TV C & MAS
MAGAZINE SINCE 2000
Año 16 - Nº 178
Julio de 2016

ESTE EJEMPLAR ES GRATIS
PROHIBIDA SU COMERCIALIZACIÓN

LA ÚLTIMA FINAL DE LIONEL MESSI

TRAS PERDER SU CUARTA FINAL (LA TERCERA SEGUIDA) CON ARGENTINA, LIONEL MESSI ASEGURÓ QUE DEJA LA SELECCIÓN ARGENTINA.

THE DREAM TEAM: VENIQUE FONSECA

COSTILLITAS PARA ESTE 4 DE JULIO!

AHORA LLEGAMOS A 25,000 EJEMPLARES AL MES
SOLANO · YOLO · SACRAMENTO

LA DIABETES: CÓMO CUIDARNOS

VACACIONES EN PAREJA!

CASTELO'S

BEAUTY SOLUTIONS

VISÍTANOS EN FACEBOOK

¡REGÍSTRATE HOY!

916.425.7059

¡GRAN EVENTO! VERANO 2016

TÉCNICAS AVANZADAS DE CORTE Y COLOR PARA EL CABELLO. POR LA EDUCADORA ANDREA MEGGETTO.

- Domingo 17 de Julio en el Wyndham Garden Hotel de San Jose
- Lunes 18 de Julio en el Holiday Inn de Salinas
- Martes 19 de Julio en la Quinta Inn de Hayward
- Miércoles 20 de Julio en Castelo's Beauty Solutions
  (4517 Franklin Blvd. Sacramento, Ca. 95820) de 10:00am a 2:00pm.

ADMISIÓN: $35 (POR ADELANTADO) - $45 EN LA PUERTA

Más información: 916.451.1726 | 916.370.6577

Quieres Casa?

Powered by RE/MAX GOLD

MANNY "SIR" TOLEDO BRE #01461112

Norte California #1 Latino Realtor desde 2005

(844) 53-CASAS

Delfina Cisneros
(916) 997-2157
BRE #01836755

¿Perdiste Casa?
¿Hiciste Bancarrota?
¿Taxes con el ITIN?
¿Eres un Dreamer?
¡Sí, Se Puede!

Quieres Casa?
ESTAMOS EN:
Find us on: facebook
trulia
Zillow

119 Mint Leaf Way, Sacramento.

9112 Fruitridge Road, Sacramento.

270 Sutley Circle, Sacramento.

411 Potomac Avenue, Sacramento.

371 Potomac Avenue, Sacramento.

6807 24th Street, Rio Linda.

MASTERS CLUB
SACRAMENTO ASSOCIATION OF REALTORS

NAHREP LATINO AGENTS AWARD TOP 250

Real Estate Top 40 Sacramento

Masters Club

2960 Northgate Blvd. Suite A - Sacramento, CA 95833

CALIFORNIA DEPT. OF REAL ESTATE BROKER LIC.# 01936485

TVC & MAS MAGAZINE SINCE 2000
UNA PUBLICACIÓN DE
nerds media
Children's Miracle Network Hospitals
EN ASOCIACIÓN CON NERDS MEDIA & TVC Y MÁS

AÑO XVI - Nº 178- JULIO DE 2016
SACRAMENTO, CALIFORNIA
Imágenes de portada: TVC & Más

Esther Verónica
Publisher

Jon Zafra
Gerente de Ventas

CERO TRES 03 PUBLICIDAD DISEÑO IMPRESOS
Carlos M. Carbajal
Editor & Designer - Uruguay
carlosmcarbajal@gmail.com
(+598) 92.074.174
(+598) 4352.8621

Joe Gutierrez
Photographer

Guillermo Figueroa
Account Executive

Jorge Arellano
Account Executive

Jon Zafra & Chistopher Zafra
Distribution

La información contenida en esta publicación tiene por único fin, educar e informar. No tome acción alguna o deje de tomarla sobre la base de estos contenidos. No le recomendamos abstenerse de pedir consejo o asesoramiento profesional para informarse mejor sobre los temas expuestos.

TVC & MAS MAGAZINE SINCE 2000
tvchismesmagazine@gmail.com
P.O. Box 341202
Sacramento, Ca. 95834
(916) 519-3271

Editorial

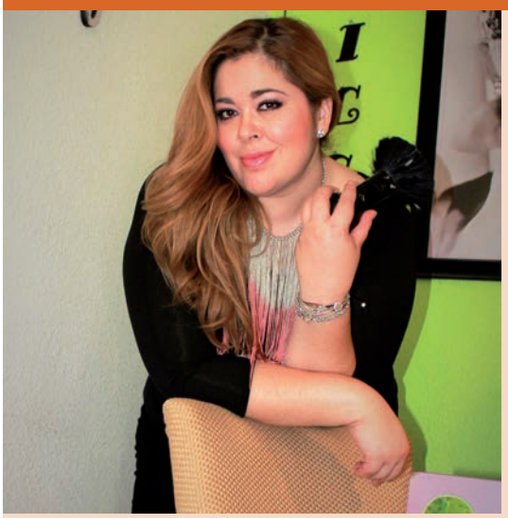
¿Qué tal amigos ? Los saludo con el afecto de siempre y desde mi rinconcito, donde cada mes me es grato ponerme a escribir y buscar información que les sea útil y los divierta.
¡Llegó el verano! Las vacaciones, el calor, los paseos, días de campo y una de las celebraciones más importantes de Estados Unidos: ¡El 4 de Julio! Sí, es verdad que hemos tenido muchos acontecimientos que nublan nuestra alegría. Debemos ser cautos y quienes somos padres de familia, inculcar sobre todo el valor a la vida, el respeto y la cooperación. Eso incluye hacerlos partícipes en todas las áreas, en el hogar, en la escuela, con sus amigos y la sociedad.
En la medida en que cada ser humano entienda que todos necesitamos de todos y que estamos en un mismo espacio donde debemos estar en armonía, todo cambiará.
Aunque el número 7 no sea un número que muchos mexicanos queremos ver después de la triste derrota en la Copa América Centenario, este mes nos acompañará cada vez que pongamos la fecha. Estamos en el 7º mes del año... También se celebra la independencia de Argentina, Venezuela, Colombia, y muchas celebraciones más.

Felicidades a cada uno.
Este mes disfruta como siempre de una rica receta para el 4 de Julio, las maravillas del jengibre, el Top Ten de Frecuencia Web, eventos locales, los espectáculos, belleza, salud, horóscopos... ¡y mucho más!
Disfrútalo y como siempre mil gracias por hacer de TVC Y MÁS tu revista.
También los invito a que me escuchen de Lunes a Viernes de 7 a 10 am en mi nueva casa: FRECUENCIA WEB
Disfruta esta edición, compártela y envíanos tus comentarios enviándonos un e-mail a: **everonica@nerdsmedia.com** o contáctame a través de mi página: **www.estherveros.com**

Esther Veronica

The Dream Team DE LA BELLEZA

Hoy te presentamos a Venique Fonseca, cosmetóloga mexicana especializada en el arte y diseño de uñas en gel.



Desde pequeña me atrajo mucho el diseño en general, combinado con el bienestar que obtienes cuando algo está especialmente diseñado para ti.
Inicié mi carrera como cosmetóloga profesional a los 26 años de edad, siendo una de las pioneras al área del Norte de California en el diseño artístico en uñas, con más de 10 años de experienciay manejando al 100% los mejores productos del mercado, para ofrecer un servicio hermoso, con la calidad y excelencia que me distinguen. Gracias a mi pasión y dedicación en este arte, me coloqué como una de las mejores diseñadoras y educadoras, apoyando nuevas talentos. Una de mis grandes satisfacciones es colaborar con reconocidos artistas en la industria de la belleza y el espectáculo, obteniendo también publicaciones en importantes revistas.

