



Junio 2023

# Nosotras

ASOCIACION DE MUJERES DE HABLA HISPANA EN HONG KONG - FUNDADA EN 1977



REVISTA MENSUAL NOSOTRAS

 <http://www.amhh.org.hk>

 [amhh.hongkong](https://www.instagram.com/amhh.hongkong)

 Asociación de Mujeres de Habla Hispana en Hong Kong

Foto por Alba Chiara - Pexels

# Contenido

## Editorial

Presentación del comité AMHH	3
Mensaje de la Presidenta	4

## ¿Qué hacemos?

Agenda del Mes	5
----------------	---

## Cultura

Círculo literario	6
-------------------	---

## Actividades sociales

Playdate en español	9
Almuerzo de los países	11

## Aprendizaje y datos de interés

Círculo de crianza	15
Charla Tech AMHH	16
Tu Propio Dinero	19
Nosotras en VIVO	22
Vamos a contarnos un cuento	25
Emprendedoras	27

## Obras Sociales

St Mary 's Hogar de ancianos	30
------------------------------	----

## Actividades deportivas

Latin Dragon	32
Caminata	34

## Socias

Cumpleaños y Felicitaciones	35
-----------------------------	----

## Anuncios

Misa en español	36
-----------------	----



**Revista Nosotras**  
Junio 2023  
nosotras@amhh.org.hk  
**Consejo Editorial:**  
Andrea Estrella, Loreto Reyes  
Lorena Fernández Chaves

**Diseño y Edición:**  
Marina L. Cayssials  
**Foto de Portada:**  
Alba Chiara - Pexels  
**Publicidad:**  
nosotras@amhh.org.hk

Pagos membresía y publicidad: Cuenta AMHH HSBC: 111 - 185401 - 001  
Enviar copia del pago a:  
Publicidad: nosotras@amhh.org.hk y tesorera@amhh.org.hk  
Membresía: nuevassocias@amhh.org.hk y tesorera@amhh.org.hk

©AMHH con todos los derechos reservados. PO BOX 12145, Central HK. Registro de Sociedad en Hong Kong. (90) CP/SR/19/4965



# AMHH

## Comité 2023

### Comité Ejecutivo



**Andrea Estrella**  
**Presidenta**  
president@amhh.org.hk



**Lorena Fernández Chaves**  
**Vicepresidenta**  
vicepresident@amhh.org.hk



**Vallerie Yong**  
**Tesorera**  
tesorera@amhh.org.hk



**María Guadalupe Jibaja**  
**Coord. Nuevas socias**  
nuevasocias@amhh.org.hk



**María Fernanda Gómez**  
**Secretaria**  
secretariado@amhh.org.hk

### Comité General



**Janed Rodríguez**  
**Caminatas**



**Claudia Standloft**  
**Círculo literario, St. Mary's**



**Tatiana Bastidas**  
**Comunicación**



**Marianm Graffe**  
**Comunicación**



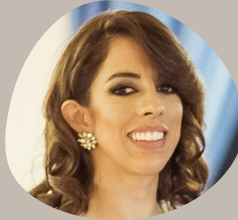
**Vanessa McPhie**  
**Comunicación**



**Lourdes Bogaerts**  
**Cradle of Hope**



**Lorena Fernández Chaves**  
**Descubramos Hong Kong**



**Ximena Pérez**  
**Descubramos Hong Kong**



**Nabilie Ballesteros**  
**Dragon Boat**



**Connie Guivernau**  
**Eventos**



**Lenia Pérez**  
**Playdates en español**



**Alicia González**  
**Prisiones**



**Marina Cayssials**  
**Revista NOSOTRAS**



**Loreto Reyes**  
**Revista NOSOTRAS**



**Brenda Alatorre**  
**AMHH Sustentable**



**Liz Gómez**  
**Talleres**



**Krystle Morris**  
**Voluntariado en familia**



**Klaudia Le Touzé**  
**Colaboradora**

# CARTA DE LA PRESIDENTA

¡Hola a todas las socias de la Asociación de Mujeres de Habla Hispana!

Es un placer saludarlas en esta nueva edición de nuestra Revista Nosotras. Antes que nada, quiero felicitar al Comité General por su destacada participación y realización de actividades enriquecedoras y significativas para nuestra comunidad.

En mayo, tuvimos la oportunidad de llevar a cabo diversas actividades, entre las que destacan:

- Visita al Hogar de Adultos Mayores *Saint Mary's*: fue una experiencia de voluntariado conmovedora y enriquecedora, en la que pudimos compartir momentos agradables con los residentes y aprender de sus vivencias.
- Caminata a la cascada del Velo de Novia: esta actividad de compañerismo al aire libre nos permitió disfrutar de la naturaleza y fortalecer nuestros lazos de amistad.
- Círculo de lectura: nuestro club en constante actividad ha tenido la elección de excelente bibliografía, fomentando la lectura y el intercambio de ideas entre nuestras socias.
- Almuerzo de países: un evento inspirador en el que compartimos nuestra identidad cultural a través de la experiencia gastronómica, degustando platillos típicos de diferentes países.

Además, hicimos mención especial a 3 actividades que nos brindaron valiosos aprendizajes en el mes de mayo: Charla sobre temas legales -esperen la segunda parte muy pronto-, Live sobre biomagnetismo -si se lo perdieron, entren al perfil de Instagram @amhh.hongkong y Eventos con emprendedoras AMHH. Estas actividades han sido fundamentales para aportar conocimiento y apoyo en grupo, demostrando que, mientras exista comunicación y una red de apoyo sólida, podemos lograr ciclos maravillosos de éxito en nuestra comunidad.



Quisiera invitarlas a sumarse a la temporada de Dragon Boat para participar durante el mes de junio. Los entrenamientos serán los miércoles y viernes de 9:30 a 11 en Stanley Main Beach, será una breve etapa que **culminará el jueves 22 de junio con el festival y carrera**, donde nuestro equipo Latin Dragons nos representará.

**¡Necesitamos más participantes para lograrlo!** Puedes apoyar participando.

Contacta a nuestra capitana Nabille Ballesteros por WhatsApp: 6462-9177 y disfruta de un gran deporte en equipo y la experiencia de competir en una de las festividades más bellas en Hong Kong: Dragon Boat Festival.

Por último, estamos a punto de iniciar el verano por lo que les deseo unas felices vacaciones a todas. Esperamos cerrar junio con esta pausa y regresar a leernos en septiembre.

¡Un fuerte abrazo a todas y nos vemos pronto!  
Atentamente,

*Andrea Estrella*

# AGENDA JUNIO

## LD ENTRENAMIENTO DRAGON BOAT: MIÉRCOLES Y VIERNES DE JUNIO.

**Día:** 2, 7, 9, 14, 16, 21

**Hora:** 9.30 a 11 am

**Lugar:** Stanley Main Beach.

**Confirmar:** asistencia en Whatsapp "Latin Dragons"

## 8 VISITA A ST MARY'S. LITTLE SISTERS OF THE POOR

**Día:** jueves 8. • **Hora:** 10 am

**Lugar:** St. Mary's Home for the Aged,  
2 Welfare Road, Wong Chuk Hang,  
Aberdeen.

**Donación:** colaboración para los  
abuelitos y el bingo

**Confirmar:** en grupo de Whatsapp  
"Visitas a St. Mary's" o con Claudia  
Standaloft, Tel: 6388 3954  
claudiastandaloft@gmail.com.

