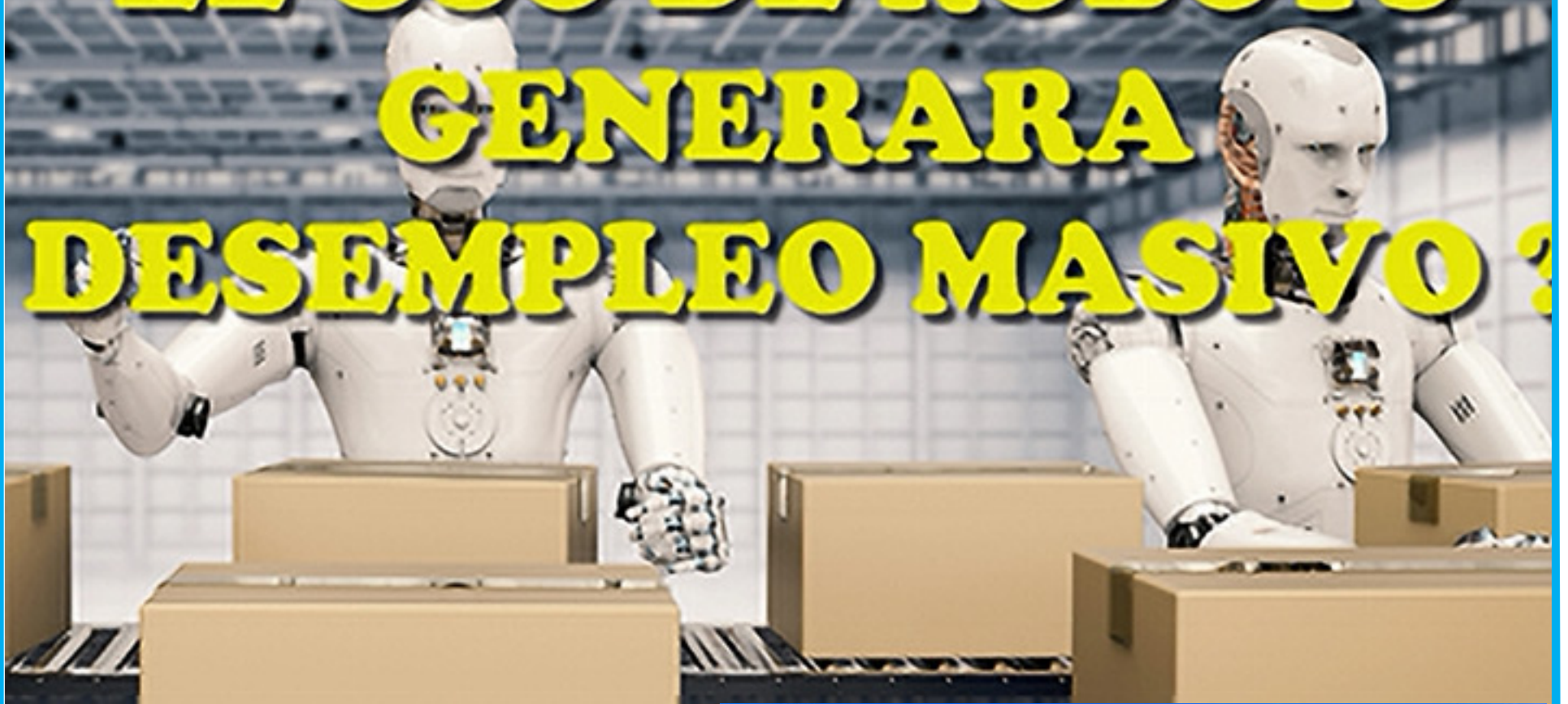


"No estoy de acuerdo con lo que dices, mas daria mi vida defendiendo el derecho que lo puedas seguir diciendo."

DIMENSION

EDICION DIGITAL - MARZO 12 - 2024

EL USO DE ROBOTS GENERARA DESEMPLEO MASIVO ?



EL MODELO ECONOMICO CHINO UNA NUEVA FORMA DE COMUNISMO ?



