



IDEAS QUE TRANSFORMAN

DOSSIER: SER MEJORES ESPIRITUAL Y MENTALMENTE

ERIKA ZIELKE
CÓNSUL GENERAL
DE ESTADOS UNIDOS
EN NUEVO LAREDO

MARICARMEN CORTÉS
CELEBRA 20 AÑOS AL
FRENTE DEL IRISH
INTERNATIONAL SCHOOL
NUEVO LAREDO

ÓSCAR MARIO HINOJOSA
NOTARIA PÚBLICA 112
Y PRESIDENTE DEL COLEGIO DE
NOTARIOS PÚBLICOS
EN NUEVO LAREDO

ELSA CARRILLO
DIRECTORA EDITORIAL
DE LIGHTS MAGAZINE
REPRESENTA A MÉXICO
EN ISRAEL

ROLANDO RAMOS PICASSO
CEO RAM-BARR GROUP
Y VICE PRESIDENTE
TURISMO COPARMEX

BYD | CLEBER

¡YA ESTAMOS EN NUEVO LAREDO!



AV. REFORMA 3609, MADERO, 88270
NUEVO LAREDO, TAMPS.



8671875050



BYD Auto CLEBER



@byd_cleber



@byd_cleber

www.bydcleber.com



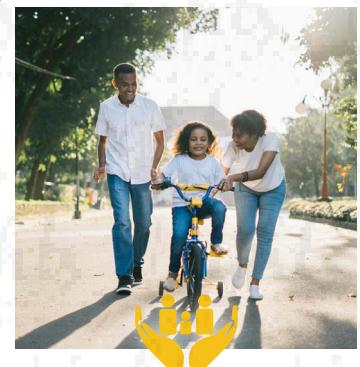
ENVÍANOS UN MENSAJE
VÍA WHATSAPP



Residencial
Fraccionamiento
Longoria



Excelente
ubicación



Asegura
bienestar



Clusters
privados

Residencial
Fraccionamiento
Longoria

CONSTRUYE
TU HOGAR O NEGOCIO
¡A TU MEDIDA!

LOTES RESIDENCIALES Y COMERCIALES

Pregunta por

DESCUENTOS Y PROMOCIONES



Bvd. Las Torres 705
Fraccionamiento Residencial Longoria
Nuevo Laredo, México

867 719 94 20
867 719 94 21

www.inmobiliariaexelco.mx



Inviero 2025 | Primavera2026

¿Cuántas veces pensamos en lo que nos falta y no disfrutamos lo que sí tenemos?

Hoy tenemos tanta información en nuestras manos, que también llega la desinformación.

Estamos hablando en el área mental, noticias internacionales y todo esto es gracias a la publicación inmediata donde muchos quieren ser líderes en noticias de última hora y también están los que quieren dar consejos de terapia sin tener las acreditaciones necesarias para tocar esos temas que requieren toda nuestra atención.

El lado espiritual es otro que debemos tomar en cuenta para sentirnos mejor, porque San Pablo en 1 de Tesalonicenses, nos dice que cuidemos de nuestro ser, espíritu, alma y cuerpo. También hay quien debate si el alma y el espíritu son uno mismo.

¿Qué podemos hacer para sentirnos felices hoy? Hay quien diría que nos desconectemos totalmente de las redes sociales, y sí conozco a quienes solo utilizan una aplicación y la revisan de vez en cuando y cuidan mucho qué dejan entrar a su vida y con qué personas se rodean.

No es fácil. Tanto para hombres y aun más para mujeres, qué debemos hacer para estar en sintonía con una sociedad que cada vez parece más alterada, pero te reitero: todo está en nosotros mismos, cómo nos hablamos y tratamos a los demás. También hay que tener cuidado en cómo tratamos a los niños o adolescentes y las etiquetas que usamos.

"Lo que creemos lo recibimos"

Una frase que a muchos nos mueve sentimientos. Nos hace tener más cuidado en lo que decimos y hacemos. Tal vez estamos viviendo un periodo de sólo pensar en nosotros, en que las riquezas materiales son lo que dan un estatus y no un buen hombre. ¿Qué dice la Biblia de esto? En Proverbios 22, encontramos que mejor es un "buen nombre que las muchas riquezas y la estima mejor que la plata y el oro". Cuán importante es recordar esto para nuestro día a día y ser mejores personas.

Por ello te preparamos esta edición y espero disfrutes tanto como nosotros.

Elsa Carrillo,
Directora Editorial
  @elsacarrillor
 +52 811 4107 692



SER MEJORES ESPIRITUAL Y MENTALMENTE

Dossier

Semper ad meliora

(Latín)

“Siempre hacia cosas mejores”.

Representa el esfuerzo continuo por crecer, mejorar y avanzar en la vida.



IDEAS QUE TRANSFORMAN



58

Liderazgo y modernización del hospital

Entrevista con el Dr. Mario A. Arreola Herrera



60

Emprender con estilo

Entrevista con Itzel Galarza de Studio 318



64

Tortillas de Harina "Los Mendoza"

Cuando la tradición se convierte en legado



62

Centro Educativo Bright Minds

Un lugar donde cada niño descubre su propio brillo



71

Miss Suzy Baby Sleep Coach

Tratamientos efectivos para mejorar el sueño del bebé

Fundador de Grupo Lasser Publicidad
Enrique Carrillo t

Directora General de Grupo Lasser Publicidad
Elsa Carrillo

Directora Editorial de Lights Magazine TV
Elsa Carrillo

Directora Creativa de Grupo Lasser Publicidad & Lights Magazine TV
Evelyn Carrillo

Editor en Jefe
Enrique David Carrillo

Colaboradores
Andrea Suárez
Ana Lilia Cruz
Héctor Santana López
José Luis Alfaro
Jazmín Martínez
Maricarmen Rigal

Corrección de estilo
Grupo Lasser Publicidad

Mercadotecnia & Redes Sociales
Lasser Publicidad



En portada:
Erika Zielke
Maricarmen Cortés
Óscar Mario Hinojosa
Elsa Carrillo
Rolando Ramos

Fotografía por:
Evelyncr Artes Visuales



66

20 Elsa Carrillo Ramírez

Debido al valioso contenido presentado a lo largo de los 10 años de Lights, es reconocida por el Estado de Israel e invitada al país para conocer las noticias actuales



54

56 Erika Zielke

Cónsul General de Estados Unidos en Nuevo Laredo, nos da una entrevista en exclusiva donde habla de la política actual



42

28 Migración y derechos

Entrevista con el cónsul de protección Carlos Enrique González, donde nos comparte información necesaria de preventión para los mexicanos

32 Rolando Ramos

El C.P.A Rolando Ramos celebra el evento de Teen Universe en Nuevo Laredo y su recién toma de protesta en la Mesa Directiva como Vicepresidente de Turismo en Coparmex

48 Óscar Mario Hinojosa

Por unanimidad y debido a su anterior gestión es reelegido como Presidente del Colegio de Notarios en Nuevo Laredo

52 Mrs. Maricarmen Cortés

Celebra 20 años de estar frente a Irish International School Nuevo Laredo. ¿Cómo ha logrado permanecer?

08 Sabiduría para la Vida

Varios pastores nos hablan de temas bíblicos y nos recuerdan alimentar nuestra vida espiritual.

24 Entrevista a Sergio Vela

La ópera, el tiempo y el arte, entrevista con una figura clave de la cultura en México

26 Cómo convertir tu creatividad en una marca

Artista mexicana y creadora de la marca Ana Tere Canales, quien lleva más de 10 años transformando el arte en productos, experiencias y proyectos con propósito

30 Nuevo Cónsul de Francia en Monterrey

El Cónsul General Pierre Raynaud llega a Monterrey y viene a dar continuidad y reforzar lazos entre la comunidad francesa y las autoridades mexicanas.

34 Vivir entre fronteras

Entrevista a Juan Carlos Mendoza Sánchez, Cónsul general de México en Laredo, Texas, donde habla sobre migración y realidades del mexicano en Estados Unidos



CONTACTO PARA PUBLICIDAD EN LIGHTS MAGAZINE

hola@lightsmagazinetv.com
elsa@lasserpublicidad.com
 +52 867 719 1642
Nuevo Laredo, Tamps. MX.

Lights Magazine Tv ® no. 65, año 11, aniversario 2025. Primera publicación abril 2015, es una revista editada por Lazzer Publicidad de Nuevo Laredo, S.C. Editora responsable Elsa Carrillo Ramírez. Registro de Marca MIXTA ante IMPI número 1791652. Impreso en México. Instituto Nacional del Derecho de Autor. Certificado de licitud de título y contenido en trámite ante la Comisión Calificadora o de Publicaciones y Revistas Ilustradas. Lights Magazine investiga sobre la seriedad de sus anunciantes pero no se responsabiliza por ofertas o comunicación relacionadas con los mismos. Prohibida cualquier reproducción total o parcial del contenido publicitario, gráficos o digital a menos que haya sido autorizado por escrito por la editora. Lights Magazine es independiente en su línea de pensamiento y no acepta necesariamente como suyas las ideas de los artículos firmados, siendo responsabilidad de los autores. Invierno 2025-prIMAVERA 2026. Fecha de impresión: 05 de enero 2026.

Ezequiel 37:1-14

El aporte de la ciencia en relación a la descomposición de los huesos humanos, es que a los 2 años de fallecida una persona, empieza la descompostura y el proceso dura hasta 50 años, por razón de las condiciones ambientales, como la humedad y el clima; en este contexto y tomando en cuenta el pasaje de la escritura, podemos entender por la frase de Ezequiel 37:2 (secos en gran manera) qué habían pasado varias décadas del deceso de esos cuerpos, en los que una vez estuvieron esos huesos; esta información reflexiva lleva a desarrollar los puntos siguientes:

1. ¿A quién pertenecían los huesos que vio Ezequiel?

- a) El versículo 11 de Ezequiel 37 dice que a la nación de Israel
- b) En la Iglesia, hoy a los que no tienen obras perfectas Apocalipsis 3:1-2 (tienes nombre de que vives, pero estás muerto)
- c) En el mundo a los perdidos. Efesios 2:1-2 (muertos en nuestros pecados y delitos)

EL VALLE DE LOS

2

¿Qué llevó a esta muerte al pueblo de Israel?

a) Su idolatría principalmente Éxodo 32:8

Pronto se han apartado del camino que yo les mandé; se han hecho un becerro de fundición, y lo han adorado, y le han ofrecido sacrificios, y han dicho: Israel, estos son tus dioses, que te sacaron de la tierra de Egipto.

b) La injusticia social. Amos 2:6-7

Así ha dicho Jehová: Por tres pecados de Israel, y por el cuarto, no revocaré su castigo; porque vendieron por dinero al justo, y al pobre por un par de zapatos. Pisotean en el polvo de la tierra las cabezas de los desvalidos, y tuercen el camino de los humildes; y el hijo y su padre se llegan a la misma joven, profanando mi santo nombre.

c) La corrupción. Miqueas 7:2

Faltó el misericordioso de la tierra, y ninguno hay recto entre los hombres; todos acechan por sangre; cada cual arma red a su hermano.

En el año 1000 a. C. la gloria de Dios llegó al templo, con la dedicación del templo de Salomón (1 Reyes 8:11.) y para el 570 a.C. Dios ya había abandonado el templo y es justo cuando tiene lugar la visión DEL VALLE DE LOS HUESOS SECOS. La corrupción espiritual, la terrible injusticia social y principalmente la idolatría los aniquiló; del mismo modo la injusticia, la corrupción y el amor y las prácticas intrascendentes más que a las cosas de Dios, mata al creyente contemporáneo, pasando a pertenecer AL VALLE DE LOS HUESOS SECOS.

HUESOS SECOS

¿A QUÉ SE
REFIERE LA
BIBLIA CON
ESTA FRASE?

Por: Lic. Ana Lilia Cruz, experta en Teología Cristiana

3 ¿Cuál es la solución a esta sequía espiritual?

- a) Ezequiel responde en el versículo 10 del mismo capítulo 37, la orden de Dios de la acción profética de Ezequías a los huesos muertos, quienes volvieron a la vida.
- b) Hoy la acción profética del creyente es la solución, según Juan 10:10, Para que tengan vida, y la tengan en abundancia.



CONCLUSIÓN:

En el hundimiento del TITANIC leí que hubo un detalle más triste y más serio que el mismo evento, y es que cuando el barco estaba en su apuro, a 15 kilómetros navegaba el barco California. El Titanic mandó su S.O.S., pero no hubo respuesta, ya que el California nunca recibió el mensaje, un amigo del operador de la radio estaba jugando en esos precisos momentos con el aparato de transmisión. Ese barco pudo salvar la vida de 1,502 personas que fallecieron ahogadas, pero estaba distraído. *Hoy del mismo modo, el mundo desesperado manda su S.O.S., pero no hay respuesta.*

La Iglesia, que somos los creyentes en la vida y resurrección de Cristo, tenemos en nuestras manos el poder extraordinario de dar vida a este mundo tan distraído. ¿O será que como en el texto anterior, la Iglesia está muerta? ☺

EN MATERIALES PARA CONSTRUCCIÓN TENEMOS LA SOLUCIÓN



Maderera Elizondo

PLOMERÍA
VARILLA
CEMENTO
BLOCK

FERRETERÍA
HERRAMIENTAS
ELÉCTRICA
TLAPALERÍA

y mucho más

ENTREGA A DOMICILIO
867 715 3500



SUC. MATAMOROS
AMADO NERVO 1754

SUC. LINCOLN
LINCOLN 1249

MATRIZ
GUERRERO 2221

SUC. 150 ANIVERSARIO
EMILIO MADERO 9715

SUC. HIDALGO
GONZÁLEZ 5502

SUC. MÉXICO
CÉSAR LÓPEZ DE LARA 2844



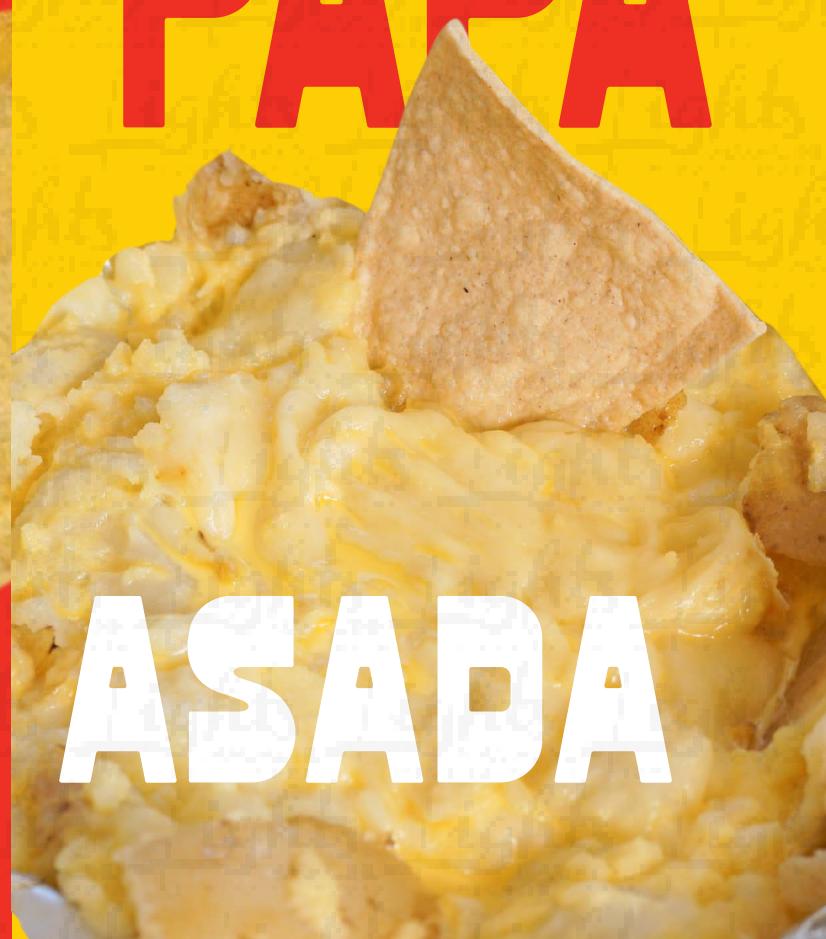


MARTES Y JUEVES
1/2 POLLO
GRATIS

EN LA COMPRA DE 1 POLLO ENTERO



**QUESADILLAS
GIGANTES**



**PAPA
ASADA**

Ensalada de
CODITOS



HAMBURGUESAS



Pollo Feliz

NO HAY OTRO MEJOR

MR

NUGGETS



Campeche 2314

NUEVO LAREDO, MÉXICO



¡COMEDOR ABIERTO!

