

Tú Revista

EVOLUCIONANDO PARA EL ÉXITO

Betty
Romero

SOY MUJER,
LIBRE Y
PODEROSA.

Cuando tenemos foco
y escuchamos nuestra intuición
**LOS SUEÑOS
SE HACEN
REALIDAD**

EDICIÓN FEBRERO-MARZO

@evolucionandoparaelexito.com

CONTENIDO

- 02 EL PENSAMIENTO ES VIBRACIÓN**
POR: EVOLUCIONANDO PARA EL ÉXITO
- 03 SOY MUJER, LIBRE, PODEROSA...**
POR: BETTY ROMERO
- 04 MUJER INDECISA O DETERMINADA, ¿Qué te distingue?**
POR: JOSEFA GALVAN
- 05 SIEMPRE ME PREGUNTAN: ¿DESDE DÓNDE EMPRENDER? ¿COMO INICIAR?**
POR: LUZMILA GARCÍA
- 06 ATRÉVETE A INNOVAR**
POR: ESTEBAN FONSI
- 07 CRONOLOGÍA DE UN MOMENTO HISTÓRICO**
POR: VIOLA EDWARD
- 08 CRONOLOGÍA DE UN MOMENTO HISTÓRICO**
POR: VIOLA EDWARD
- 09 LAS ÚLTIMAS TENDENCIAS EN 2023 PARA EMPRENDEDORES**
POR: MILA ZIMUNHU
- 10 INFLUENZA ESTACIONAL**
POR: DRA. LAURA GRATEROL
- 11 LOS SUEÑOS SE HACEN REALIDAD**
POR: JORDI DUQUE
- 12 WOMEN ECONOMIC FORUM, CAPITULO VENEZUELA**
POR: ROSELIN CABRALES
- 13 ANUNCIOS**
POR: EVOLUCIONANDO PARA EL ÉXITO
- 14 FUNDACIÓN MEBYF**
POR: ROSY VAN DEN BERG INTRIAGO MURILLO
- 15 EL SECRETO DE LAS GRANDES INVERSIONES EN BIENES RAÍCES**
POR: EVOLUCIONANDO PARA EL ÉXITO
- 16 EL SECRETO DE LAS GRANDES INVERSIONES EN BIENES RAÍCES**
POR: EVOLUCIONANDO PARA EL ÉXITO

*Los conceptos vertidos en los artículos son de exclusiva responsabilidad de los autores y no reflejan necesariamente el punto de vista de los editores de la revista.

Sí, sabemos que todo vibra y que atraemos a nuestra vida lo que está en sintonía con los pensamientos y emociones. Pero, cómo entender esto y utilizarlo para atraer las cosas que queremos. Veamos, las ondas de una determinada vibración, producen ondas de la misma vibración, creando experiencias que están en la frecuencia de nuestros pensamientos.

Miremos un ejemplo: tenemos una guitarra y un piano en el mismo salón y tocamos una nota en la guitarra (una nota es una frecuencia o vibración), entonces en el piano se produce una reacción, resuena la misma nota que produjo la guitarra como respuesta.

Este sencillo ejemplo, representa claramente lo que pasa con la vibración.

Nuestros sentimientos se producen en relación a lo que pensamos, están en la misma frecuencia. No podemos pensar en la crueldad de una guerra y sentir alegría o pensar en el amor Divino y sentir dolor. Vemos cómo las vibraciones producen una reacción que siempre va a estar en la misma frecuencia y amplitud que la vibración inicial.

Entonces, nuestros pensamientos y sentimientos de bajas o altas vibraciones, producen reacciones iguales y esto experimentamos como nuestra realidad.

EL PENSAMIENTO ES VIBRACIÓN

La mayoría del tiempo estamos en una frecuencia media, es decir, ni alta ni baja, y el resultado de esto, es que las cosas se mantengan como están, no hay una fuerza que produzca un movimiento. Esta es la causa, del por qué, muchas veces, cuando trabajamos con visualizaciones creativas o afirmaciones, no obtenemos los resultados que esperamos, porque no hemos cambiado lo más importante, el estado de vibración, haciendo estos ejercicios en un estado vibratorio medio.

La forma más fácil de cambiar las vibraciones del pensamiento es haciendo algo que nos agrada, lo que sea, escuchar música, hacer deporte, bailar, etc., que implique a nuestros sentidos. Haciendo algo que nos agrada, inmediatamente cambiamos nuestra frecuencia vibratoria y nos sentimos muy bien, este es el primer paso.

Si queremos que las cosas realmente cambien, debe haber un empujón, una fuerza que acelere nuestra vibración. Nuestros pensamientos deben ser suficientemente altos para que rompan la inercia en donde nos encontramos mentalmente y nos empujen al estado de frecuencias en el que queremos estar.



Cómo cambiar la vibración del pensamiento

Hacer lo que nos gusta, cambia nuestro enfoque y para elevarnos bien debemos hacer algo más; utilizar todas las herramientas materiales y espirituales que conozcamos, como:

afirmaciones positivas, tableros de visión (mapas mentales), meditación, oración y buenas lecturas, estos serían los siguientes pasos.