## 9 JUNK BOAT PARTY

**Día:** Viernes 9 • **Hora:** 18.30 - 23.30

**Lugar:** Central Pier 9

**Precio:** HK\$660

**Dress Code:** Summer glam

**Confirmar:** en grupo de Whatsapp  
"Junk Boat Party"

## 13 PASEO EN KAYAK

**Día:** martes 13

**Hora:** 9 am en punto.

**Duración:** 3 horas aprox. (ida y  
regreso a una playa. Con descansos  
y tiempo para nadar)

**Lugar:** Sai Kung

**Precio** renta de Kayak: HK\$150  
aprox.

**Donación:** HK\$60 socias/familiares.  
HK\$120, no socias

**Confirmar:** con Janed en el grupo de  
"Caminatas AMHH"

## 13 PLAYDATE EN ESPAÑOL

**Día:** martes 13 • **Hora:** 3 pm

**Lugar:** a confirmar.

**Confirmar:** en el Whatsapp de  
"Playdate en español"

## 14 NOSOTRAS EN VIVO 14 Y 21

**Día:** miércoles 14 y 21

**Hora:** por confirmar.

**Lugar:** Instagram de la AMHH:  
@amhh.hongkong

21

## 15 CÍRCULO DE CRIANZA

**Día:** jueves 15 • **Hora:** 20.30 hrs

**Lugar:** Online

**Confirmar con:** en grupo de  
Whatsapp "Círculo de crianza"

## 16 PRISIONES

**Día:** viernes 16. • **Hora:** 9 a 13 hrs

**Lugar:** Lo Wu.

**Confirmar:** con Alicia o en el  
grupo de WhatsApp "HK Prisión".

## 20 ALMUERZO MENSUAL

**Día:** martes 20 • **Hora:** 12:00 pm

**Lugar:** restaurante Carne's  
Argentinian Steak House. Shop A  
G/F 202 Queen's Road Central  
(Sheung Wan), 202 Queen's Road  
Central

**Precio:** HK\$390

**Confirmar:** en grupo de WhatsApp  
"Almuerzos".

## 22 COMPETENCIA DRAGON BOAT

**Día:** jueves 22. • **Hora:** por  
confirmar

**Lugar:** Stanley Main Beach

## 23 CÍRCULO LITERARIO

**Día:** viernes 23 • **Hora:** 11:30 am

**Lugar:** The Hari Hong Kong Hotel.

**Libro:** Los Informantes, de Juan  
Gabriel Vásquez

**Confirmar con:** Claudia  
Standaloft 6388 3954 o en grupo  
de WhatsApp "Círculo Literario".

## 24 VOLUNTARIADO EN FAMILIA: BEACH CLEAN UP

**Día:** sábado 24 • **Hora:** 2 - 4 pm

**Lugar:** Shek O Beach, HK Island.

**Confirmar** con Krystle en grupo  
de WhatsApp "Voluntariado en  
Familia"

# Confieso que he vivido

Pablo Neruda

Por Claudia Standaloft

En mayo tuvimos nuevamente, una buena asistencia y una reunión muy amena. Junto con Klau hicimos, al alimón, una presentación de "Confieso que he vivido" del Premio Nobel de Literatura chileno, Pablo Neruda.

Agradezco mucho a todas las socias que participaron. Es importante recordar que lo más gratificante de coordinar una actividad es la respuesta de las socias, su participación, su interés y su dedicación a la actividad. Las invito a todas, desde ya, a nuestra próxima reunión el 23 de junio, donde hablaremos del libro "Los informantes" del escritor colombiano, Juan Gabriel Vázquez. ¡No se la pierdan!

A veces encontramos libros que nos atrapan y ya no queremos soltarlos hasta haber leído todo lo que quieren contarnos. Para mí, Confieso que he vivido, de Pablo Neruda, es uno de esos libros. Creo que su historia de vida es fascinante de principio a fin. En esta autobiografía no solo encontramos anécdotas e historias interesantes, sino que nos acerca a personajes de la talla de Federico García Lorca y de muchos otros grandes de la poesía y de la literatura. Al leer sobre su vida, encuentro historias que me alegran, otras que me sorprenden y otras que me producen diferentes sensaciones. Neruda nos cuenta toda su vida, sus momentos de alegría y de amor, de justicia y de heroísmo, así como su amargura, su tristeza y el exilio que le tocó vivir.

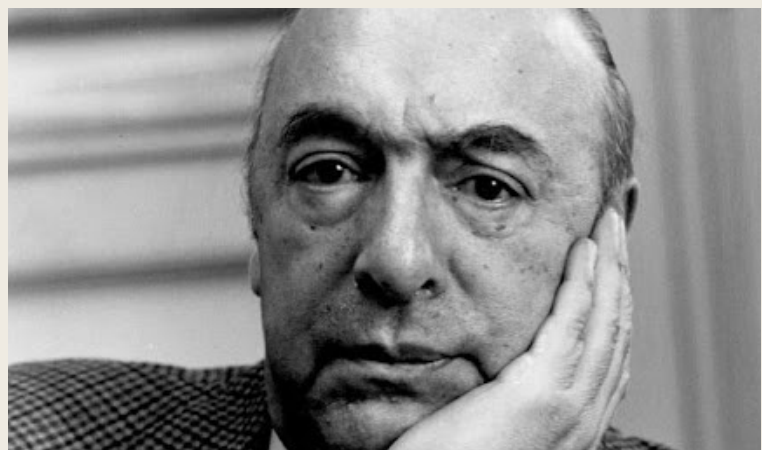
El 12 de julio de 1904 nació en Parral, localidad del sur de Chile, Ricardo Eliecer Neftalí Reyes Basoalto, también conocido como Pablo Neruda, hijo de José del Carmen Reyes y Rosa Neftalí Basoalto Opazo (quien murió dos meses después de su nacimiento). A los diez años Neruda ya había compuesto su primer poema y a los 13 publicó su primera obra Entusiasmo y constancia (1917) en el diario La Mañana.

## CÍRCULO LITERARIO

El padre de Neruda desaprobaba mucho su interés por escribir, pero Gabriela Mistral (Premio Nobel de Literatura, 1945) lo animó y le dio a conocer la literatura rusa, en especial a **Chéjov, Dostoievski y Tolstoi**.

Al comienzo de su carrera, entre 1918 y mediados de la década de 1920, Neruda publicó muchos poemas y ensayos en revistas locales bajo el nombre de Neftalí Reyes. A mediados de la década de 1920, adoptó su seudónimo, luego lo cambió legalmente en 1946. En 1921, Pablo asistió a la Universidad de Chile en Santiago. Comenzó a trabajar en su poesía y publicó su primer libro de versos, Crepusculario, en 1923. Al año siguiente publicó la colección de poemas que le granjearía el reconocimiento de la crítica, Veinte poemas de amor y una canción desesperada (1924).

En 1927, debido a problemas financieros, Neruda asumió el cargo de Cónsul de Chile en Birmania iniciando así su carrera diplomática. Sus siguientes destinos fueron Colombo (Ceilán) y Batavia (antigua Yakarta), donde contrajo matrimonio con Marie Antoinette Aгенаар su primera esposa y madre de su única hija fallecida a los ocho años, Malva Marina. Allí comenzó a experimentar con la poesía. Estos experimentos produjeron dos volúmenes de Residence of Earth (1933, 1935).



Cuando Neruda finalmente regresó a Chile, fue nombrado en otros cargos diplomáticos en Argentina y España. Mientras estuvo en España, Neruda comenzó una amistad influyente con muchos poetas famosos, incluido Federico García Lorca.