Independencia 3504

TAQUITAS



La ciudad santa de Jerusalén

Por: Elsa Carrillo R

Entender Jerusalén y su historia no es sencillo cuando te preguntas el por qué y para quién es esa ciudad. Conocerla y entenderla, requiere lectura, oír las historias de los israelíes, de los judíos y tener una perspectiva abierta, para que ya sea tu corazón y tu mente los que decidan qué aceptar y qué creer.

¿Una Ciudad Santa?

Aunque muchos la llaman “la ciudad santa”, es una ciudad que confronta el por qué su importancia para las 3 principales religiones del mundo: el cristianismo, islamismo y el judaísmo. Pero La Torá y la Biblia no lo mencionan así.

Para los cristianos, la Biblia se centra en la persona y su relación con Dios. ¿Por qué todo lo que sucede en Israel mueve el tablero geopolítico y religioso?

Un pequeño recorrido

El Monte de los Olivos está el Cementerio Judío Har Hazeitim, antes de llegar a la Ciudad amurallada. Te comarto el siguiente dato: los restos de los judíos están enterrados con los pies en dirección hacia el Monte del Templo.

Después bajamos al Huerto de Getsemaní donde Jesús fue a refugiarse cuando fue perseguido por los romanos. Recordemos que fue ahí donde lloró y oró a Su Padre, para que de ser posible pasara de él ese dolor, al saber de la traición de Judas y su próxima crucifixión.

El Rey David, un estratega

David, el segundo rey de Israel, eligió a Jerusalén como ciudad política. Incluso no era una ciudad israelita, si no jebusea, que no pertenecía a ninguna de las 12 tribus de Israel. Por estrategia, el rey David eligió a Jerusalén como capital, ya que no pertenecía a ninguna tribu; David tomó la ciudad por ser neutral y fortificada. Fue así cuando el rey David decidió trasladar el Arca de la Alianza, cambiando así el movimiento de la capital; fue así cuando se convirtió en un centro espiritual. Por ello, es llamada la ciudad de David.

La Puerta de los Leones es una de las entradas a la Ciudad Amurallada, para entrar a la Vía Dolorosa y recorrer las 12 estaciones o paradas que realizó Jesús, antes de ser crucificado. Además están La Puerta de Jaffa que es una de las entradas más populares, la Puerta de Sión, Puerta Nueva, la Puerta de Herodes, y la Puerta cerca al Muro de los Lamentos (Western Wall); Por último está la Puerta Dorada, la más esperada en ser abierta, porque se espera se abra cuando venga el Mesías, según la tradición judía.

Mahoma, el profeta del Islam nació en La Meca, en Arabia Saudita pero Mahoma no vivió en Jerusalén. ↗

Para recordar:

Jesús nació en Belén, creció en Galilea y comenzó su mensaje en otros caminos; pero al final llegó a Jerusalén y es ahí donde fue juzgado y según la fe cristiana, se elevó al Cielo.



*Jerusalén un lugar
donde las historias
deben cerrarse*

José el Soñador

Reconciliación
y perdón

Por: Pastor José Luis Alfaro | Iglesia Emmanuel, Asambleas de Dios.

Una de las historias más inspiradoras, conmovedoras e impactantes en el Antiguo Testamento es la de José El Soñador. Su vida nos relata cómo el amor de un padre puede provocar envidia entre los hermanos y cómo el ser fiel a Dios aun en la cárcel, traerá su recompensa. Aun en las peores situaciones, Dios saca lo mejor y lo trabaja para nuestro bien.

José tuvo que pasar más de trece largos años aproximadamente de pruebas que lo llevarían de la humillación a la grandeza, cada circunstancia lo capacitaría para cosas grandes hasta convertirse en gobernador de Egipto.

El sueño que molestó a sus hermanos

José creía que mediante sus sueños recibía mensajes sobre acontecimientos futuros. Uno en especial fue el que más molestó a sus hermanos. Se vio a sí mismo atando gavillas de trigo en el campo, y mientras la suya se mantenía derecha, las de sus hermanos se agachaban ante la de él. Otro sueño fue cuando vio que el sol, la luna y once estrellas se postraban ante él. Pero esto también molestó a su padre Jacob.

“Y lo contó a su padre y a sus hermanos; y su padre le reprendió, y le dijo: ¿Qué sueño es este que soñaste? ¿Acaso vendremos yo y tu madre y tus hermanos a postrarnos en tierra ante tí?”

Génesis 37:10



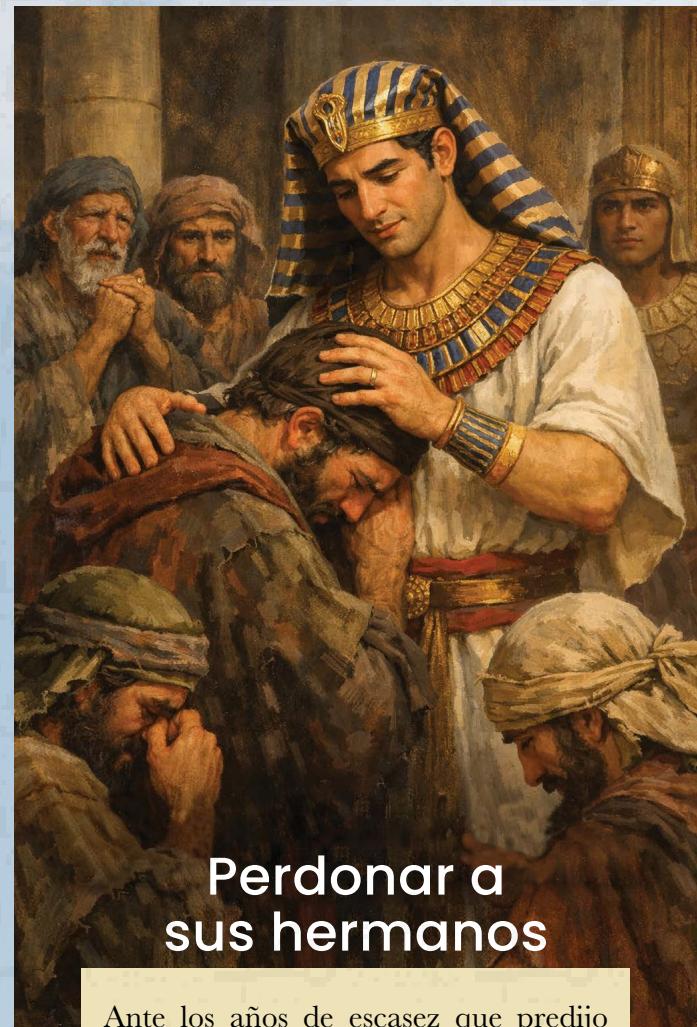
Esto no quedó solo en un simple mensaje. Este en especial hizo que sus hermanos le tomaran un especial enojo y decidieran deshacerse de él; pero había dos de ellos que no estaban de acuerdo en matar a alguien de su propia sangre: Rubén y Judá. Finalmente decidieron realizar el plan de Judá que era venderlo como esclavo por 20 monedas de plata y hacerle creer a su padre, mediante la túnica especial que le había regalado, entregarla manchada de sangre, que lo había devorado un animal.

Otra prueba

José terminó en Egipto en la casa de Putifar; la mujer de este, deseaba a José que era de buen parecer, pero él decidió no ceder, lo que provocó que fuera encarcelado. Aun en medio de este sufrimiento, José halló gracia ante el resto de los prisioneros y siguió interpretando sueños. Pasaron dos años y el faraón tuvo un sueño y necesitaba interpretación.

Un sueño era donde veía a siete vacas enfermitas que devoraban a otras siete vacas saludables que estaban a lado del Río Nilo. Para interpretar este sueño, el copero del rey, recordó que José interpretó varios sueños estando en prisión; José ante todo, aclaró que él solo era un instrumento de Dios. Le dijo que serían siete años de abundancia y siete años de escasez por lo que tendrían que cuidar y juntar alimentos y provisiones. José se convierte en su consejero principal.

Lo increíble de esta historia de José es cómo puso a Dios siempre en primer lugar y su historia es relatada en el Corán, como ejemplo del perdón. Su historia es ejemplo de motivación y confianza en Dios, en que aun cuando tu familia te abandone, tus cercanos no crean ti, Dios abre puertas donde menos y con quien menos lo esperamos. ↗



Perdonar a sus hermanos

Ante los años de escasez que predijo José, sus hermanos llegaron a Egipto, pero no le reconocieron. La sorpresa para ellos fue que José al decirles de su cambio de vida donde Dios lo colocó, les perdonó y les reiteró que ese había sido el plan de Dios.



Iglesia Emmanuel Nuevo Laredo

Calle Corona 1016 col. Hidalgo

Jesús libera al endemoniado

Por: Pastor José Luis Alfaro, Iglesia Emmanuel, A.D.

En esta historia, Jesús demuestra su poder sobre el reino espiritual. En la ciudad de Gerasa, (donde hoy se ubica Jordania) cuando Jesús llega con sus discípulos, un hombre se acerca a él; lamentablemente es imposible detenerlo, ya que rompe las cadenas y se lastima a sí mismo.

Jesús le pregunta, ¿cómo te llamas? Y él responde
“Me llamo legión porque somos muchos”.

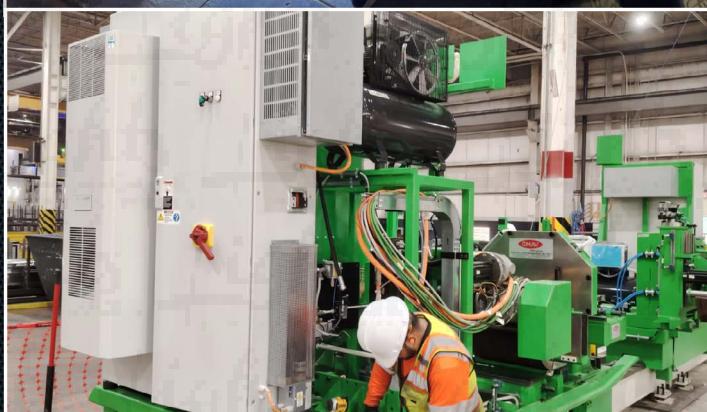
Pero estos demonios le ruegan a Jesús que los eche sobre una manada de cerdos; para salir del hombre, estos se echan sobre un precipicio y se ahogan. Los presentes al ver lo ocurrido y que el hombre es libre ahora, temen y le piden a Jesús que se vaya por favor de su región. El hombre que fue libre, quiere acompañar a Jesús, pero Él le pide que mejor se quede en su región y a contar sobre las grandes cosas que hizo por él.

Y le rogaron todos los demonios, diciendo: Envíanos a los cerdos para que entremos en ellos. Y luego Jesús les dio permiso. Y saliendo aquellos espíritus inmundos, entraron en los cerdos, los cuales eran como dos mil; y el hato se precipitó en el mar por un despeñadero, y en el mar se ahogaron.

Marcos 5,12:13



Esta es la mejor interpretación de la historia: Jesús muestra cómo el alma del hombre vale más que la vida de unos animales. Los habitantes del pueblo estaban más preocupados por los cerdos que por el alma del mismo hombre; para los judíos los cerdos son impuros, y se interpreta que es un buen relato de cómo encerrar a los malos espíritus. +



**INGENIERÍA Y SOLUCIONES
QUE GENERAN CONFIANZA**

**INSTALACIONES
MECÁNICAS Y ELÉCTRICAS**

**MANUFACTURAS INDUSTRIALES
Torno y fresadora**

**SOLDADURA EN GENERAL
Estructura y carpintería metálica**

[mgaindustrialgroup](#)

[MGA Industrial group](#)



956 470 0460

Laredo, Texas

www.mgaindustrialgroup.com





Lic. Maricarmen Rigal, fundadora de Común-Ati nos habla acerca de

CÓMO ELEGIR A UN BUEN ESPECIALISTA DE LA SALUD MENTAL

Común-Ati cumple 40 años de dar soporte necesario a personas con diagnóstico de salud mental.

Por: Lights Magazine

MR: Maricarmen Rigal

¿Aumentan los casos de depresión en Año Nuevo?

MR: Creo hay mitos. Las personas con depresión y ansiedad; sí hay depresión y ansiedad infantil. Tenemos que ser cuidadosos con estos temas, porque es una enfermedad, un proceso químico del cerebro que los agrava, que en ocasiones se agravan cuando las familias los presionan, asociándolos con el inicio de año.

¿Cómo seleccionar al terapeuta con el que vas a atenderte? Porque no todos están dispuestos en buscar al mejor médico con el que pueda conectar.

MR: Hay diferentes terapeutas con diferentes entrenamientos. La persona debe sentir que va a poder con el terapeuta un proceso que le va a permitir enfrentar y solucionar la problemática que va a vivir. No hay recetas para esto, pero la persona se puede dar cuenta si tiene empatía y si puede sentir que el médico o terapeuta le está siendo funcional.

La depresión clínica es depresión y no tiene que ver con una estación del año



La estadística dice que para 2030 la segunda causa de ausentismo laboral será la depresión

¿Qué sucede cuando los que están sufriendo la enfermedad no quieren externar que necesitan apoyo?