Sean bienvenidos amados lectores, colaboradores, gestores y auspiciantes al nuevo año de, Evolucionando para el Éxito, es para nosotros un honor y un placer caminar y acompañarnos en la aventura 2023, contribuyendo al cambio positivo de la vibración de nuestra realidad. Seamos bendecidos siempre.

SOY MUJER, LIBRE, PODEROSA...



Yo soy una mujer Libre, Líder, Poderosa y Apasionada, tengo 40 años de edad, que han transcurrido en medio del amor de quienes me brindaron su mano desprendida y solidaria. Soy el fruto de aciertos y desaciertos de toda la gente que formó parte de mi formación, tanto en lo personal, lo espiritual, y lo profesional. Mis logros son la suma de muchos aportes, desde lo más cercano que es la familia, así como de gente maravillosa que tuve la bendición de conocer y sin duda forjaron, algunos con conciencia y otros sin darse cuenta, el tipo de persona que soy. Por lo dicho, es justo y necesario reconocerles a todas y todos que lo logrado hasta aquí, son los logros mutuos.

Como mujer ibarreña, madre, profesional de los Recursos Naturales Renovables (ingeniera) y la Contabilidad y Auditoría (licenciada), con estudios de 4to nivel en TICs en Gestión y Práctica Docente (magister), emprendedora (comerciante) y actual legisladora municipal del Cantón Ibarra (concejala), me considero una persona comprometida, progresista y con una enorme sensibilidad por los menos favorecidos, la reivindicación de los derechos de los Grupos de Atención Prioritaria (NIÑAS, NIÑOS, ADOLESCENTES, MUJERES EMBARAZADAS, MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA, DISCAPACIDADES, PUEBLOS Y NACIONALIDADES, ADULTOS MAYORES Y MOVILIDAD HUMANA) ha sido durante mis tres años y medio de gestión, el horizonte, probablemente una utopía, porque cada vez que creemos alcanzarla, ella se mueve mucho más allá, así mismo sucede con los DERECHOS HUMANOS.



Por: Betty Romero

Sin duda alguna, todo está interconectado y es ahí, el peso que tiene la confianza, la superación personal, el perdón, el manejo del miedo, la preparación constante y con altas dosis de amor propio, por la gente y por lo que hacemos.

Sueño en vivir en un mundo sin miseria, sin niños en la calle, sin opulencia, pero digno y feliz. Seguiré trabajando por un mundo más justo, equitativo y solidario, el que todos soñamos y que todos merecemos.

   @BettyConcejala5

+593 09-9262-583
Ibarra, Imbabura, Ecuador.

MUJER INDECISA O DETERMINADA, ¿Qué te distingue?

El deseo sin acción,
se convierte en frustración.
Josefa Galván

Como ya sabemos, el mundo de los negocios no se circunscribe a los hombres. Las mujeres emprendedoras y empresarias, allanan diariamente el camino hacia su propio éxito, no obstante, las adversidades, los pensamientos autodescalificadores y las creencias limitantes que les fueron implantadas en casa y escuela en sus primeras etapas de vida.

Esas ideas reiteradas que se fortalecieron neuronalmente volviéndose invisibles, pero ahí están, son las que frenan, las que provocan inseguridades, miedos, y desconfianza, nadie se exenta de ese fenómeno, todos cargamos alguna «idea limitante».

Ellas nos atacan con expresiones ajenas o propias que no cuestionamos creyendo que son ciertas, porque alguien con autoridad, prestigio o muchos seguidores lo dijo:

1 «Todos tenemos miedo al error» ¡Mentira! Pues quién, en su sano juicio quiere cometer errores, a lo que se teme, es a las consecuencias, a que nos señalen públicamente, ya que nadie nos enseña cómo responder o asumir equívocos, aprendimos a tener vergüenza en lugar de valor para aceptar nuestra responsabilidad, para dar la cara, para hacernos cargo y corregir.

2 «No importa, volveré a empezar de cero» ¡Otra mentira! Nadie, léelo bien, nadie empieza de cero, acaso no cuenta tu genética, tus años de estudio, tus experiencias, etc., recuerda que en tu cabeza hay un cofre del tesoro llamado MEMORIA, así que, nunca lo digas, no descalifiques lo que sabes, más bien úsalo como referencia para hacer algo diferente, capitaliza tu conocimiento.

Muchas personas en USA, a pesar de las barreras del idioma y las diferencias culturales, han encendido su espíritu emprendedor a tal grado que un gran número de mujeres lideran diversos negocios, desde alimentos hasta empresas tecnológicas. Su propio negocio se ha convertido en la base de su éxito financiero. Ahora, vamos a los datos.