Cuando estalló la Guerra Civil Española en 1936 y su amigo Lorca fue asesinado, sintió el deber de apoyar el movimiento republicano de España contra los nacionalistas. Escribió "España en el Corazón"; (1937), que destacaba el horror que sintió durante la guerra. Neruda fue nombrado Cónsul para la emigración española en 1939 mientras vivía en Francia. Como Cónsul, Neruda persuadió al presidente de Chile, Pedro Aguirre Cerda, para que ofreciera asilo a los españoles exiliados que vivían en condiciones espantosas en campos de internamiento franceses. A Neruda se le atribuye haber salvado unos 2.200 españoles - pescadores, campesinos, obreros, intelectuales, ex militares, niños, todos ellos escaparon a bordo del barco llamado Winnipeg. Entre estos, el reconocido historiador chileno, Leopoldo Castedo.

Neruda regresó a Chile en 1943 y en 1945 fue elegido senador de la República. Se unió al Partido Comunista y protestó contra el presidente chileno Gonzales Videla. Neruda una vez había hecho campaña a favor de Videla durante las elecciones presidenciales de 1946. Sin embargo, Videla pronto se volvió contra el comunismo y lo proscribió. Neruda se pronunció contra Videla en un discurso titulado "Yo acuso" en 1948, lo que provocó que tuviera que permanecer escondido hasta 1949. En 1949 pudo huir a Argentina a caballo. Neruda vivió en el exilio hasta 1952 y publicó muchas obras que detallan sus experiencias con la política, el exilio y su amor por su tercera esposa, Matilde Urrutia.

En 1952, regresó a Chile. Estaba a favor del candidato presidencial Salvador Allende, quien pertenecía al Partido Socialista de Chile. Neruda fue muy influyente y fue considerado como un poeta de fama mundial cuya obra fue traducida a muchos idiomas. En 1970, Neruda fue nominado para la candidatura presidencial, pero renunció para apoyar a Allende, quien ganó. Neruda fue nombrado embajador en Francia entre 1970 y 1972. El 21 de octubre de 1971, La Academia sueca le concedió el Premio Nobel, por "ser autor de una poesía que, con la acción de una fuerza elemental, da vida al destino y los sueños de un Continente".

Regresó a Chile por problemas de salud y en 1973 fue testigo del golpe de estado de Allende encabezado por el general Augusto Pinochet. El 23 de septiembre de 1973, se informó que Neruda estaba muriendo de insuficiencia cardíaca, pero muchos informes afirman que Neruda creía que un médico lo estaba matando bajo las órdenes de Pinochet.

En 2015 se llevó a cabo una investigación judicial sobre la muerte de Neruda. Llegaron a la conclusión de que a Neruda le inyectaron o le dieron algo por vía oral, lo que resultó en su muerte seis horas y media después. Esto indicó que pudo haber sido asesinado por Pinochet. En 2019, investigaciones adicionales revelaron que Neruda pudo haber muerto debido a una bacteria mortal modificada en laboratorio.

Sin embargo, algunos científicos afirman que Neruda murió de un ataque al corazón junto con el cáncer de próstata.

A lo largo de su vida, Neruda escribió muchos libros de poesía y miles de poemas. La poesía de Neruda varía en tema y significado. Sus poemas exploran el amor, la soledad, la destrucción y el deseo. También pueden ser bastante políticos, centrándose en el comunismo, la alienación, la opresión y la sociedad.

***“Tal vez no viví en mí mismo; tal vez viví la vida de los otros.***

***De cuanto he dejado escrito en estas páginas se desprenderán siempre —como en las arboledas de otoño y como en el tiempo de las viñas— las hojas amarillas que van a morir y las uvas que revivirán en el vino sagrado.***

***Mi vida es una vida hecha de todas las vidas: las vidas del poeta” Pablo Neruda.***

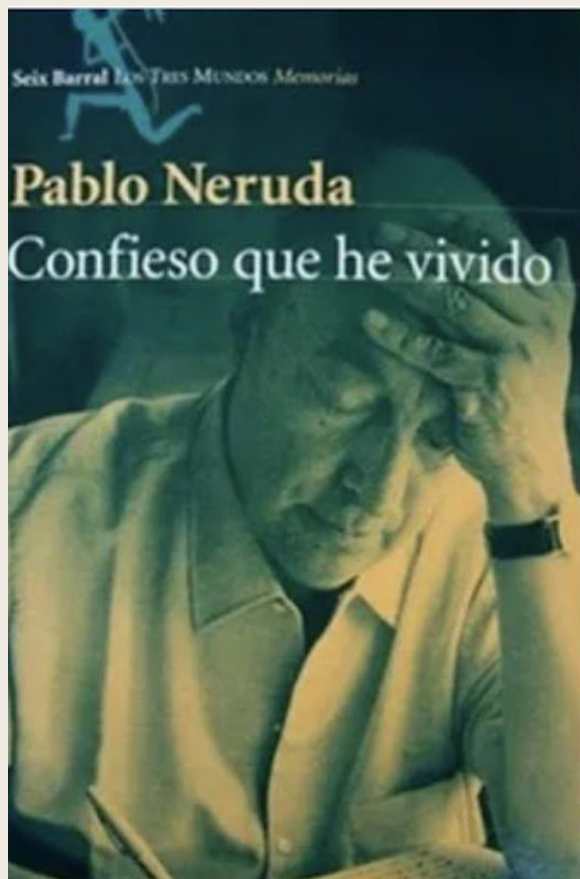
Fuentes consultadas:

<https://www.biobiochile.cl/>

<https://cultura.fundacionneruda.org/2021/04/15/garcia-lorca-pablo-neruda-una-de-las-mas-grandes-amistades-literarias-del-siglo-xx/>

<https://elpais.com/cultura>

<https://www.infobae.com/leamos/2022/04/07/gabriela-mistral-la-maestra-de-pablo-neruda-que-gano-el-premio-nobel-de-literatura/>



## *Claudia Standaloft*





## Playdate en español

Por Krystle Morris



El martes 9 de mayo nos juntamos en Caine Road Garden para nuestra playdate mensual en español.

¡Felices de tener de vuelta a nuestra coordinadora de Playdates, Lenia! Hicimos un picnic aprovechando el buen clima y los niños se divertieron jugando varios juegos de pelota y compartiendo con sus amiguitos de habla hispana.

Es un espacio no solo para que los niños se diviertan y practiquen español, sino también para que las mamás nos apoyemos en esta etapa, ya que nuestras familias están lejos. ¡Las esperamos en la próxima playdate de junio!

*Krystle Morris*



## Playdate en español



## ALMUERZO DE LOS PAÍSES

*Colombia - Ecuador - Venezuela*

Por Andrea Estrella y Klau Le Touze

El almuerzo mensual de Mayo fue un evento espectacular en el que Colombia, Ecuador y Venezuela se lucieron con sus deliciosos platillos típicos, demostrando la riqueza gastronómica de cada región. Las exquisitas arepas venezolanas y colombianas-, el succulento ajiaco colombiano y el delicioso ceviche ecuatoriano conquistaron el paladar de las asistentes, quienes disfrutamos de un ambiente lleno de sabor, cultura y hermandad.

La celebración del mes de la Madre fue un detalle especial que llenó de alegría a las 35 mujeres presentes en el evento. La Asociación nos sorprendió a todas con 35 regalos únicos y pensados con mucho cariño, la mayoría provenientes del grupo de Emprendedoras de la AMHH, logrando que todas se sintieran apreciadas y homenajeadas en su día.

