal to you which goals are aligned with His will.

Renew your energy. Don't continue on automatic. Sometimes we need to rest, forgive.



REDES

SOCIAL NETWORKS

Cecy Resendiz
Instructora de Caracter y
Comunicadora Radial

Web:

www.cecypressendiz.com

LA ASERTIVIDAD:

POR ELIZABETH RIVERA CASTILLO

La estrategia que no se ve, pero te lleva lejos



¿Te ha pasado que sales de una reunión con una sensación incómoda? Sabías lo que querías decir... pero no lo dijiste. O dijiste que sí, cuando todo tu cuerpo gritaba que no. A veces no es por falta de capacidad. Es por falta de asertividad.

La asertividad no siempre aparece en la lista de habilidades duras, pero créeme: marca una diferencia profunda. No es solo hablar claro. Es tener presencia sin dureza. Es poner límites sin culpa. Es sostener tu posición con calma, incluso cuando hay presión.

Como estrategia de metas y resultados, he visto a mujeres brillantes frenarse porque no encuentran la forma de decir lo que necesitan, lo que saben, lo que quieren. Puedes tener un plan perfecto, una hoja de ruta definida, pero si no logras expresarte con firmeza y respeto, te estás dejando fuera de tu propia estrategia.

Y lo entiendo. A muchas nos enseñaron a complacer, a suavizar, a no ser "demasiado". Pero ser asertiva no es ser agresiva. Es ser leal a ti misma. Es dejar de pedir permiso para ocupar tu espacio.

Yo misma estoy practicando esto todos los días. No como una técnica, sino como una forma de vivir más alineada. Decir lo que pienso sin adornarlo tanto. Pedir lo que necesito sin rodeos. Corregir lo que no va conmigo sin convertirlo en guerra. Todo eso es asertividad. Y todo eso me da libertad.

La buena noticia es que no necesitas ser experta para empezar. Solo necesitas estar dispuesta a escucharte, a respetarte, y a tomar decisiones desde ese lugar. A partir de ahí, tus metas no solo avanzan: se sostienen. Porque cuando tu voz está presente, tus resultados también lo están.

Y eso, para una mujer que lidera su vida con intención, es una estrategia invaluable.

ASSERTIVENESS:

BY ELIZABETH RIVERA CASTILLO

The strategy that is not seen, but takes you far

Have you ever left a meeting feeling uncomfortable? You knew what you wanted to say ... but you didn't. Or you said yes when your whole body was screaming no. Sometimes it's not due to a lack of ability. It's due to a lack of assertiveness.

Assertiveness doesn't always appear on the list of hard skills, but trust me: it makes a profound difference. It's not just speaking up. It's being present without being harsh. It's setting boundaries without guilt. It's calmly standing your ground, even when the pressure is on.

As a goals and results strategist, I've seen brilliant women hold back because they can't find a way to express what they need, what they know, what they want. You can have a perfect plan, a defined roadmap, but if you fail to express yourself firmly and respectfully, you're leaving yourself out of your own strategy.

And I get it. Many of us were taught to please, to soften, to not be "too much." But being assertive isn't being aggressive. It's being loyal to yourself. It's stopping asking for permission to take up your space.

I myself am practicing this every day. Not as a technique, but as a way of living more aligned. Saying what I think without embellishing it too much. Asking for what I need without beating around the bush. Correcting what doesn't suit me without turning it into a war. All of this is assertiveness. And all of this gives me freedom.

and make decisions from that place. From



there, your goals don't just advance: they're sustained. Because when your voice is present, your results are too.

And that, for a woman who leads her life with intention, is an invaluable strategy.



REDES
SOCIAL NETWORKS

Elizabeth Rivera Castillo
Estratega de Metas y Resultados
[Fb @elizabeth Rivera Castillo](https://www.facebook.com/elizabethriveracastillo)

LEVANTANDO LA VOZ:

ENSEÑAR ASERTIVIDAD Y CONSTRUIR CONEXIONES PARA LA SALUD MENTAL INFANTIL

POR ANA VALENZUELA LPC-S, LCDC, NCC, CTRP

Levantando la Voz: Enseñar Asertividad y Construir Conexiones para la Salud Mental Infantil por Ana Valenzuela LPC-S, LCDC, NCC, CTRP

En el mundo acelerado y a menudo abrumador de hoy, los niños enfrentan presiones crecientes que pueden afectar su salud mental, desde expectativas académicas hasta dinámicas sociales y la constante presencia de lo digital. En medio de estos desafíos, dos factores protectores se destacan: relaciones afectivas y seguras con sus cuidadores, y la capacidad de expresarse de manera asertiva. Cuando enseñamos a los niños a reconocer su voz y comunicar sus necesidades con confianza, no solo apoyamos su desarrollo emocional, sino que también sentamos las bases para un bienestar mental duradero.

La Conexión Como Base Fundamental

La conexión va más allá de estar presente físicamente; se trata de estar emocionalmente disponibles. Los niños prosperan cuando se sienten vistos, escuchados y valorados, no solo por lo que hacen, sino por quiénes son. Las interacciones constantes y receptivas ayudan a que los niños se sientan lo suficientemente seguros como para explorar sus emociones, cometer errores y volver a intentarlo. Este sentido de seguridad es esencial para su salud mental, ya que reduce la ansiedad y promueve la resiliencia.

Construir conexión implica crear momentos cotidianos para estar juntos sin distracciones ya sea leyendo un libro, compartiendo una comida o teniendo un breve chequeo emocional. Haz preguntas abiertas como: ¿Cuál fue la mejor parte de tu día? o ¿hubo algo que te hizo sentir triste o confundido hoy?, ¿qué aprendiste nuevo hoy? Hazles saber que sus pensamientos y emociones son importantes, incluso cuando son difíciles de expresar.