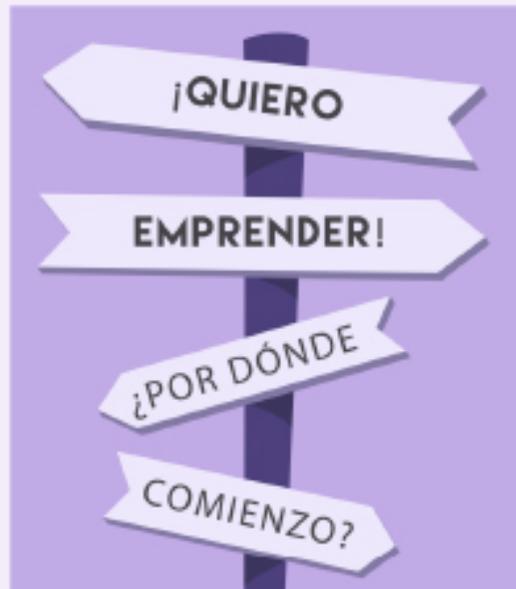
La Universidad de Stanford, publicó, antes de la pandemia, que el 'boom latino' es una industria de USD 500 billones al año. Los millennials son dueños del 86% de las empresas. En los últimos 10 años, la cifra de empresarios latinos incrementó un 34% y el 80% son mujeres. Por su ubicación, la mayor cantidad de empresas se encuentran en California 24%, Texas 15% y Florida 15%. El Censo 2020 en USA, arrojó que el 44% de los negocios hispanos están manejados por mujeres.

Claro que no ha sido fácil, pero la necesidad, la sana ambición, creatividad y **determinación** les han fortalecido ante los fracasos que convirtieron en energía revitalizante para seguir, corregir y dar saltos.

Entonces, ¿Qué te distingue, la indecisión o la determinación?



Por: Josefa Galván



Saludos a todos los lectores y lectoras de esta prestigiosa revista, quiero hoy compartir un tip, al cual llamo: «el tip máximo para emprender», seguramente ya has oído de él y si lo haz experimentado, eres parte de un grupo especial, privilegiado, que tiene la dicha de levantarse cada día con una sonrisa y un agradecimiento, no porque todo sea coser y cantar, como decimos, fácil y fluido, sino, porque te reconoces capaz de enfrentar y aprender de cada reto, vives en modo 'felicidad ON', ya que esta no depende de un resultado particular que pudiera etiquetarse como bueno o malo, depende de la actitud con la que se anda, francamente solo con pasión y amor tendremos la constancia necesaria para triunfar al emprender.

Si me preguntas ¿cuál es ese tip clave?, responderé, **emprender con el corazón**, lo cual espero que no evoque en ti una imagen romántico - onírica, de un mágico mundo en el que no debas hacer algo diferente a flotar alrededor de los acontecimientos.



Por: Luzmila García

SIEMPRE ME PREGUNTAN: ¿DESDE DÓNDE EMPRENDER?

¿CÓMO INICIAR?

Es más bien, evocar la concepción holística del ser, que te revela como un ser multidimensional, que puede acudir a cualquiera de sus dimensiones para recabar la información necesaria que le guíe en su hacer, de forma más simple, te remito a esa central de información que está en ti y conecta con tu ser superior, el cual es perfectamente capaz de guiarte al éxito a través de acciones sistemáticas, disciplina y planeación en todo aquello que emprendas.

No es extraño, en nuestros tiempos, referirnos al corazón desde una visión que trasciende el materialismo de la era industrial de los siglos anteriores, donde se le caracterizaba como una máquina, una bomba de irrigación del vital líquido al cuerpo, para reconocerle como un órgano que permite emitir y recibir información, si reparamos en la forma cómo se han logrado las comunicaciones a través de la evolución de la humanidad, estaremos de acuerdo que con la aparición del electromagnetismo éstas han ganado en inmediatez, hoy por hoy, la ciencia nos ha hecho dos revelaciones importantes del corazón:

- 1 Posee una red neuronal que comanda al cerebro
- 2 Posee un campo magnético 5.000 veces más intenso que el del cerebro, es por eso que como profesional de las ciencias física y matemáticas lo vivo, lo recomiendo «Emprender desde el corazón», si deseas profundizar, podemos conversar.

COACH LUZMILA COACH ONTOLÓGICO, ESPIRITUAL, FEMENINO Y DIGITAL.

 @Luzmila.coach  Luzmila García Dick

www.radiocoaches.online

ATRÉVETE A INNOVAR



En la sociedad moderna, no hace falta decir que un emprendimiento deba tener como mínimo cuentas en redes sociales, pero lo que sí es claro, es que no es suficiente con abrir perfiles y tenerlos sin estrategias, publicando el mismo contenido para todas las redes y sin un perfil adecuado y configurado para comercializar un negocio.

Cada red social tiene un público-objetivo distinto, una diferente comunicación, un contenido más versátil o más formal. El error más común, es darle la misma administración a todas las redes por igual y precisamente por eso no se ven resultados, por no tener definido el público al que se quiere llegar, el objetivo de lo que se quiere mostrar del emprendimiento y el valor diferenciador en el contenido de cada plataforma.

La mayoría de las personas recurren primero a las redes sociales para revisar si tienen un comentario, una reputación, para conocer precios y saber la variedad de servicios o productos que ofrece el negocio, finalmente, así decidir si hacer la compra o el contacto, por eso, urge la necesidad de darle un buen uso y apropiarse de las estadísticas que ofrece la misma red para llegarle a todo el público.