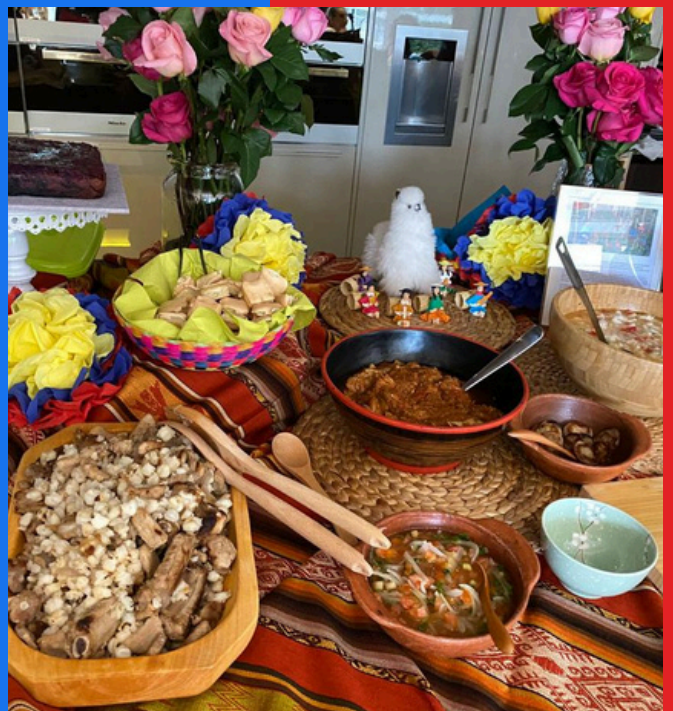
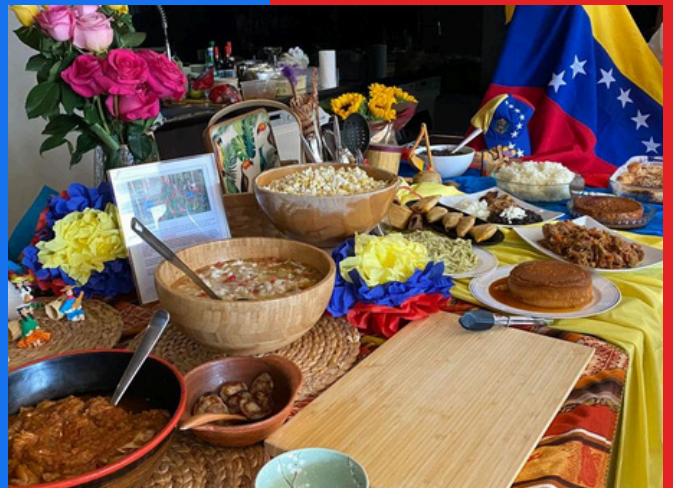
Un evento que nos robó el corazón a suspiros y ayudó a fortalecer los lazos de amistad y unión entre latinas, quienes mostramos orgullo por nuestras raíces y compartimos momentos inolvidables en este encuentro.

Esperemos la próxima reunión de países dedicada al Cono Sur de América a celebrarse en Septiembre.









## CÍRCULO DE CRIANZA

### Libro: *Educar en Gratitud*

Por **Adriana Guerrini**

El Jueves 25/05 tuvimos el 3º encuentro del Círculo de Crianza, donde compartimos una mañana muy interesante comentando los aprendizajes obtenidos del libro "Educar en Gratitud" de Jeffrey J. Froh y Giacomo Bono. La verdad es que llegamos a la conclusión que había sido todo un acierto escoger este libro, tanto por la importancia que tiene el tema de poder educar a nuestros hijos a ser personas agradecidas como por lo práctico que resulta la forma en la que el libro expone las ideas. Todas llegamos a la conclusión de que es un gran manual al que regresar tantas veces como sea necesario para ir aplicando sus consejos.

Las principales ideas que compartimos fueron:

- Centrar a los niños en por qué les suceden cosas buenas y en las personas que las provocan.
- Ayudar a los niños a afrontar emociones negativas, resolviendo los problemas con calma y dando nombre a sus sentimientos.
- Cuídate, tú también importas.
- Ser un educador sensible y receptivo que presta atención real a las necesidades del niño.

- Abogar por el estilo de vida Autoritativo.
- Sé para los niños un modelo de agradecimiento y generosidad.
- Ayudar a los niños a ver los obstáculos como retos y oportunidades.
- Tener una mentalidad de crecimiento, no estática, respecto a cuanto de agradecidos podemos ser.

El jueves 15 de junio a las 20.30h, tendremos el siguiente encuentro, donde hablaremos sobre como poder incluir más variedad en la comida de nuestros hijos sin morir de desesperación en el intento.

Para esta sesión nos hemos comprometido a que cada una de las participantes traiga al menos un tip que haya aprendido leyendo un post, escuchando un podcast o viendo un vídeo de YouTube... y que en estas semanas haya podido poner en práctica para contarnos su propia experiencia en la reunión.

Te esperamos el Jueves 15 para aprender mucho de cómo servir platos variados para que nuestros peques disfruten 😊

*Adriana Guerrini*



## CHARLA TECH AMHH

Por Andrea Estrella

El último día del mes cerramos mayo abriendo el área tecnológica de las actividades en la Asociación. Para las que aún se sienten lejanas o no han sabido cómo explotar los beneficios que la era digital está ofreciendo, tenemos ya nuestro espacio: CharlaTech.

Hablamos sobre:

La convergencia Física (IRL= In Real Life) y lo Digital para concluir que: ¡Ya estábamos en la era híbrida pero no nos habíamos dado cuenta!

El Salto evolutivo: primero Internet, luego el iPhone, ahora la Inteligencia Artificial (IA)... ¿Qué sigue?

El arte como reafirmación humana: qué son los NFTs y cuál es su uso

Sistema financiero descentralizado: revisamos mi experiencia manejando una wallet digital y cómo descubrí ingresos en paralelo con esta actividad.

En fin, les dejo un resumen que profundiza sobre el tema donde nos estacionamos la mayor parte de la Charla: IA/ AI, Inteligencia artificial/ Artificial Intelligence.

### ¿Qué es?

La inteligencia artificial (IA) es una rama de la informática que busca desarrollar sistemas y algoritmos capaces de realizar tareas que, hasta hace poco, solo podían ser realizadas por seres humanos. Estas tareas incluyen el aprendizaje, el razonamiento, la percepción, la comprensión del lenguaje natural y la toma de decisiones.





## ¿De qué va?

La IA se puede clasificar en dos categorías principales: IA débil y IA fuerte. La IA débil se refiere a sistemas diseñados para realizar tareas específicas, como recomendaciones de productos, clasificación de imágenes o análisis de sentimiento en textos. Por otro lado, la IA fuerte es un tipo de inteligencia artificial que tiene la capacidad de comprender y razonar en un nivel similar al de un ser humano, aunque aún no se ha logrado en la práctica.

## Aplicaciones en la Vida Diaria

En la vida actual, la IA tiene una amplia gama de aplicaciones, que incluyen:

**1. Asistentes virtuales:** Siri, Alexa y Google Assistant son ejemplos de asistentes virtuales que utilizan IA para comprender nuestras preguntas y proporcionar respuestas y acciones relevantes.

**2. Reconocimiento de imágenes:** Las redes neuronales, una técnica de aprendizaje profundo, permiten a las computadoras identificar y clasificar objetos en imágenes y videos.

**3. Medicina y diagnóstico:** La IA se utiliza para analizar datos médicos, como imágenes de resonancia magnética, y asistir en el diagnóstico y tratamiento de enfermedades.

**4. Vehículos autónomos:** Los sistemas de IA son fundamentales para el desarrollo de vehículos autónomos y drones, que pueden navegar de manera independiente y segura.

**5. Finanzas:** La IA se utiliza en la detección de fraudes, el asesoramiento financiero automatizado y el análisis de datos de mercado.