Lo que piensan las clientes de Venique

1. *"Venique es una persona extrordinaria. Su arte es único, y se ha convertido en una gran amiga." (Cinthia propietaria de CML PHOTOGRAPHY)*
2. *"Tengo 8 años como cliente contínua y siempre me sorprende con nuevos diseños y su buena vibra. ¡Siempre es una experiencia única!" (Veronica Cervantes CEO de Super Taco Mexican Restaurant.*
3. *"Venique es una artista, una creadora, no sólo de diseños sino de sonrisas. El estar en su salón es garantía de satisfacción y un espacio para uno mismo." (Juanita Magaña propietaria de los salones Olas de Sueños.)*

Quiero agradecer a toda la gente linda que ha hecho posible este sueño.
Búscame en Facebook como Venique Fonseca. En Instagram: Venique Fonseca 916. Mi Cel. 916 470 9245.
¡Nunca dejes de sonreír!

Entrevista a Teresa Paredon

ESPECIAL PARA **TVC Y MÁS!**
Por CARMEN SOLORIO

¿Quién es Teresa Paredon?
Una mujer que ya antes de vivir sus talleres transformacionales, era una mujer exitosa, con buen trabajo y buena posición económica. Como ella misma nos cuenta, su vida estaba bien: no le hacía falta nada. Era supervisora a nivel regional de 14 restaurantes con más de 350 empleados. Tenía el estilo de vida que quería y había llegado lo que para muchos sería la cúspide de una carrera exitosa.

¿Qué te llevó a hacer un cambio en tu vida?
El tomar un taller transformacional fue un abrir de ojos para mí, pues fue ahí donde descubrí mis cualidades humanas, mi verdadero valor como mujer y el impacto que podría tener en las personas que me rodean y en mi comunidad, usando las herramientas de coaching. Ahí mi vida dio un giro de 360 grados y me propuse prepararme para ser Coach de Vida y Empresarial.

¿Cuál es el objetivo de tu taller "Deja de Vivir Oculta"?
En este taller las mujeres desarrollaran cualidades que las apoyarán en sus vidas. Descubrirán el liderazgo que llevan dentro y lograrán una conexión con ellas mismas que las llevará a superar todas sus metas y objetivos sin perder su esencia.
En las dinámicas también hablaremos de nuestros desafíos de todos los días, empezando por nosotras mismas, los hijos, la pareja, la casa, y el trabajo. Descubrirás qué tipo de mujer eres y el poder que tienes para cambiar el entorno donde vives, tu comunidad y tu país.
Por medio de ejercicios vivenciales tendrás apoyo para tatuarte la experiencia, las herramientas, y las maneras de ser efectiva, que usarás en tu vida.

Agradezco mucho a Teresa Paredon esta entrevista y te comparto que en este taller yo descubrí realmente cuantos años tengo!! Y no puedo contarte más porque quiero que TÚ lo vivas así que llámanos para reservar tu lugar.
Carmen Solorio: **(916) 207-3115** o por e-mail:
TransformacionSacramento@gmail.com

Para Todas Tus Necesidades En Joyas

Limpieza GRATIS
de tus Joyas!

ESTIMADOS
GRATIS!

SJ SHARIF
LA JOYERÍA DE MAYOR PRESTIGIO
FINOS JOYEROS DESDE 1932
www.SharifJewelers.com

¡Nuevo Local!
5801 Marconi Ave.
Carmichael, Ca. 95608
916.488.2252

Baterías de reloj
GRATIS!
(Mencionando TVC & MÁS!)

1338 Howe Ave.
Sacramento, Ca. 95825
916.927.0542

1001 K St.
Sacramento, Ca.95816
916.330.1977

341 Iron Point Rd.
Folsom, Ca.95630
916.353.1982

Family Dental

ESPECIAL DE JULIO
BLANQUEO DE DIENTES GRATIS!
CUANDO PAGA POR EXAMEN, RAYOS X Y LIMPIEZA
Oferta Exp.07/31/16

* EXÁMENES Y LIMPIEZAS * RELLENOS BLANCOS Y DE PLATA * ENDODONCIAS
* CORONAS DE PORCELANA EL MISMO DÍA * PUENTES Y DENTADURAS * IMPLANTES
* CARILLAS DE PORCELANA * TRATAMIENTO DEL MAL ALIENTO * ENFERMEDADES DE LAS ENCÍAS

EMERGENCIAS
NO SE REQUIERE CITA
EN EL DÍA

PRIMERA CONSULTA
GRATIS!!
PLAN DE PAGO Y FINANCIAMIENTO DISPONIBLE

Nuestro amable personal
Habla Español!

ACEPTAMOS LA MAYORÍA DE SEGUROS
Hacemos Trabajos de Cosmética

6966 - 65th. St. Sacramento, CA 95823
(Detrás de Sears)
(916) 427-2773

La diabetes

ESPECIAL PARA **TVC Y MÁS!** | Por GABY VIX

Como prometí en la edición anterior, te hablaré de un problema muy común, pero a la vez muy peligroso, costoso y triste que muchos sufren: la diabetes. Ésta es causada por la inhabilidad del cuerpo de bajar los niveles de azúcar en la sangre cuando se ingieren alimentos o productos que la contienen.

Todas las células de nuestro cuerpo (recuerda que tenemos trillones de ellas) necesitan el combustible que les da la energía para llevar a cabo todas sus funciones, incluyendo la de reproducir nuevas células. La glucosa es ese combustible. Cuando se ingiere azúcar, es el páncreas el órgano que segrega la hormona insulina que le avisa a cada célula que la glucosa está en la sangre y hay que tomarla. Cuando las células reciben esta señal, cada una se prepara para recibir su alimento y tomarlo como fuente de energía. Y es justamente este proceso que se ve inhibido cuando la persona tiene diabetes del tipo 2 o mellitus. Cuando el páncreas no segrega la insulina en absoluto es cuando se dice que la persona tiene diabetes del tipo 1.

Para el tipo 1, es esencial proveer de insulina constantemente, ya que es el páncreas el que no la está produciendo. Sin embargo, para la diabetes tipo 2, es preciso preguntarse si la administración de insulina es realmente la solución.

¿Qué causa la inhabilidad de las células de tomar su combustible? Aquí es donde importan los alimentos que consumimos, especialmente en este caso, el tipo de aceites y grasas. Aunque no lo creas, los aceites vegetales como el de canola, maíz, soya, cartamo, algodón, etc., son gran parte del problema. Estos aceites no son reconocidos por nuestro cuerpo y por lo tanto no son procesados, usados ni eliminados, lo que causa que vayan a la sangre elevando los niveles de triglicéridos (que son literalmente como un plástico corriendo por las vías sanguíneas).

Recuerda que la sangre llega a cada célula y si éstas reciben constantemente este "plástico", su membrana (que es como su piel) empieza a volverse impermeable a la glucosa, evitando el acceso a su principal fuente de energía. Sin esta energía, las células mueren sin haber podido cumplir su función y ahí se generan todos las condiciones que el diabético sufre, como son la pérdida de la vista, fallo renal, deterioro del sistema nervioso, y más.

Por ello es muy importante empezar por eliminar estos aceites de nuestra dieta y volver a lo que nuestras abuelas usaban para cocinar los deliciosos frijolitos, hacer tamalitos y los sabrosos platillos de antaño. ¿Qué era esto? La mantequilla, la manteca, el aceite de coco y el aceite de oliva. Todas estas grasas tienen en común que son naturales y son reconocidas por el cuerpo.

La industria de los aceites vegetales logró convencernos de que éstos son buenos, pero con ello crearon generaciones de gente enferma y muertes dolorosas. Además, también nos han convencido de que no hay cura para esta condición, sólo el remedio para el síntoma. Recuerda: todas nuestras células se están renovando constantemente, y si evitas aquello que las enferma, entonces estarás dando paso a una regeneración de tu cuerpo hacia la salud. Evitar estos aceites, la comida chatarra, azúcar procesada incluyendo el aspartamo, nutra sweet y splenda (que son súper dañinos para nuestro cerebro y de los que me gustaría hablarte próximamente).

Y por otro lado hacer ejercicio, comer sano y creer que es posible vivir sin diabetes, te llevarán a revertir y evitar esta condición que tanto afecta a nuestra comunidad latina.