Enseñar Asertividad Sin Agresividad

Asertividad no se trata de ser ruidoso o dominante, sino de reconocer que tus necesidades, pensamientos y límites son válidos, y expresarlos con respeto. Los niños que desarrollan habilidades asertivas son más propensos a evitar el acoso, defenderse a sí mismos y a otros, y pedir ayuda cuando la necesitan. Estas habilidades están directamente relacionadas con la autoestima y la autorregulación emocional.

Comienza con lo básico: enseña a los niños la diferencia entre comunicación pasiva, agresiva y asertiva con ejemplos cercanos. Practiquen juntos frases como: "No me gusta que tomes mi juguete. Por favor, pide permiso", o "necesito un momento para calmarme, luego hablamos". Los juegos de roles son una herramienta poderosa, permite que interpreten diferentes papeles para explorar perspectivas y practicar un lenguaje asertivo en un ambiente seguro.

Fomentar La Voz Propia En Cada Etapa

Incluso los niños pequeños pueden empezar a aprender las bases de la asertividad cuando se les dan opciones y se les anima a expresar lo que quieren con palabras. A medida que crecen, ayúdalos a nombrar emociones, establecer límites y resolver problemas en colaboración. Anímalos a participar en clase, aportar ideas en reuniones familiares y expresar desacuerdos con respeto. Valida su valentía cada vez que usen su voz especialmente cuando no es fácil.

Padres, cuidadores, educadores y profesionales de la salud mental desempeñamos un papel clave al empoderar a los niños para que encuentren y utilicen su voz. No se trata de hacerlo perfecto; se trata de estar presentes, tener paciencia y practicar.

Cuando los niños están conectados con adultos seguros y equipados con la confianza para expresarse, crecen como personas emocionalmente sanas que saben que su voz importa. Y ese es uno de los mayores regalos que podemos ofrecer a la próxima generación.



communicate their needs with confidence, we are not only supporting their emotional development, but we are also laying the foundation for lifelong mental well-being.

Connection as the Cornerstone

Connection is more than presence; it is about attune. Children thrive when they feel seen, heard, and valued not just for what they do, but for who they are. Consistent, responsive interactions help children feel safe enough to explore their emotions, make mistakes, and try again. This sense of security is crucial for mental health, reducing anxiety and promoting resilience. Building connection means carving out moments in the day for undistracted time together whether it is reading a book, sharing a meal, or having a five-minute "feelings check-in." Ask open-ended questions like, what was the best part of your day? Or did anything make you feel upset or confused today? What did you learn today? Let children know that their thoughts and feelings matter, even when they're hard to express.

Teaching Assertiveness Without Aggression

Assertiveness is not about being loud or forceful, it is about knowing that your needs, thoughts, and boundaries are valid and expressing them in respectful ways. Children who develop assertiveness

RAISING VOICES:

TEACHING ASSERTIVENESS AND BUILDING CONNECTION FOR CHILDREN'S MENTAL HEALTH

BY ANA VALENZUELA LPC-S, LCDC, NCC, CTRP

skills are more likely to avoid bullying, stand up for themselves and others, and seek help when needed. These abilities are tied directly to self-esteem and emotional regulation. Start small: teach children the difference between passive, aggressive, and assertive communication using relatable examples. Practice scripts together. For example: "I don't like when you grab my toy. Please ask first," or "I need a break right now, but I'll talk when I'm ready." Role-playing is a powerful tool. Let children take on different roles to explore perspectives and practice using assertive language in a safe space.

Supporting Voice Development at Every Age

Even toddlers can begin learning the roots of assertiveness by being given choices and being encouraged to use their words to express wants. As children grow, help them name emotions, set boundaries, and solve problems collaboratively. Encourage them to speak up in class, contribute ideas at family meetings, and respectfully disagree. Validate their courage each time they use their voice, especially when it is hard.

Parents, caregivers, educators, and mental health professionals all have a role in empowering children to find and use their voice. It's not about perfection; it is about presence, patience, and practice.

When children are connected to safe adults and equipped with the confidence to speak up, they grow into emotionally healthy individuals who know they matter. And that is one of the greatest gifts we can offer the next generation.



REDES
SOCIAL NETWORKS

Ana Valenzuela LPC-S, LCDC, NCC

Instagram:

[ig@thriving_together_consulting](https://www.instagram.com/thriving_together_consulting)

Una sociedad que respira promesas

A society that breathes promise

Por/By Alex Vázquez

Vivimos en una era donde la ilusión ha reemplazado a la verdad, y el arte de vender humo se ha sofisticado hasta convertirse en una habilidad celebrada. Políticos, influencers y coaches compiten por ver quién promete más con menos sustancia. ¿El humo? ya no es fraude: es mercancía emocional, filtro bonito y promesa rápida de bienestar sin esfuerzo.

Las redes sociales son el escenario principal de esta farsa. Guy Debord ya lo advertía en "La sociedad del espectáculo": no importa ser, basta con parecer. Hoy triunfan los que saben editar su vida como si fuera un comercial. El contenido profundo se sustituye por frases vacías, filtros cálidos y etiquetas como ¿éxito?, ¿abundancia? o ¿CEO?, incluso si el que las usa duerme en un sofá alquilado.

Este fenómeno se extiende a lo empresarial y espiritual. Las startups atraen millones sin tener productos funcionales, vendiendo visiones ambiguas que rara vez se concretan. Lo mismo ocurre en el mercado del bienestar: retiros costosos y gurús sin formación que prometen sanar el alma con energía cuántica. Byung-Chul Han señala que: hoy lo opaco molesta, y lo complejo aburre. Por eso preferimos brillar aunque no entendamos nada.