## ¿Hacia dónde se dirige?

En el futuro cercano, es probable que la IA continúe avanzando y se integre aún más en nuestras vidas diarias. En los próximos tres años, podemos esperar ver mejoras significativas en áreas como el procesamiento del lenguaje natural (NLP), lo que permitirá una comunicación más fluida y efectiva entre humanos y máquinas. La IA también podría desempeñar un papel más importante en la solución de problemas globales, como el cambio climático y la atención médica, a través del análisis de grandes cantidades de datos y la identificación de patrones y soluciones efectivas.

Sin embargo, también es crucial abordar los desafíos éticos y socioeconómicos que plantea la IA, como el desplazamiento laboral y la privacidad de los datos. En los próximos años, será fundamental desarrollar políticas y regulaciones adecuadas para garantizar que la IA se utilice de manera responsable y beneficiosa para la sociedad en su conjunto.

## BIBLIOGRAFÍA

- "The Second Machine Age: Work, Progress, and Prosperity in a Time of Brilliant Technologies" de Erik Brynjolfsson y Andrew McAfee: Este libro examina cómo la IA y otras tecnologías avanzadas están cambiando la economía y cómo estas transformaciones afectan el empleo, la educación y la desigualdad.
- "AI Superpowers: China, Silicon Valley, and the New World Order" de Kai-Fu Lee: El autor, un experto en IA, explora la competencia entre China y Estados Unidos en el desarrollo de la inteligencia artificial y cómo esto afecta la economía global.
- "The Future of Work: Robots, AI, and Automation" de Darrell M. West: Este libro analiza cómo la IA, la robótica y la automatización están cambiando el panorama laboral y ofrece recomendaciones para enfrentar estos desafíos en términos de políticas y educación.
- "Prediction Machines: The Simple Economics of Artificial Intelligence" de Ajay Agrawal, Joshua Gans y Avi Goldfarb: Los autores describen cómo la IA está reduciendo el costo de las predicciones y cómo esto afecta la toma de decisiones en los negocios y la economía en general.

## ¿INTERESADA?

**Súmate a la comunidad:  
Escanea el código.**



<https://chat.whatsapp.com/CXkPl055fel6WHxdDgXOJE>



## Tu Propio Dinero

**Por Lourdes Haywood de Bogaerts**  
**Abogada**

Apreciadas, les comparto un artículo que escribí hace años para la Revista Nosotras, sin embargo, al repasarlo, los consejos continúan vigentes. Cuando escribí ese artículo, no habíamos pasado por una pandemia y todos seguíamos viviendo en Hong Kong con los paquetes de expatriados bien jugositos y todos viajaban de fin de semana a Phuket en clase ejecutiva con los tickets que pagaban las empresas. Para muchos, todo eso ha cambiado. En la actualidad, hemos sido tocadas de alguna manera u otra por la pandemia, el aislamiento de nuestros seres queridos, tener que apoyar económicamente a nuestros familiares, la imposibilidad de viajar, la muerte y tal vez, la pérdida de ingresos y las maneras de generarlo. Hemos aprendido que hay muchos factores que afectan la economía familiar y personal: la muerte, el divorcio, cambios de trabajos o falta de ellos, la edad, la enfermedad, la discapacidad, el nacimiento de hijos; la vejez o muerte de nuestros padres. Para muchas, su suerte económica recae sobre los hombros del esposo y pocas tienen control absoluto sobre el manejo del dinero familiar. No hay vergüenza en ello, pero es importante tener un poco de autonomía.

Mejor dicho, es importante tener nuestros propios recursos, independiente de nuestros maridos. Los motivos por los cuales una quiera tener su propio dinero son innumerables, pero como decía mi abuela, "uno nunca sabe" y tener un dinerito de tu lado nunca está de más. Al fin y al cabo, cada uno es responsable de su propio destino.

Lastimosamente, rara vez nos hacemos las preguntas difíciles y sólo nos preocupamos por tener nuestro propio dinero cuando las circunstancias nos obligan.

Sólo se acuerdan cuando se pelean con el marido. Es entonces que preguntan ¿y ahora, qué hago? Estando ya en el meollo del asunto, es muy difícil aconsejar, por lo que la prevención es lo mejor para estar siempre listas.

### **1- Comprométase con usted misma a lograr una meta económica realista.**

Pueden ser \$50, \$10 o \$50 mil; fije la meta. Una meta realista y útil puede ser ahorrar el costo del valor de los tiquetes de avión de regreso a su país, mas el costo de embalaje de sus pertenencias y gastos del hogar (incluyendo alquiler, escuela de hijos, alimentos y transporte local) por un periodo de 6 meses.

**2- Infórmese.** ¿Dónde están las cuentas bancarias de la familia? ¿Tiene autoridad para firmar, retirar sobre la cuenta? ¿Hay algún tipo de compensación por parte de la empresa donde labora su marido? ¿Sabe quiénes son los jefes, gerentes de personal? ¿Hay algún seguro de vida a su favor con valor acumulado canjeable? ¿Tienen seguro por incapacidad o disminución de funciones o ingreso? ¿Quién tiene la autoridad de cancelarlo? A los 25 años mi prima sufrió un accidente de aviación grave. Tenía seguro de vida. Debí morir pero no fue así. Sin embargo, ha quedado gravemente discapacitada y no tiene seguro sobre este tipo de siniestro.

### 3- Tenga una tarjeta de crédito adicional.

A falta de ahorros, una tarjeta de crédito adicional a su nombre y control único con un límite razonable es su mejor amiga. Trate de obtener una localmente. Y úsela solo para emergencias reales, NO haga trampitas.

**4- Abra su propia cuenta bancaria.** Y sí, infórmele a su esposo –no hay nada mejor que la honestidad. No le pida a sus padres, amigos o familiares que se lo cuiden o le cuiden su dinero en una cuenta de ellos. En Hong Kong, es muy fácil abrir una cuenta bancaria y con un monto modesto puede abrir una cuenta de inversión. Mi abuelita siempre decía que lo último que una tenía que preocuparse era que el marido se fuera. Decía que a veces es peor que el marido enfermase, muriera, se discapacitara, o peor, que le diera un faracho de nervios; porque un hombre que nos divorcia todavía puede contribuir, pero uno muerto o con amnesia.... Y mientras todo eso se resuelve o fluye (divorcio, pensiones alimenticias, apertura de testamento, carta de deseos, seguros de vida o accidente, etc.) usted tiene su platita.

### 5- Tenga un testamento correcto válido.

Necesitará uno para Hong Kong y uno para cada lugar donde tenga bienes, propiedades o intereses. Cada país tiene su propia legislación y los testamentos universales no son siempre reconocidos en todas partes. Además, es más fácil defender un testamento elaborado por las leyes del país donde están los bienes que defender un testamento internacional que puede adolecer de muchas faltas legales.



Lourdes Haywood de Bogaerts Abogada

### 6- Tenga un documento legal acerca de la custodia de sus hijos.

Incluya instrucciones de qué y quienes deben atender a sus hijos en caso de que usted o su marido llegasen a faltar estando aquí en Hong Kong.

### 7- Hable, pacte, resuelva. Proteja a su familia y a sí misma.

Hable con su marido, explíquese que quiere tener un monto X guardado en una cuenta sobre la cual solo usted pueda girar. Esto lo hace a manera de protección familiar. Solo hay que ver casos públicos, en los que el hombre pierde su dinero o acceso a su dinero y la cuentita de la esposa lo salva. Separe la cuenta de los bienes mancomunados para evitar cualquier desacuerdo futuro.

### 8- Acepte regalos monetarios. Si papi o mami están muy bien económicamente, acépteles

regalos monetarios hechos en vida, no espere un testamento. Ponga el dinero en su cuenta personal y excluya ese dinero de los bienes mancomunados. De hecho, acepte regalos económicos de quien se los quiera dar, total, para qué son los amigos.