Es indispensable empezar con creatividad en el contenido, desde los copys, reels, diseños, hasta las fotografías. ¡Sin creatividad, nada funciona en redes sociales! Es darle ese valor agregado a la cuenta. Hacer que los usuarios disfruten consumir el contenido para lograr que compren, que interactúen y compartan, que se sientan identificados con el emprendimiento, no es solamente un like o llenar la cuenta de seguidores o generar una visita más, sin tener un impacto en las ventas.



Por: Esteban Fonsi

La comunicación directa e inmediata con los consumidores también ayudará a que el emprendimiento muestre un rostro humano, sin respuestas automáticas, sin una información precisa del por qué el emprendimiento es bueno, esto se logra con un lenguaje original, natural y muy cercano, que cree una relación con el usuario, no importa si es a largo plazo, así no te genere hoy una compra podría estar generando mañana una referencia o confianza con otras personas.

Usar estrategias, no es solamente hacer diseños atractivos, subir videos de influenciadores, publicar fotografías de calidad, es también ofrecer beneficios exclusivos a los seguidores y amigos, que están en las cuentas, darles ofertas, descuentos, organizar concursos para que repliquen el contenido, por lo tanto, la marca. Recuerda, las redes sociales son solo una herramienta que te permitirá despegar hacia el éxito, lo demás depende de tus estrategias, creatividad y ganas.



Por: Viola Edward

CRONOLOGÍA DE UN MOMENTO HISTÓRICO

2022 fue un hito histórico para la Mentoría: se celebró el Primer Congreso Internacional de Mentoría en Buenos Aires, Argentina, auspiciado por la plataforma que agrupa y certifica a los profesionales del sector, la Red Global de Mentores (RGM).

Un encuentro internacional con actividades y ponencias de diversas personalidades de la mentoría, regionales y mundiales, alrededor de diferentes temáticas.

Recibimos la bienvenida del director general y CEO Alejandro Motta, del presidente saliente, Nelson de J. Rueda, y de la presidente entrante, Viola Edward, quienes ofrecieron un pantallazo de actualidad en el contexto del mentoring en el mundo y de las acciones de la plataforma, Red Global de Mentores. En el pre congreso escuchamos las experiencias personales y profesionales de los mentores, Yesenia Zárate, Jaime Terán, Nayla Jazgevicious, Juan Soria, Yesenia Cabrera, Karín Espinoza y Norberto Rodríguez, alrededor de la temática del storytelling. Luego, Alejandro Motta y el experto Hector Soto, presentaron la Academia de RGM, una plataforma educativa creada por Ugivme, para que los mentores puedan ofrecer cursos y formaciones.

Luz María Paredes, expuso las características de la disciplina del mentoring y tuvimos al carismático comunicador Monchi Balestra, entrevistando a los conferenciantes, como precalentamiento de lo que vendría en la jornada siguiente y a Cristina Hernández, experta en soft skills, para ayudarnos a reflexionar acerca del crecimiento personal buscado en el mentoring.



La siguiente jornada comenzó con Virginia Gawel, referente internacional en el área de la psicología transpersonal, continuando con Daniel Colombo, máster coach especializado en alta gerencia y equipos, y Mauro Danzi, quien nos ofreció un excelente paneo acerca de la estrategia de marketing digital aplicada para mentores.

En el área de tecnología, Seba Chuffer nos deslumbró con las experiencias en el Metaverso. En el capítulo de la descentralización y entorno cripto, escuchamos a Hector Rodríguez Curbelo.

Luego, fue el momento de dos geniales entrevistas: la primera, de Viola Edward a Isabell Rodríguez, y la segunda entrevista a cargo de Walter Terán, quien hizo lo propio con Aldo Piñeiro.

Disfrutamos del Panel sobre Inclusión Laboral y Social, dirigido por la increíble, Mirim Renéé Prado, revalorizando el principio de los ODS de las Naciones Unidas: «No dejar a nadie atrás». Aprendimos sobre neurotoratoria de la mano de la magister en PNL, docente y formadora, Teresa Astorga, y Vanessa Maneiro, abrió una «Ventana a un Mundo de Posibles» en su exposición.

En la última jornada, la renombrada psicóloga Dra. Paula Irueste, nos dio una masterclass sobre lo que son las altas capacidades y cómo se desarrollan. Luego, el psicólogo, investigador y docente, Saxa Stefani, trajo conceptos de la psicología social y la psicología de las emociones, como formas de evaluar y dirigir los procesos de mentoría. El magister y doctor, Alexander Laszlo, hizo un brillante e interesantísimo análisis sobre las características VICA (volátil, incierto, complejo y ambiguo) que el mundo actual presenta y la importancia de la inteligencia colectiva para enfrentar sus desafíos.

Pudimos escuchar atentamente a Irini Wentinck, psicopedagoga, empresaria y presidente de la red MIA (Mujeres de la Industria Argentina), para luego presenciar la última entrevista del congreso bajo el título 'Hablemos de Salud', a cargo de Walter Terán, entrevistando a Ernesto Beibe y a Marisela Lara Gonzalez, quienes nos hablaron de la mentoría aplicada al colectivo de enfermería.