La política también se ha contagiado. Las campañas venden imágenes seductoras, promesas generales y discursos sin sustancia. Según Pew Research Center (2023): la confianza en los políticos ha caído porque muchos prometen esperanza y entregan humo. Aun así, likes y votos no les faltan.

Y si hablamos de humo, la autoayuda es el paraíso. Libros y charlas que prometen felicidad inmediata, éxito en tres pasos y sanación con afirmaciones. Barbara Ehrenreich critica esta cultura del pensamiento positivo que culpa al individuo si no mejora, ocultando las raíces profundas del malestar.



¿Por qué compramos todo esto? Porque el humo consuela. En un mundo inestable, lo falso pero bonito es preferible a lo real y doloroso. Zygmunt Bauman lo resume en la Modernidad líquida: donde nada es firme, cualquier promesa convincente se vuelve refugio.

¿La salida? Pensar, cuestionar, resistirse a lo fácil. No seguir a quien solo vende frases lindas, sino buscar lo verdadero aunque duela. Porque el humo flota, sí, pero también asfixia.

Y al final, no solo nos venden humo: también lo compartimos, lo consumimos y lo aplaudimos. Reconocerlo es ya el primer paso para dejar de respirar mentiras con aroma a promesa.

We live in an era where illusion has replaced truth, and the art of selling smoke has become sophisticated to the point of becoming a celebrated skill. Politicians, influencers, and coaches compete to see who can promise the most with the least substance. Smoke? It's no longer fraud: it's an emotional commodity, a pretty filter, and a quick promise of effortless well-being.

Social media is the main stage for this farce. Guy Debord already warned in "The Society of the Spectacle": it doesn't matter who you are, it's enough to appear. Today, those who succeed are those who know how to edit their lives as if they were a commercial. Deep content is replaced by empty phrases, warm filters, and labels like "success?", "abundance?", or "CEO?"—even if the person using them sleeps on a rented couch.

This phenomenon extends to business and spirituality. Startups attract millions without having functional products, selling ambiguous visions that rarely come to fruition. The same thing happens in the wellness market: expensive retreats and untrained gurus who promise to heal the soul with quantum energy. Byung-Chul Han points out that today, opaqueness is annoying, and complexity is boring. That's why we prefer to shine even if we don't understand anything.

Politics has also been infected. Campaigns sell seductive images, general promises, and speeches without substance. According to the Pew Research Center (2023): trust in politicians has fallen because many promise hope and deliver smoke. Even so, they don't lack likes and votes.

And if we're talking about smoke, self-help is



heaven. Books and talks promise instant happiness, success in three steps, and healing with affirmations. Barbara Ehrenreich criticizes this culture of positive thinking that blames the individual if they don't improve, obscuring the deeper roots of the malaise.

Why do we buy all this? Because the smoke comforts. In an unstable world, what's fake but beautiful is preferable to what's real and

painful. Zygmunt Bauman sums it up in Liquid Modernity: where nothing is firm, any convincing promise becomes a refuge.

The way out? Think, question, resist the easy way out. Don't follow those who only sell pretty phrases, but rather seek the truth, even if it hurts. Because smoke floats, yes, but it also suffocates. And in the end, we're not just sold smoke: we also share it, consume it, and applaud it. Recognizing this is the first step toward stopping breathing lies that smell like promises.



REDES
SOCIAL NETWORKS

Alex Vázquez
CEO A26 barbershop
Master personal trainer
ig@A26 BARBERSHOP

Decir adiós

Salvar a otros ya no es tu misión, sanarte a ti, sí

POR **JACQUELINE TINEO**



El tiempo pasa y nos vamos poniendo viejos, reza la canción, y todo todo tiene su tiempo, nos dice el libro de Eclesiastés en la Biblia.

Tengo 51 años de edad y me he pasado la la mayor parte de mi vida, desde que tengo uso de razón, ayudando a otros, queriendo "salvar" a otros, resolviendo las situaciones de otros y no está mal ayudar a otros, pero cuando nos olvidamos de nosotros mismos, entonces dejamos de ser coherentes.

He llegado a un punto de cuestionarme

a mí misma: ¿Por qué lo hago?, ¿qué siento?, ¿qué busco? Y me he sorprendido con algunas respuestas: llenar vacíos y carencias y escaparme de otras realidades para no pensar en ellas.

Con tan solo reconocer mi verdad interna y profunda, empecé a despertar a una nueva realidad: sanarme y salvarme yo, esta ahora es mi misión de vida. No significa que deje de ayudar a otros, de seguir siendo empática con otros, pero sí de ponerme en primer lugar de manera consciente.

Ahora me toca desaprender para volver aprender. Ahora me toca a mí. Decir adiós no es fácil, pero más difícil será seguir atada a un pasado que ha querido dirigir tu vida definiéndola como identidad verdadera cuando ha sido solo una fachada.

Esto es solo el principio de nueva historia que empieza a ser contada desde la autenticidad del ser, sin máscaras.

Decir adiós, es necesario para volver. Morir a lo viejo para que surja lo nuevo. Reconocer mis heridas duele, pero amar mis cicatrices sanadas por el perdón es mi redención.

Saying goodbye

Saving others is no longer your mission, healing yourself is.

BY **JACQUELINE TINEO**



Time passes and we get older, the song goes, and everything has its time, the book of Ecclesiastes in the Bible tells us.

I am 51 years old and I have spent most of my life, since I can remember, helping others, wanting to "save" others, solving other people's situations, and there's nothing wrong with helping others, but when we forget about ourselves, then we stop being coherent.