**9- Cobre.** Cuando originalmente escribí este artículo, presentar la opción de cobrar por algo que sabemos o hacemos tal vez no era del todo viable. Ahora vivimos en la era de coaches, trainers, manualidades orgánicas, trabajo remoto y virtual etc. Otro cambio es que ahora, se facilita y es menos personal cobrar. Habilite sus medios de pago localmente y en el extranjero. Mantenga cuentas en varias monedas. El dólar no es el non plus ultra y por suerte vivimos en Hong Kong donde es muy fácil obtener divisas de muchos países. Mis favoritas: dólar americano, Euro, francos suizos, yuan chino y mi back up, dólar de Australia. Son monedas fuertes y fácilmente cambiables.

Habrán quienes digan que criptomoneda, pero como el cripto hay que convertirlo en moneda *fiat* para poder usarlo en el supermercado o llevar al niño al hospital no reposo sobre él como moneda secundaria relevante. Para estos casos, plata es plata.

**10- No sea tan sentimental.** Venda algunas de las joyas que la abuela le dejó, muebles viejos, el arte incomprensible y la colección de tasitas precolombinas. Aproveche que el oro está a buen precio. Ya sabe que nunca lo va a lucir. No pierda de vista su propósito, casi todo lo material es reemplazable.

**11- Edúquese.** “Yo no sé ni entiendo nada de eso”. “Yo solo gasto”; “Después que mi tarjeta funcione, ni pregunto”; “Solo sé lo que es un presupuesto cuanto mi marido me dice que vigile lo que gasto”.

Entiéndalo, apréndalo, presuéstelo, revise. Hay muchos cursos, seminarios a los que puede ir en Hong Kong. Busque en el internet. Hable con un consejero de inversión; abundan en Hong Kong y ellos le hablan a uno de gratis, solo con la promesa de que tal vez va a invertir le dictan una cátedra de inversión ¡gratis! Hable con una amiga, díglele que le explique de manera que entienda. Esto no se trata de macro-finanzas o hacer inversiones de derivados. Queremos aprender a administrar nuestra situación económica.

A veces, hablar de dinero es tabú, difícil y para muchas, un tema que solo le compete al marido. Para algunas de mi generación, hablar de dinero era una gran falta de delicadeza, poco femenino y nada cristiano. Pero como decía Platón, “*el dinero es un gran aliciente*”. El dinero no lo es todo, aunque en el mundo que vivimos pareciera que sí lo es. Pero cuando no hay dinero, y no hay de dónde ni cómo sacarlo, se apaga la felicidad.

*Lourdes Bogaerts*

## Por Vanessa McPhie

Ya son 2 meses desde que iniciamos este nuevo espacio y estamos muy contentas y orgullosas de todas las que se han sumado a darle vida a esta nueva vitrina llena de colores y matices propios. Así, como somos las mujeres, con nuestros diferentes roles, vivencias, maneras de ver la vida, de lograr ser resilientes y muchas veces desde la reinención, cada una con su propio brillo, y que definitivamente hacen que este espacio tenga sentido, porque la finalidad eres tú. Este espacio surgió, porque nos gustó la idea de continuar manteniendo una conexión y de acercarnos más, con temas de interés para todas. Más allá de nuestras apretadas agendas - que muchas veces no nos dejan lugar a actividades presenciales- es como nace Nosotras en vivo, una nueva opción de conectar para que no nos perdamos de nada y en primera fila. Desde cualquier lugar donde estemos y con solo entrar desde tu celular o computador.

Para mí como moderadora es una experiencia enriquecedora y emocionante hacer posible este espacio cada miércoles. Creo que es tan importante escucharnos, ordenar nuestras ideas y expresarlas con libertad y que, aunque estemos en un lugar donde hay otro idioma y cultura, podamos seguir creciendo e inspirarnos con historias de mujeres maravillosas que trabajan cada día desde sus diferentes roles y que muchas veces quisieran ayudar a otras con sus propias experiencias o proyectos. Así, nos muestran que todo es posible, aun frente al desafío de hacerlo fuera de nuestras tierras.



***Un lugar acogedor siempre nos hace sentir cómodas para conversar, pero en realidad la magia la hacemos nosotras desde cualquier lugar.***

Nosotras en vivo quiere ser para ustedes una ventana, donde todas podamos mirarnos unas a otras y abrirla para encontrar una historia de inspiración, reflexión, empatía, de alegrarnos el día y, por qué no, de nostalgia de recordar nuestras propias raíces y costumbres desde un lugar que se ha llegado a convertir en nuestro segundo hogar, y que para muchas ya es home kong.

En este espacio cabemos todas. Así que, si te motiva compartir tu historia, por favor contáctanos. Estaremos felices de saber de ti. Nos vemos en vivo los dos últimos miércoles de cada mes por @amhh.hongkong

1. WhatsApp +852 68785106 Vanessa



**mintē**  
ART ECOSYSTEMS



## El arte latinoamericano llega a la luna

De la mano de Mintē - con Andrea Estrella y Guille Blancarte- supimos de cómo el arte digital y los NFT no solo están cruzando fronteras sino incluso el espacio. Ya es una realidad el primer museo de la luna liderado por Bluelab y el talento latinoamericano han dicho presente, gracias al talento de la artista y diseñadora Guille Blancarte.

Si quieres conocer, incluso si te interesan los temas de inversión en arte digital, no dudes en contactar a Andrea en sus redes



@minte.art



mg@minte.art

## Emprender en el área de turismo en Hong Kong

Con Lorena Fernández Chaves, fundadora y dueña de Vive Hong Kong, hablamos de cómo emprender en esta ciudad, sus desafíos y de su empresa de turismo única en Hong Kong, con servicios y paquetes personalizados de tour por toda la ciudad y sus alrededores en español o portugués. Si te gustaría recomendar una experiencia increíble para conocer la ciudad en tu propio idioma, no dudes en contactar a Lorena en sus redes.



[www.toursenhongkong.com](http://www.toursenhongkong.com)



+852 6827 4952



[reservas@toursenhongkong.com](mailto:reservas@toursenhongkong.com)

**Vive**  
Hong Kong





## LatinBazaar


Con la gracia de Ximena hicimos un espacio muy ameno y dinámico, donde nos contó acerca de su proyecto y cómo se ha animado - en esta nueva etapa de su vida donde combina la maternidad - a motivar e inspirar a otras mamás a exponer sus talentos y productos en diferentes ferias alrededor de la ciudad. En sus propias palabras es “un sueño en equipo hecho realidad”. Si te animas a participar o visitar algunas de las ferias, no dudes en contactarla en sus redes

 @ximena\_c\_perez

 <http://latinbazaarhongkong.com/>

## Hablemos de Biomagnetismo y Reiki

Con la querida Liliana farmacéutica, especialista en holística, maestra de reiki, coach y fundadora de la academia del ser; hablamos de biomagnetismo y reiki. De cómo estas terapias alternativas pueden ayudarnos a lograr un estado de bienestar pleno, donde se combinan lo físico, mental y espiritual. Si te interesan los temas holísticos y sesiones personalizadas, no dudes en contactar a Liliana en sus redes

 @moksamacademiadelsr  
@tufarmaciaholistica





## ¡VAMOS A CONTARNOS UN CUENTO!

### O cómo persistir e involucrarse en la crianza con el idioma español

**Por: Agustina Mohando y Andrea Estrella**

“¡En Español! ¡En Español!” Escucho la petición constante que hace mi marido a las dos hijas que intentan con todas sus fuerzas arrastrar el hamster de la biblioteca de los idiomas en sus brillantes cerebros para traer a la vida - y en tiempo real - una pelea de hermanas cuyos argumentos estén en su idioma Materno/Paterno...