MR: Esto es muy particular a cada caso. Se requiere una muy buena red de apoyo, para que tomen una mejor forma de enfrentar una forma que no pueden; los varones tienen a somatizar, pero son situaciones que no podemos generalizar; a diferencia de las mujeres que van de doctor en doctor. Hay desinformación en el mismo gremio médico, y hay que ser muy cuidadosos al dar esta información.

¿Qué hay de los coach de autoayuda y retiros espirituales al inicio de año?

MR: Eso no es profesional. Un médico hace carrera y posgrado. No entiendo cómo hay personas que se sienten capaces de atender a alguien sin neutralidad. Hoy en internet vemos cursos de diferentes especialidades; siempre lo ha habido, pero ahí depende de la ética de cada quien, eso ya va a depender de la persona en quién quiera creer.

¿Cómo preguntarle al médico si puede atender emergencias y para él qué son las emergencias del paciente?

MR: Cuando uno hace un encuadre clínico del paciente y convenio, el médico se hace responsable de ese bienestar y asume la responsabilidad, por eso hay que tener cuidado. ↗

BASI CUMPLE

20 AÑOS



Forever Forward: creemos muy fuertemente lo que dice el slogan, es nuestra meta y manera de trabajar”

Lic. Juan Ballesteros

Por: Lights Magazine



BASI ha trabajado muy de cerca con los clientes que manejan, y se ha expandido gracias a las recomendaciones de sus clientes, quienes son su mejor carta de presentación.

El inicio de BASI, fue en Laredo, Texas, para seguir en Nuevo Laredo, Monterrey Nuevo León, (Pesquería); Manzanillo, Ciudad de México y Querétaro; en esa última ciudad estamos abriendo brecha. Se enfocan en la parte terrestre mediante Nuevo Laredo, y la parte marítima con el continente asiático.

El deporte es donde han apoyado y participado con Los Tecolotes de los Dos Laredo, carreras locales y apoyado a los niños en eventos nacionales como en fútbol y básquetbol.





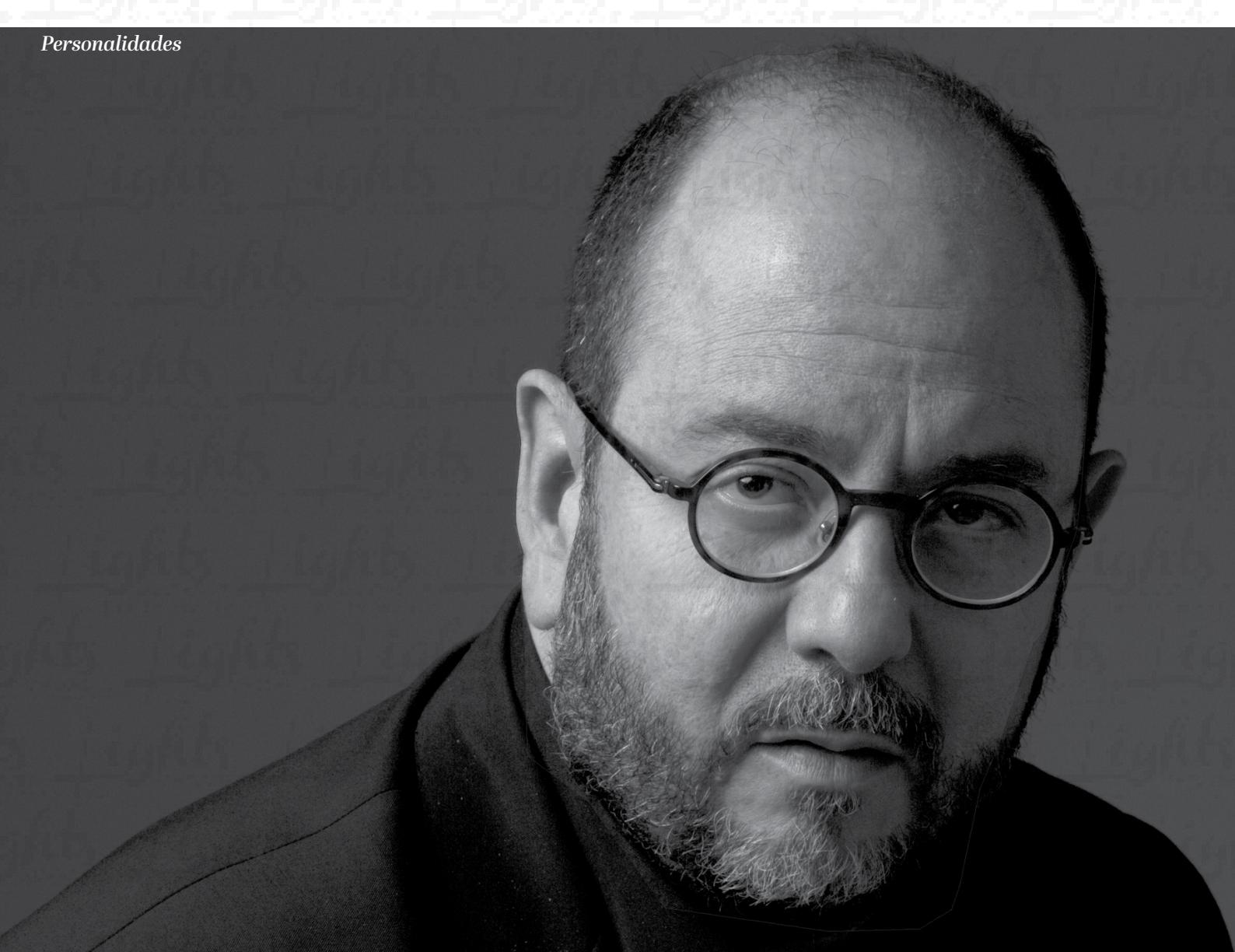
"Me gustaría felicitar al gobierno de Nuevo León que están apoyando a las nuevas empresas, eso también nos está ayudando a crecer en el puerto de Nuevo Laredo"



www.basilogistics.com

867 719 4649

Priv. Texas 11, Col. Río Bravo
Nuevo Laredo, México



SERGIO VELA

Director general de Arte y Cultura del Centro de Arte y Cultura Ricardo B. Salinas Pliego

Por: Lights Magazine

Su mirada sobre la ópera, el tiempo y el arte ha marcado una vida dedicada a la gestión cultural en México. Desde muy joven, Sergio Vela ha sostenido su trayectoria en un trípode profesional. El primero es la cátedra, heredada de una tradición familiar ligada a la enseñanza. El segundo es la gestión cultural, entendida como la mediación entre la obra artística y el público, labor que ha desarrollado tanto en instituciones públicas como en el ámbito privado.

Fotografía: Guillermo Kahlo

Fue Gerente Artístico y posteriormente Director de la Ópera de Bellas Artes, además de presidir el Consejo Nacional para la Cultura y las Artes y colaborar como consejero en diversos proyectos culturales. Actualmente se desempeña como Director de Arte y Cultura del Centro de Arte y Cultura Ricardo B. Salinas Pliego.

El tercer eje es su vida creativa personal: la escritura, la puesta en escena y la ópera, áreas que responden a convicciones profundas y han definido su ejercicio profesional.

La formación y la enseñanza

Pertenezco a una familia de juristas y consideré que la formación jurídica me otorgaría una estructura mental para comprender la sociedad, aunque siempre supe que mi vida estaría orientada al arte. Nunca he abandonado el Derecho; simplemente descarté el litigio muy temprano, porque no es lo mío. La formación jurídica no se abandona nunca.

A mis padres les debo mi formación cultural y artística, así como el gusto por aprender idiomas.

El descubrimiento de la ópera

Muy joven, en una función inolvidable, quedé profundamente fascinado por la ópera. Ese amor despertó una gran ternura en mis padres, quienes me regalaron un libro cuando tenía seis años. Los domingos, en familia, nos reuníamos a escuchar música.

Puede ser intimidante ver una puesta de ópera, ¿qué puede decir al respecto?

SV A veces puede resultar intimidante por lo inaccesible que parece el libreto. Hoy podemos leer fácilmente la trama de cualquier ópera. A quienes quieran acercarse, les diría que no le tengan miedo. Es importante saber de qué trata, cuántos actos tiene y entender su estructura. Recomiendo leer el libreto antes de ver un video. Existen páginas como kareol.es, donde se pueden consultar textos y grabaciones. Escuchar primero con el texto es una excelente manera de comenzar; los elementos visuales pueden incorporarse después.

El sistema de supertitulajes ha sido una herramienta fundamental, pues elimina el pretexto de “no voy a ir porque no voy a entender o me voy a aburrir”.

¿Qué obras recomendaría para quienes se inician en la ópera?

SV Recomendaría comenzar con comedias de Mozart como La flauta mágica o Las bodas de Fígaro. También El barbero de Sevilla y La Cenicienta de Rossini. Las obras de Puccini tienen un gran empuje emocional y agilidad dramática, ideales para un primer acercamiento. No recomendaría iniciar con Wagner, ya que puede resultar complejo para algunos.

Vivimos en una época acelerada y se ha perdido el hábito de escuchar una obra completa o leer un libro.

Para quienes desconocen su conexión con Wagner

SV Wagner es fascinante por su uso del mito. Las leyendas permiten múltiples interpretaciones y aluden a la condición humana de forma muy elocuente. Su música es sumamente seductora. Un consejo general para acercarse al arte es darse tiempo. Vivimos en una época acelerada y se ha perdido el hábito de escuchar una obra completa o leer un libro. El tiempo y el silencio son fundamentales; yo los defiendo siempre.

¿Qué mensaje darías a quienes desean hacer del arte y la cultura un proyecto de vida?

SV Es importante satisfacer la curiosidad personal. A los jóvenes que creen que del arte y la cultura no se puede vivir, les diría que no es cierto. Toda decisión debe partir de la vocación, asumida con seriedad, rigor y esmero. El aprendizaje debe convertirse en algo permanente y la curiosidad debe acompañarnos durante toda la vida. 



Cómo convertir tu CREATIVIDAD en una marca

Ana Tere Canales:

arte, identidad y visión empresarial

Por: Lights Magazine

En un contexto donde la creatividad suele reducirse al talento artístico, Ana Tere Canales propone una visión distinta: crear también implica construir identidad. Artista mexicana y directora de su propia marca, ha transformado su práctica creativa en un proyecto que integra arte, diseño y emprendimiento con autenticidad.

Formada en Diseño Industrial, inició su carrera en entornos corporativos y consultorías creativas, donde adquirió estructura y pensamiento estratégico. Sin embargo, la expresión artística seguía siendo un espacio personal pendiente. Volver a pintar y experimentar con materiales marcó el inicio de un camino que pronto trascendió lo individual.

| Toda marca auténtica nace primero como una exploración personal.

Del arte íntimo al objeto cotidiano

La idea de llevar el arte más allá del lienzo marcó un antes y un después. Fundas para celular, agendas, planners y piezas intervenidas a mano comenzaron como un ejercicio creativo sin una intención comercial clara. La respuesta fue inmediata: interés, pedidos y recomendaciones que revelaron el potencial de convertir ese proyecto personal en una marca con propósito.



Cuando el arte se integra a la vida cotidiana, deja de ser accesorio y se vuelve identidad.





Identidad, autoría y marca

Construir la marca implicó tomar decisiones conscientes: firmar las piezas, diseñar un empaque propio y asumir la autoría como un valor diferencial. Cada elemento fue pensado para comunicar identidad. Con el tiempo, esta visión la llevó a colaborar con marcas nacionales e internacionales como Mary Kay, Lincoln y Fossil, demostrando que el arte puede dialogar con el mundo empresarial sin perder su esencia.

La autoría es el elemento que transforma un objeto en una pieza con significado.

La creatividad crece cuando se acompaña de estructura y constancia.

Riesgo, disciplina y crecimiento

El crecimiento trajo uno de los momentos más decisivos: dejar un empleo estable para dedicarse de lleno a su marca. Lejos de idealizar el proceso, entendió que la creatividad también requiere disciplina, estructura y compromiso. Tratar el proyecto como un trabajo formal fue clave para convertir la pasión en un modelo sostenible.

La creatividad como práctica diaria

Más allá del negocio, Ana Tere defiende la creatividad como una práctica accesible. Dedicar unos minutos al día a observar, crear o escribir puede transformar la forma en que habitamos nuestro entorno. Para ella, la creatividad no es un don exclusivo, sino una habilidad que se cultiva con intención. ↗

Crear todos los días es una forma de habitar el mundo con intención.

ENTREVISTA COMPLETA



anaterecanales

Ana Tere Canales

anaterecanales.com

Plaza Ellion

Av. Manuel Gómez Morín 918
Villas de Aragón, 66265
San Pedro Garza García, Nuevo León

Migración y derechos

lo que los consulados de México quieren que sepas

Por: Lights Magazine

En un escenario de aplicación cada vez más estricta de las políticas migratorias en Estados Unidos, el miedo y la desinformación siguen marcando la experiencia de miles de mexicanos. Para aclarar qué funciones tiene un consulado y cuáles son los derechos que se mantienen, Lights Magazine conversó uno a uno con **Carlos Enrique González, Cónsul de Protección de México en Austin**, quien explica los principales alcances del trabajo consular y las herramientas de apoyo disponibles para los connacionales.

¿Por qué muchas personas migrantes tienen miedo de acercarse al consulado?

Porque existe la creencia de que acudir al consulado implica exponerse ante las autoridades migratorias. Eso es falso. El consulado no comparte información con ninguna autoridad y opera como un espacio protegido por la Convención de Viena. Nuestro objetivo es orientar y proteger a los connacionales, no ponerlos en riesgo.

“

El consulado es una zona segura.
Jamás compartimos información con autoridades migratorias.”



Carlos Enrique González, Cónsul de Protección de México en Austin, TX

¿Qué es el Programa de Asesorías Legales Externas (PALE) y para quién funciona?

PALE es una herramienta fundamental porque nosotros, como funcionarios consulares, no podemos ejercer como abogados en Estados Unidos. A través del programa canalizamos a las personas con abogados certificados y organizaciones sin fines de lucro que brindan asesorías legales, muchas veces gratuitas o con apoyo económico del consulado.

¿Han cambiado las políticas migratorias en Estados Unidos?

La ley migratoria no ha cambiado, pero sí la forma en que se aplica. Hoy vemos un endurecimiento en su ejecución y un menor margen de discreción por parte de las autoridades. Esto ha provocado, por ejemplo, la negación casi total de permisos humanitarios que antes podían considerarse a nivel local.

Informarse y acercarse al consulado siempre será mejor que vivir con miedo o caer en fraudes.

¿PALE solo aplica para temas migratorios?

No. Si bien muchos casos son migratorios, también atendemos asuntos laborales, civiles, familiares e incluso accidentes vehiculares. El objetivo es que las personas tengan acceso a orientación legal confiable, independientemente de su situación migratoria.

¿Qué ocurre cuando una persona es detenida o deportada?

El consulado interviene para garantizar el acceso consular, verificar que no haya abusos, contactar a familiares y orientar sobre posibles alternativas legales, como los perdonés migratorios, cuando el caso lo permite. No todas las situaciones tienen solución, pero la información clara evita decisiones tomadas desde el miedo.