I've reached a point where I've questioned myself: Why do I do this? What do I feel? What am I looking for? And I've surprised myself with some answers: filling voids and shortcomings and escaping from other realities so I don't have to think about them.

Simply by recognizing my deepest inner truth, I began to awaken to a new reality: healing and saving myself. This is now my life's mission. This doesn't mean I've stopped helping others or continuing to be empathetic, but it does mean consciously putting myself first.

Now it's my turn to unlearn in order to relearn. Now it's my turn.

Saying goodbye isn't easy, but it will be even harder to remain tied to a past that has tried to direct your life, defining it as your true identity when it has only been a facade.

This is just the beginning of a new story that begins to be told from the authenticity of being, without masks.

Saying goodbye is necessary to return. Dying to the old so that the new may emerge. Recognizing my wounds hurts, but loving my scars healed by forgiveness is my redemption.



JACQUELINE TINEO

REDES
SOCIAL NETWORKS

Jacqueline Tineo
Fundadora - Founder
Fundacion de Mujer a Mujer.
Periodista, Autora
FundaciondeMujeraMujer.org
[Fb @fudmam](https://www.facebook.com/fudmam)
[Ig @fundaciondemujeramujer](https://www.instagram.com/fundaciondemujeramujer)

POEMAS PARA SANAR EL ALMA

Mis poemas están dedicados a mis vivencias desde mi niñez, ya que desde pequeña me incliné por la escritura y parte de mi adolescencia escribía poesías de cada dolor y momento vivido, del día a día, pero también escribía hacia la mujer de futuro, aquella que lucha por un norte, el cual ha sido trazado desde muy temprana edad.

Escribo a las culturas, a esas mezclas que llevamos dentro, a cada identidad que nos marca, al diario vivir que nos resume quienes somos, a la piel mulata y sobre todo al amor absoluto que define una sola palabra: Dios sobre todas las cosas, para él no hay fronteras. Hoy quiero compartir cuatro de ellos.

POR FANNY ZULEIKA GUZMÁN TRINIDAD

Una gota derramada

He aprendido a callar
He aprendido a observar
El día comienza con su propio afán
Las horas pasan
El viento no se detiene
Las palabras están latentes
El ruido no me molesta
Son mil palabras
El silencio describe todo
Las horas se repite, día se repite
Las huellas están
Tu mirada se refleja como un espejo
Tu conducción es la que da vida a mi interior.

Conexión con Dios

La vida es transparente
Tu mirada está dirigida hacia el horizonte
El bajel no se detiene, la brújula está orientada en el confín
El hombre persiste, la mente maquina
Los pasos están latentes
La orientación continua
Los órganos se conjugan
Al sentir tu respirar las aguas se detienen
Las profundidades están claras, el norte está dirigido a 360 grados
El cordón rojo está presente
Los muros a los siete movimientos se derrumbaron
El cordón rojo está presente

Circunstancias de la vida

No me definas por mi color
Define los lineamientos de quien soy
Soy la mujer que lucha por sus derechos
Soy la geometría en diferentes proyecciones
Soy la conducción que da vida a diferentes generaciones
Soy la conjunción en tres dimensiones
Soy la plataforma en evolución
Soy esa oruga que pronuncia
No más atropalía hacia mi color
Porque soy el renacimiento absoluto
Lleno de valor.

El repaso del otro lado

En un minuto me imaginé que todo se detuvo
Caminando por los senderos del sur profundo
Un candente sol que golpea mi rostro
Al norte de nuestra isla de Santo Domingo
Un país olvidado, sumergido en llantos, dos naciones unidas por un mismo ombligo, lenguas diferentes, costumbres diferentes, odio, rencor
Historia que describe sentimientos
Una isla entrelazada por las mismas aristas territoriales
El tostado está en las narices
La rambla no se detiene



REDES
SOCIAL NETWORKS

Fanny Zuleika Guzmán Trinidad

Facebook:

<https://www.facebook.com/fanny.guzman.704996>

Cada poema está dedicado a momentos vividos, situaciones un poco difíciles, las mismas han sido mi motor para continuar y cosechar los frutos obtenidos.

Te invito a formar parte de esta lectura, la cual describo como la fortaleza estructurada de quien soy, por eso te exhorto a ti mujer, que no permita que nada ni nadie detenga tus sueños, siempre afianzada y confiada en Dios, sin él nada podemos hacer, Jehová es la roca inmovible.

POEMS TO HEAL THE SOUL

My poems are dedicated to my experiences from my childhood, since I was little I was inclined towards writing and part of my adolescence I wrote poems about every pain and moment lived, from day to day, but I also wrote about the woman of the future, the one who fights for a direction, which has been traced from a very early age.

I write to cultures, to those mixtures we carry within, to each identity that defines us, to the daily life that sums up who we are, to mixed-race skin, and above all, to the absolute love defined by a single word: God above all things, for him there are no borders. Today I want to share four of them.

BY FANNY ZULEIKA GUZMÁN TRINIDAD

A drop spilled

I have learned to be silent
I have learned to observe
The day begins with its own eagerness
The hours pass
The wind does not stop
The words are latent
The noise doesn't bother me
There are a thousand words
Silence describes everything
The hours repeat themselves, the day repeats itself
The footprints are
Your gaze is reflected like a mirror
Your driving is what gives life to my interior.