- ¡Qué difícil...! -Exclama una.
- Ay, forget about it! - Le contesta la mayor.

Definitivamente si hoy pienso en algo que me ayude a que las dos continúen usando el idioma, pensaría en Luis Felipe, el hermano de nuestra socia Agustina, quien tiene un hermoso canal de YouTube donde cuenta los clásicos cuentos de Los Hermanos Grimm, acompañado del libro original y sus ilustraciones.

Así es como el canal “El tío Phillippe”, un papá ocupado en retomar la tradición oral y sumamente comprometido en la crianza de sus hijos, nos está enseñando otra herramienta para ayudar a nuestros hijos a persistir en el idioma de nuestro origen.



### Agustina cuenta el contexto

La sociedad de Estonia fue altamente impactada por el régimen comunista. Dentro de las numerosas consecuencias que produjo la ocupación soviética a nivel social (1940 y luego de 1944 a 1991), se pueden mencionar la baja tasa de natalidad, la caída en la esperanza de vida de los varones y un debilitamiento de los lazos familiares. A la caída de la URSS, existían grandes desafíos demográficos y sociales que debían ser enfrentados.

Es por esta razón, que en gobiernos sucesivos se llevaron a cabo políticas públicas tendientes no sólo a mejorar las condiciones de salud de los hombres, sino especialmente a incrementar la natalidad y fomentar las relaciones estables y la unidad familiar. Con un paquete de medidas, entre las cuales se destaca la licencia de maternidad de hasta un año y medio, que además puede ser compartida entre madre y padre, se logró elevar paulatinamente la baja tasa de natalidad. Asimismo, la posibilidad para los hombres de quedarse en casa durante parte de la licencia resulta en un mayor involucramiento en la crianza de los hijos y en las tareas del hogar. En este sentido, se propende a la unidad familiar y bienestar de los hijos.

En la práctica, costumbres locales y posibilidades que brinda el sistema legal del país llevan a que los padres en Estonia puedan elegir pasar más tiempo con sus hijos. En este contexto se enmarca la vida de Luis Felipe Mohando, argentino que vive en Estonia desde 2009 con su mujer (de nacionalidad estonia) y sus tres hijos, a quienes intenta

inculcarles las costumbres de su propio país y muy especialmente enseñarles el idioma español con la idea de que sean bilingües (oral y escrito). Como es el caso de las familias multiculturales, o expatriadas, los niños están mayormente expuestos al idioma local a través de la escuela y vínculos sociales y normalmente sólo hablan el segundo idioma (de uno o sus dos padres) en casa, y no sin dificultad.

“La persistencia del idioma (español en nuestro caso) requiere del esfuerzo diario, no sólo hablarlo sino además realizar actividades que sean en español para que los chicos puedan tener ocasión de leerlo y escribirlo también. Y en este esfuerzo se enmarca el canal de Youtube de Luis Felipe, quien aprovechó la ocasión planteada por uno de sus hijos para transformar la lectura de cada noche en un canal que pudiera servir a otras familias que quieren que sus hijos practiquen el español.



Canal El tío Phillippe:

[www.youtube.com/@PheelingM](http://www.youtube.com/@PheelingM)





## Silhouette-Story

Hola, soy Gaby Bravo, las manos y el corazón detrás de Silhouette-Story.

Cuando trato de describir Silhouette-Story no puedo dejar de pensar en su inicio. Mi pasión por el arte comenzó durante mis estudios de arquitectura de interiores, donde descubrí varias técnicas artísticas.

Hace muchos años ya, que Dios nos dio la bendición de poder vivir en diferentes partes del mundo, el Arte me acompañó a donde sea que fui y se fue enriqueciendo al conocer diferentes lugares y personas de otras culturas.

Es así que en 2017 mientras vivimos en Suiza aprendí la técnica del "Decoupage", me enamoré de ella, y comencé a explorarla,

a veces combinándola también con otras técnicas acuarela, tinta, el dibujo y bordado sobre papel. Lo que comenzó como un proyecto personal para mi familia y luego para amigos -quienes al ver esa Historia en Siluetas querían tener también la suya- rápidamente se expandió, a medida que más personas conocieron y apreciaron mi propuesta de arte.

**Silhouette-Story, una forma diferente de contar tu historia a través de intrincadas siluetas de papel**

Las creaciones de Silhouette-Story son un verdadero trabajo de amor.

Cada pieza tarda en días de trabajo, a veces incluso semanas, ya que cada detalle es cuidadosamente cortado a mano.

Para crear una Silhouette-Story, todo lo que necesitas es una foto de tu familia o seres queridos y compartas conmigo algunos detalles especiales que hacen única tu historia. Puede ser tu lugar favorito, tu mascota, tus flores favoritas o incluso una frase especial. Con esta información, yo diseño tu historia, que compartiré contigo buscando tu aprobación antes de comenzar a cortar cada detalle minuciosamente a mano.

Para mí, Silhouette-Story ha sido un regalo de Dios, una forma de conectarme con las personas y compartir sus historias **llenándoles de alegría a través de estas piezas de arte**, que son un reflejo tangible de nuestros recuerdos, uno de los tesoros más valiosos que tenemos. Mi esposo ha sido mi mayor apoyo, ayudándome a crear mi sitio web y animándome a permitir que mi arte toque más corazones.

Si buscas una forma única y significativa de capturar tus propios momentos especiales, permíteme ser parte de eso y diseñar **Tu Silhouette-Story**.

**Www.Silhouette-Story.com**

**Facebook y Pinterest: @Silhouette-Story**

**Instagram: @Silhouette\_Story**

**WhatsApp +852 64844498**



## MAKEUP ARTIST: CARLOTA JARAMILLO

Maquilladora profesional desde el 2020. Empecé mi carrera en Ecuador y tuve especializaciones de técnicas en Brasil y México.

Belleza es más que ropa o maquillaje. Es nuestra personalidad, la forma en la que nos expresamos y lo que nos hace sentir únicos. No hay una sola definición de belleza y es por eso que no debería haber un solo maquillaje para todos. Cada maquillaje que hago depende de la personalidad e imagen personal de cada uno.

El resultado será un maquillaje que resalte la belleza interior como exterior.

**Carlota Jaramillo. Professional Makeup Artist**

**Instagram: @carlotaj\_makeup**

**WhatsApp: +852 53742800**





## St. Mary's Home for the aged

Por Claudia Standaloft

El hogar de ancianos St. Mary's Home for the Aged, alberga a personas mayores que no tienen un hogar o han sido abandonados por sus familias. En general las hermanitas de la congregación de Little Sisters of the Poor son las encargadas de cuidar y supervisar a los residentes; este es un trabajo difícil que requiere de mucho amor y paciencia. Con nuestra corta visita de una hora, no solo ayudamos, también salimos de allí sintiendo que es una experiencia realmente especial. Nuestra visita es conocida como "The Happy Hour" así que siempre nos esperan con mucha ilusión. ¡Qué buena asistencia hubo al "Happy Hour" de este mes! Nuestra presidenta, siete socias y el esposo de Klau, les llevamos una horita de compañía a los ancianos.





Fue una visita muy gratificante ya que sentimos la alegría de cada uno de los abuelos quienes estaban muy contentos con nuestra presencia. En esta ocasión Lorena Kedwards llegó con el delicioso té chino que a ellos les encanta.

También tuvimos variedad de galletas y conchas de vainilla mexicanas. Entre todas, les llevamos los regalitos para el bingo: crema de manos, jabones, pañuelitos, vaselinas y una nueva adición que les gustó mucho: cajitas de té.