Recuerda que el cuerpo está hecho para ser sano y permanecer sano, siempre y cuando le des lo que necesita.

Tu amiga en salud,

Gaby Vix

rngabyvix@gmail.com

lo más nuevo y lo más tocado de frecuencia web

1

PEPE AGUILAR
María

2

JUAN GABRIEL
Gracias

3

ENRIQUE IGLESIAS
Duele el corazón

4

BELANOVA
Cásate conmigo

5

MALUMA Y THALÍA
Desde esa noche

6

PRINCE ROYCE
Darte un beso

7

ROMEO SANTOS
La diabla

8

MANÁ
Qué ironía

9

CARLOS VIVES Y SHAKIRA
La bicicleta

10

JULIETA VENEGAS
Ese camino

Escúchalas en exclusiva! Escúchalas primero!

Sólo en Frecuencia Web

Lo mejor de la música con Cobertura Global!!

DESCARGA GRATIS LA APLICACIÓN !!

música música música música música música música

armonía armonía armonía armonía armoní

Vivir en armonía

ESPECIAL PARA
TVC Y MÁS!
| Por CLAUDETTE MACIAS

¿Qué tal amigos? Soy Claudette Macias, una chica dinámica, alegre, estudiante de Ciencias de la Comunicación, amante de las Relaciones Públicas y Humanas y locutora. Estoy al aire con mi programa 'Salud y Armonía' en Frecuencia Web.

También estaré presentándoles mes a mes, artículos de mucho interés para vivir en armonía y con salud.
Aquí van algunos puntos importantes para lograr tener armonía
• Es importante reconocer que las personas tienen un estilo de vida individual, cuando se trata de comida, fragancias, moda y entretenimiento y que a veces la basura de una persona es el tesoro de otra. El entenderlo y aceptarlo es el primer paso.
Todos somos hijos del universo y permite que tu corazón desee perpetuamente más vida, más felicidad, más éxito, más amor y más iluminación para cada persona.
• Reconoce el abundante potencial de sostenernos adecuadamente a través de la cooperación y la administración inteligente de los recursos.
El amor por uno mismo, por la humanidad y por el universo basado en la riqueza inherente y creciente es la clave para una conexión integrada con los demás, quienes también tienen la oportunidad de apreciar estos pilares fundamentales de la existencia para que exista una felicidad perdurable.
• Extiende y acepta el amor siempre que puedas.
Ten en mente que si estás en paz contigo mismo, es más sencillo que estés en paz con otros.
• Compite constructivamente e intenta resolver conflictos con la paciencia, la tolerancia y la comunicación.
Ten en mente que lo que das, regresa. Da acciones y palabras positivas, constructivas y amorosas, de modo que recibas lo mismo.
• Busca disfrutar la vida y permitir que los demás hagan lo mismo.
No importa con quién te topes, ten siempre en mente que las similitudes que compartes con una persona exceden por mucho las diferencias.
• Haz tu mejor esfuerzo para cultivar los acuerdos beneficiosos para ambas partes en las relaciones.
Estos pequeños consejos parecen tan fáciles... Pero en realidad la mayoría no los aplicamos a nuestra vida diaria. Inténtalo e inmediatamente te darás cuenta del gran cambio en tu vida.
Te invito a que me escuches todos los Martes y Viernes de 12 a 1 pm en Frecuencia Web y juntos disfrutemos de la mejor música y de un súper programa.
¡Gracias amigos y vivan en armonía!

For Veterans Only

FREE LUNCHEON
with a 20-minute presentation

Join us to learn about the burial benefits you've earned through the VA.

Presented in Spanish and English

Wednesday, August 3
11:30 am to 12:30 pm
EAST LAWN
Andrews & Greilich, an East Lawn Mortuary
3939 East Fruitridge Road.
Sacramento, CA 95820

EAST LAWN · ACE AMERICAN CEMETERY EXCELLENCE AWARD WINNER

Phone: 916-732-2026

Seating is limited to 30 attendees per seminar
RSVP today and reserve your seat.

www.EastLawn.com

FD#136

BANCARROTA
CAPÍTULOS 7 Y 13

DESDE $750 + GASTOS DE CORTE

HABLAMOS ESPAÑOL

¿ENDEUDADO?
¿PROBLEMAS FINANCIEROS?
¿PROBLEMAS CON EL IRS?
¡NO TE APURES!
LLÁMANOS PARA TU CONSULTA GRATIS

Lic. Rafael A. Icaza
ATTORNEY-AT-LAW
ricaza@allegiancelegal.net

ALLEGIANCE LEGAL
Business | Bankruptcy | Estate Planning

www.allegiancelegal.net
www.facebook.com/AllegianceLegalLatina.net

MÁS DE 20 AÑOS DE EXPERIENCIA Y CLIENTES SATISFECHOS
COMPROMETIDOS A RESOLVER TUS PROBLEMAS FINANCIEROS

916.246.8456 ENGLISH | **916.246.8439** ESPAÑOL

1540 River Park Drive, Suite 210 | Sacramento, CA 95815 | Fax: 916.241.0864

Lionel Messi
deja la selección argentina

ESPECIAL PARA
TVC Y MÁS!
| Por MIGUEL FIORE

Tras perder su cuarta final (la tercera seguida con Argentina), Lio Messi aseguró que deja la selección.

"Es difícil, el momento es duro para cualquier análisis. En el vestuario pensé que se terminó para mí la selección. No es para mí. Es lo que siento ahora. Es una tristeza grande que me vuelva a pasar. Me tocó fallar el penalti a mí, era importantísimo. Ya está, es por el bien de todos. No nos conformamos con llegar a la final y no ganarla. Ya lo intenté mucho, ser campeón con Argentina. No se dio, no lo pude conseguir", confesó.

A sus 29 años, Messi, máximo goleador histórico de Argentina (55 goles), capitán y estrella absoluta del combinado de Martino, deja la selección después de 113 partidos y once años en la 'Albiceleste' en los que ha disputado cuatro Copas América y tres Mundiales, cayendo en cuatro finales (tres de Copa América (2007, 2015 y 2016) y una de la Copa del Mundo (2014) con su país. Una losa.

"Lamentablemente, el que más jodido se va es Leo por el penal. Es la vez que peor le vi en el vestuario", afirmó Agüero.

Messi, cinco veces ganador del Balón de Oro, récordman goleador del Barcelona y de La Liga (suma 453 tantos vestido de azulgrana y 312 en el torneo doméstico español), coleccionista de títulos (ocho Ligas, cuatro Champions... y así hasta 28 entorchados con el Barcelona), no vestirá más la camiseta albiceleste.

Con el hashtag #NotevayasLeo los aficionados piden que siga en la selección. La noticia ha causado una enorme conmoción en Argentina.

Corona Extra — DRAFT —

FIESTA EN LA CALLE

LATIN AMERICA INDEPENDENCE CELEBRATION

SUNDAY AUGUST 14, 2016 - 11 AM - 6 PM

FREE ADMISSION

AUTO CAR & BIKE SHOW
PLUS BALLET FOLKLORICO, SAMBA DANCERS, & YEMAYA
SALSA DANCERS. GREAT MUSIC, FOOD,DRINKS, ART AND FUN FOR EVERYONE!
~ NO ICE CHESTS, PETS OR OUTSIDE FOOD OR DRINKS ALLOWED! ~

SOUTHSIDE PARK

7TH & T STREETS - SACRAMENTO

T33 TELEMUNDO · mango's ANTRO · TV CHISMES MAGAZINE - SINCE 2000 y más! · fw frecuencia web

Reforma migratoria

Obama recibe un nuevo revés luego de que una corte bloquea la iniciativa migratoria del gobierno

Con 68 votos a favor y 32 en contra, el Senado aprobó en junio de 2013 una de las más amplias iniciativas de reforma migratoria en la historia del país, que incluía la posibilidad de legalizar a más de 11 millones de inmigrantes indocumentados. Sin embargo, el proyecto del ley nunca fue presentado al pleno de la Cámara de Representantes de mayoría republicana, encabezada por Boehner, quien apoyaba un voto pero enfrentaba la oposición del sector más conservador de su bancada.