Connection with God

Life is transparent
Your gaze is directed towards the horizon
The ship does not stop, the compass is oriented on the edge
Man persists, the mind machines
The steps are latent
Continuous guidance
The organs are conjugated
When you breathe, the waters stop.
The depths are clear, north is directed 360 degrees
The red cord is present
The walls collapsed after seven movements
The red cord is present

Circumstances of life

Don't define me by my color
It defines the guidelines of who I am
I am the woman who fights for her rights
I am geometry in different projections
I am the driving force that gives life to different generations
I am the conjunction in three dimensions
I am the evolving platform
I am that caterpillar that pronounces
No more outrage towards my color
Because I am the absolute rebirth full of courage.

The review of the other side

In a minute I imagined that everything stopped
Walking the Trails of the Deep South
A hot sun hitting my face
To the north of our island of Santo Domingo
A forgotten country, submerged in tears, two nations united by the same navel, different languages, different customs, hatred, resentment
Story that describes feelings
An island intertwined by the same territorial edges
The toast is in the nose
The promenade does not stop

Each poem is dedicated to moments I've lived through, somewhat difficult situations, which have motivated me to continue and reap the rewards I've obtained.

I invite you to be part of this reading, which I describe as the structured strength of who I am. Therefore, I urge you, woman, not to allow anything or anyone to stop your dreams, always grounded and trusting in God. Without him, we can do nothing. Jehovah is the immovable rock.



REDES
SOCIAL NETWORKS

Fanny Zuleika Guzmán Trinidad

Facebook:

<https://www.facebook.com/fanny.guzman.704996>

TRABAJO

Las graves consecuencias del acoso moral

POR PATRICIA MEDINA ALONSO

El hostigamiento que también es conocido con la denominación "Mobbing", es un problema antiguo como la misma humanidad, el acoso laboral. En los últimos años las víctimas de abuso comenzaron a denunciarlo. Actualmente, no se denuncia la cantidad de hostigamientos que existen.

El hostigamiento o mobbing es un conjunto de actuaciones que se realizan de forma sutil, sistemática y prolongada, provocando la destrucción psicológica de la persona. Se caracteriza por una intención discriminatoria hacia uno o más trabajadores por parte de la empresa o de sus compañeros, afecta tanto a hombres como a mujeres de todas las edades y niveles jerárquicos.

El agresor o agresora utiliza las herramientas que encuentra en la deficiencia de la organización, institución, o de las empresas de manera perversa para conseguir hacer la vida imposible de las personas. Impide que las personas que son hostigadas puedan plantearse a ellos o ellas mismas preguntas como: ¿Este trabajo me permite progresar en otras áreas de mi vida?, ¿el costo físico, mental, social que estoy sosteniendo, es vivir?

El acoso moral se va realizando a lo largo del tiempo y consiste en prohibir que los compañeros hablen con esa o esas personas, cambiarle sin justificación los horarios, ocultarle información, hablar mal de él o ella, criticar su vida personal, hacerla parecer poco capaz, ignorarla, ridiculizarla, dar a entender que tiene problemas psicológicos.



Muchos estudios realizados por especialistas del tema alertan: Que si no se reconoce a tiempo, puede ser causa de despido, de abandono voluntario de trabajo y hasta de suicidio. Asimismo los problemas que genera afectan a las propias organizaciones, instituciones y

empresas en temas de productividad, abandono de acudir a desempeñar las funciones y deberes propios de un cargo, sean justificados o no.

Se puede clasificar a los sujetos con riesgo de padecer hostigamiento, mobbing o acoso moral: 1) Los envidiables: Personas brillantes y atractivas. Pero consideradas como peligrosas o competitivas, por los líderes implícitos del grupo que se sienten cuestionados por su mera presencia- 2) Los Vulnerables: Personas con algunas características o defectos que dan la impresión de ser inofensivos e indefensos. 3) Los Amenazantes: Activos, eficientes y trabajadores, que ponen en evidencia lo establecido y pretenden imponer reformas o implantar una nueva cultura.

Para prevenir este fenómeno es necesario sensibilizar a los compañeros, a las empresas e instituciones para generar habilidades e instrumentos para detectarlo a tiempo e impedir que progrese. Garantizar la protección moral del trabajador. De esta manera se estaría dando conocimientos a las personas para que protejan su salud psicológica, su espacio personal, social y laboral.

WORK

The serious consequences of moral harassment

Harassment, also known as "Mobbing," is a problem as old as humanity itself: workplace harassment. In recent years, victims of abuse began to be reported. Currently, the amount of harassment that exists is not reported.

Harassment or mobbing is a set of actions that are carried out in a subtle, systematic and prolonged manner, causing destruction psychological damage. It is characterized by a discriminatory intent toward one or more workers by the company or their colleagues, affecting both men and women of all ages and hierarchical levels.

The bully uses the tools he or she finds in the weaknesses of the organization, institution, or company in a perverse way to make people's lives miserable. It prevents the people being harassed from asking themselves questions like: Does this job allow me to progress in other areas of my life? Is the physical, mental, and social cost I'm bearing worth living?

Moral harassment is carried out over time and consists of prohibiting colleagues from speaking with that person or those people, changing their schedules without justification, withholding information from them, speaking badly about them, criticizing their personal life, making them seem incapable, ignoring them, ridiculing them, implying that they have psychological problems.

Many studies conducted by specialists The issue warns that if not recognized in time, it can lead to dismissal, voluntary abandonment of work, and even suicide. The problems it creates also affect organizations, institutions, and companies in terms of productivity and failure to perform the functions and duties inherent to a position, whether justified or not.

Subjects at risk of suffering from this disease can be classified Harassment, mobbing or moral harassment: 1) The enviable: Bright and attractive people. But considered dangerous or competitive by leaders implicit members of the group who feel challenged by their mere presence - 2) The Vulnerable: People with certain characteristics or defects that give the impression of being harmless and defenseless. 3) The Threatening: Active, efficient and hard-



working, who expose the established order and seek to impose reforms or implement a new culture.