Relaciones Exteriores
Secretaría de Relaciones Exteriores



10 AÑOS DE COMPARTIR LOS MEJORES MOMENTOS

JUÁREZ 1609 • AV MUNICIPIO LIBRE 4705
NUEVO LAREDO, MÉXICO

7901 SAN DARÍO AVE, STE B
LAREDO, TEXAS

Chilaquiles con carne



Bienvenue Monsieur

CÓNSUL GENERAL DE FRANCE Á MONTERREY

Pierre Raynaud

Por : Elsa Carrillo | Directora Editorial

EN EXCLUSIVA PARA LIGHTS MAGAZINE

Estuvimos en las Oficinas del Consulado General de Francia en Monterrey con el nuevo Cónsul Pierre Raynaud y en una amena plática nos contó cuáles son los planes durante su gestión en el noreste de México.

Los vínculos entre el noreste de México y Francia son principalmente los académicos y culturales. —

Cónsul Pierre Raynaud

Estamos viviendo cambios en la geopolítica, ¿Qué tan urgentes son los acuerdos políticos entre Francia y México?

Pienso que la verdadera urgencia del planeta es que vive un cambio urgente en el cambio climático. Sumado a la guerra de agresión de los rusos hacia Ucrania y lo que sucede con Israel y la Franja de Gaza. Hemos elaborado un sistema mundial muy interactivo, cuando se mueven las reglas, todo el mundo lo resiente.

¿Cómo piensa llevar Francia el Acuerdo de París aun con la salida de Estados Unidos?

Pienso que lo va atrasar, pero no hay remedio; hay que reducir las emisiones de gases y efecto invernadero. Tenemos prisa porque la temperatura del planeta está subiendo, con 1 ó 3 grados Celsius, estamos hablando ya de incendios. Por ejemplo, en noviembre nos reunimos en Brasil con la COP30.

Los franceses que se establecen en México, ¿cuál es la principal actividad o motivo de su estadía?

Muchos se quedan porque tienen la doble nacionalidad, y es muy precioso que la gente de Francia se quede en México, porque han contribuido a la expansión de Monterrey; algunos franceses se quedan por relaciones personales. En el mundo hay 3,000,000 franceses fuera de Francia y muchos son binacionales.

¿Cómo ha sido el acercamiento de las empresas francesas con el Consulado?

He platicado con algunas de ellas y parecen estar muy bien. Visité en Torreón a una empresa que se dedica a la industria automotriz; debemos de seguir viendo por la armonía en las relaciones laborales, así que creo que el ser humano está hecho para unirse y no para separarse. Lo que he visto en Monterrey, Saltillo y Torreón en mis recientes visitas es mucha unión.

Los lazos comerciales y culturales de FRANCIA en MÉXICO buscan reforzarse.

¿Cómo fue que se convirtió en Cónsul?

En mi carrera buscaba ser Cónsul, como un sentido grande de fraternidad y de proteger a los franceses presente en los 3 estados de la circunscripción (Nuevo León, Coahuila y Tamaulipas). Tengo 3 años para armar una comunidad francesa con los mexicanos. Cuando me preguntaron si me interesaba venir a México, dije que sí; ahora que en 2026 gracias a Aeroméxico tendremos algunos vuelos directos Monterrey-París y me sentí más contento. Pero respondiendo a tu pregunta, el armar una comunidad francesa solidaria para tener proyectos de cooperación, es lo primero. Aquí hay una potencia industrial increíble y me gustaría que fuera una zona fuerte de vínculo entre Francia y México.

¿Cuáles son los otros planes para aumentar la economía y turismo en Nuevo León?

En tema de economía circular hay mucho por hacer en esta parte del país; de energía hasta basura. Vamos a trabajar sobre el turismo en Nuevo León con un clúster francés que se dedica al fomento de montaña en todas partes del mundo, desde senderismo hasta agrodeporte. La capacidad de bienvenida de los mexicanos a los franceses, es una energía sostenible. ↗

 @FranciaenMexico



*Liberté
Égalité
Fraternité*



Diplomacia en tiempos de REDES SOCIALES

Por: Jazmín Rosario Castillo Aguirre

Departamento de Prensa y Medios de Comunicación del Consulado General de México en Laredo.

En poco más de una década las redes sociales pasaron de ser espacios de interacción personal a convertirse en herramientas centrales de comunicación pública. Su expansión transformó la manera en que las instituciones gubernamentales informan, dialogan y se relacionan con sus audiencias. En el ámbito consular, este cambio ha sido especialmente significativo: las comunidades mexicanas en el exterior consultan información principalmente a través de plataformas digitales, lo que convierte a las redes sociales en una extensión inmediata del trabajo cotidiano de un consulado.

Las redes sociales cumplen funciones esenciales para los organismos públicos. Ampliar el alcance informativo, segmentar audiencias, facilitar el acceso a servicios y promover entornos de interacción directa son hoy componentes indispensables de la gestión pública moderna. La comunicación digital dejó de ser un mecanismo unidireccional y se ha convertido en una estrategia que permite conectar con ciudadanos que demandan mensajes claros, oportunos y confiables.

En este contexto las redes sociales se han consolidado como un elemento

fundamental de la diplomacia pública. La diplomacia contemporánea reconoce que la relación entre instituciones y comunidades no depende únicamente de actos formales, sino también de los espacios digitales donde se comparte información, se fomenta la participación y se construyen vínculos sociales. La llamada diplomacia digital describe precisamente este proceso: la presencia institucional en redes no sólo difunde mensajes, sino que escucha, interactúa y genera identidad.

Para los consulados esta dimensión digital adquiere un valor particular. La población migrante y transfronteriza requiere información accesible, actualizada y confiable. Las redes sociales permiten cumplir esta función al ofrecer canales inmediatos para explicar trámites, anunciar actividades comunitarias, difundir alertas, promover eventos culturales, orientar sobre protección preventiva y resolver dudas que antes sólo podían atenderse de manera presencial.

Al mismo tiempo el uso cotidiano de redes sociales fortalece la confianza ciudadana. Estudios sobre administración pública digital muestran que la transparencia, la claridad informativa y la capacidad de respuesta influyen

de manera positiva en la percepción institucional. Una presencia activa y coherente permite mostrar procesos, explicar decisiones y documentar acciones, lo que incrementa la accesibilidad y mejora la experiencia de los usuarios. Para un consulado cuyos servicios son diarios y diversos, esta confianza digital es indispensable.

En el caso del Consulado General de México en Laredo las redes sociales se han convertido en un puente directo con la comunidad. Difundir información sobre documentación, protección preventiva, actividades culturales y programas comunitarios facilita el acceso a los servicios y fortalece los vínculos en la región de los Dos Laredos. La comunicación digital nos permite responder con rapidez, explicar procedimientos de manera sencilla y acompañar a una población que requiere orientación constante.

Actualmente nuestras plataformas reúnen a 26,563 personas que siguen de cerca el trabajo diario del Consulado. Invitamos a toda la comunidad a sumarse a estos canales oficiales, donde actualizamos información diariamente y atendemos consultas de forma directa: **@consulmexlaredo en Facebook, Instagram y X.**



Queridos lectores de Lights Magazine,

Desde la Embajada de Israel en México, queremos agradecerles sinceramente por su apoyo a Israel y por su amistad fiel. Valoramos profundamente su cercanía, sus oraciones y el amor que expresan hacia el pueblo y la tierra de Israel.

Les deseamos un Año Nuevo lleno de bendición, paz y esperanza.

Que sea un año en el que la fe guíe cada decisión y la esperanza ilumine cada paso.

Para finalizar, compartimos este versículo:

*“Oren por la paz de Jerusalén;
sean prosperados los que te aman.”*

(Salmos 122:6)



Con aprecio y gratitud,
Embajada de Israel en México.

Dahlia Neumann



VIVIR ENTRE FRONTERAS

MIGRACIÓN Y REALIDADES DEL MEXICANO EN EE.UU.

Por: Lights Magazine

C on casi siete años al frente del Consulado General de México en Laredo, Texas, el cónsul Juan Carlos Mendoza Sánchez ha vivido de primera mano los cambios políticos, migratorios y económicos que hoy definen la frontera entre México y Estados Unidos. En entrevista con Lights Magazine, el cónsul compartió su visión sobre la labor consular, los riesgos migratorios, el uso de visas y el papel estratégico de Laredo en la relación bilateral.

La frontera: una experiencia única en el servicio exterior

Con 35 años en el Servicio Exterior Mexicano, Mendoza Sánchez reconoce que la frontera representa uno de los retos más complejos de su trayectoria. A diferencia de otros destinos diplomáticos, Laredo exige una presencia constante en ambos lados de la frontera.

“El cónsul general no solo representa a México en Estados Unidos; también tiene una presencia permanente del lado mexicano”, explicó. La frontera, dijo, solo se entiende viviéndola, pues concentra temas migratorios, económicos, sociales y humanos de alta intensidad.

“

*No importa qué pase,
Estados Unidos requiere
a México.”*

Un consulado cercano y humano

Uno de los pilares de su gestión ha sido la cercanía con la comunidad. Para el cónsul, el consulado no puede limitarse a emitir documentos, sino que debe ser un espacio de acompañamiento y confianza.

Por ello, mantiene una agenda activa en centros de detención migratoria, cortes, universidades, iglesias, organizaciones civiles y encuentros empresariales. “El consulado debe ser un miembro más de la comunidad”, afirmó, destacando que la transparencia y la rendición de cuentas son fundamentales para fortalecer la relación con los mexicanos en el exterior.

Protección consular: el rostro más difícil

Mendoza Sánchez señaló que el área de protección consular es una de las más complejas, ya que enfrenta diariamente tragedias humanas: detenciones, deportaciones, separación de familias y fallecimientos.

“En protección se convive todo el tiempo con historias muy duras”, explicó. Por ello, el personal requiere preparación, empatía y, en muchos casos, rotación constante para poder afrontar la carga emocional. Cada caso, subrayó, es distinto y debe analizarse de manera individual, considerando el impacto familiar y social.





Visas de turista y riesgos frecuentes

Uno de los mensajes más claros del cónsul fue la advertencia sobre el uso indebido de las visas de turista. Recordó que este documento permite estancias de hasta 180 días, pero no autoriza vivir ni trabajar en Estados Unidos. Acciones que parecen menores, como permanecer largos períodos, mentir a un oficial migratorio o incurrir en faltas legales, pueden derivar en la cancelación de la visa o en consecuencias migratorias graves.

“El problema surge cuando se usa una visa de visita como si fuera de residencia”, señaló, advirtiendo que las autoridades cuentan con sistemas avanzados para detectar patrones irregulares.

Laredo: comercio, migración y futuro económico

A pesar de los discursos políticos y la incertidumbre comercial, el cónsul se mostró optimista sobre el futuro de la relación entre México y Estados Unidos. Destacó que ambas economías son complementarias y que México es un socio estratégico indispensable. Laredo juega un papel clave: por este puerto terrestre cruza más del 40% del comercio bilateral. Además, más del 90% de su población es de origen mexicano, lo que genera una dinámica distinta a la de otros puntos de Texas. “La prosperidad de Laredo está directamente ligada a México”, afirmó, subrayando que, pese a las tensiones políticas, la cooperación económica y social seguirá siendo una realidad inevitable.

Asilo político y deportaciones

El cónsul explicó que el asilo político en Estados Unidos está diseñado para personas perseguidas directamente por el Estado en su país de origen, por motivos políticos, religiosos o de identidad, por lo que la mayoría de los mexicanos no califican bajo esta figura. Señaló que el uso indebido del asilo puede acarrear sanciones y la deportación. Además, aclaró que una deportación dictada por un juez migratorio prácticamente imposibilita el reingreso a Estados Unidos, salvo mediante un perdón legal complejo que puede tardar hasta diez años.

El problema surge cuando se usa una visa de visita como si fuera de residencia



956 723 0990
1612 Farragut • Laredo, Texas
Consulado General de México en Laredo



consulmexlar



consulmexlar



Consulado General de México en Laredo



Lic. Leopoldo Garza Garza
Máster en Seguros y Asesorías
Patrimoniales

Somos un grupo de personas especializadas en el ramo patrimonial y de seguros, para otorgar la mejor asesoría y atención personalizada a través de la **compañía número 1 de México: Grupo Nacional Provincial, S.A.B.**

Estamos en búsqueda de atraer nuevos talentos y desarrollarlos como agentes de seguros y asesores patrimoniales. ¡Puedes hacer una carrera con nosotros!

867 189 8998 **867 109 7495**

Polo Garza y Asociados S.C

**Paseo Colón 3554 Altos, Col. Jardín
C.P. 88260 • Nuevo Laredo, TAM.
polo.garza@pologarzayasociados.com**

PoloGarza

y Asociados S.C.



Vivir es increíble®

Los expertos en seguros

Seguro de Autos

En México es necesario el seguro para transitar.



Seguro de Gastos Médicos

Te ofrecemos la Línea Azul VIP GNP, Línea Azul Plenitud GNP, que cubren cualquier percance a causa médica en el extranjero.

Modalidad 40 y Pensiones

Asesoría personalizada para el cálculo de pensiones, así como las estrategias para recibir la mejor pensión vitalicia y heredable; con un programa de protección.