¿Qué fue lo que pasó en Junio de 2016?

El plan del presidente Barack Obama para proteger de la deportación a unos 5 millones de personas que viven en Estados Unidos sin permiso, ha sufrido otro revés en la corte. En una decisión de 2-1, la Corte de Apelaciones del Quinto Circuito en Nueva Orleans respaldó un mandato de un juez de Texas que bloquea la iniciativa migratoria del gobierno de Obama. Los republicanos habían criticado el plan como una extralimitación de los poderes del ejecutivo cuando el mandatario lo anunció en noviembre pasado. Veintiséis estados desafiaron el plan ante la corte. El gobierno argumentó que la orden ejecutiva no era una extralimitación del poder del presidente para decidir diferir la deportación de ciertos grupos de inmigrantes. Parte de la iniciativa incluyó la expansión de un programa llamado Acción Diferida para los 'Llegados en la Infancia', el cual protege a los inmigrantes jóvenes de la deportación si es que fueron traídos a Estados Unidos sin permiso cuando eran niños.

¿Qué es lo que está sucediendo ahora?

La decisión pospone por lo menos hasta 2017 cualquier posibilidad de una reforma migratoria integral, mucho después de que Obama deje el puesto. Eso deja la legislatura estancada en la cámara baja y sin posibilidad de ser revivida por el Senado.

"TV C Y MAS" estará cubriendo todos los pormenores de las reformas migratorias.

Porque tu sonrisa lo dice todo...

Serenity Dental

En el Corazón de Natomas

Dr. Alex Vilderman

"Tratamos a nuestros pacientes de la forma en que nos gustaría ser tratados. Con la mayor calidad odontológica orientada al punto más alto y con un ambiente cálido."

BIENVENIDOS NUEVOS PACIENTES

Con preferencia de Delta, Met Life y muchos otros.

DENTISTA FAMILIAR

- Odontología Cosmética
- Rellenos coloreados adecuados a la dentadura
- Extracción de Muelas de Juicio
- Endodoncias y Retiros
- Coronas, Puentes y Encapsulados
- Óxido Nitroso y Odontología con Sedación Disponibles

EMERGENCIAS EN EL DÍA

Citas disponibles días sábados y por las tardes

4130 Truxel Rd., Suite E

916.285.9400

BBB Aceptamos la mayoría de los seguros

¿PREOCUPADO?
¿ESTRESADO?
¿DEPRIMIDO?

Hay respuestas en este libro.

COMPRA Y LEE

DIANÉTICA

LA CIENCIA MODERNA DE LA SALUD MENTAL

ESCRITO POR L. RONALD HUBBARD

Y que nunca vuelvas a ser el mismo.

PRECIO: $27.00

Church of Scientology of Sacramento
1007 6th Street Sacramento, CA 95814
(916) 319-5440
sacramento@scientology.net
www.scientology-sacramento.org

Agua de Jengibre

La Botica de la Abuela nos trae una bebida que es la favorita de las celebridades para quemar grasa y refrescar la voz y la garganta: es el Agua de Jengibre. Esta raíz posee propiedades para despejar las vías respiratoras y excelente quemador de grasas, además de dar un sabor único a varios platillos gastronómicos.

El jengibre se ha de puesto muy de moda como agua fresca, sola o combinada con rodajas de frutas cítricas, (limón, naranja y pomelo) o hierbas aromáticas como la menta y yerbabuena.

Para ayudar a tu organismo a no tener tantos gases y quemar grasa, puedes beber agua fresca de jengibre, todo lo que desees durante el día, preparada de la siguiente manera:

- Jarra de 2 litros de agua pura
- 8 oz de raíz de jengibre (aproximadamente 1 manita) en rodajas
- ramitas de menta (opcionales)

Vierte el jengibre en el agua y déjalo reposar por media hora; bebe durante el día, sin agregar azúcar.

GINGER DETOX DRINK

Desintoxica tu organismo con esta bebida fría, bebiendo cuanto desees durante una semana, sentirás bastante energía mientras pierdes unas libras de peso.

- 8 oz de zumo de naranja o pomelo
- 2 cucharaditas de vinagre de manzana
- 1 cucharadita de miel de abeja
- 2 laminitas pequeñas de raíz de jengibre
- Revolver bien

PROPIEDADES Y BENEFICIOS

El uso de jengibre como remedio casero es un gran aliado para el alivio de dolor de oídos, además de mejorar el metabolismo.

Bebiendo un vaso de agua de jengibre o de infusión antes de cada comida, te permitrá sentirte llena.

Beber el té de jengibre caliente cuando estás con gripe, te renueva las energías además de quemar grasas.

Una tacita de té durante la noche, hará que tu marido te lo agradezca, pues mejora la circulación y el aspecto sexual.

Posee propiedades analgésicas y antiinflamatorias.

Al exprimir un pedazo pequeño de raíz y colocarlo sobre una muela dolorida, te aliviará el tiempo suficiente como para coordinar una visita al dentista, sin que estés 'en un grito' mientras esperas.

Ponlo en la lista de tu súper y que nunca falte en casa!

Tapatío BROTHERS CORPORATION
MEXICAN $1 STORE

SERVICIOS:
Envíos de Dinero
Money Orders
Pagos de Luz, Gas, Teléfono, Agua y Más!
Paquetería a México
Recargas a Celulares
Tarjetas Telefónicas
Servicio de Notaría
Ministro de Bodas al Civil
Fotos para Pasaporte
Copias ByN y Color
Consultoría y Asesoría
Formas Autorizadas
y Mucho Más!!

PRODUCTOS DE 1 DÓLAR:
Café de Olla, Sodas,
Aguas Frescas (Horchata, Jamaica y Piña)
Paletas, Bolis,
Gatorades, Arizonas
Pan Mexicano, Tortillas
Tostadas
Productos de Limpieza, Higiene,
Belleza y Salud (Medicina)
Abarrotes, Dulces y Botanas
Velas Mexicanas
y Mucho Más!!

2057 Arena Blvd. Ste. 130 | 916.418.4466
Frente al Consulado Mexicano, entre Mel's Diner y Kobe Sushi | amorandodio2016@att.net

¡Bzzzz... Protéjase de los Mosquitos y el Virus del Nilo!

TIRE el agua estancada

PROTEJA su piel usando repelente para insectos

EVITE las actividades al amanecer y atardecer

CIERRE las puertas y ventanas

REPORTE las albercas sucias y los problemas de mosquitos llamando al **1.800.429.1022** o visitando **www.FIGHTtheBITE.net**

CONTROL DE MOSQUITOS DEL DISTRITO SACRAMENTO-YOLO

El rol de la apariencia

ESPECIAL PARA **TVC & MÁS!**
DR. VICTOR MANUEL NAVA M.D.

La apariencia juega un papel importante en las interrelaciones humanas y en ocasiones ha estado asociada incluso al éxito profesional y social.

En el pasado, la cirugía plástica se examinaba con una óptica que desdibujaba el sentido esencial de los propósitos que con ella se persiguen. Hay quienes afirman que la cirugía plástica estética no tiene finalidad curativa y se ha llegado al extremo de afirmar que se sale del campo de la medicina para entrar en el de la vanidad y la ilusión. Conscientes de la necesidad de profundizar en este tema, planteamos este trabajo, para contribuir a la reflexión sobre algunos aspectos éticos relacionados con la cirugía estética en la sociedad actual.

La apariencia es un factor esencial en las interrelaciones humanas. La buena apariencia siempre ha estado asociada al éxito profesional y social. Es por ello que los médicos no podemos abstraernos de la importancia que ella tiene para el equilibrio del individuo (presente en la definición de salud que sugiere la Organización Mundial de la Salud, OMS).