Por la tarde, llegó el momento de dos paneles: el primero, Hablemos de Paridad de Género, conducido por Fernanda Ferreira. El debate nos dejó importantes reflexiones e interrogantes para pensar y orquestar un futuro de equidad. El siguiente panel, El Presente y el Futuro de la Educación, conducido por la experta Dra. Laura Vaccarini, lanzó planteamientos a los ponentes y docentes sobre la educación y el beneficio de pensar la docencia como un rol destacado de mentoría.

La siguiente charla, Liderazgo con Inteligencia Emocional, a cargo de Barbara Flores Caballero, brindó momentos, para poner en juego la comunicación emocional entre todos los participantes, acompañado de su energética y carismática guía.

Luego, el increíble pensador y comunicador Carlos Fraga, invitó a indagar profundamente sobre lo que implica querer crecer en momentos de cambio, llevándonos por emocionantes momentos de introspección con su palabra, tan certera como amorosa.

Como cierre memorable de todo el congreso, el saliente presidente Dr. Nelson de J. Rueda, pasó el testigo de su cargo a la flamante presidente entrante Viola Edward, ambos con una oratoria llena de sabiduría y amor. Viola Edward, hizo una impresionante presentación de los objetivos de expansión a nivel mundial de la Red de Mentores a través de las numerosas colaboraciones internacionales que ella co-lidera o representa, orientadas siempre desde una visión de humanismo sensible a la vez que fuertemente comprometido.



www.rgmentores.org

- Red Global de mentores
- rgmentores
- Rgmentores

LAS ÚLTIMAS TENDENCIAS EN 2023 PARA EMPRENDEDORES

¡CONSTRUYENDO UNA MARCA PERSONAL A TRAVÉS DE RRSS Y NETWORKING!

El mundo de la Marca Personal y las redes sociales está en constante evolución, y puede ser un desafío para los emprendedores mantenerse al día con las últimas tendencias. En 2023, habrá cuatro aspectos clave que deben conocer.

Una de las mayores tendencias será el aumento de la autenticidad. Los consumidores son cada vez más inteligentes y pueden detectar la falta de autenticidad desde lejos. Como resultado, es más importante que nunca que los emprendedores sean genuinos y transparentes en su presencia online. Esto significa compartir tanto los éxitos como los desafíos de construir un negocio, siendo abierto y honesto acerca de quién eres y qué representas.

Otra tendencia que seguirá siendo importante en 2023 es la necesidad de construir una comunidad online sólida y comprometida. Nutrir una tribu de seguidores leales, que estén comprometidos con tu contenido y participen activamente en la conversación. Esto significa proporcionar contenido valioso, de alta calidad, de manera regular y tomarte el tiempo para interactuar con tu audiencia y construir relaciones profesionales.

Además, habrá un aumento del contenido de video como una forma clave de conectarse con el público. Con más teléfonos inteligentes e Internet de alta velocidad, será más fácil para los emprendedores crear y compartir contenido de video. Ya sea una transmisión en vivo en Instagram y Facebook, o la creación de videos pregrabados para compartir en YouTube y LinkedIn, el contenido de video es una forma poderosa de conectarse con el público, construir tu marca personal y crear la red de contactos profesionales.



Por: Mila Zimunhu

Finalmente, 2023 será también el año del 'micro-influencer'. Los micro-influencers son personas con un número más reducido de seguidores, pero muy comprometidos, están enfocados en nichos específicos y tienen un alto nivel de experiencia en un área en particular, lo que los hace muy buscados por las marcas que quieren llegar a un público específico. Como resultado, los emprendedores que construyan un seguimiento fuerte y comprometido en un nicho específico estarán bien posicionados para capitalizar esta tendencia.

En conclusión, 2023 será un año para estar al día con estas tendencias, y adaptando tu enfoque, puedes posicionarte para el éxito y construir una marca personal fuerte y de alto valor online

INFLUENZA ESTACIONAL



Por: Dra. Laura Graterol

¡Por qué debemos vacunarnos!

‘El virus de la influenza estacional, es una enfermedad respiratoria contagiosa asociada a estaciones del año, un virus capaz de realizar mutaciones entre cada estación y así aumentar su resistencia a las vacunas, según el centro de control y prevención de enfermedades (CDC)’
«La carga total de la influenza para la temporada 2021-2022 se estimó en 9 millones de casos de influenza, 4 millones de consultas médicas por influenza, 100,000 hospitalizaciones por influenza y 5,000 muertes.^{2»} y en los meses de octubre hasta el 01 de diciembre del 2022 se reportó 13-27 millones de casos de influenza, 6,1 a 13 millones de consultas médicas por influenza, 120.000 a 260.000 casos de hospitalizaciones y 7.300 a 21.000 muertes³, superando notoriamente las cifras estimadas, recordemos vacunarnos de la aún presente, SARS COVID-19. Existen 4 tipos de virus de influenza;

TIPO A

Causante de pandemias, 4 en el último centenario. Posee dos proteínas Hematoglutina (H) y Neuroaminidasa (N) actualmente circula la mutación H3N2.

TIPO B

Se divide en linajes, con cambios sutiles capaces de causar afectación humana, actualmente tenemos en circulación el linaje VICTORIA y Yamagata.