To prevent this phenomenon, it is necessary to raise awareness among colleagues, companies, and institutions to develop skills and tools to detect it early and prevent its progression. We must also guarantee the moral protection of workers. This way, we would provide people with the knowledge to protect their psychological health and their personal, social, and work environment.



REDES
SOCIAL NETWORKS

Patricia Medina Alonso
Terapeuta Holística - Gestáltica,
Consteladora
ig@crecerjugando.gestalt

La Simonía:

UN PELIGROSO COMERCIO ESPIRITUAL

POR JUNIOR PÉRES CRUZ

LAS CONSECUENCIAS DE LA SIMONÍA

La simonía no solo compromete la integridad espiritual de quienes la practican, sino que también debilita la fe de los creyentes. Al convertir los dones espirituales en un producto comercializable, se socava la verdadera autoridad de Dios y se fomenta una dependencia en estructuras humanas corruptas. Las consecuencias incluyen:

1. Pérdida de credibilidad en la Iglesia – Cuando se permite la compra de posiciones de liderazgo, la comunidad de fe puede volverse escéptica respecto a la legitimidad de sus líderes.
2. Corrupción interna – Las instituciones religiosas pueden quedar atrapadas en dinámicas de poder, manipulaciones y favoritismos.
3. Desviación del propósito divino – La simonía reemplaza el llamado genuino por motivaciones egoístas, afectando la misión espiritual de la Iglesia.

La simonía es un pecado que surge cuando lo sagrado se convierte en mercancía. Basándonos en Hechos 8:19-24, podemos analizar cómo la historia de Simón el Mago no solo ilustra un intento de comprar el poder de Dios, sino que también revela las motivaciones equivocadas detrás de ciertos actos religiosos. En este artículo, exploraremos el contexto bíblico de la simonía, sus implicaciones espirituales y su presencia a lo largo de la historia cristiana.

Contexto de Hechos 8:19-24

Simón el Mago era un personaje que gozaba de gran fama en Samaria debido a sus prácticas mágicas. Cuando escuchó la predicación de Felipe y vio las señales que realizaba, quedó impresionado y aparentemente se convirtió al cristianismo (Hechos 8:13). Sin embargo, su comprensión del evangelio era defectuosa.

Cuando vio que los apóstoles Pedro y Juan imponían las manos y la gente recibía el Espíritu Santo, ofreció dinero para obtener ese poder (Hechos 8:19). Su propuesta fue inmediatamente rechazada por Pedro, quien lo reprendió con firmeza: "Tu dinero perezca contigo, porque has pensado que el don de Dios se obtiene con dinero" (Hechos 8:20).

Pedro no solo condenó su intento de comprar el poder divino, sino que también le reveló su estado espiritual: "No tienes parte ni suerte en este asunto, porque tu corazón no es recto delante de Dios" (Hechos 8:21). Simón, al reconocer la gravedad de su situación, pidió oración, pero sin mostrar un arrepentimiento genuino (Hechos 8:24).

La Simonía como Corrupción Espiritual

El pecado de Simón no solo consistió en querer comprar el Espíritu Santo, sino en su deseo de utilizarlo para su propio beneficio. Este acto refleja una actitud que ha estado presente en diversas etapas de la historia cristiana: el intento de comercializar lo sagrado para obtener poder, influencia o riqueza.

El término simonía proviene precisamente de esta historia y se refiere a la compra o venta de bienes espirituales, incluidos cargos eclesiásticos y sacramentos. Aunque el evangelio nos



enseña que los dones de Dios son gratuitos y accesibles por gracia, la simonía introduce una distorsión que contradice la esencia misma de la fe cristiana.

Casos Históricos de Simonía

A lo largo de la historia, la simonía ha sido un problema recurrente dentro de la Iglesia. Durante la Edad Media, era común que cargos dentro de la jerarquía

eclesiástica fueran adquiridos mediante pagos o favores. Papas y obispos, en ciertos periodos, fueron acusados de permitir el acceso a posiciones de poder a cambio de dinero. Este abuso generó múltiples reformas y críticas, incluyendo las denuncias de los reformadores protestantes en el siglo XVI.

Un ejemplo claro ocurrió en el siglo IX, cuando algunos cargos episcopales eran vendidos al mejor postor, sin considerar el llamado divino ni la preparación espiritual del candidato. Esta práctica perjudicaba la Iglesia, pues promovía líderes corruptos que buscaban su propio beneficio en lugar de servir al pueblo de Dios.

Lecciones para la Iglesia Hoy

La historia de Simón el Mago nos recuerda que los dones de Dios no están disponibles para ser comprados, sino que son concedidos soberanamente por el Espíritu Santo. La Iglesia debe permanecer vigilante para evitar que la corrupción espiritual, expresada en la simonía, vuelva a infiltrarse en sus estructuras.

Algunas prácticas modernas, como la comercialización excesiva de ministerios o el uso de posiciones religiosas para obtener influencia económica, pueden ser formas contemporáneas de simonía. Por ello, los

creyentes están llamados a discernir y a mantenerse firmes en la enseñanza de que el Reino de Dios no opera bajo transacciones humanas, sino bajo la gracia divina.

Conclusión

La simonía es una advertencia contra la mercantilización de lo sagrado. La historia de Hechos 8:19-24 nos enseña que el poder de Dios no se obtiene con dinero ni con influencias humanas. Pedro confrontó a Simón para recordarnos que lo más importante no es la adquisición de autoridad espiritual, sino un corazón recto delante de Dios. Hoy, la Iglesia sigue enfrentando desafíos relacionados con la integridad y la correcta administración de los dones espirituales. Es fundamental recordar que el servicio cristiano debe ser guiado por el amor y la entrega sincera, no por intereses personales o económicos. Que el ejemplo de Simón sirva como advertencia, y que la respuesta de Pedro nos impulse a vivir una fe genuina, libre de corrupción espiritual.