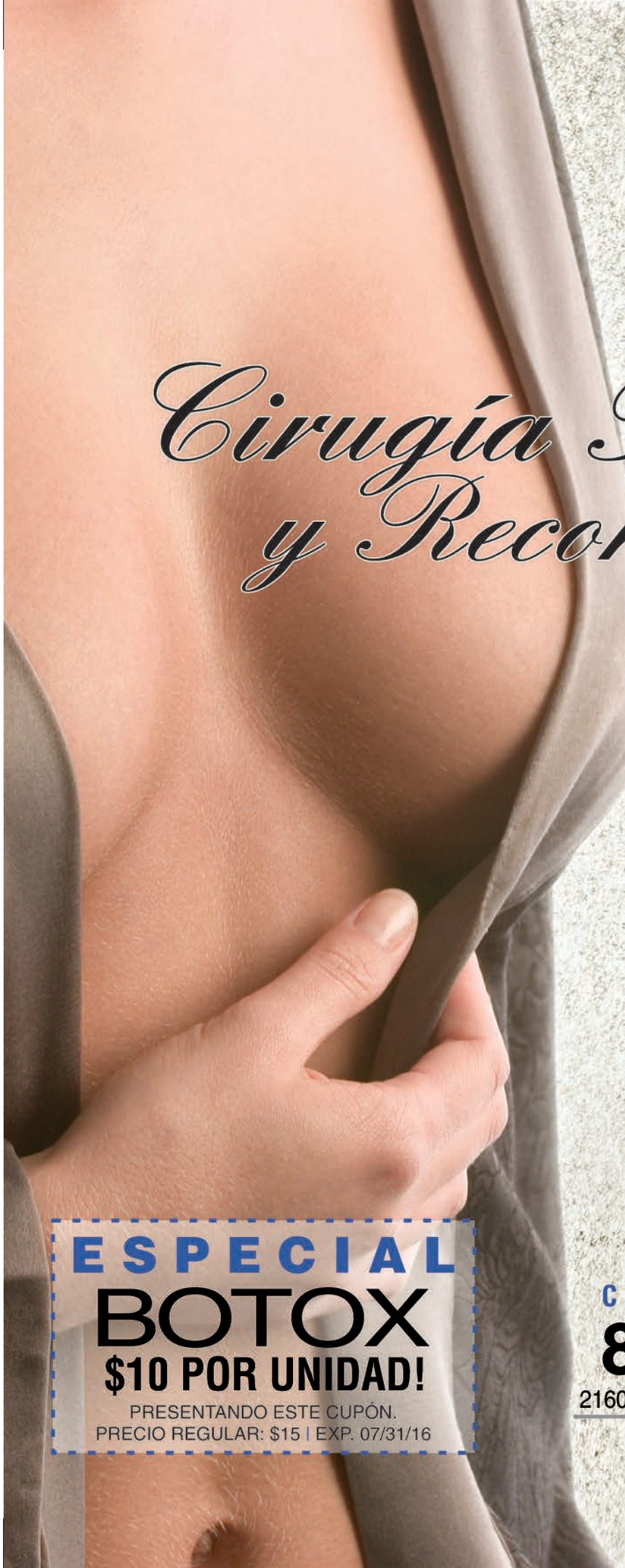
Pero el concepto de belleza existe desde la antigüedad y también desde entonces se busca mantener la apariencia juvenil y la belleza.

El hombre siempre siente la necesidad de comprender su actuación según las leyes de la belleza y ese imperativo, determinado por las condiciones del desarrollo social, se expresa de maneras diferentes en cada sociedad.

La actividad estética y la conciencia del individuo están determinadas por el sistema de las relaciones sociales y por los valores culturales inherentes a la época y a la sociedad. Es justamente en el proceso de las relaciones sociales donde se forman los ideales y el propio gusto estético, los cuales van siendo asimilados a través de la educación y sobre la base de la experiencia y la práctica del sujeto.

El hombre tiende a buscar y a encontrar la belleza no sólo en los objetos creados con ese fin, sino también en todo el conjunto de bienes materiales producidos por él. De la misma forma que la tendencia hacia lo bello no es sólo una necesidad puramente ideal, sino que con gran frecuencia es un instrumento para la transformación de la realidad, asume dicha transformación a partir de un ideal estético determinado, por lo que provoca en el individuo una actitud estética hacia el mundo.

La actitud estética puede ser definida como una forma de producción espiritual, que adquiere valor independiente, como forma especial de la relación del hombre con la realidad, mediante el conocimiento y la valoración de sus propiedades y de su transformación en una imagen sensorial en correspondencia con el ideal. Esta relativa independencia posibilita el desarrollo de las capacidades estéticas, sobre la base de la interpretación de toda la cultura universal de la sociedad. Dicha actitud es un estímulo interior que funciona como elemento integrante de la producción social, que se manifiesta a partir de su sentido humano y sirve de criterio de valoración en correspondencia con el ideal estético. La actitud estética del hombre hacia el mundo se manifiesta como la interrelación sujeto-objeto en un marco sociocultural históricamente determinado.



APDSS
ADVANCED PAIN DIAGNOSTIC & SOLUTIONS

Victor Manuel Nava M.D.

Cirugía Plástica y Reconstructiva

- Levantamiento de Senos
- Aumento y Reducción de Senos
- Aumento de Glúteos
- Liposucción
- Reducción de Abdomen
- Lipoescultura
- Reafirmación de Brazos
- Reducción de Piernas
- Reconstrucción de Orejas
- Levantamiento facial
- Cirugía de Párpados
- Reafirmación de Cuello
- Aumento de Mentón

Depilación Permanente por Láser, desde $175 por 5 sesiones!

Aceptamos cómodos planes de pago al mes.

ESPECIAL

BOTOX

$10 POR UNIDAD!

PRESENTANDO ESTE CUPÓN.
PRECIO REGULAR: $15 | EXP. 07/31/16

CONSULTAS EN ESPAÑOL

888.543.2243

2160 Sunset Blvd. - Suite 502, Rocklin, CA 95765

VMNavaPlasticSurgery.com

Costillitas... para el 4 de Julio!

ESPECIAL PARA
TVC Y MÁS!
| Por ESTHER VERONICA

El 4 de Julio ya esta aquí y todos sabemos que es día de comer... y comer rico, con la familia y ver los fuegos artificiales. Quiero compartir un platillo que no puede faltar: mi receta de ribs a la barbacoa, al horno... ¡Para chuparse los dedos! ¡La receta perfecta para este 4 de Julio!

INGREDIENTES *(para 6 porciones)*:
- 1800 g de costillas (o costillitas)
- 135 g de azúcar moreno
- 1 cucharadita de sal marina
- 1 cucharada de pimentón dulce
- 1 cucharada de ajo en polvo
- ½ cucharadita de pimienta roja en polvo (opcional)
- 475 ml de salsa barbacoa casera

PREPARACIÓN:

1. Precalentamos el horno a 150°C.
2. Pelamos la membrana que cubre el lado del hueso de las costillas.
3. Mezclamos el azúcar y las otras especias para hacer el condimento.
4. Aplicamos el condimento por todos lados
5. Ponemos las costillas en papel de aluminio, con la carne boca abajo.
6. Las cubrimos con dos capas de aluminio y lo cerramos bien.
7. Las ponemos en una bandeja de horno y las horneamos 2 horas y media, o hasta que la carne se despegue del hueso y encoja.
8. Ahora, las quitamos del horno y calentamos la parrilla (grill) del horno.
9. Cortamos las costillas en 2 o 3 cada una.
10. En la bandeja, ponemos las costillas con la carne boca abajo y untamos la salsa barbacoa encima. Cocinamos unos 2 minutos o hasta que la salsa está haciendo burbujas.
11. Las quitamos del horno y les damos la vuelta y repetimos.
12. Prepárate para chuparte los dedos.