LAS MEJORES PLAYAS DEL MUNDO



CUANTOS AÑOS AÑOS VIVIRA UN SER HUMANO EN EL FUTURO CERCANO...?



**Laken Rileys, Murdered by
Illegal Immigrant**



Por: Andres Garcia

Lizandra Góngora Espinosa, madre de cinco hijos, es una valiente activista cubana que ha enfrentado la represión del gobierno de Cuba. Condenada a 14 años de cárcel, su historia es un testimonio de resistencia y lucha por la libertad.

Lizandra fue parte de las protestas del 11 de julio de 2021 (11J) en Güira de Melena, Artemisa. Su participación en estas manifestaciones pacíficas la llevó a ser arrestada y sentenciada. Desde el penal de mujeres de El Guatao, en La Habana, Lizandra envió un mensaje en el que expresó su determinación y coraje.

En sus propias palabras, Lizandra afirmó: “Mis principios y mi posición política no son negociables. No voy a bajar la cabeza ni a doblar mis rodillas frente a tanta injusticia y corrupción”. A pesar de la tristeza

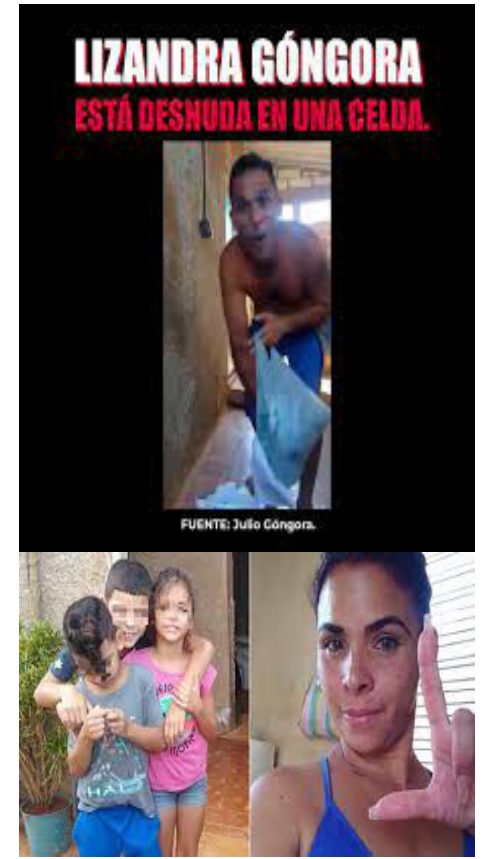
por extrañar a sus hijos, se siente fuerte y capaz de enfrentar a los opresores.

La severidad de su condena se debe a su valiente negativa a callar lo que siente y a su falta de miedo hacia quienes la reprimen. Lizandra no se rinde y sigue luchando por la libertad de Cuba. A pesar de las dificultades, su espíritu indomable persiste.

El Tribunal Supremo Popular confirmó su sentencia, alegando que lideró un grupo de personas que protestaban contra el Partido Comunista y el Gobierno. Sin embargo, Lizandra insiste en que su lucha es por un país más justo y libre.

No debemos olvidar a los presos políticos como Lizandra Góngora. Sigamos apoyándolos y exigiendo su liberación. Su valentía inspira a muchos y nos recuerda la importancia de defender los derechos humanos y la democracia.

PARA REFLEXIONAR... Esto es Parte del Mundo en que Vivimos



LIZANDRA GONGORA, MADRE DE 5 HIJOS, PRESA POLITICA CUBANA POR EL 11J, NO RECIBE ASISTENCIA MEDICA, ESTA SEPARADA DE SUS PEQUEÑOS HIJOS, ESTO SUCEDE EN CUBA, UN PAIS QUE VIVE BAJO UNA DICTADURA COMUNISTA.