REDES
SOCIAL NETWORKS

Junior Pérez Cruz
Dr. en Biblia
Fb @Angel M Perez Cruz

The Simony:

A DANGEROUS SPIRITUAL TRADE

BY JUNIOR PÉRES CRUZ

THE CONSEQUENCES OF SIMONY

Simony not only compromises the spiritual integrity of those who practice it, but also weakens the faith of believers. By turning spiritual gifts into a marketable commodity, it undermines God's true authority and fosters dependence on corrupt human structures. The consequences include:

1. Loss of credibility in the Church – When leadership positions are allowed to be bought, the faith community can become skeptical about the legitimacy of its leaders.
2. Internal corruption – Religious institutions can become trapped in power dynamics, manipulation, and favoritism.
3. Deviation from divine purpose – Simony replaces the genuine calling with selfish motivations, affecting the spiritual mission of the Church.

Simony is a sin that arises when the sacred becomes a commodity. Drawing on Acts 8:19-24, we can analyze how the story of Simon Magus not only illustrates an attempt to purchase God's power but also reveals the misguided motivations behind certain religious acts. In this article, we will explore the biblical context of simony, its spiritual implications, and its presence throughout Christian history.

Context of Acts 8:19-24

Simon Magus was a figure of great fame in Samaria for his magical practices. When he heard Philip preach and saw the signs he performed, he was impressed and apparently converted to Christianity (Acts 8:13). However, his understanding of the gospel was flawed.

When he saw the apostles Peter and John laying hands on people and receiving the Holy Spirit, he offered money to obtain that power (Acts 8:19). His proposal was immediately rejected by Peter, who firmly rebuked him: "Your money perish with you, because you thought the gift of God could be purchased with money" (Acts 8:20).

Peter not only condemned his attempt to purchase divine power, but also revealed his spiritual state: "You have no part or lot in this matter, for your heart is not right before God" (Acts 8:21). Simon, recognizing the seriousness of his situation, asked for prayer, but without showing genuine repentance (Acts 8:24).

Simony as Spiritual Corruption

Simon's sin consisted not only in his desire to purchase the Holy Spirit, but also in his desire to use it for his own benefit. This act reflects an attitude that has been present throughout Christian history: the attempt to commercialize the sacred to obtain power, influence, or wealth.

The term simony comes precisely from this story and refers to the buying or selling of spiritual goods, including church offices and sacraments. Although the Gospel teaches us that God's gifts are free and accessible by grace, simony introduces a distortion



that contradicts the very essence of the Christian faith.

Historical Cases of Simony

Throughout history, simony has been a recurring problem within the Church. During the Middle Ages, it was common for positions within the ecclesiastical hierarchy to be acquired through payments or favors. Popes and

bishops, in certain periods, were accused of granting access to positions of power in exchange for money. This abuse generated multiple reforms and criticisms, including denunciations by the Protestant reformers in the 16th century.

A clear example occurred in the 9th century, when some episcopal offices were sold to the highest bidder, without considering the candidate's divine calling or spiritual preparation. This practice was detrimental to the Church, as it promoted corrupt leaders who sought their own benefit rather than serving the people of God.

Lessons for the Church Today

The story of Simon Magus reminds us that God's gifts are not available to be purchased, but are sovereignly granted by the Holy Spirit. The Church must remain vigilant to prevent spiritual corruption, expressed in simony, from infiltrating its structures again.

Some modern practices, such as the excessive commercialization of ministries or the use of religious positions to gain economic influence,

can be contemporary forms of simony. Therefore, believers are called to discern and remain firm in the teaching that the Kingdom of God operates not through human transactions, but through divine grace.

Conclusion

Simony is a warning against the commodification of the sacred. The story in Acts 8:19-24 teaches us that God's power is not obtained through money or human influence. Peter confronted Simon to remind us that the most important thing is not the acquisition of spiritual authority, but a heart that is right before God.

Today, the Church continues to face challenges related to the integrity and proper stewardship of spiritual gifts. It is essential to remember that Christian service must be guided by love and sincere dedication, not by personal or economic interests. May Simon's example serve as a warning, and may Peter's response inspire us to live a genuine faith, free from spiritual corruption.



REDES
SOCIAL NETWORKS

Junior Pérez Cruz
Dr. en Biblia
Fb @Angel M Perez Cruz



@crecerjugando.gestalt



Buenos Aires,
Argentina

* Patricia Medina Alonso

Soy Facilitadora de Rolfing, de y Psicogenealogía, Constelaciones Familiares, Estructurales y Organizacionales, egresada del IPPT. Gestaltista, egresada del CGSI - San Isidro - Bs As; profundizando con la Formación en NeuroBio Gestalt realizada en SOGIA, avalada por AMA Asociación Médica Argentina

*"Un espacio creado para que
Tú descubras el Ser exitoso
que habita en tu interior"*

ELIZABETH RIVERA CASTILLO

Estratega de Metas y Resultados
Mediadora del Tribunal
Licenciada por el Comisionado
de Seguros de PR



¿Te sientes atrapado por trámites o situaciones sin resolver?
Estoy aquí para ayudarte a encontrar el camino y ponerle fin a lo
que te detiene.

- ◆ Herencias, trámites legales y documentales
- ◆ Mediación en conflictos familiares y personales
- ◆ Asesoría en seguros y trámites gubernamentales



Tu solución, sin
complicaciones



Sesiones personalizadas y
confidenciales



No estás solo en este
proceso – ¡Hablemos!