Afortunadamente, el hogar de ancianos está convenientemente ubicado a cinco minutos a pie de la estación de metro de Wong Chuk Hang.

Es una casona que cuenta con una linda capilla donde se celebra misa y, aún si no eres religiosa, sentirás mucha paz en este lugar. La visita de junio será el jueves 8 a las 10 de la mañana, anímate y acompáñanos, no solo les darás alegría a ellos, tú misma saldrás de allí feliz de haberlos visitado. ¡Te esperamos!

*Claudia Standaloft*



## LATIN DRAGON:



### *Apoya durante Junio para que siga vivo nuestro equipo*

A todas nuestras queridas socias de la AMHH, hoy nos dirigimos a ustedes con un tema muy cercano a nuestros corazones y que necesita de nuestra atención y compromiso inmediato. Nuestro querido equipo de Dragon Boat, el Latin Dragons, enfrenta un momento crucial en sus más de 30 años de historia: necesita de nuestro apoyo para que no desaparezca y pueda continuar entrenando y compitiendo en junio de 2023.

Como mujeres fuertes, resilientes y unidas que somos, hemos demostrado una y otra vez que juntas podemos superar cualquier desafío y alcanzar metas que parecían imposibles. Ahora es el momento de **unirnos nuevamente y mostrar nuestra solidaridad y empatía con el Latin Dragons.**

El equipo de Dragon Boat no es solo un grupo de mujeres que compiten en una carrera; es una comunidad que se ha convertido en un símbolo de nuestra fuerza, determinación y espíritu de colaboración. Al participar en el Latin Dragons, no solo disfrutamos de una actividad física saludable, sino que también fortalecemos





# ACTIVIDADES DEPORTIVAS

nuestras amistades y enriquecemos nuestra vida en comunidad.

Quiero recordarles que cada una de nosotras, independientemente de nuestra edad, habilidades o experiencia previa, puede ser parte de esta increíble aventura.

La energía y el entusiasmo que compartimos en cada entrenamiento y competencia son la prueba de que juntas somos más fuertes y capaces de enfrentar cualquier reto.

Por lo tanto, les pido a todas nuestras socias que consideren unirse al Latin Dragon. No solo estarán apoyando a un equipo que significa tanto para nuestra asociación, sino que también estarán participando en una experiencia única y enriquecedora que les brindará momentos inolvidables y la oportunidad de fortalecer nuestra comunidad.

Juntas, podemos mantener viva la llama del Latin Dragons y demostrar que cuando las mujeres de habla hispana se unen, no hay desafío que no podamos enfrentar. Que este sea un llamado a la acción, un llamado a mantener la esperanza y a luchar juntas por un futuro brillante para nuestro equipo y nuestra asociación.

Les agradezco de antemano por su apoyo y compromiso.

¡Vamos Latin Dragons, juntas somos imparables!

Con esperanza y cariño,  
Nabille Ballesteros  
Andrea Estrella  
Klau Letuze  
Brenda Alatorre

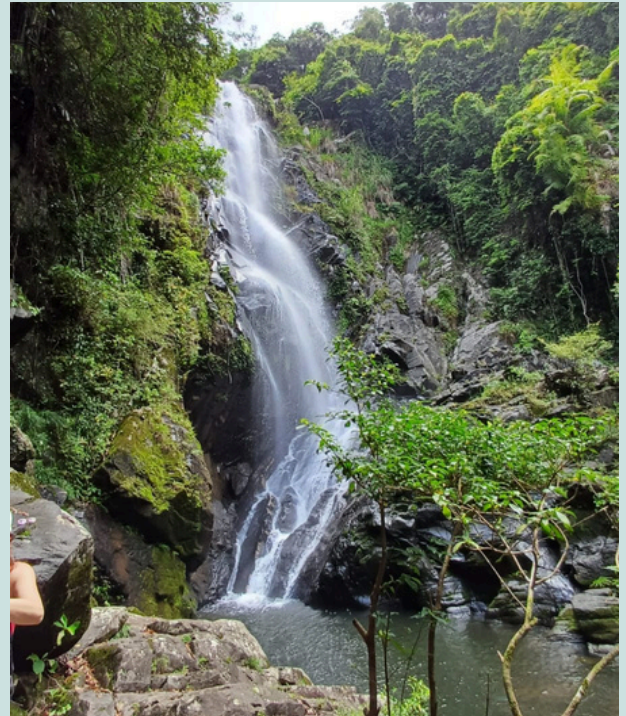


# ACTIVIDADES DEPORTIVAS

En la caminata del mes de abril nos aventuramos por el Parque Nacional de Sai Kung en Grass Island (Tap Mun). Esta isla, aunque está un poco retirada de la ciudad, es muy conveniente para explorarla. Cuenta con exuberantes prados verdes, aguas cristalinas, algunas casas y restaurantes locales donde es posible disfrutar de platillos de mariscos frescos.

Su relajante ambiente isleño es ideal para alejarse del ajetreo y el bullicio urbano. La caminata alrededor de la isla toma solo una hora y es apta para todos los niveles. ¡Las esperamos en la siguiente!

*Janed Rodriguez*



# Felicitaciones

## Cumpleañeras de Junio

- 13 Virginia Tapia
- 14 Elisabetta Rigamonti
- 16 Maria Hasler
- 24 Selena Afilani
- 26 Alicia Gonzalez
- 28 María Fernanda Gómez



## de Julio

- 4 Agustina Mohando
- 5 Claudia Arjona
- 9 Claudia Standoft
- 29 Gimena Gómez

## de Agosto

- 11 Adriana Bulloch
- 13 Janed Rodriguez
- 15 Lorena Fernández Chaves

## Bienvenidas Nuevas socias

Carlota Jaramillo - Ecuador



**IMPORTANTE:** AMHH no se compromete con el contenido, imágenes ni textos de la publicidad pagada por terceros. Cualquier reclamo por infracción a la propiedad industrial y de derechos de autor en la publicidad debe dirigirse directamente al Anunciante. El Editor/a no es responsable de las opiniones publicadas con su nombre tanto por las socias como por los anunciantes, en la revista **NOSOTRAS**. El Comité Editorial no es responsable de los derechos de autor de imágenes o textos incluidos en los artículos de la Revista.

### **DECLARACIÓN LEGAL: PROTECCIÓN Y PRIVACIDAD DE DATOS PERSONALES E IMÁGENES**

Las fotografías usadas en la revista y en todas las publicaciones o comunicados impresos o electrónicos de AMHH tienen solamente un fin ilustrativo; no hacen referencia a ninguna actitud, comportamiento o acción por parte de las personas que aparecen en las fotografías.

Las fotografías han sido tomadas y publicadas con la autorización de todas las socias que aparecen en ellas para ser utilizadas en la revista o en cualquier publicación o comunicado impreso o electrónico de AMHH. La publicación de fotografías tiene solamente como objetivos la ilustración, promoción y difusión de AMHH. No tiene como objetivo un fin lucrativo ni comercial. Se prohíbe la copia o reproducción, sin la autorización expresa de AMHH, de las fotografías que aparecen en esta revista o en cualquier publicación o comunicado impreso o electrónico de AMHH.



# MISAS EN ESPAÑOL

**ST. MARGARET'S CHURCH (Capilla 1)  
(2A BROADWOOD ROAD, HAPPY VALLEY a las 5pm)**

**4 de Junio**

Fiesta de la Santísima Trinidad,  
celebraremos bautizos

**18 de Junio**

Día del Padre y celebración al Sagrado  
Corazón de Jesús

**11 de Junio**

Fiesta del Corpus Christi

**25 de Junio**

Fiesta de San Juan (24/6) lo  
celebraremos el 25