NADIR LA VOZ TAPATIA PRESENTS
mango's
TALENT SHOW
INFANTIL
MANGOS TALENT SHOW INFANTIL
MAS DE 2,000 DOLLARES EN PREMIOS
PARA MAS INFORMACION LLAMA (916)257-7781
PRIMERA ETAPA 24 DE JULIO
SEGUNDA ETAPA 31 DE JULIO
GRAN FINAL 7 DE AGOSTO
tapatio BROTHERS CORPORATION
Instituto de Musica MusArt
AMADEUS
SERRANO'S CAFE
916-376-0860
ARTEAGAS
TV C & MAS MAGAZINE SINCE 2000
fw frecuencia web
1930 K STREET, SACRAMENTO
WWW.MANGOSSAC.COM

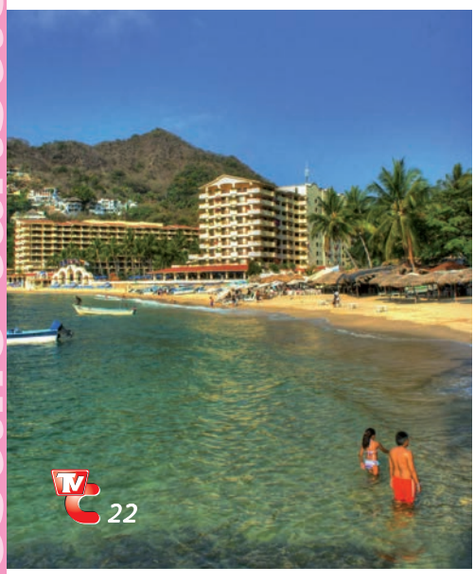
Vacaciones en pareja!

ESPECIAL PARA
TVC Y MÁS!
| Por ESTHER VERONICA

¿Están listos para conocer un poco más de opciones para las próximas vacaciones? Vamos a compartir 5 lugares que son de las mejores oportunidades para reforzar los vínculos afectivos de la pareja. Escapar de la rutina y dejar atrás la aburrida monotonía, puede significar una bocanada de aire fresco para cualquier matrimonio o noviazgo.

Si hablamos de un viaje en pareja, ¿qué mejor lugar que una playa, donde se puede disfrutar la inigualable atmósfera que brinda el mar con sus románticas puestas de sol? A continuación te ofrecemos cinco opciones de playas que invitan a avivar la llama de la pasión.

Playa Mismaloya
Mismaloya es una de las playas más atractivas en los alrededores de Puerto Vallarta. Es parte de una pequeña bahía rodeada de selvas y fauna exótica.



Holbox
Holbox es un isla ubicada en las costas del estado de Quintana Roo. Está habitada por una comunidad de pescadores y sus playas son verdaderos remansos de paz, enmarcados por paisajes espectaculares y santuarios de aves marinas.

Playa Paraíso
No hay mejor manera para describir esta playa que su propio nombre. Playa Paraíso está enmarcada por el majestuoso sitio arqueológico de Tulum, y en ella podrás admirar la segunda barrera de coral más grande del mundo, así como nadar en sus aguas cristalinas y disfrutar de cientos de metros de arena blanca, suave como el terciopelo

Zipolite
Zipolite es uno de esos lugares que seduce de inmediato al viajero por su atmósfera de tranquilidad y libertad.
Este paraíso oaxaqueño tiene fama de ser una de las pocas playas nudistas de México. Pero Zipolite es más que eso: es un lugar multicultural que atrae por igual a músicos, hippies, mochileros, escritores y vacacionistas de todo el mundo.

Rincón de Guayabitos
Rincón de Guayabitos es parte del corredor turístico Riviera Nayarit. Sus playas de arenas doradas, se caracterizan por ser extensas y apacibles, sin las molestas aglomeraciones de otras playas.
Muchas parejas de recién casados optan por este destino para pasar su luna de miel debido al romanticismo que inspiran sus atardeceres...

En plenas vacaciones, dense el tiempo y la oportunidad. Son lugares accesibles y con muchas opciones.
Recuerden que al final del camino, lo único que nos llevamos son los recuerdos. Llena tu historia de buenos recuerdos: ¡viaja, conoce, disfruta!

Sac International
WINDOW TINTING
NUEVO LOCAL!
• Alarmas
• Estéreos
• Hi-End
• Accesorios
• Polarizado de Autos, Botes & Comercial
2700 Florin Rd. Suite 4
Sacramento, CA
Oficina: (916) 393-3210
Chris: (916) 719-2593
ESPECIAL de VERANOOOOO!!!
3 ventanas $99
EXP. 07/31/16

WEST COAST MORTGAGE GROUP
¡No esperes más!
LAS TASAS DE INTERÉS ESTÁN POR LOS SUELOS. ESTE ES EL MOMENTO DE TOMAR ACCIÓN Y BAJAR EL PAGO DE TU HIPOTECA.
Llámanos HOY! PARA UNA EVALUACIÓN GRATIS!
916.453.7533
2716 Broadway | Sacramento, Ca. 95818
916-453-7533 / 866-868-2022
www.wcmtg.com

Discoteca
MUNDO LATINO
¡Tenemos todo lo que necesitas!
¿Necesitas Enviar Dinero con el Mejor Tipo de Cambio?
Vigo
Ria
intermex
Ofrecemos Servicios de Teléfonos Prepagados
Planes desde: $19.00 al mes
SÓLO PARA TELÉFONOS DE ULTRA MOBILE
univision mobile
ultra mobile
$19 al mes
boost mobile
Cambio de Cheques | Recargas
Pago de Biles | Boletos de Lotería
Faxes | Tarjetas Telefónicas
E-Mails | Boletos de Avión y de Autobús
Paquetería a México, Centro América y Colombia!
2357 Northgate Blvd.
Sacramento CA 95833
Tel: 916 929 7710 | Fax: 916 641 5898

TC & MAS
MAGAZINE SINCE 2000
PUBLICIDAD
A SU MEDIDA EXACTA
RESERVE SU ESPACIO: 916.519.3271

RAPIDRY CARPET & TILE CLEANING
www.rapidryonline.com
MÁS DE 20 AÑOS DE EXPERIENCIA
2 HABITACIONES $65.00 DESODORANTE INCLUIDO
3 HABITACIONES $85.00 DESODORANTE INCLUIDO
4 HABITACIONES $105.00 DESODORANTE INCLUIDO
RESIDENCIAL Y COMERCIAL
Antonio San Miguel
OWNER/OPERATOR
Lic # SPB12012-00675
916.678.9854
530.309.6070
antonio.sanmiguel@hotmail.com

JR Auto Glass
REPARACIÓN Y REEMPLAZO DE PARABRISAS
SERVICIO EXPRESS!!
REPARACIONES POR GOLPES DE ROCAS GRATIS!
(SÓLO PARA CLIENTES CON SEGURO COMPLETO)
AUTO GLASS
VIDRIO 706-3506 PARABRISAS
5031 Franklin Blvd.
OFFICE (916) 706-3506
CARLOS (916) 710-0441
MAURO (916) 616-6695
5031 Franklin Blvd. - Sacramento, CA 95822

Exclusivo para TV CHISMES por el Profesor Tu-Barkham.

Aries

MAR 21 - ABR 21

Este mes vas a estar dispuesto a mejorar tus condiciones de vida y las de los tuyos. Puedes contar hasta el día 12 para limar las asperezas, relajar los conflictos y acentuar tu deseo de cuidar a los tuyos y tu hogar, quizá mediante una decoración diferente o un mejora de cualquier tipo. Tendrás que perseverar.

Tauro

ABR 22 - MAY 20

Estás decidido a utilizar todos tus recursos para captar y retener la atención de la persona que te gusta. Este mes vas a ser el rey de la comunicación y sabrás transmitir tus mensajes con dulzura y con cierta pasión que te ayudará a influenciar a los demás. No te van a faltar argumentos.

Géminis

MAY 21 - JUN 20

El amor no va a ser tu prioridad, pues vas a buscar principalmente la manera de aumentar tus ingresos y de sacar partido a tus dones y potenciales para asegurar el bienestar de los tuyos y mejorar tus condiciones de vida y de tu entorno. Puede que ciertas preocupaciones financieras te acaparen.

Cáncer

JUN 21 - JUL 22

Vas a disponer de muchos recursos para alejarte de la tristeza de un comienzo de verano lluvioso y recuperar las riendas de tu destino. La partida no va a estar ganada de antemano pero vas a poder recuperar la confianza en ti que te faltaba últimamente y gozar de los favores del cielo.