#LibertadParaLosPresosPolíticos

LIZANDRA GONGORA

Presos Políticos
37 AÑOS

Madre de 5 niños, salió a manifestarse el 11 de julio y fue condenada a 14 años de prisión. En prisión Lisandra ha denunciado abusos y arbitrariedades contra ella. El pasado octubre denunció que no le permitieron consumir los alimentos que le llevó su familia y estuvo cinco días sin comer. Desde prisión, ella ha enviado cartas donde expresa que pese a los abusos no se rinde y sigue anhelando libertad para Cuba



Dimension Edición Digital

Directora: Cristina Garcia / Publisher: Andres Garcia

Asesor legal: Abogado, Manuel, J. Garcia

Diseño: Kanton Productions / Fotografía: Felicia Perez

Humorista: Francisco Bernal / Articulista invitado: Jose F. Brizuela

BUSQUENOS EN: WWW.DIMENSIONNEWSPAPER.COM

Debate about new city regulations

BRIAN P. STACK

ALCALDE DE UNION CITY Y SENADOR ESTAL, NJ

*Los
Intereses
del
Pueblo
son lo
Primero..*

*Si...
lo
Primero!*



**APOYAR A BRIAN
STACK ES APOYAR
AL PUEBLO!**

NO PAGADO CON DINERO DE LOS CONTRIBUYENTES.



LAS PASTAS ...

La pasta es un alimento versátil y delicioso que se presenta en una amplia variedad de formas y tamaños. A continuación, te presento algunos de los tipos más populares de pasta, junto con sus características y usos:

Pasta Corta:

La pasta corta no tiene relleno y se caracteriza por su longitud relativamente pequeña.

Ejemplos: macarrones, penne, fusilli, farfalle (corbatas), rigatoni, orecchiette y cavatappi.

Se combina bien con salsas espesas y condimentos abundantes.

Pasta Larga:

La pasta larga es más extensa y se utiliza en platos como espaguetis, linguini, fettuccine, tagliatelle y pappardelle.

Ideal para salsas ligeras y aceitosas.

Pasta Rellena:

Estos tipos de pasta contienen rellenos, como raviolis, tortellinis, agnolotti y canelones.

Pueden estar rellenos de carne, queso, verduras o mariscos.

Pasta con Vegetales:

Algunas pastas incorporan vegetales en su masa, lo que les da colores y sabores únicos.

Ejemplos: pasta de espinacas, pasta de remolacha y pasta de zanahoria.

Pasta Integral:

La pasta integral conserva el salvado de los granos, lo que la hace más rica en fibra y nutrientes.

Es una opción más saludable.

En cuanto al sabor, la mayoría de las pastas tienen un sabor neutro y se destacan por su textura y capacidad para absorber los sabores de las salsas y condimentos con los que se combinan. ¡Así que animate a probar diferentes tipos y descubre tus favoritos!

CURIOSIDADES DE LAS PASTAS

Las pastas son un alimento versátil y delicioso con una rica historia y curiosidades interesantes.

Aquí tienes algunas:

Origen Antiguo:

Las pastas tienen raíces antiguas. Se cree que los egipcios ya las consumían hace más de 4,000 años.

Los chinos también tienen una larga tradición de hacer fideos, que se remonta a la dinastía Han.

Formas Creativas:

Existen más de 600 formas diferentes de pasta en todo el mundo.

Algunas son muy específicas de regiones o tradiciones culinarias.

Día Mundial de la Pasta:

El 25 de octubre se celebra el Día Mundial de la Pasta.

Es una oportunidad para disfrutar de platos de pasta y celebrar su diversidad.

Pasta al Dente:

La expresión "al dente" proviene del italiano y significa "al morder". Se refiere a cocinar la pasta hasta que esté firme pero no demasiado blanda.

Pasta y Formas de Vida:

En la cultura japonesa, se cree que comer fideos largos como los udon o soba está relacionado con una vida larga y saludable.

En Italia, romper los espaguetis antes de cocinarlos es considerado un sacrilegio.

Pasta y Arte:

El famoso pintor italiano Leonardo da Vinci diseñó una máquina para hacer pasta en el siglo XV.

La pasta también ha sido representada en muchas obras de arte.

Pasta y Nutrición:

La pasta es una excelente fuente de carbohidratos, que proporcionan energía.

La pasta integral es aún más saludable debido a su mayor contenido de fibra.

Pasta en el Espacio:

En 1983, el astronauta Rusty Schweickart llevó pasta a bordo del Transbordador Espacial Columbia.