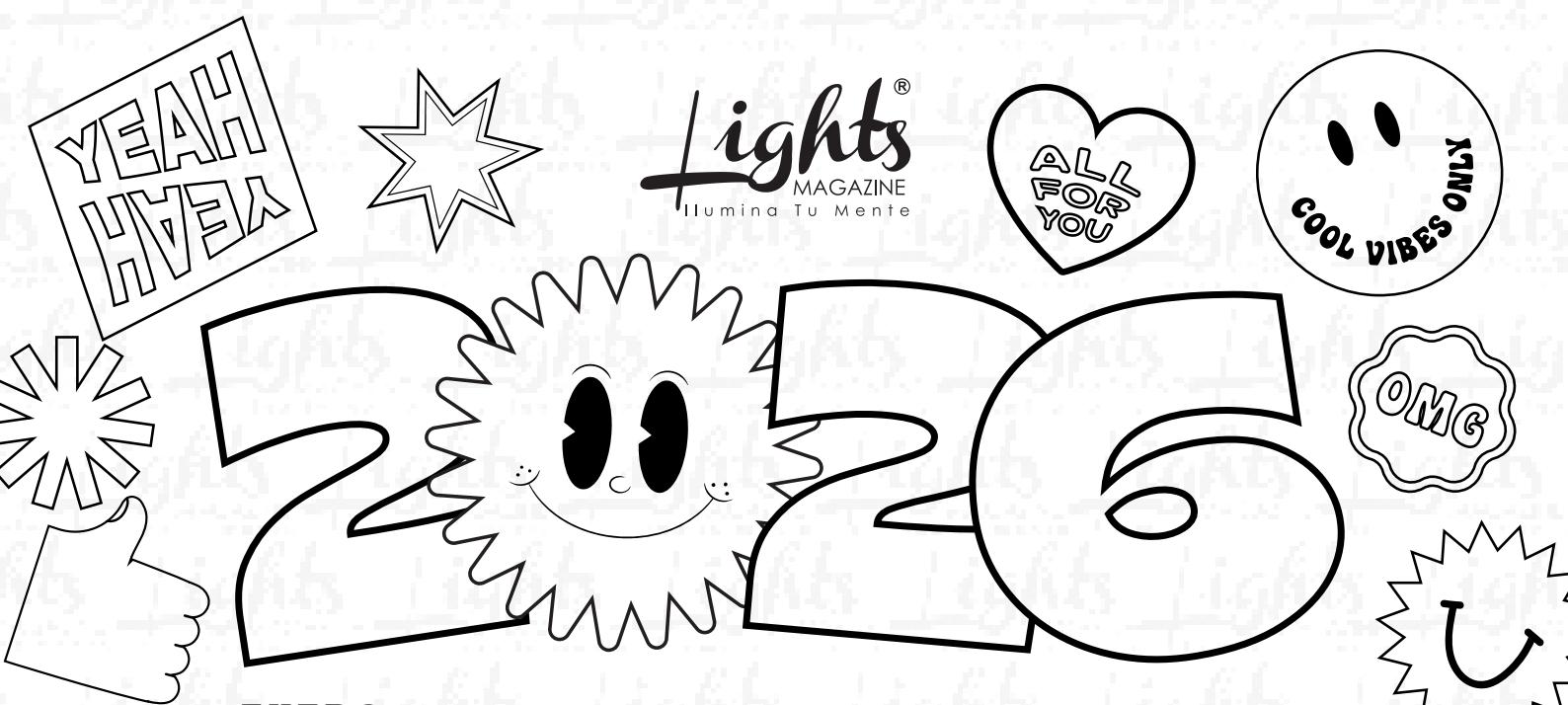
Vida, Educación, Retiro y Ahorro

Es para evitar un desequilibrio económico y que sea equivalente al seguro de vida de la casa.

Hogar y Mascotas

Sabemos que forma parte de tu familia y queremos cuidarla tanto como tú.





ENERO

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

FEBRERO

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

MARZO

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

ABRIL

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

MAYO

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

JUNIO

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

JULIO

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

AGOSTO

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

SEPTIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

OCTUBRE

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

NOVIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

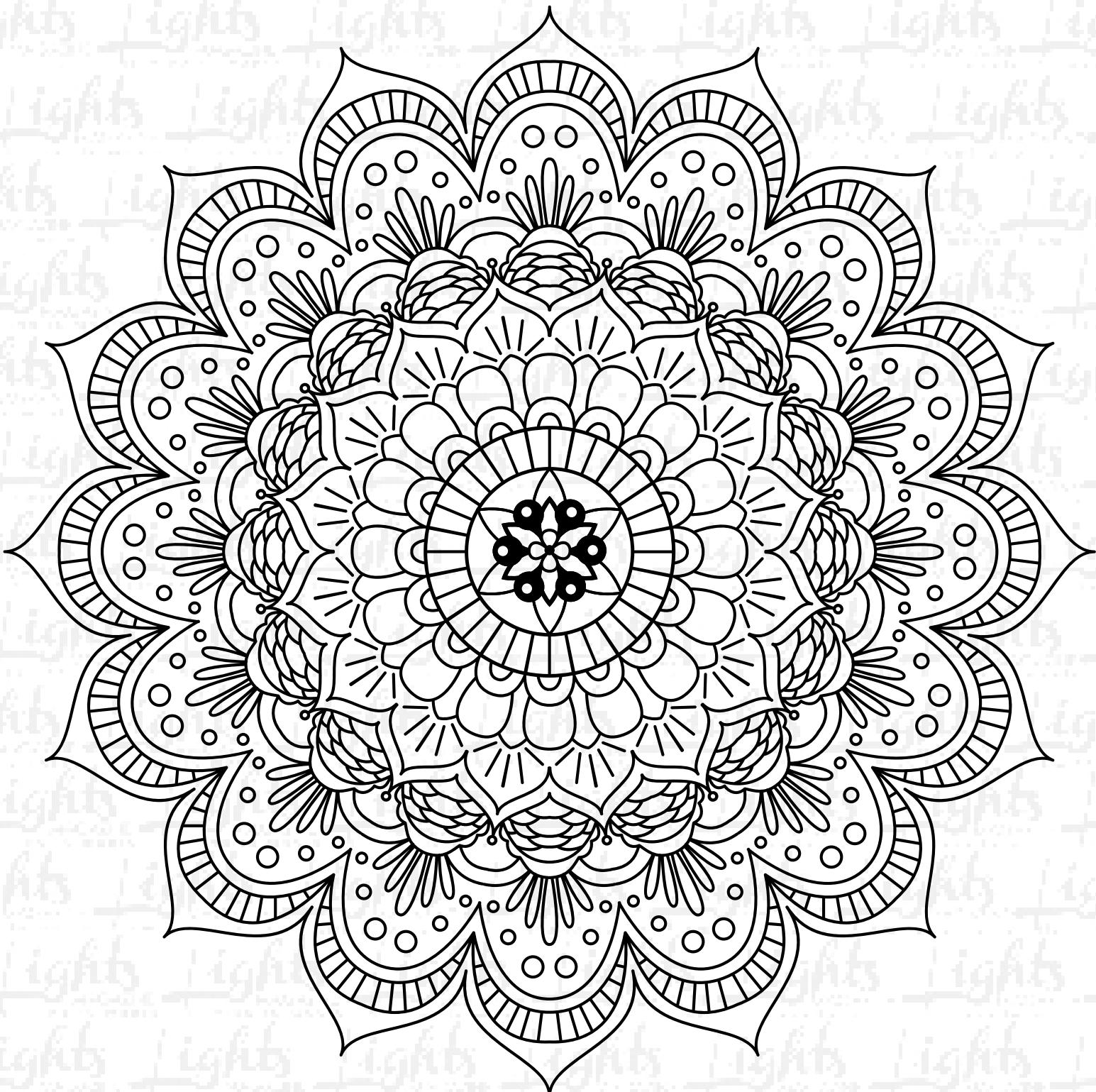
DICIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

HELLO MY NAME IS...

YOU DID IT!

WE EVER







Serie de entrevistas
EXCLUSIVAS
por Elsa Carrillo



ÓSCAR MARIO NOTARIA PÚBLICA II2 HINOJOSA RAMÍREZ

Titular Notaria 112 en Nuevo Laredo
 Presidente del Colegio de Notarios Públicos en Nuevo Laredo.
 Función como Notario desde el año 2012.

¿Cuándo es el momento ideal para hacer un testamento?

Hay que concientizar sobre la importancia, es un acto formal y jurídico, pero debemos de verlo como un acto de amor y un acto jurídico. Queremos heredar bienes y no problemas.

¿Cómo maneja usted cuando alguien con cierto temor se acerca al redactar el testamento? Esto por pensar que están en otra de su vida.

Es un acto de responsabilidad y un acto de amor a la familia. Cualquier persona mayor de 18 años, que tiene capacidad legal lo puede realizar incluso si aun no tiene bienes. No tienes que mencionar bienes, si no a quiénes en cierto momento quieras heredar. Los testamentos si un día cambias de opinión lo puedes revocar y puedes hacer tantos testamentos quieras. El cambio se hace inmediatamente.

¿Cómo se maneja cuando fallece el dueño de una propiedad y no se le dio el valor suficiente y se "hereda" de palabra?

Independientemente del valor económico, hay un valor sentimental. Hay que resaltar siempre tu voluntad sin importar la ubicación del terreno o casa-habitación.

¿El costo de realizar el testamento depende de la cantidad de bienes?

Hay un arancel. Lo que puede modificar es cuando se realizan fuera del mes de septiembre – mes del testamento- el costo de ese testamento va variando de acuerdo a los legados. Depende de los legados, que son diferentes bienes. El notario tiene que recopilar la información de cada propiedad y establecer a qué heredero le vas a heredar cada legado. Pero los costos no son gravosos.

Quienes viven de pensiones y ya tienen su casa pagada, ¿deben y cómo sería hacer un testamento?

Definitivamente, ellos pueden otorgar su testamento; yo les digo a las personas que acuden con nosotros: ¿tus hijos saben que les vas a heredar este bien? Sí – entonces que vengan ellos y lo paguen, como apoyo mínimo a la herencia.



El Colegio de Notarios intervénimos en ocasiones especiales y hacemos trámites gratuitos”



¿Qué es un albacea y cuál es su función?

Es una figura muy importante dentro del testamento; es quien va a supervisar que se cumpla la última voluntad del testador. La albacea debe pagar deudas, por parte del autor de la herencia; no es fácil. Un ejemplo, una persona que tiene muchas empresas y todos los costos que genera, entre servicios y contribuciones; el albacea es quien toma el control para poder sufragar esos gastos y rendir cuentas a los herederos.

¿Qué pasa si una albacea no quiere ejercer como tal ya una vez nombrada?

Hay un albacea sustituto y está previsto en el testamento.

¿Los notarios públicos pueden hacer el testamento en cualquier estado de México? ¿o sólo en el estado donde se ubiquen?

Los notarios tenemos un distrito judicial para ejercer; es decir por ciudad y sólo en el mismo estado. Esto cubre también si quien va a realizar el testamento tiene propiedades en otros estados.

¿Por qué en ocasiones se recomienda heredar en vida?

Es una opción muy buena y válida. Cuando acuden las personas a nuestra notaría, les recomendamos hacer más que una herencia en vida es una donación. Les hacemos ver cuáles son las bondades de llevar a cabo esa donación, ahorras costos, tiempos y trámites a tus herederos.

Hay personas que no quieren donar en vida. Es una decisión personal, pero sí es un tema muy importante el de la Donación. Cuando se haga el traslado de dominio, se pueden ahorrar hasta un 50% de los derechos por el pago de traslado de dominio. Hay gente que dice: qué tal si un día me quieren sacar de mi casa; para eso está la donación con reserva de usufructo, para que no vayan a usarlo de manera indebida.

En frontera, si los padres tienen ambas ciudadanías, y tienen una propiedad en México, y el hijo es mexicano, ¿qué tipo de testamento se debe redactar?

No hay ninguna limitación para eso.

¿Qué sucede cuando entre herederos no están conformes con la repartición de bienes?

Habría que ver cada caso en lo individual; siempre hay un inconforme, por lo general, se nombra un albacea de confianza para evitar este tipo de problemas. No es necesario poner la venta de los inmuebles para iniciar un litigio.

¿Cuáles son las otras funciones que tiene un Notario Público que debemos conocer?

Es muy amplia las funciones que tiene un Notario Público, vamos partiendo de la idea de que el Gobernador, está investido de fe pública, y sin embargo como él no puede estar en todos los actos ni en todas las ciudades, delega esa facultad en abogados, para ello debemos aprobar ciertos requisitos para poder aspirar a ser un Notario Público. Una vez que tienes el FIAT, que para es un gran honor contar con el FIAT , es una profesión con la cual yo me siento plenamente realizado como profesionalista. A parte de la asesoría legal que estamos obligados a dar, somos quienes vamos a dar fe, en todos los actos que pueden dar fe entre particulares, a través de crear actas constitutivas, escrituras de compra-venta, el testamento, cualquier acto solemne, donde se requiera la fe pública ahí vamos a estar nosotros.

Otro dato más es la certificación de documentos. Es una práctica que debemos llevar a cabo. Desde el título profesional, la factura de un vehículo, una escritura, un acta de nacimiento, el pasaporte, siempre que tengamos el original a la vista; es muy importante tener una copia certificada.

Mientras puedas ayudar al prójimo desde cualquier trinchera

¿Habrá cambios en las leyes de inmuebles o propiedades en este gobierno federal 4T?

Es una pregunta muy importante la que tú haces y sí hay muchas inquietudes por lo que hay en redes en esos temas. El gobierno actual de la presidenta Claudia Sheinbaum, es muy respetuoso de la propiedad privada y ella misma lo señaló hace poco. Puede que haya ajustes en material inmobiliario de acuerdo al lugar y las circunstancias, pero no de que vayamos tener que perder la propiedad privada.

El Colegio de Notarios siempre está trabajando con el Poder Ejecutivo y Poder Legislativo que pueda ser distinto y que pueda afectar los intereses de la sociedad. Siempre se han logrado acuerdos muy favorables para la sociedad.

¿Cómo inicia su día? ¿Qué libros lee? Y nos recomienda

Dando gracias Dios por un día más por mi familia. De los libros hay muy buenos libros que nos pueden hacer mejores personas, que es literatura sana y positiva.

- El Hombre en Busca del Sentido de Viktor Frankl
- Los 7 Hábitos de la Gente Altamente Efectiva de Stephen Covey
- El Poder del Ahora de Eckhart Tolle.

¿Cuáles son sus planes en 5 años? ¿Dónde se ve en 10 años?

Me veo trabajando, a lado de mi familia y siendo mejor profesionalista. Tenemos muchos planes y le pedimos a Dios que nos permita servir trabajando en beneficio a la sociedad de Tamaulipas para estar tranquilos con uno mismo. ☺



NOTARIA PÚBLICA 112

Notaria Pública 112 Nuevo Laredo

867 196 5235

Ocampo 2301
Nuevo Laredo, México



“Yo le encontré un gran sentido a mi vida, trabajando en esta ciudad y apoyando a tener esperanza a las familias.”

MARICARMEN CORTÉS AGUIRRE

Celebra 20 años de ser Directora del Irish International School Nuevo Laredo

(La misión real del Colegio es trabajar por la trascendencia de la persona)

¿Cómo puede resumir los 20 años como Directora?

Bendición, es la palabra más adecuada.

Usted ha visto crecer y formarse con líderes de ambos Laredos

Es un orgullo y satisfacción ver cómo al ver el perfil del egresado de Bachillerato, a los años cuando han puesto su negocio o siendo CEO's de empresas, el propósito de ser líderes íntegros y van dando a la comunidad un matiz diferente y al Colegio que lo que estamos haciendo lo estamos haciendo bien. El que el Colegio esté en esta ciudad es por una gran razón y por la cual crece y permanece.

¿Qué le diría a quienes preguntan por qué Mrs. Maricarmen lleva 20 años frente al Colegio?

Es una pregunta muy interesante. Yo le encontré un gran sentido trabajando en esta ciudad. Si yo hubiese tomado la decisión de aceptar y transferirme a donde me ofrecieron, tuve la oportunidad, pero pienso que tengo mucho que aportar a este Colegio y a las almas,

porque sí trabajamos por la trascendencia de la persona. Volteo atrás y digo 20 años no han sido nada, siempre hay situaciones que nos hacen estar en crecimiento y no dejo de capacitarme, por ejemplo hoy estoy estudiando una Maestría más.