TIPO C

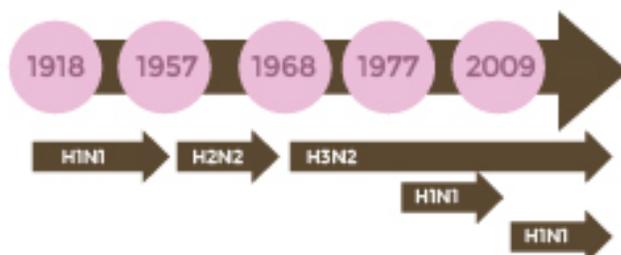
Solo asociado a malestar leve y sin complicaciones.

TIPO D

No descrita en humanos.

Si revisamos la historia, se le asigna el nombre, al lugar de origen y a la mutación prevalente, hemos reducido en número de pandemias a través de los años

- 1900: influenza antigua de Hong Kong (H3N8)
- 1918: influenza española (H1N1)
- 1957: influenza asiática (H2N2)
- 1968: influenza de Hong Kong (H3N2)
- 2009: influenza porcina (influenza A [H1N1] pdm09)



Por lo cual, la vacunación ha tenido un papel crucial, actualmente han sido aprobadas 3 vacunas, estas son: la vacuna inyectable dosis alta, (Fluzone High-Dose Quadrivalent) para personas de más de 65 años, la vacuna recombinante contra la influenza, inyectable recombinante (Flublok Quadrivalent) y la vacuna contra la influenza con coadyuvante (Fluad Quadrivalent), estas dos últimas en rangos de 6 meses de edad en adelante, pudiendo aplicarse en alergia a la proteína del huevo, casos de enfermedad que aumentó riesgo de complicación, personal de salud con alto riesgo de exposición e incluso en simultaneo con las dosis de refuerzo COVID19.

Cuéntanos tu experiencia y acotaciones al correo: Lauragraterolr@gmail.com. Dra. Laura A. Graterol.

Artículo dedicado a Miguel Soto Ramirez, estudiante de medicina, los sueños no tienen fecha de caducidad. Referencias:

1- CDC, SIGNS AND SYMPTOMS OF INFLUENZA, U.S.G. <https://www.cdc.gov/flu/about/flu/signs-and-symptoms.html>

2- CDC, ESTIMACIONES INFLUENZA 2021-2022 LINK: <https://www.cdc.gov/flu/about/estimates/2021-2022.html>

3- CDC, REPORTS OCTOBER-DECEMBER INFLUENZA 2022 LINK: <https://www.cdc.gov/flu/about/flu/news/press-release-20221201.html>

Cuando tenemos foco
y escuchamos nuestra intuición

LOS SUEÑOS SE HACEN REALIDAD



Foto: Jordi en Tailandia, experiencia con elefantes @Medihikingtravel

Cuando escuché hace años que el 75% de la población mundial « Vive por vivir y hace por hacer», que se levantan, muchos van a trabajar, comen, se relacionan y luego van a dormir, al día siguiente hacen lo mismo, y en esa rutina se les va la vida, mientras que el 25% de la población mundial vive como quiere vivir y hace lo que quiere hacer, decidí ser parte de este porcentaje final. Vivir como quiero vivir.

Lo comprendí y reforcé esta creencia en un curso con un especialista de la NASA, quien insertó a los asistentes un concepto que se quedó en mis venas y memoria: «Hoy es un día menos de vida, un día más cerca de la muerte.»

La vida es única, por eso cuando escuchamos nuestra intuición y nos dedicamos a aquello para lo cual tenemos talento, desde la humildad, esto beneficia a la humanidad y al planeta, entonces, no hay nada que pueda pararnos. Primero, escuchando a la intuición, esa inteligencia cardíaca que habla permanentemente mostrándonos el camino; segundo, pensando en bienestar para la humanidad y tercero, uniendo lo anterior con nuestros talentos.



Por: Jordi Duque

Para llegar a este punto conviene hacernos tres preguntas de poder: ¿Quién quiero ser? ¿Para qué soy bueno? ¿Cómo me gustaría vivir y haciendo qué? Centrados en las respuestas podemos visibilizar nuestro futuro y las puertas se abren de par en par.

Basado en deseos de bienestar, paz, amor... nació, @Medihikingtravel 'Viajes naturales y culturales conscientes', para reducción del estrés y ansiedad, empoderando vidas en más de 12 países, basados en Mindfulness, las evidencias científicas de los Shinrin Yoku (baños de bosque) y la metodología Medihiking.

Mi pasión me ha llevado a estudiar y demostrar, con más de 6.000 viajeros participantes, lo que la ciencia ha evidenciado en últimos hallazgos a favor de nuestra salud al pasar tiempo de calidad en bosques.

Ahora presento mi nuevo libro: Ante el Calentamiento Global, NUESTRO FUTURO ES BOSQUE a nivel mundial, sobre la sabiduría de la vida, el bienestar y la salud mental en conexión con la naturaleza, compartiendo sobre algunos de los bosques más hermosos que he conocido y de mis conversaciones con 11 expertos mundiales en biología, psicología, sabiduría ancestral, física cuántica, y otras ciencias, quienes nos cuentan qué sucede en nuestros cuerpo y mente cuando vamos a espacios naturales. Mi libro está en todos los continentes disponible en Amazon.com

Así voy cumpliendo sueños, generando bienestar, se vale soñar, se puede. Y tú ¿Qué tanto disfrutas la vida?