Fue la primera vez que se cocinó pasta en el espacio.

En resumen, las pastas son mucho más que un simple alimento. Son parte de nuestra cultura, historia y creatividad culinaria. ¡Disfruta de un buen plato de pasta





QUALITY SERVICE & PRICE


(201) 766-9900
(201) 766-1000

200 39TH STREET
UNION CITY, NJ 07087

WE DELIVER



CATERING FOR ALL OCCASIONS
ASK FOR THE SPECIAL OF THE DAY

 **(201) 553 - 1636**



JOYERIA FRANKLIN

**4210 Bergenline Ave
Union City, NJ 07087**

**H
O
R
A
R
I
O**

**L-S 10:00 am - 7:00 pm
D 11:00 am - 6:00 pm**





CUBAN & SALVADORIAN GOURMET STYLE CUISINE



DOWNLOAD OUR FULL MENU

201-402-4696
414 38th St, Union City, NJ 07087
www.lacasonanjanj.com

MONDAY THROUGH FRIDAY
LUNCH SPECIALS FROM \$10.95



HOME OR OFFICE DELIVERY WITH



OR ORDER DIRECTLY ON LACASONANJ.COM

**Address: 414 38th St,
Union City, NJ 07087
Menu: lacasonanj.com**



OPENING HOURS | DELIVERY HOURS

Monday	9:00 am - 9:00 pm
Tuesday	9:00 am - 9:00 pm
Wednesday	9:00 am - 9:00 pm
Thursday	9:00 am - 9:00 pm
Friday	9:00 am - 10:00 pm
Saturday	9:00 am - 10:00 pm
Sunday	9:00 am - 10:00 pm



El planeta Tierra tiene una edad estimada de 4.54 mil millones de años (4.54 × 10⁹ años) 1234. Esta estimación puede representar la edad de la acreción de la Tierra, la formación de su núcleo o incluso del material a partir del cual se formó.

La base de esta datación proviene de la datación radiométrica de meteoritos y es coherente con las edades radiométricas de los materiales terrestres más antiguos conocidos y las muestras lunares . Los minerales más antiguos analizados hasta la fecha, pequeños cristales de circonio de las colinas de Jack en Australia Occidental, tienen al menos 4.404 mil millones de años . Además, las inclusiones ricas en calcio y aluminio (los constituyentes sólidos más antiguos conocidos dentro de los meteoritos

formados en el Sistema Solar) tienen 4.567 mil millones de años, lo que establece un límite inferior para la edad del Sistema Solar .

La diferencia entre la edad de la Tierra y la de las rocas más antiguas es difícil de determinar debido a la incertidumbre sobre el proceso de acreción de la Tierra, que podría haber durado desde unos pocos millones hasta aproximadamente 100 millones de años. Además, la edad exacta de las rocas más antiguas expuestas en la superficie terrestre es complicada de establecer, ya que están formadas por minerales de posiblemente diferentes edades .

En resumen, nuestro querido planeta ha existido durante miles de millones de años, y su historia es fascinante y llena de misterios geológicos.

Línea Nacional de Prevención del Suicidio

1-800-273-TALK (8255)

La línea LifeLine ofrece servicios gratuitos en español

Línea Nacional de Prevención del Suicidio

1-800-273-TALK (8255)

La línea LifeLine ofrece servicios gratuitos en español

JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

Las Escuelas Públicas de *Union City*

DESARROLLANDO LA COMUNIDAD Y OFRECIENDO OPORTUNIDADES A LOS NIÑOS DE UNION CITY

ESTUDIANTES DE ESCUELA PRIMARIA RECIBEN TUTORÍA ADICIONAL

Estamos comprometidos a proporcionar todas las herramientas necesarias para brindarles a nuestros estudiantes el apoyo que necesitan para tener éxito. Es por eso que estamos tan orgullosos de anunciar que hemos recibido unos fondos estatales de tutoría de alto impacto de \$614,000 para brindar tutoría adicional a cualquier estudiante del 3° o 4° grado que necesite ayuda durante o después de la escuela.