Llama o envíame un
mensaje: 939-280-7847



POR CELIA TREVIÑO

GUÍA PRÁCTICA:

TIPOS DE SEGUROS DE VIAJE Y CÓMO ELEGIR EL IDEAL PARA TI



Viajar debería ser sinónimo de aventura y disfrute, no de hacer maratones para alcanzar el avión o jugar al escondite con tu maleta. Pero la realidad es que, cuando menos lo esperamos, un accidente, una cancelación o una pérdida pueden aparecer como invitados no deseados. Por eso, contar con un buen seguro de viaje no es un lujo, sino una necesidad.

Pero, ¿sabías que no todos los seguros de viaje son iguales? Aquí te cuento los principales tipos y cómo elegir el que mejor se adapta a tu viaje (y a tu presupuesto).

1. Seguro de asistencia médica:
Este es el básico del básico. Cubre gastos médicos en caso de enfermedad o accidente durante el viaje. Ideal para viajes internacionales donde la atención médica puede ser carísima. Si planeas hacer turismo, deportes o simplemente estar tranquilo, este seguro es tu amigo.

2. Seguro de cancelación o interrupción:
¿Alguna vez tu vuelo fue cancelado o tuviste que regresar antes de tiempo? Este seguro te ayuda a recuperar el dinero perdido por esos cambios inesperados. Perfecto para quienes reservan con anticipación y no quieren perder su inversión.

3. Seguro de equipaje:
¿Tu maleta decidió tomar un viaje por su cuenta? Este seguro cubre pérdida, robo o daño del equipaje y objetos personales. Es un salvavidas

para los que no pueden vivir sin su cepillo de dientes favorito o ese outfit especial.

4. Seguro para actividades especiales:
Si tu plan incluye deportes extremos o actividades de aventura, este seguro es fundamental. No todos los seguros estándar cubren estas situaciones, así que asegúrate de leer bien la letra pequeña antes de lanzarte en paracaídas o escalar una montaña.

¿Cómo elegir el seguro ideal?

Primero, analiza tu destino y duración del viaje. No es lo mismo un fin de semana en una ciudad cercana que un mes explorando varios países. También considera tu salud, edad y actividades planeadas.

Segundo, compara coberturas y exclusiones. A veces el seguro más barato puede salir caro si no cubre lo que realmente necesitas.



Finalmente, revisa la reputación de la aseguradora y la facilidad para hacer reclamaciones. Viajar ya es bastante complicado; tramitar un seguro no debería serlo.

Viajar con un buen seguro es como llevar un paracaídas: esperas no necesitarlo, pero qué bueno saber que está ahí si hace falta. Así que, antes de empacar, asegúrate de empacar también tu tranquilidad.

PRACTICAL GUIDE:

TYPES OF TRAVEL INSURANCE AND HOW TO CHOOSE THE RIGHT ONE FOR YOU



Traveling should be synonymous with adventure and enjoyment, not marathons trying to catch a flight or playing hide-and-seek with your suitcase. But the reality is that, when we least expect it, an accident, cancellation, or loss can appear as unwanted guests. That's why having good travel insurance isn't a luxury, but a necessity.

But did you know that not all travel insurance is created equal? Here, I'll explain the main types and how to choose the one that best suits your trip (and your budget).

1. Medical assistance insurance:
This is the basic of the basics. It covers medical expenses in case of illness or accident during the trip. Ideal for international trips where medical care can be extremely expensive. If you plan to go sightseeing, play sports, or just have peace of mind, this insurance is your friend.

2. Cancellation or interruption insurance:
Have you ever had your flight canceled or had to return early? This insurance helps you recover lost money due to those unexpected changes. Perfect for those who book early and don't want to lose their investment.

3. Luggage insurance:
Did your suitcase decide to travel on its own? This insurance covers loss, theft, or damage to luggage and personal belongings. It's a lifesaver for those who can't live without their favorite toothbrush or that special outfit.

4. Special Activities Insurance:
If your plan includes extreme sports or adventure activities, this insurance is essential. Not all standard insurance plans cover these situations, so be sure to read the fine print before skydiving or mountain climbing.

How to choose the ideal insurance?

First, analyze your destination and trip duration. A weekend in a nearby city isn't the same as a month-long trip exploring several countries. Also consider your health, age, and planned activities.

Second, compare coverages and exclusions. Sometimes the cheapest insurance can be expensive if it doesn't cover what you really need.

Finally, check the insurer's reputation and the ease of filing a claim. Traveling is complicated enough; getting insurance shouldn't be.

Traveling with good insurance is like carrying a parachute: you hope you don't need it, but it's nice to know it's there if you do. So, before you pack, make sure you pack your peace of mind too.



REDES
SOCIAL NETWORKS

Celia Treviño
Travel Coach
[IG @celiatravelcoach](https://www.instagram.com/celiatravelcoach)



EUROPESSERVICESAUTO.COM

CAR REPAIR SERVICES

CUSTOM REPAIR
AND SERVICES
FIT FOR PRESTIGE
VEHICLES



REPARACIÓN DE AUTOMÓVILES EUROPEOS PREMIUM!

- OIL CHANGE
- SUSPENSION REPAIRS
- DIAGNOSIS
- CHECK ENGINE LIGHT
- ELECTRICAL REPAIRS
- BRAKE REPAIRS
- MAINTENANCE
- TRANSMISSION REPAIRS



1211 E
CENTRAL TX
EXPRESSWAY
KILLEEN, TX
78541-9126



LLÁMANOS AHORA!
CALL US NOW!

(254) 781-7278