El levantarme y hacer meditación con los Evangelios o con la Biblia, eso te da una revelación de cómo debe ser tu día y tu propósito. Todas las mañanas y noches sí encomiendo a todos mis alumnos del Colegio.”

¿Cuál ha sido uno de los momentos más difíciles del Colegio?

Tuvimos varios momentos difíciles en el Colegio. Soy una mujer de muchísima fe, camino de la mano de Dios, y tengo la certidumbre de que, caminando de la mano de Dios, todo se resuelve. En 2005 y 2006 pasamos por una situación local que todos conocemos. El no saber cómo iba a estar el ánimo de la comunidad al día siguiente, debo decir que pudimos recoger de esas experiencias unos frutos que hoy estamos viviendo, siempre hay tiempos mejores. Vendrán tiempos en que esta ciudad será mucho más reconocida, por qué no pensar que uno de mis alumnos vaya a ser el próximo gobernador del estado, que crean empresas, sean sacerdotes. Cada día ha tenido su propio sentido.

¿Cómo reconocer las habilidades de cada alumno, apoyarlos a que brillen sin que haya una preferencia?

Nuestro modelo pedagógico SEMPER ALTIUS tiene estas cualidades, que hace que nuestro alumno despierte en lo que se le facilita, porque cada uno es único e irrepetible. El modelo pedagógico hace que luzca en lo que es uno bueno y se va encaminando para que decida correctamente. El escaparate que tiene nuestro Colegio en los concursos culturales, académicos y deportivos; en el aula se van descubriendo y el maestro le da el apoyo. Es un sistema a nivel nacional y a nivel internacional de 120 colegios; no somos unos improvisados. En la Universidad Anáhuac Norte, en el octavo y noveno piso, hay unos eruditos que van revisando y viendo los perfiles de los alumnos.

Solo se va dando, el mismo niño nos dice en qué quiere participar y ellos mismos van descubriendo para qué son buenos, y les decimos aquí estoy para que te desarrolles.

¿Cuáles son las habilidades que tiene Mari-carmen que se reconoce y que le han dicho que tiene que mejorar?

Pensando en mis habilidades, creo que es un don que desde pequeña me di cuenta que tenía habilidades diferentes y un razonamiento diverso a mis compañeras. En la escuela, ya me daban la obligación de preparar un curso y preparar un ambiente favorable para las demás personas, y desde los 16 años que empecé a dar clases.

Algo que me han dicho en lo que tengo que trabajar y mejorar es en la paciencia. A mí me gustaría es que si ya se generó la idea, no se tiene que esperar. No soy la dueña del Colegio, tengo un respaldo en Ciudad de México que es quien revisa y resuelve situaciones, de finanzas, peda-



gógicas, y que no todo se resuelve en el mismo día y que cuando se tiene paciencia, si las cosas van a salir bien, van a salir doblemente bien. Sí he tenido que ir cultivando esa parte de ser resiliente y siendo paciente.

¿Quiénes evalúan a los Directores de los Colegios red de Semper Altius?

Nos han hecho una serie de exámenes muy buenos, que nos evalúan a nivel internacional, en España para conocer nuestras competencias y que sepamos los retos que podemos lograr, y que todo se resolverá de la manera correcta, haciendo los pasos correctos. Además uno reafirma de qué es capaz de hacer y de qué está hecho.

¿Cómo soluciona los desacuerdos con los padres de familia?

Tu pregunta es muy buena. Primero, soy mamá, y segundo, mis hijos estudiaron en estos colegios. Cuando llega una mamá con algún disgusto, le digo que la entiendo, porque yo también soy mamá y me sentía igual. Para mí, lo primero es el buen trato. Entiendo perfectamente la exigencia de los papás, y debo decir que siempre han tenido un gran trato hacia mi persona; de la misma manera, yo los respeto.

Todos son importantes, tanto los de nuevo ingreso como los que llevan quince años en la institución. Siento una profunda gratitud hacia cada familia, y eso es una bendición, porque cada una tiene una riqueza que nos permite conocerlas y ver la grandeza de las personas de Nuevo Laredo.

Estoy en esta ciudad porque así lo decidí. En algún momento, nuestros superiores pueden solicitar un cambio de sede, y aunque estaría de acuerdo con ello, siempre les digo que deseo seguir aquí, en Nuevo Laredo.



¿Qué opina del feminismo en el mundo hoy? Siendo que es una mujer con carácter que ha logrado estar 20 años frente a un gran Colegio.

Es un tema que no evado pero que tampoco toco. Lo han convertido en algo que ahora se está propagando y de no perder el estilo ni la esencia para lo que fuimos credos, es lo que yo defiendo. El ser mujer y que se reconozca esas cualidades que nos hacen únicas y diferentes, yo no compito con los hombres, ni con las mujeres que tienen su propio lugar.

En estos 20 años como Directora del Colegio, ¿se han acercado maestros dentro o fuera a pedir ser Director del Irish?

Qué simpática pregunta me haces. En algunas ocasiones he pensado en retirarme, y cuando vienen nuestros superiores han preguntado a varias personas del Colegio si les gustaría ser director o directora. Algunos me han dicho: "Para andar como Mrs. Maricarmen, no podría". Sin embargo, en el Colegio sí contamos con personas competentes. De manera directa, nadie se ha acercado a mí para solicitar el cargo, pero sé que sí lo han hecho con mis superiores. Llevar las riendas de una institución como esta, donde al final das cuenta a Dios sobre la misión y la vida de estos niños, es una gran responsabilidad.

ADMISIONES ABIERTAS



He visitado muchos países para capacitarme más, soy innovadora. Dios me da una iluminación especial para llevar a este Colegio para ser reconocido como un Colegio que es reconocido por nuestras autoridades.”

En la parte espiritual, ¿Cómo y con quién se apoya usted?

Si me ven hablando sola en los pasillos de los Colegios, y el tener la Capilla es una bendición; platico con Jesús y Su madre María. Han cambiado varios sacerdotes que han sido mis anclas y son personas en las que yo me apoyaba, si sentía que Dios no me hablaba, ellos me han dado Palabra para tomar decisiones importantes. Sí he tenido orientadores, sí busco la voz de Dios y un sacerdote, pero internamente tú sabes cómo Dios te habla y lo sabes sentir. Luego de leer la Biblia varias veces, entre líneas siempre encuentro respuestas, ya he leído varias veces las Biblia y respuestas entre el Antiguo y Nuevo Testamento. Ha poderme sentir yo como una roca para las familias y los alumnos. En cada pérdida de la familia Irish, cuando tengo la oportunidad, ofrecemos la misa por ellos. La oración es tan poderosa que da calma en el alma. ↗



Irish International School Nuevo Laredo

irishnuevolaredo

PREESCOLAR

Privada Morelia 2055, Col. Álamos

867 715 5682

PRIMARIA SECUNDARIA PREPARATORIA

Blvr. Longoria 46, Residencial Longoria

867 718 1392 • 867 718 1393



CERTAMEN TEEN UNIVERSE NUEVO LAREDO

Por: Lights Magazine

El pasado domingo 28 de septiembre el SALÓN CANTERA REAL en Nuevo Laredo se llenó de belleza, porte y alegría. Lo anterior con motivo del segundo certamen de belleza TEEN NUEVO LAREDO, organizado por el C.P. Rolando Ramos, Director de Teen Nuevo Laredo.

Apoyado para un distinguido grupo de amigos, que son líderes en su área, los jueces calificaban con puntos mediante una aplicación digital creada para uso exclusivo del evento, a las jóvenes que se distinguían en cada aspecto.

Posteriormente el domingo 30 de noviembre, se celebró TEEN TAMAULIPAS, donde la joven Roberta Ramos, fue elegida como reina electa para representar al estado a nivel nacional este 2026.



CPA Rolando Ramos Picasso

Director Municipal Teen Universe

CEO RAMBARR-Group

CEO Nueva Central de Carnes

Vicepresidente Turismo Coparmex





Para amenizar la parte de entretenimiento musical, se contó con la participación de jóvenes talentos. Asimismo, algunas de las personalidades que fungieron como jueces: el Dr. Jorge Pérez Santos, Director del Hospital Civil, Mrs. Mónica Lamar, Directora del Colegio Royal, Elsa Carrillo, MBA, Directora General de Grupo Lasser Publicidad. ↗



Recuerda que REAL CANTERA SALON tiene su agenda abierta para este 2026-2027 con espacios de hasta 300 personas. Todo en un solo lugar para tu mayor comodidad.



Av. Francisco Munguia 2535
Cuarto piso
Nuevo Laredo, México



867 700 7070
WhatsApp: 867 350 0559

ISRAEL SIGUE ENPIE

El motivo de mi viaje a Israel fue como representante de medios evangélicos en México. Llegó de sorpresa y en el mejor momento para disfrutar y conocer este país que realmente anhelaba conocer. La invitación que extendió el gobierno fue para conocer de cerca y poder entender cómo va la recuperación del país desde lo ocurrido el 07 de octubre de 2023.

Recuerdo cuando mi hermano, un viernes por la noche me envió un mensaje donde me decía que: "Israel está siendo atacado". Le respondí que probablemente era una Intifada, y me dormí. Para mi increíble sorpresa al despertar fue ver las noticias y saber lo que había pasado realmente: el país había sido atacado en una de las zonas más vigiladas, en una noche de Shabat, que es cuando descansan desde el viernes por la tarde hasta el sábado por la noche y tienden a alejarse de los electrónicos, mientras los más ortodoxos no cocinan ni manejan. Salvo los equipos de emergencia.



MI PRIMERA impresión

Al llegar al aeropuerto, me estaban esperando. Sí, tuve una cálida bienvenida de Igor, quien me acompañó desde que bajé el avión, hasta la SUV que me trasladaría del aeropuerto Ben-Gurión en Tel-Aviv al hotel ubicado en Jerusalén. Llegué un viernes por la tarde que ya era momento de Shabat, y en mi trayecto percibí una noche tranquila en Tel-Aviv. Al día siguiente comencé a recorrer Jerusalén en un taxi que tomé por mi cuenta desde el hotel, cabe mencionar que era conducido por un buen hombre musulmán y me llevó a iniciar el recorrido por barrio armenio. Creo que todos en Jerusalén son vendedores. Con ánimo y sin importar su religión, te dicen “puedo ver que tienes un buen corazón”, algo que no sólo me lo decían a mí. También es notoria la buena relación entre los comerciantes judíos y musulmanes. Diario, en ocasiones sola y en otras acompañada, visité el Muro de los Lamentos; en un principio no estaba segura de acercarme tanto, porque veía a pocas mujeres en el lado derecho de la “Western Wall” y a pocos hombres de lado izquierdo, ya que van a orar separados. Sin miedo y con respeto en la vestimenta, me acerqué a tocar una parte del Muro lo que queda del Templo de Salomón. En momentos me sentí bienvenida con un cálido “Shalom” y en otros, simplemente cada quien seguía su camino, porque hay que saber respetar y aunque es un punto turístico, es un lugar sagrado.



NO tener miedo

Recorrimos el país de sur a norte, llegando a las fronteras de Líbano, Siria y Jordania.

Estuvimos en Metula, frontera con el Líbano y donde se llevó la guerra de Yom Kipur, en la frontera con Siria; también fuimos a uno de los kibutz atacados llamado Nir-Oz, donde una de las sobrevivientes, Olga, nos dio un recorrido de cómo sucedieron los acontecimientos de la mañana del 07 de octubre y cómo ella y su familia lograron huir, pero no todos sus vecinos; incluso su suegra fue secuestrada por el grupo terrorista, pero afortunadamente fue rescatada por el ejército. Cuando le pregunté dónde pensaban vivir, respondió firme en un perfecto inglés: Aquí, este es nuestro hogar y lo reconstruiremos con ayuda del gobierno. No fue fácil el caminar en Nir-Oz, estando a 2 kilómetros de la frontera de Gaza y entendiendo que hace apenas 2 años, llegaron esas personas con la intención de desaparecer a los habitantes. En el canal de YouTube estaré compartiendo más del lugar y las entrevistas.

Después fuimos al lugar donde se estaba celebrando el Nova Festival, donde también en exclusiva para Lights, el productor y una sobreviviente relataron lo sucedido; algo que algunos medios digitales no han permitido mostrar.



EL AMBIENTE hoy en Israel

También está el lado bueno y empresarial.

En una de las paradas con el grupo de varios países – éramos cerca de 100 personas- visitamos una empresa donde Moshe, el dueño de la empresa de aires centrales, nos compartió cómo es su relación con los palestinos desde hace décadas y cómo es hoy, la cual ambas partes se apoyan. Sabía que en una semana no iba a poder conocer Israel.

En otro de los recorridos, el alcalde de la región de Judea y Samaria nos dio una bienvenida a uno de los viñedos más exitosos de la región, donde también platicué con la Directora, a quien le pregunté cómo es que en su tarjeta de presentación se presentaba como, Dueña, Directora de Ventas y Marketing, a lo que respondió algo muy diferente a lo que la cultura o algunos gurús en América nos han querido vender: es mi negocio y aun con 5 hijos y mi esposo, no lo puedo desatender. Por cierto, su vino blanco, fue mi favorito.

Sin duda la atmósfera que aun se vive en Israel es de esperanza, pero también buscan que se les escuche, solicitando el derecho de réplica, para que su versión también se conozca; el país, como los grandes, está en busca de aliados, de verdaderos amigos que amen el estado de Israel.



NOCHES de cenas

Desde el día uno hasta el último, por las noches nos reuníamos en diferentes lugares especiales a cenar en una especie de convención exclusiva para los 100 asistentes alrededor del mundo. La comida israelí fue bastante deliciosa: desde los desayunos, las comidas y las cenas, en todo momento había abundancia. En una de ellas, tuve la oportunidad de saludar al alcalde de Jerusalén, el sr. Moshe Lion y escuchar sobre la ciudad.

Les comarto un versículo que encontramos en la Biblia:

Génesis 12:3

“Y bendeciré a los que te bendijeren, y a los que te maldijeren maldeciré; y serán benditas en ti todas las familias de la tierra”

**VISIT
Israel**

Israel, está buscando activar el turismo. Siguen adelante y no se van a dar por vencidos, ellos están convencidos de ello. Saber que están rodeados de países enemigos, que abiertamente han dicho que no deben de existir, aun a pesar de las victorias en las guerras vividas, intifadas y la actual, saben que entre ellos, deben dejar sus diferencias a un lado y permanecer unidos. Muchos han encontrado el nuevo propósito de su vida, mientras otros, tristemente, están siendo atendidos por síndrome post-traumático.

Es increíble ver a jóvenes mujeres de 18 años, en el Kotel y en otros lugares, con su uniforme de soldadas israelíes y un arma, sabiendo que tienen que estar en alerta, porque sólo se tienen a ellos mismos para cuidarse.

MARIO ALBERTO

Director general de Hospital San José Nuevo Laredo 3005

ARREOLA HERRERA

El director general del Hospital San José, Nuevo Laredo Mario Alberto Arreola, nos da una entrevista en exclusiva para platicar sobre el 84 aniversario del Hospital San José y sus 24 años al frente, como director general.