El programa tiene tres ciclos que van de noviembre a enero, de febrero a marzo y de abril a junio. La tutoría se centrará en artes del lenguaje inglés y matemáticas. El distrito estima que hasta 400 estudiantes por día participarán a través de sesiones de “Almorzar y Aprender” y otros 250 participarán en el programa extraescolar en grupos pequeños. Se está planificando también ofrecer programas de tutoría de verano.

La presidenta de la Junta de Educación, Ydalia M. Genao, felicitó al distrito por obtener estos fondos competitivos. “Aplicar para esta ayuda requiere una increíble cantidad de tiempo y esfuerzo”, dijo, “pero vale la pena tener los recursos para ayudar a más estudiantes a mejorar sus habilidades. Felicitaciones a todos los involucrados en esta aplicación”.

Síguenos en:



Facebook: Union City Schools



Twitter: @schools_uc



Instagram: Union City Schools

LA JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

Ydalia M. Genao, *Presidente*

Joseph Isola, *Miembro*

Kennedy Ng, *Miembro*

Superintendente

Asistente

Secretario de la Junta/

Administrador de

Asistente de la

Carlos H. Vallejo, *Vice-Presidente*

Fr. Aro Nathan, *Miembro*

Alejandro Velazquez, *Miembro*

de Escuelas

Superintendentes

Director de Facilidades

Negocios

Superintendente

Alicia Morejon, *Miembro*

Silvia Abbato

John Bennetti

Justin Mercado

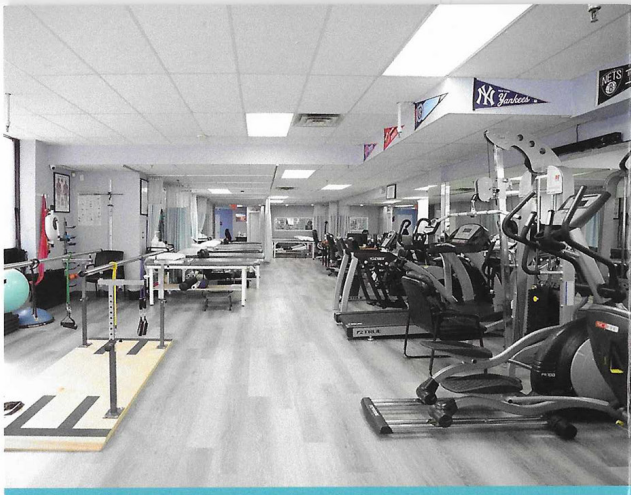
Anthony Dragona

Diane Capizzi

Geraldine Perez



LA EDUCACION ES EL PASAPORTE AL FUTURO



**THE RESULTS
YOU WANT
THE CARE YOU
DESERVE!**

OFFICE HOURS

Monday 8:30am-7pm
 Tuesday 9:00am-7pm
 Wednesday 8:30am-7pm
 Thursday 9:00am-7pm
 Friday 8:30am-5pm
 Sunday 9:00am-1:30pm