Leo

JUL 23 - AGO 22

No trates de acelerar ni provocar acontecimientos. Es mejor que te fijes más en tus emociones, que te conectes a tus necesidades más profundas e íntimas este mes. Es un buen momento para sacar lecciones del pasado e iniciar pronto un nuevo ciclo evolutivo. Aprovecha todas las oportunidades.

Virgo

AGO 23 - SEP 22

¿No tienes ganas de vegetar o de contentarte con poco en julio? Aspiras a realizar algunos de tus proyectos más preciados y compartir tus sueños con los demás. No vas a tener rival a la hora de presentar tus planes a aquellos que quieres convencer para que te sigan. No pienses de más: no te hace bien.

Libra

SEP 23 - OCT 22

Vas a potenciar tu encanto y tu poder de seducción, que estarás dispuesto a ejercer a todos los niveles. Ya sea en la sociedad o en casa, vas a hacer todo lo que esté en tus manos para influenciar a los demás y no pasar desapercibido. Este Julio habrás cumplido esta misión, pero tendrás ciertos límites.

Escorpio

OCT 23 - NOV 22

Vas a hacer todo lo que esté en tus manos para que la situación. No te conformes con poco. Trata de alcanzar el ideal que tienes en el corazón. Trata de controlar tus impulsos. Si te manifiestas de forma demasiado impulsiva podrías asustar a los tuyos y crear malentendidos e incomprensión.

Sagitario

NOV 23 - DIC 21

En julio, no habrá lugar para amores tibios o relaciones aburridas. Tienes que dedicarte de pleno, aunque para algunos esto sea doloroso, en la búsqueda de sensaciones fuertes. Vas a tener la oportunidad de vivir relaciones cargadas de emoción pero no te sobrepases al punto de descontrolarte.

Capricornio

DIC 22 - ENE 20

Tienes muchas oportunidades de alcanzar tu objetivo y pasar momentos deliciosos en excelente compañía, siempre que evites algunos escollos. De este modo, deberías abstraerte de tus angustias existenciales, de tus dudas recurrentes respecto a tu capacidad para querer y ser querido.

Acuario

ENE 21 - FEB 21

Aunque el trasfondo celeste parece mucho más favorable para tu desarrollo que el mes pasado, tendrás que tener cuidado con la comunicación, pues podría avinagrarse si no haces consultas a tu entorno antes de actuar a tu gusto, aunque sea por el bien de los demás.

Piscis

FEB 22 - MAR 20

Tras la bruma y el estado de tristeza de junio, vas a abordar el mes de julio con mucha energía. No te vas a hacer de rogar para encender la llama de la pasión en el corazón de la persona que te gusta. Vas a hacer todo lo que esté en tus manos para vivir grandes momentos en excelente compañía.

¡TALLER SOBRE DACA Y CIUDADANÍA!

El Consulado General de México en Sacramento
y la Clínica de Derecho Migratorio de UC Davis
lo invitan a participar en el

Taller sobre Acción Diferida para los Llegados en la Infancia (DACA) y Ciudadanía

Lunes 18 de julio, 2016 | 5:30pm
Consulado General de México en Sacramento
2093 Arena Blvd, Sacramento, CA. 95834
Para más información llame al (916) 441-0421

Consulado General de México
Sacramento

Estados Unidos Mexicanos

alejandro's
STUDIO
Weddings, Quinceañeras & Special Events

Published Beauty Artists • Hair • Makeup • Nails
9117 East Stockton Blvd, Suite 100, Studio 24, Elk Grove, CA 95624
(916) 968-1825 • www.alejandrosstudio.com

mango's
SACRAMENTO

One of Sacramento's most premier social hangouts for all interested in a good atmosphere, fun times and wonderful service. The club has 3 floors, with several areas featuring different music and crowds. Choose between the main dance floor, the side room or the main bar room, and don't forget about our large patio, which is an excellent hangout whenever the weather permits. A very central location, the junction of Midtown Sacramento's exposed 20th and K Streets.

FRIDAY NIGHTS
Viernes de Parranda 18+
con la banda!
@ 9:30PM

SATURDAY NIGHTS
SABADOS SIN CENSURA 21+
@ 9:30PM

SACRAMENTO'S PREMIER LATIN NIGHTCLUB
WITH THE AREA'S BEST OUTDOOR PATIO!

TOP 40'S

HIP HOP

SALSA

LIVE BANDA

1930 K STREET SACRAMENTO, CA 95811 VIP @ (916) 325-9000

WWW.MANGOSSAC.COM

@MangosSacramento @MangosSac @MangosSac

mango's ANTRO

sociales sociales sociales sociales sociales sociales sociale

Salma Hayek
acoge a sus hijastros en su familia

La actriz considera que en la familia que ha formado con Pinault hay cuatro niños, no uno, al incluir a su hija Valentina y a sus tres hijastros.

La maternidad cambió por completo la vida de Salma Hayek, convirtiéndose en su prioridad más absoluta y su mayor fuente de satisfacciones. Sin embargo, ahora no se plantea ampliar la familia dándole un hermanito o hermanita a su hija Valentina (8), ya que la mexicana considera que la pequeña ya cuenta con compañía suficiente gracias a Mathilde (15) y François (18), fruto del primer matrimonio de su marido, François-Henri Pinault, y Agustin (9), a quien el empresario francés reconoció legalmente tras una dura batalla judicial con su expareja, Linda Evangelista.

"Soy muy afortunada porque tengo tres hijastros, así que tengo una familia con cuatro niños. Cuatro ya es bastante", aseguró la mexicana a Entertainment Tonight, haciendo hincapié en la felicidad inabarcable que le proporcionan sus seres queridos.

PUNTOS DE DISTRIBUCIÓN

TV C & MAS MAGAZINE SINCE 2000

puntos de distribución puntos de distribución punt

NATOMAS
Re/Max Gold - Gerardo Rivera
Consulado de México
Taquería Rincón Alteño
El Burrito Taquería

NORTHGATE BLVD.
Smog Diagnostics
Jubilee Party Suppluy
Pelitos Salón de Belleza
Los Gallos Taquería
Re/Max Gold - Manny Toledo
Gabby's Market
Miriam Salón de Belleza
Fiesta Auto Insurance
Botánica Venus
Tacos La Piedad
Los Vaqueros
Las Delicias Mercado
Tacos La Piedad (Taco Truck)
El Primo Pizzería
Budget Mobile
Thifty & More
La Tatema Mexican Restaurant
Lola's Laundry
Mundo Latino
Boost Mobile
La Flor Pupusas Mexican-Salvadorian Restaurant
Marina's Restaurant
Jack's Donnuts
Mega Success Insurance
Star Beauty Salon
Nueva Imagen Beauty Salon
JB Ice Cream
Royal Prestige
Mr. Carnitas
La Jerezana Bakery
Taco Loco Mexican Restaurant
La Victoria Market

HOWE AVE.
Imagen Latina
Super Clips
Esmeralda Boutique
Taquería Garibaldi
Tapatio Brothers
Laundry
Beto's Tacos
Carnicería Familia López

FULTON AVE.
Los Nopales Carnicería
Laundry
La Flor Pupusas Grill
Insurance
Nueva Imagen Salón de Belleza
Toledo's Market
Artega's Market

RANCHO CORDOVA
La Popular Super Market
Adalberto's Mexican Food
San Miguel Restaurant & Taquería
Jalisco Market
Progressive Hair Salon
Laundry
El Favorito Taquería
Carnicería La Coloma Market
Las Américas Market
Soccer Futbol
Moroleón Boutique
Bésame Mucho Market
El Forastero Mexican Food
El Favorito Taquería

NORTH HIGHLAND
El Parian Taquería
Adalberto's Mexican Food
Islitas De Nayarit
Sol Cubano Restaurant
Cricket
Durango Western Wear
Carnicería Atoyac
Ola De Sueños
Joyería Los Ángeles
Los Ángeles Boutique
Taquería My Jalisco

DIXON
Mr. Taco Mexican Restaurant
Panadería Lupita
Panadería Azteka
El Verdusco Restaurant
Viva Supermercado
Carnicería Lupita
Maria's Mexican Food
Mexican Food Jalisco