Doctor, el Hospital San José es una institución con gran historia en Nuevo Laredo. ¿Cómo ha sido para usted estar al frente de un hospital con tanto arraigo?

Es un orgullo, pero también un gran compromiso. Este hospital es el pionero, el más antiguo de la ciudad. Aquí han pasado generaciones de médicos y enfermeras que forjaron el espíritu médico de Nuevo Laredo.

Sabemos que el hospital tuvo su origen con la congregación Hijas de San José. ¿Se conserva la filosofía de aquellas fundadoras?

Sí, la mística sigue siendo la misma. Ellas fueron mujeres trabajadoras y visionarias.

Empezaron formando enfermeras sin estudios formales, que con el tiempo se convirtieron en grandes profesionales. Yo trato de mantener ese mismo espíritu de servicio y dedicación.

Actualmente el requisito es que las enfermeras tengan formación profesional y acreditada a diferencia de las Madres de HSJ.

¿Cuál considera que ha sido uno de los momentos clave en la evolución del hospital?

La necesidad de mejorar e innovar. Siempre hemos buscado fortalecer nuestras instalaciones y ofrecer la mejor calidad en medicina. Ese impulso de superación ha marcado cada etapa del hospital.

El hospital cuenta con un tomógrafo de 64 cortes. ¿Qué beneficios ofrece esta tecnología para los pacientes?

Este tomógrafo brinda una resolución de imagen mucho mejor, permite ver con mayor detalle y hacer diagnósticos más precisos. Estamos incorporando estudios de angiología a nivel de corazón para que los pacientes ya no tengan que ir a Monterrey. También nos permite realizar estudios de cardiología, como angiotacs, que ayudan a detectar problemas coronarios y decidir si el paciente necesita un stent o cirugía de corazón abierto.

¿Hay planes de continuar ampliando el área cardiológica?

Sí, estamos trabajando en el proyecto para instalar una sala de hemodinamia. Queremos ser resolutivos también en ese tipo de casos.

¿Qué cambios recientes destacarían dentro de las instalaciones del hospital?

Renovamos la fachada, trasladamos la entrada de urgencias, modernizamos esa área y el acceso principal. Además, estamos construyendo consultorios donde se ofrecerán diferentes especialidades médicas. Todo esto nos da un plus importante en la atención.

En el Hospital San José está cumpliendo casi 25 años. En todo este tiempo, ¿qué experiencias considera más significativas?

Ha habido muchas experiencias buenas, más buenas que malas. La más grande ha sido fortalecer el hospital. Ha sido un reto importante dirigirlo y ver que los proyectos que imaginé se están logrando. Hoy vamos mucho más allá de lo que pensé; es una innovación constante.



¿Qué mensaje le gustaría compartir con la comunidad de ambos Laredos?

Agradezco profundamente la confianza que han depositado en nosotros durante todos estos años. Seguiremos trabajando para no defraudarlos, ofreciendo siempre una atención médica de calidad y buscando que cada paciente tenga la mejor experiencia posible.

¿Y qué le diría a los médicos que están llegando a Nuevo Laredo?

Las puertas del Hospital San José están abiertas para todos los profesionales que demuestren capacidad, compromiso y vocación. Solo pedimos que acrediten su preparación. Queremos seguir sumando médicos con ética y calidad humana, porque eso es lo que distingue a este hospital.

Finalmente, ¿cómo logra mantener esa sensibilidad humana en su labor médica?

Siempre he tenido la conciencia de ayudar al prójimo, sin importar dónde me encuentre. Estar en un hospital particular no cambia mi forma de pensar. Mi compromiso es que el hospital cuente con todo lo necesario para brindar una atención de calidad y humana.

ENTREVISTA COMPLETA



HOSPITAL SAN JOSE
NUEVO LAREDO
3005

hospitalsanjose3005

Hospital San José de Nuevo Laredo

www.hospitalsanjosenevolaredo.com

Av. Guerrero 3005, Col. Guerrero
Nuevo Laredo, México

867 711 2900



ITZEL GALARZA

Directora general de Studio 318 | Brows Artist

Creo que cuando una mujer se conoce, se honra y se respeta, encuentra un equilibrio propio. No perfecto, pero real.

Itzel, qué gusto tenerte en esta edición y coméntanos, acerca de los últimos diplomados que has tomado para ofrecer a tus clientes, que sabemos también vienen desde otras ciudades a atenderse en Nuevo Laredo.

Para mí, la preparación nunca termina. En este último año me enfoqué en diplomados avanzados de “Micropigmentación”, “Perfeccionamiento en técnicas combinadas de ceja”, así como especializaciones en pigmentología, generadores y hasta con bacterióloga.

Me gusta mantenerme siempre un paso adelante para que mis clientas sean atendidas acorde a estándares internacionales. Cada curso que tomo está pensado en ellas, en su confianza y en elevar la experiencia que viven en Studio 318.

Cuando se inicia un proyecto, vamos definiendo metas por un año, cinco, o diez años, ¿cuáles han sido las que te has planteado?

Desde que inicié Studio 318 el plan siempre fue fluir, pero con el tiempo te vas dando cuenta que justamente necesitas metas así que hay que pensar en grande y llevarlo al siguiente nivel. Mis metas incluyen seguir posicionando el estudio como referente en la región, abrir nuevas líneas de servicios. A 10 años, me visualizo formando a nuevas artistas de manera internacional, generando más empleos, y dejando un legado que inspire a otras mujeres a creer que sí se puede construir algo extraordinario desde cero.

Seguro tienes muchas anécdotas qué compartirnos de tus viajes y cursos, ¿hay una en especial positiva que te marcó?

Una de las que más me marcó fue un curso donde coincidí con artistas de todo el mundo. Recuerdo que una de ellas me dijo algo que nunca olvidé: “Tu trabajo habla antes de que tú llegues.”

Esa frase me acompañó de regreso a casa y desde entonces cuido cada detalle.

Como mujeres, a veces nos cuesta un poco más lograr posicionarnos cuando combinamos el ser mamá, esposa y además llevar tu propio negocio, ¿cómo ha sido el proceso de adaptación y crecimiento?

No ha sido fácil, pero ha sido hermoso. El que mi hijo se sienta orgulloso de su mamá realmente vale mil por ciento la pena todos los días. Ser mamá y empresaria me enseñó a organizarme, a priorizar y a trabajar con el corazón.

Mi crecimiento ha venido de aceptar que no tengo que hacerlo todo sola. He aprendido a delegar, a confiar en mi equipo y a permitirme descansar cuando lo necesito. Y al mismo tiempo, creo que ser mamá me da una sensibilidad especial para conectar con mis clientas, entender sus miedos y acompañarlas con paciencia y empatía.

Y en el tema amoroso, el tener un esposo que siempre me esté alemando, motivando y apoyando le da un plus especial.

Para los que piensan que no es momento en invertir en uno mismo, respecto a cursos, cuidado propio, ¿qué mensaje puedes dar?

Invertir en tí nunca es un gasto, es la decisión más rentable de tu vida.

Todo lo que aprendes, te lo quedas. Todo lo que trabajas en ti, te impulsa. Y todo el cuidado que te das, se nota.

Yo soy resultado de invertir tiempo, dinero y energía en mi crecimiento. No esperen “el momento perfecto”, porque ese no existe: lo creas tú.

Quisiera dirigirme a todas las mujeres que, como yo, han decidido construir su propia historia: mujeres que sueñan en grande, que se enfrentan a sus propios límites y que, aun en días difíciles, eligen levantarse con dignidad y propósito. He aprendido que el éxito no se hereda: se trabaja.

Construyan, inviertan en su talento, rodéense de personas que eleven su energía y mantengan la mirada firme en aquello que desean. Todas merecemos un lugar en la mesa, y cada día somos más las que lo ocupamos con la frente en alto.



Studio 318

studio318.mx



867 117 9727

Calle Lincoln 1002
Col. Viveros
Nuevo Laredo, México

BRIGHT MINDS

UN ESPACIO DONDE CADA NIÑO DESCUBRE SU PROPIO BRILLO

Cuando la Lic. Graciela García habla de Bright Minds, sus palabras transmiten algo más que un proyecto educativo: revelan una misión profundamente humana. Su objetivo es claro: **ayudar a que cada niño descubra su propio brillo**, sin importar sus estilos de aprendizaje, desafíos o ritmos individuales.

Cada niño tiene un potencial brillante; solo necesita las herramientas adecuadas para desarrollarlo.

Para desarrollar el potencial de cada niño

Bright Minds nació como una respuesta a una necesidad evidente: brindar apoyo académico, emocional y neuroeducativo a niñas, niños y adolescentes en un entorno cálido, profesional y adaptado a sus necesidades.

El nombre —“Mentes Brillantes”— refleja la visión de Graciela: **todo niño puede brillar si se le ofrecen las herramientas adecuadas.**

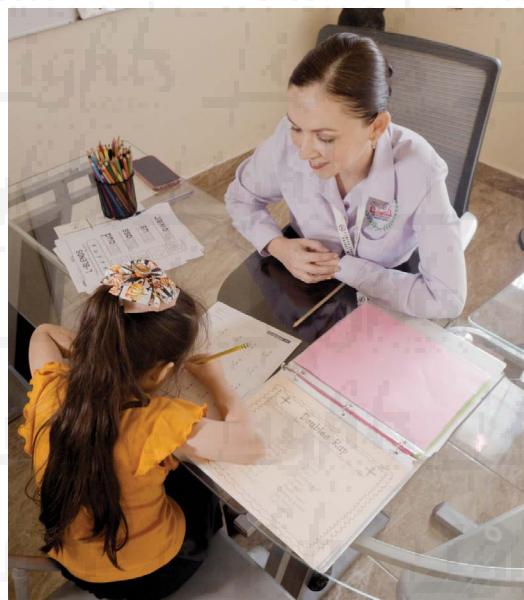
Por ello, el centro trabaja con estrategias de aprendizaje, apoyo en tareas, acompañamiento emocional y atención especializada para niños neurodivergentes.

Una directora preparada con una historia que inspira

Aunque su primera formación fue en Ingeniería en Sistemas, Graciela encontró su vocación real al convertirse en madre. Su hijo presentó señales de un trastorno de procesamiento sensorial, y esa experiencia personal marcó su camino.

Lo que inició como una búsqueda de respuestas se convirtió en una preparación profesional profunda:

- Licenciatura en Pedagogía
 - Diplomados en neurodivergencias
 - Certificaciones en lectoescritura y matemáticas
 - Especialización en metodologías manipulativas y neuroeducativas
- Su formación no es teórica: nació de la necesidad real de comprender, acompañar y transformar.





Reconociendo lo que otros no ven

Graciela aprendió a identificar señales que suelen pasar desapercibidas:

- Meltdowns intensos
- Dificultades constantes para autorregularse
- Sensibilidades extremas a texturas o ruidos

Comprender estas conductas no solo la convirtió en una especialista, sino también en una guía para otras familias que enfrentan situaciones similares.



PROGRAMAS DISEÑADOS PARA CADA ETAPA



Adaptación a preescolar



Niñas y niños de 3 a 4 años trabajan lenguaje, independencia, seguimiento de instrucciones y habilidades socioemocionales en un ambiente seguro y afectivo.



Club de Tareas

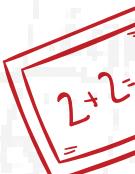
Para estudiantes de entre 6 y 15 años. Aquí no solo se revisan tareas: se explica, se acompaña y se enseña a estudiar. Además, se ofrece apoyo emocional y comunicación constante con los padres.



Apoyo a neurodivergencias



Bright Minds atiende a niños con TDAH, dislexia, dificultades de aprendizaje y trastornos sensoriales, mediante enfoques basados en neurociencia y metodologías manipulativas y multisensoriales.



Metodologías que funcionan

El centro combina materiales concretos, actividades manipulativas, enfoques Montessori, recursos lúdicos y aplicaciones especializadas. Las pantallas no forman parte del proceso, salvo en casos terapéuticos.

Más que clases: un acompañamiento real

Bright Minds se distingue por un trato cálido, profesional y cercano. Cada niño es visto como único, y cada familia recibe orientación continua.

Porque en Bright Minds, la educación no se trata solo de aprender... se trata de crecer con confianza, seguridad y alegría. ☺



centro_educativo_bright_minds

Centro Educativo Bright Minds

Venezuela 3317
Nuevo Laredo, México

867 171 0132



¡LAS TORTILLAS MÁS RICAS DE LOS 2 LAREDOS!

TORTILLAS DE HARINA
LOS
MENDOZA



Calidad Que Conoces®

Diferentes tamaños y presentaciones

— LO NUEVO —
¡TORTILLA INTEGRAL!

VENTA AL MAYOREO Y MENUDEO

14 Sucursales

Nuevo Laredo Y Laredo, Tx.

867 539 7117





Cuando la tradición se convierte en legado: Tortillas de Harina “Los Mendoza”

Tradición familiar con visión profesional

Aunque su formación es en Arquitectura, Christian Mendoza encontró una forma natural de integrarse al negocio familiar. Su preparación le permitió aportar desde el diseño, la organización y la imagen, con un objetivo claro: modernizar la empresa sin alterar el sabor ni la esencia que la distinguen. La transición generacional no implicó ruptura, sino evolución consciente.

| Modernizar no significa borrar el pasado, sino proyectarlo hacia el futuro.

Crecimiento regional y estructura empresarial

Actualmente, Tortillas de Harina “Los Mendoza” cuenta con 14 sucursales entre Nuevo Laredo y Laredo, Texas, además de presencia en San Luis Potosí y una marca hermana en Saltillo. Su producción abastece tanto a familias como a tiendas, restaurantes y negocios que requieren grandes volúmenes diarios. La logística, los procesos y la calidad se han convertido en pilares fundamentales para sostener este crecimiento.

| La expansión se construye con orden, consistencia y confianza.

Durante más de cinco décadas, Tortillas de Harina “Los Mendoza” ha formado parte de la vida cotidiana en Nuevo Laredo. Lo que comenzó como un emprendimiento familiar se transformó en una empresa que hoy representa arraigo e identidad regional. Bajo la dirección de la tercera generación, el legado continúa con una visión que equilibra tradición e innovación.

El origen de la marca se remonta a la llegada de la familia Mendoza desde San Luis Potosí. Tras dedicarse inicialmente a la venta de verduras, la observación del entorno abrió una nueva oportunidad: la elaboración de tortillas de harina. Desde una producción artesanal en la Colonia Victoria, el trabajo constante sentó las bases de un negocio con vocación de permanencia.

Las grandes tradiciones suelen nacer de la necesidad y el trabajo constante.

Innovar sin perder el sabor

En un producto profundamente arraigado a la memoria colectiva, la innovación no se encuentra en modificar la receta, sino en optimizar procesos, renovar espacios y fortalecer el vínculo con la comunidad. El apoyo a proyectos deportivos y estudiantiles refleja una filosofía clara: crecer junto con la ciudad que vio nacer a la marca.

| Una empresa con raíces firmes entiende que crecer también es devolver.