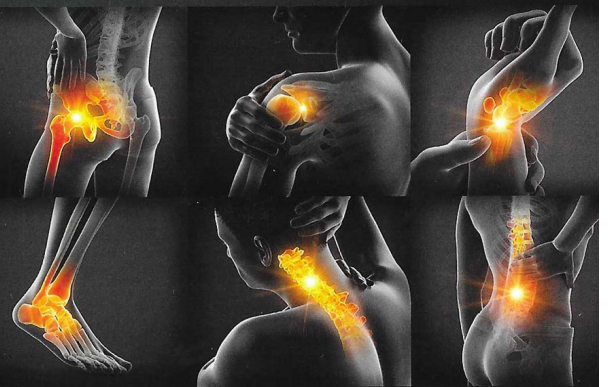
**FREE PARKING
LOT AVAILABLE**

4801 Broadway,
 Union City, NJ 07087
 (201) 751-5000
 (201) 751-5010
 info@totalcare-pt.com
 totalcare-pt.com



TOTAL CARE
 PHYSICAL THERAPY & SPORTS MEDICINE

- ✓ PHYSICAL THERAPY
- ✓ OCCUPATIONAL THERAPY
- ✓ ACUPUNCTURE
- ✓ CHIROPRACTIC



**CALL US TODAY AT
(201) 751-5000
TO SCHEDULE YOUR
FREE CONSULTATION**



**TOTAL CARE PHYSICAL
THERAPY & SPORTS
MEDICINE**

- Sports Rehabilitation
- Posture Related/ Repetative Use Injuries
- Post Surgical Rehabilitation
- Gait And Balance Dysfunction
- TMJ Disorders
- Sciatica
- Arthritis
- Vestibular Rehabilitaiton
- Carpal Tunnel Syndrome
- Many Other Conditions
- Orthopedic Injuries
- Joint Replacements
- Low Back Pain
- Neck Pain



**WELCOME TO
TOTAL CARE
PHYSICAL THERAPY
& SPORTS MEDICINE**

We provide a friendly environment with the most advanced therapeutic treatment.

When you meet your Therapist you will privately discuss your condition, your expectations of treatment, and events of your life that may be contributing to your condition.

Total Care Physical Therapy & Sports Medicine is a State of the Art Facility conveniently located in Hudson County.

**MOST INSURANCE
PLANS ACCEPTED**

We also welcome auto accident, personal injury, and workers compensation patients.

HABLAMOS ESPAÑOL

- Lesiones Ortopedicas
- Reemplazo De Articulaciones
- Dolor De Espalda
- Dolor De Cuello
- Lesiones Deportivas
- Lesiones Relacionadas Con La Postura/ Uso Repetitivo
- Rehabilitacion Post-quirurgica
- Disfuncion De La Marcha Y El Equi Libro
- TMJ (dolor De Mandibula)
- Ciatica
- Artritis
- Vertigo/Mareo
- Sindrome Del Tunel Carpiano
- Problemas De Estres
- Accidentes De Trabajo
- Terapia Ocupacional, Acupuntura, Quiropractico Y Masaje Terapeutico





La Revolución Francesa fue un movimiento político, social e ideológico que se desarrolló en Francia desde 1789 hasta 1804. Comenzó con la Toma de la Bastilla el 14 de julio de 1789 y culminó con la coronación de Napoleón Bonaparte como emperador de los franceses el 2 de diciembre de 1804.

Las causas que dieron origen a este importante acontecimiento histórico son diversas:

Absolutismo Monárquico: Francia estaba gobernada por un absolutismo monárquico que oprimía a la mayoría de sus súbditos. El poder estaba concentrado en la monarquía, y la nobleza y el clero disfrutaban de privilegios mientras la población sufría cargas económicas y desigualdades sociales.

Desigualdad Social: Los campesinos franceses soportaban fuertes impuestos, tributos y diezmos para mantener a la nobleza y al clero. Esta desigualdad económica y social generó un creciente descontento.

Inspiración de la Revolución Inglesa:

La Revolución Inglesa del siglo XVII, que resultó en la ejecución del rey Carlos I y la adopción de un sistema republicano, inspiró a la nobleza francesa. La burguesía también anhelaba un cambio hacia una sociedad más justa.

Deudas y Bancarrota: La partici-

pación de Francia en la Guerra de Independencia de los Estados Unidos dejó al país con enormes deudas. La bancarrota resultante llevó a la monarquía a solicitar impuestos a la nobleza, lo que desencadenó tensiones y conflictos.

En resumen, la Revolución Francesa marcó el fin del Antiguo Régimen, aboliendo el absolutismo, el feudalismo y los privilegios del clero y la nobleza. Sus lemas de "libertad, igualdad y fraternidad" resonaron en toda Europa y marcaron el inicio de la Edad Contemporánea.

CURIOSIDADES DE LA REVOLUCION FRANCESA

La Revolución Francesa fue un acontecimiento histórico trascendental que cambió el curso de la historia. Aquí tienes algunas curiosidades que quizás no conocías:

Toma de la Bastilla:

El 17 de julio de 1789, el pueblo parisino se levantó contra la monarquía y tomó la Bastilla, una prisión que simbolizaba la opresión del rey. Este evento marcó el inicio de la Revolución Francesa.