Sígueme y creémoslo juntos.

WOMEN ECONOMIC FORUM,

CAPITULO VENEZUELA

LA TIERRA DEL TRICOLOR VIVE EL RENACER

Estamos orgullosos que desde la tierra del tricolor, donde han surgido mujeres únicas y guerreras, que se han esparcido latiendo sus corazones alrededor del mundo, compartiendo historias de vida, contribuyendo al cambio social y económico de sus comunidades, han sumado su fuerza imponente y en una sola voz, que se multiplica empoderando con la esperanza de RENACER han dado vida al Women Economic Forum, Capítulo Venezuela.

El Women Economic Forum (WEF), es una organización sin fines de lucro que nació y se encuentra en New Delhi, India y es el Foro de Empoderamiento Económico Liderado por Mujeres más grande y prestigioso del mundo. Se encuentra presente en más de 150 países, cuenta con más de 1.000 capítulos y más de 100.000 miembros.



www.wefvenezuela.org

Cuenta con a una Cámara Global hermana denominada, ALL LADIES LEAGUE que a su vez se conforma de 50.000 miembros, y que genera conexiones con 250.000 mujeres y simpatizantes en todo el mundo. Estas organizaciones se encuentran lideradas, por la Dr. Harbeen Arora, una mujer dedicada al Empoderamiento de la Mujer en el Mundo.



Por: Roselin Cabrales.
Ph.D. Directora General.



 @roselincabrales

 @roselincabrales y @roselincabrales_

Tú Revista EVOLUCIONANDO PARA EL ÉXITO

SECCIÓN ANUNCIOS

CENTRO HISTÓRICO DE QUITO

INMOBILIARIA VIVAS GONZALEZ CIA LTDA.




El hotel es equipado con acceso discapacitado por los dos lados, tiene una excelente circulación peatonal y vehicular y funciona en una hermosa zona céntrica, tiene 5 plantas, en su interior cuenta con 38 habitaciones, ubicadas en patios que rodean un hermoso jardín interior con una plaza de piedra. Las habitaciones son de tipo simple, matrimonial, doble, triple y cuadruple, con baño privado. Instalación: Sábiles concretas, línea de conexión, ascensor, baldos, 2 parquesinos.

Línea de construcción: 02042
Línea de terreno: 40242

Contáctanos
0998143312

Contáctanos
0984047019

Contáctanos
0993457563

Hermoso Hotel en Centro Histórico

EN VENTA DE OPORTUNIDAD



¡MÁS DE 30 AÑOS DE GRANDES RESULTADOS!

MÁS DE 16 H DE PROGRAMACIÓN

SINTONIZA 100.3 FM

ENTREVISTAMOS A: MÚSICA, DEPORTES, CULTURA, INFORMACIÓN, VIVIR EN QUITO.

RADIO LUNA
AXILCA CON LUZ PROPIO

WWW.RADIODLUNA.COM
#RADIO1003FM



ASESORES FINANCIEROS
EDUCACIÓN FINANCIERA A TU ALCANCE



CARLOS & SARA SALAZAR

REPRESENTANTES FINANCIEROS LICENCIADOS

PRIMERICA

201-250-1627
salazarsexp@gmail.com
finapp.com/TheSalazars

SCAN ME



INKCULT
BRAND STUDIO

DISEÑO gráfico

LOGOS
MAILINGS
POST PARA RRSS

FLYERS
REVISTAS
INVITACIONES

098-3878231 096-2702363

ANÚNCIATE CON NOSOTROS:

Más Información escribemos a:
[@evolucionandoparaelexito.com](https://www.instagram.com/evolucionandoparaelexito.com)

[@FINANCE_WITH_IN_REACH](https://www.instagram.com/finance_with_in_reach)

FUNDACIÓN MEBYF



Por ROSY VAN DEN BERG
INTRIAGO MURILLO

Fundación mebyf fue creada el 20-06-2022, mebyf existe ya 8 años, 4 años registrada oficialmente. En la Haya, Holanda, por un grupo de mujeres de diferentes países de habla hispana, radicadas en la Haya, Holanda.

Mujeres buscando desarrollarse profesionalmente en medio de la dificultad del idioma y reglas holandesas.

NUESTRA HISTORIA ¿CÓMO NACIÓ MEBYF?

MEBYF surge de la necesidad de llevar a los hispanohablantes de los Países Bajos y de Europa un paso más allá en su desarrollo social, como vitalidad, participación, emancipación, inclusión, autosuficiencia y emprendimiento. Rosy Intriago Murillo, fundadora de MEBYF, vio cuando trabajaba en varios puestos y empresas en Europa cómo los hispanohablantes no tenían las mismas oportunidades de crecimiento profesional, mientras que hay buenos y muchos hispanohablantes profesionales en los Países Bajos y en toda Europa.