VACAVILLE
El Patrón Mexican Food
Jalisco Mexican Food
Baldo's Mexican Food
Burrito Express
Taquería El Tejaban
Vacaville Wash & Dry
Murillo's Mexican Food
La Reina Carnicería
Paletería La Guadalajara
Taquería Hecho en México
4 Caminos Meat Market
Fashion 4 U
Gemas Salón de Belleza
Mexican Meat Market

FAIRFIELD
Baldo's Mexican Food
Jalapeños Salvadorean Restaurant
La Charrita Market
La Doña Mexican Food
Orenda's Boutique
Metro PCS
México BBA Income Taxes
Taquería La Mexicana
Seguros Lemus
Teres Hair Salon
Alejandro's Taquería
Guadalajara Fruit Bar
Bugambilias Restaurant
Kristina's Boutique
Tacos Michoacán
El Azteca Mexican Food
Jarritos Mexican Restaurant
Wonder Wash Coin Laundry
Joyería Centenario
México Meat Market
The Laundry Center
La Costa Azul
Panadería La Mexicana
Adalberto's Mexican Food

SUISUN
Puerto Vallarta Restaurant
La Cabaña Restaurant
Taquería Tepa

VALLEJO
Tacos Jalisco
Mi Jacalito
Las Palmitas Mexican Restaurant
Mi Ranchito Meat Market
Taquería La Bella
El 2 De Oros Market
Bere's Bridal
Estética Carina
La Michoacana Services
Seguros
Metro PCS
La Tapatia Market
Los Arquitos
Little Maya Bakery

AMERICAN CAYON
Tacos Michoacán
Jalos Mexican Food
Vargas Market
Taqueria L' Amigos

SOUTH SACRAMENTO
Pancho's Cosina Mexicana
Los Jarritos
Taqueria Maya
West Coast Mortgage
Gunters Ice Cream
La Rosa Azul
Coffee Yum Yum
D & J Laundry
King Jewelers
Taquería Espinoza
Carolina Mexican Food
Boost Mobil
Joe's Cookware
Estética Unisex Ivonne
Herbalife
Lupe's Boutique
Castelo's Beauty Salon
Los Vaqueros
Boost Mobil
Latinoamericana Travel
De La Rosa Salón de Belleza
Servicios Latinos
Deportes América
El Centro
Lica's Beauty Salon
Versatil Company
El Gallo Tacos & Mariscos
La Esperanza Mexican Food
Harvest Foods
La Esperanza Panadería
Superior Donnuts
Chicle Hair Salon
Lalo's Restaurant
Super Tortas Chilangas El Abuelo
JR Auto Glass
Discoteca Sánchez
Ola De Sueños
La Mexicana Bakery
Banco Accounting
Carnicería Lopez
Los Inmortales Taquería
Roberto González Attorney at Law
Rosales Medical Group
Monarcas Salón de Belleza
Planned Parenhood
Apoyo Financiero
Panadería La Michoacana
Zazon Guadalajara Grill
Joyería Ramos
Molcajetes Apatzingan
El Michoacano Mexican Food
Big Hog Battery
Shilhovette's Beauty Salon
Tortas Chilangas Ciudad Nezahualcoyoci
Carnicería Familia López II
USA Wheels & Tires
Acme Tops & Tunes
Mi Rancho Super Mercado
Las Islitas Restaurant
La Barca Taquería
Premier Insurance
Paraíso Comida Mexicana
Vission Salón De Belleza
La Costeña Mercado
La Soga Taquería
La Favorita Taquería
Monarcas Salón de Belleza
State Farm Insurance - Barbara Etrick
Panadería El Sol
La Victoria Market
Family Dental
Soccer México
Paletalandia
El Sol Panadería
Mi Tierra Market
Paris Salon
El Forastero Mexican Food
Las Palmas Carnicería
Taquería Mi estrella
Star Laundry
Carnicería González
El Super Taco
Las Palmas Bakery
San Juan Mexican Grill

ELK GROVE
Carnicería Lupitas
Maita Chevrolet

ROSEVILLE
Taquería El Tapatio
D' Luna Boutique
Metro PCS
Carolina's Mexican Food
Morenita Market & Taquería
Taquería María
Ola De Sueños
Laundry
Carnicería Familia López Market
Espinoza Western Wear
Taquería My Jalisco
Carnicería Del Valle
Señorial Mercado
Carnicería Tikal
Carnicería Valencia
Carolina's Mexican Food

NORWOOD
El Pollo Felix
Viva Supermercado

WEST SACRAMENTO
Launderland
La Purísima Mexican Bakery
La Rosa Market
Taquería Ay Jalisco
Arteaga's Supermarket
Betty's Beauty
La Noria Market
Dentist
Taquería Ay Jalisco #2
Doña Chuyita Mexican Food

WOODLAND
Tacos El Jalisciense
Launderland
El Charro 25
Kimberly's Family
Laundry The Wash
Taquería Guadalajara
México Express
Planet Travel
Fiesta Auto Insurance
Apoyo Financiero
Quetzal Mexican Food
Metro PCS
Super Burrito
Hecho En México Taquería
Deportes y Novedades
La Pasadita
Chispa Soccer
Labor 20 Services
Botánica
La Casa Del Charro
Cache Creek #2
Joyería Novelty
Coco's Boutique
Cuatro Milpas Mexican Food
El Torito Meat Market
Panadería Maná
Mariscos El Pantano
Tacos El Paisano
Ayala Jewelers
Cost U Less Insurance

CMAITA CHEVROLET

2007 Toyota Yaris

$5,788

STOCK# T43552

2006 Scion XA

$5,900

STOCK# S13541

2001 Toyota Echo

$5,988

STOCK# T44113

2013 Chevrolet Spark

$7,995

STOCK# S13455

2012 Nissan Leaf

$8,988

STOCK# T43858

2011 Hyundai Sonata

$8,995

STOCK# S13581

2009 Ford F-150

$21,990

STOCK# U4766

2013 Nissan Frontier

$22,499

STOCK# S13638

2014 Toyota Tacoma

$23,767

STOCK# S13594

2007 Toyota Highlander

$12,700

STOCK# T44080

2013 Nissan Rogue

$14,950

STOCK# U4805

2008 Hyundai Santa Fe

$14,990

STOCK# U4749

Y CIENTOS DE VEHÍCULOS MÁS! VISÍT

9650 Auto Center Drive, Elk Grove, CA, 95757

2003 Toyota Corolla

$6,140

STOCK# T43831

2007 Toyota Prius

$6,488

STOCK# T43914

2008 Dodge Avenger

$6,998

STOCK# S13604

2011 Ford Fiesta

$9,588

STOCK# T43213

2007 Toyota Tacoma

$19,250

STOCK# T43857

2012 Toyota Tacoma

$21,988

STOCK# T44036

2013 Ram 1500

$23,988

STOCK# 9003C

2007 Jeep Liberty

$7,995

STOCK# S13635

2008 Toyota Rav4

$12,320

STOCK# T44030

2014 Nissan Fogue Select

$15,788

STOCK# T43780

Nuestro Amable Personal Lo Atenderá en Español

Cesar Saucedo
916.833.1901

Ramiro Moran
415.297.6006

Enos en www.MaitaChevrolet.com

Número Directo: 916.647.8062

frecuencia web

un nuevo día

Esther Veronica
LUNES A VIERNES
7 a 10am

las palabras mágicas

Veronica Famoso
LUNES 10 a 11am
Repetición:
Miércoles misma hora

salud y armonía

Claudette Macias
MARTES 12am a 1pm
Repetición:
Viernes misma hora

planeta pop

Noe Llamas
LUNES A VIERNES
4 a 6pm

frecuencia deportiva

Miguel Fiore
Emilio Alonso
LUNES
6 a 7pm

entre amigas

Venique Fonseca
Alexia Rubalcaba
SÁBADOS
10 a 12am

PROXIMAMENTE! mini conciertos

3 Canciones de Cada Artista
JUEVES
10am a 2pm

frecuencia web