Apostar por la ciudad

Para Christian Mendoza, emprender desde lo local es una forma de compromiso. Nuevo Laredo representa historia, talento y oportunidad. Permanecer, innovar y generar empleo es parte de una visión que apuesta por el desarrollo desde la identidad y el trabajo bien hecho.

| El verdadero legado se construye cuando el éxito también beneficia a la comunidad. ↳

ENTREVISTA COMPLETA



Tortillas de harina Los Mendoza



MIGRATION INTERVIEW

Cónsul General de Estados Unidos en Nuevo Laredo

ERIKA ZIELKE

Interviewer: Elsa Carrillo

EC: Cónsul Erika, en los últimos meses nos hemos encontrado en redes sociales sobre los retrasos y la negación en solicitudes de visas de turismo B-2, ¿cuántas visas se han extendido desde su llegada a este Consulado?

La demanda de visas B-2 (turismo) en México sigue siendo muy alta. En el primer semestre del año fiscal 2024, la Misión México emitió casi 1.2 millones de visas de no inmigrante, incluyendo cerca de 962,000 visas B y tarjetas de cruce fronterizo.

El Departamento de Estado está enfocado en dotar de recursos y herramientas a los consulados para reducir los tiempos de espera y atender la demanda de manera eficiente.

Nuestros tiempos de espera actuales son de un día para citas de renovación de exención de entrevista y de ocho meses y medio para una entrevista de visa. Los solicitantes residentes en México pueden programar citas para visa en la Embajada o en cualquiera de los nueve consulados, y los tiempos de espera varían. Los solicitantes que cumplan los requisitos y tengan una necesidad urgente de viajar pueden solicitar una cita de emergencia siguiendo las instrucciones en nuestro sitio web de programación.

EC: Nuevo Laredo, sigue viéndose como la puerta para entrar a Estados Unidos por su cercana frontera a Laredo, Texas. ¿Cuál es la posición del Consulado en esta ciudad sobre quienes buscan asilo?

A partir del 20 de enero, la administración del presidente Trump implementó una nueva estrategia migratoria enfocada en restaurar el cumplimiento estricto de las leyes de inmigración y en garantizar la seguridad fronteriza.

En primer lugar, se suspendió temporalmente el programa de admisión de refugiados con el fin de revisar sus procedimientos y asegurar que todos los casos sean evaluados bajo criterios de seguridad más rigurosos.

En segundo lugar, se reactivó el programa conocido como Migrant Protection Protocols o “Permanezca en México”, para que las personas que solicitan asilo esperen el resultado de sus casos fuera del territorio estadounidense, lo que reduce la presión sobre el sistema migratorio interno.

Asimismo, se ha restringido el uso de la aplicación CBP One para programar citas de ingreso, y se ha instruido un uso más amplio de la remoción acelerada y de medidas de detención, priorizando la repatriación inmediata de quienes no cumplen con los requisitos legales de entrada o asilo.

El mensaje es claro: nadie debe hacer el peligroso viaje para intentar ingresar de manera irregular, y se están tomando medidas para asegurar que los procesos migratorios sean ordenados y legales.

EC: Además de los requisitos económicos, ¿cuáles son otros que toman a consideración para que un mexicano abra un negocio en Estados Unidos? ¿Desde aquí se puede asesorar para cualquier parte del país?

Además de demostrar capacidad económica, los requisitos para abrir un negocio en Estados Unidos incluyen cumplir con las leyes migratorias (tipo de visa adecuada, como E-2 para inversionistas), demostrar la legalidad de los fondos, cumplir con regulaciones estatales y locales (registro de empresa, permisos, licencias), y demostrar que el negocio será activo y generará empleo.

El Consulado puede orientar sobre el proceso de visas y requisitos generales, pero la asesoría específica sobre regulaciones locales depende de cada estado y ciudad en EE.UU. Se recomienda consultar abogados especializados y cámaras de comercio locales para asesoría detallada.

EC: ¿Cuál es el principal producto o servicio que busca importar Estados Unidos y cuál busca exportar?

En 2024, México se convirtió en el principal socio comercial de Estados Unidos, con un comercio bilateral de 946 mil millones de dólares. Estados Unidos importa de México principalmente bienes manufacturados, automóviles, autopartes, productos agrícolas y electrónicos.

Por otro lado, Estados Unidos exporta a México maquinaria, equipo de transporte, productos electrónicos, combustibles y productos agrícolas. La relación comercial es muy diversificada y ambos países buscan fortalecer cadenas de suministro críticas, como la de semiconductores.

La relación comercial es dinámica y ambos países somos socios estratégicos en manufactura, tecnología y agricultura.

EC: Para muchos, la actual relación entre Estados Unidos y México, es una relación de incertidumbre, pero no por ello, dejan de buscar expandirse hacia EUA, ¿cuál cree que sea la principal fuente de motivación?

La relación bilateral, aunque enfrenta retos, se basa en lazos históricos, familiares, culturales y comerciales muy profundos. La búsqueda de prosperidad, seguridad y mejores oportunidades sigue impulsando a empresas y personas a buscar expandirse hacia Estados Unidos

A pesar de la incertidumbre, la principal motivación para expandirse hacia Estados Unidos sigue siendo la oportunidad de crecimiento económico, acceso a un mercado amplio y la integración de cadenas productivas.

EC: ¿Cuál es su posición sobre la alerta de viaje al estado de Tamaulipas que ha publicado a través de sus fuentes oficiales el gobierno americano?

La seguridad de los ciudadanos estadounidenses es la máxima prioridad. El gobierno de Estados Unidos emite alertas de viaje basadas en evaluaciones objetivas de riesgos, y recomienda a sus ciudadanos evitar viajes a Tamaulipas debido a la presencia de crimen organizado y violencia.

“
El Consulado reitera la importancia de seguir las recomendaciones oficiales y mantenerse informados a través de los canales oficiales para proteger su integridad.



EC: ¿En cuánto tiempo y con base a qué soluciones se puede mejorar la relación política entre México y EUA?

Sería imposible darte un plazo específico, pero si puedo afirmar que la relación es prioritaria y ambos gobiernos estamos comprometidos a trabajar juntos para enfrentar los desafíos actuales.

Una relación política mejora a través de la cooperación continua en temas de seguridad, migración, comercio y desarrollo económico.

Es importante para la colaboración bilateral, el respeto a la soberanía y la búsqueda de soluciones conjuntas a retos compartidos. El fortalecimiento de la comunicación, la coordinación en seguridad fronteriza y la promoción de la prosperidad mutua son claves para avanzar.

EC: ¿De qué manera afectó el cierre de gobierno de Estados Unidos a este Consulado?

Durante un cierre gubernamental, muchas agencias federales enfrentan restricciones presupuestarias y deben suspender actividades consideradas no esenciales.

En la Embajada tanto como en los consulados, los servicios esenciales, como la asistencia a ciudadanos estadounidenses en situaciones de emergencia, y las emisiones de visas continuaron operativos.

Para este próximo año 2026, reafirmamos nuestra voluntad de seguir colaborando de forma binacional y constructiva, sumando esfuerzos en beneficio de la comunidad fronteriza. Nuestro compromiso es mantener un diálogo abierto y una cooperación constante que permita generar oportunidades, atender desafíos comunes y fortalecer la convivencia en esta región que une a ambos países. 



Nuevo Laredo



MINT SPA
CARE & SALON



18
aniversario

Corte de Cabello • Mechas, tintes, rayos y balayage • Botox capilar
Maquillaje y peinado • Microblading • Manicure y pedicure
Masajes relajantes y terapéuticos



Mint Spa



[mintspa.caresalon](https://www.instagram.com/mintspa.caresalon/)



867 307 1111



867 714 9465

Cuauhtémoc 2006 • Nuevo Laredo, México



SUSANA

Directora de InfantinoCET y Kinder | Baby Sleep Coach

LÓPEZ DE SANTOS

Lic. Susana López, mejor conocida como Miss Suzy, Directora y fundadora de Infantino CET y Kinder, hoy nos comparte un nuevo proyecto en marcha donde apoya a los papás para que los bebés puedan dormir mejor y así mejorar la armonía del hogar: Baby Sleep Coach.

Conoce más de Miss Suzy:

- Originaria de Nuevo Laredo
- Mamá de 3 jóvenes
- Ing. En Sistemas
- Lic. En Pedagogía
- Imparte clases de Estimulación Temprana, contando con la certificación de parte del Instituto Mexicano de Estimulación
- Consultora Certificada por el Instituto Integral del Sueño (marzo 2025).

¿Cómo surgió el proyecto de Baby Sleep Coach y cuánto tiempo tiene con él?

Surge como respuesta al ver cómo, en el día a día, una buena o mala noche de sueño impacta en el desarrollo, aprendizaje y conducta de los más pequeños. Me gusta mucho acompañar a las familias durante el crecimiento y formación de sus hijos, aportando lo más que pueda, y ahora, con estas herramientas aprendidas, ponerlas en práctica y ver los cambios no solo en el bebé, sino en toda la familia.

¿A partir de qué edad y hasta cuándo se atiende a los bebés en planes de sueño?

Acompaño a las familias desde el nacimiento para establecer hábitos sanos y respetuosos, hasta aproximadamente los 2 ½ años ó 3.

Cada etapa tiene necesidades muy específicas, por eso adapto cada acompañamiento según la edad del menor y la dinámica de familia.

¿Qué tipo de métodos utiliza en Baby Sleep Coach para mejorar el sueño?

Trabajo básicamente con dos metodologías de autores con base en sus libros; ambas se personalizan a las dinámicas de las familias y mi enfoque es siempre desde la empatía, el vínculo y el bienestar emocional tanto del bebé como de los padres.

Uso estrategias basadas en rutinas realistas, acompañamiento progresivo para que el bebé se sienta seguro y técnicas validadas que permiten una transición suave y sin estrés.

La asesoría se puede tomar solo una vez, o en plan de 7 ó 14 días. Pueden ser presenciales o en línea. Despues de concluir es opcional si el padre de familia quiere tomar solo una sesión cada 3 meses para revisar cambios y hacer ajustes necesarios.

¿Qué es lo que más disfrutas de ayudar a las familias a descansar mejor?

Me encanta ver como cambia la vida

de los papás y del bebé, cuando todos duermen mejor, todo fluye: hay más paciencia, más conexión y un ambiente mas tranquilo en casa. Ser parte de eso es algo que disfruto mucho y agradezco a las familias por permitirme aportar algo en esta etapa de sus vidas. ☺



missssuzyconsultora

Baby Sleep Coach Miss Suzy

867 198 1099

José Alfredo Jiménez Medel



A.A. Lic. Eduardo A. Garza Robles



Juan Carlos Mendoza (2022)



A.A. Lic. Rubén López Escamilla



**Lights®
MAGAZINE**
Illumina tu mente



LOS FAVORITOS

Las mejores entrevistas de Lights a lo largo de 10 años,
es momento de volverlas a ver

Los Tres Reyes



José José (De Nuestros Archivos)



¿Cuándo acudir al nefrólogo?



Gen de la Obesidad





LIMPIEZA CASA HABITACIÓN Y EMPRESARIAL

CONTAMOS CON SERVICIO DE:

- Lavado de alfombras y salas
- Pulido de pisos
- Limpieza en general

📍 Avenida Lago de Chapala # 6192
Col. Lagos Nuevo Laredo, Mexico
📍 Plaza Bilbao Av. Bilbao #305
Col. Ampliación Los Fresnos



Margarinas • Rellenos • Harinas • Coberturas • Levadura • Ate



¡y mucho más!

📞 867 183 7338

facebook Sweet Liz

Plaza Bilbao • Bilbao #305
Fraccionamiento Los Fresnos

FABRICANTES PARA EL ASEO

¡NO CONTAMINES MÁS
AYÚDANOS A RECICLAR!

Trae tu propio envase, nosotros
lo rellenamos con el producto
de tu preferencia



VENTA DE PRODUCTOS DE

- Limpieza profunda
- Aseo personal
- Limpieza automotriz
- Lavanderia y jardinería



867 718 6094



Laredo Clean

¡TODO PRODUCTO DE TEMPORADA
PARA PANADEROS Y REPOSTEROS!

MATERIA PRIMA





Creando contenido que conecta



**GRUPO
LASSER**
PUBLICIDAD

40
AÑOS



Lasser Publicidad



lasserpublicidadtv



Lasser Publicidad TV

www.lasserpublicidad.com



Hormonal • Tiroideo • Cortisol

* **PERFIL TIROIDEO**

H. estimulante de la tiroides (TSH)
Tiroxina total (T4 total)
Triyodotironina total (T3 total)
Tiroxina libre (FT4)
Triyodotironina libre (FT3)
T-Uptake (TU)
Índice de Tiroxina libre (ITL)
T4 Yodo
Yodo butanolico

* **PERFIL HORMONAL**

Hormona folículo estimulante (FSH)
Hormona luteinizante (HL)
Progesterona
Prolactina
Testosterona total
Estradiol

CORTISOL (hormona del estrés)

- + Glucosa (diabetes)
- + Insulina
- + Resistencia a la insulina

ESPECIAL PARA LA MUJER

PRECIO ESPECIAL
¡POR TIEMPO LIMITADO!

ANÁLISIS CLÍNICOS • SERVICIO EMPRESARIAL



ClinlabMX



clinlabmx

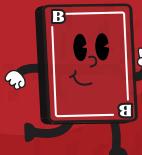
867 137 4883 ALLENDE 2712
NUEVO LAREDO, MÉXICO

SOLICITA TU
COTIZACIÓN



867 213 5024





LABARAJITA.com®
LA GUIA COMERCIAL DE NUEVO LAREDO

Primavera 2026

Publicidad en revista impresa y redes sociales de LaBarajita.com

Tu marca no solo estará en nuestras páginas...
¡TAMBIÉN ESTARÁ EN LAS PANTALLAS DE MILES!



Más visibilidad

Más resultados

Más clientes

Comunícate para un descuento del 15% antes del 14 de febrero en el paquete página completa y reel

Para más información

+52 867 719 1642

LaBarajita.com



NUEVA CENTRAL DE CARNES

LA MEJOR CALIDAD EN CARNES

Res • Pollo • Cabrito • Frutas y Verduras • Abarrotes en General

VENTA AL
MAYOREO
Y MENUDEO

NUEVA CENTRAL DE CARNES
S.A. DE C.V.

Av. Jesús Carranza 2605
Col. Guerrero

Lago de Chapala S/N
Col. Los encinos

Av. Francisco Munguía 2535

INTERNET SIN LÍMITES

RESIDENCIAL • NEGOCIO • EMPRESARIAL

Planes

20 Megas

30 Megas

50 Megas

100 Megas

 867 700 7060

 867 284 7959

¡CONTRATA YA!

FIBER
MAX
INTERNET EMPRESARIAL

 **Pulsar**
Telecomunicaciones