MISIÓN DE MEBYF

Emancipación, la inclusión y la autosuficiencia. Enfocándonos en el desarrollo de emprendimientos, empresas, comunidades y organizaciones gubernamentales a nivel internacional.

MEBYF= MUJERES EMPRENDEDORAS BELLAS Y FUERTES

Es una organización sin fines de lucro que se creó para ayudar a la comunidad de expatriados en Holanda a despertar el espíritu emprendedor, explorar su verdadero potencial, encontrar la orientación correcta y construir un hogar lejos de casa.



MEBYF comprende los desafíos emocionales, sociales y económicos...

Creemos en triunfar juntos. Nos aseguramos de hacer sentir incluido y volverse autosuficiente. ¡MEBYF es conectar, inspirar y crecer!

Ayudar a explorar su potencial a través de varias capacitaciones: nuestras capacitaciones han sido seleccionadas cuidadosamente durante nuestro viaje de ocho años de trabajo con la comunidad de expatriados latinoamericanos, aquí en La Haya y América Latina, a través de nuestros módulos de capacitación, nuestra amplia red y asistencia administrativa.

Hemos emancipado a personas, empresas y comunidades durante los últimos 8 años en Holanda y América Latina.

MEBYF se enfoca en el desarrollo rural en Latino América, para comenzar en Ecuador, llevando un grupo objetivo de habla hispana en los Países Bajos y en Europa, un paso más allá en su desarrollo social.

EL SECRETO DE LAS
GRANDES INVERSIONES EN

BIENES RAÍCES

Por: Evolucionando por el éxito

Conocer bien las necesidades del cliente es la prioridad para Rafael Vivas, empresario ecuatoriano y Gerente General de la Inmobiliaria Vivas González CIA. LTDA., fundada el año 1997 en Quito, Ecuador.

Rafael Vivas reconoce lo mucho que está en juego a la hora de comprar o vender una vivienda, por lo que es importante trabajar con una empresa de confianza que proporcione resultados de calidad. «La estrategia y las decisiones acertadas son la clave del éxito para encontrar la propiedad de tus sueños», el gran empresario ecuatoriano y su equipo de trabajo saben lo sumamente importante que es satisfacer todas las necesidades que busca el cliente.

Los más de veinticinco años en el mercado inmobiliario han permitido que muchas familias y empresas inviertan en la mejor decisión de sus vidas.

«Se trata de comprar una propiedad, que constituya la base primordial para brindarles seguridad y tranquilidad a todos los miembros de la familia». Es importante señalar, que una adquisición inmobiliaria es una gran inversión para el mañana, ya que se puede convertir en una fuente de ingresos y formar parte del patrimonio y la herencia que se les pueda dejar a los hijos.

Con la misión de ofrecer una experiencia memorable y un servicio de calidad, Alexander Vivas, Gerente de Marketing y colaborador por más de quince años en la empresa, manifiesta el importante compromiso que tiene, Inmobiliaria Vivas González.



«Resultados óptimos y efectivos es lo que siempre buscamos para nuestros clientes», Alexander quien ha creado la fórmula de trabajo con su padre, asegura tener al mejor líder y ser humano, quien busca siempre la felicidad de sus clientes.

La diversidad de servicios que ofrece Inmobiliaria Vivas González es amplia, desde: asesoría, acompañamiento de visitas, intermediación en compra y venta de propiedades, asesoramiento sobre condiciones en la compraventa o alquiler tanto para fines personales, como para empresas, asesoría legal, entre otros.

Vender, comprar o alquilar tu vivienda hoy en día es una labor comprometida que requiere saber con quién negociar. Por ello, todo el equipo de Inmobiliaria Vivas González, está presto para brindarte los mejores servicios, la mejor experiencia y sobre todo, la mayor tranquilidad para ti y tu familia.

 [inmovivasongonzalez](#)

 [inmobiliariavivasg](#)

0998143312 - 0984047019 - 0993457563

Rafael Vivas



**VENTA
CASAS
EDIFICIOS
ARRIENDOS**

QUITO-ECUADOR-USA

0998143312 - 0984047019 - 0993457563



**30 AÑOS DE
EXPERIENCIA**

 [inmovivasgonzalez](#)
 [inmobiliariavivasg](#)

Tú Revista
**EVOLUCIONANDO
PARA EL ÉXITO**

COLABORADORES EDICIÓN FEBRERO-MARZO

Paola Vivas

Presidenta de Evolucionando para el Éxito
Fundadora de la revista Evolucionando para el Éxito

Sofy Catalina Rosas Durán

Directora de Estilo de la revista
Evolucionando para el Éxito

Diana Paola Vizcaino

Diseño y Dirección de arte revista
Evolucionando para el Éxito



BETTY ROMERO, JOSEFA GALVAN, LUZMILA GARCÍA,
ESTEBAN FONSI, VIOLA EDWARD, DRA. LAURA GRATEROL,
JORDILDUQUE, ROSELIN CABRALES, ROGY VAN DEN BERG
INTRIAGO MURILLO, MILA ZIMUNHU.

Follow us on
 [Instagram](#)
 
[@evolucionandoparaelexito.com](#)