Ropa de la Revolución:

Durante el conflicto, los franceses adoptaron la llamada "ropa de la revolución", que consistía en una camisa blanca, una chaqueta roja y un sombrero tricolor. Esta vestimenta

se convirtió en el atuendo típico de los revolucionarios.

Impacto Mundial:

La Revolución Francesa fue el primer gran suceso histórico con influencia mundial. Inspiró a otros movimientos revolucionarios en todo el mundo y cambió la forma de pensar de muchas personas.

Lema Emblemático:

Durante la Revolución, se popularizó el lema "Liberté, Égalité, Fraternité" (Libertad, Igualdad, Fraternidad), que se ha convertido en uno

los derechos de los demás.

Abolición de la Esclavitud: La Revolución Francesa también planteó la cuestión de la abolición de la esclavitud, siendo una de las primeras veces que se discutió este tema a nivel político.

Primera Constitución Francesa:

Durante este período, se creó la primera Constitución Francesa, basada en los principios de libertad, igualdad y fraternidad.

Sistema Métrico:

Francia introdujo el sistema



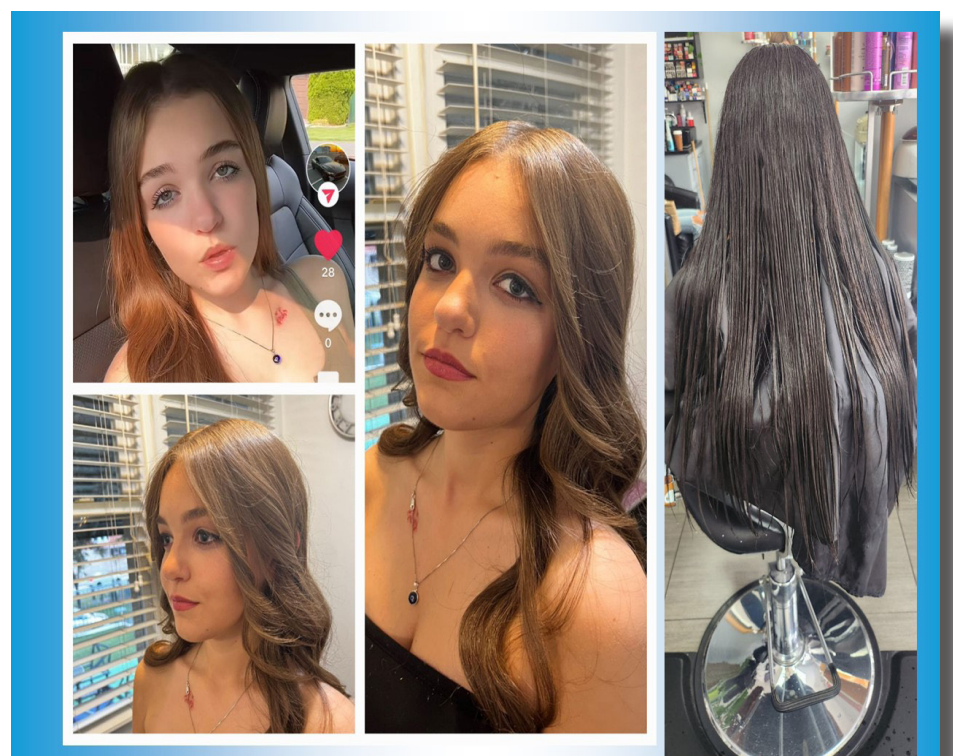
de los símbolos más reconocidos de este período.

Participación Femenina:

Las mujeres desempeñaron un papel activo en la Revolución Francesa. Lucharon por sus derechos y por

métrico, uno de los primeros sistemas de medición modernos.

Estas curiosidades nos recuerdan la importancia y la complejidad de la Revolución Francesa, que dejó una huella imborrable en la historia.



JenyF@shion



787-529-3245

LLAME PARA UNA CITA

Especialidad en Maquillaje, Peinados y Extensiones

SATISFACCION GARANTIZADA

Gold and Silver Concepts
Your Private Jeweler
201-868-5404 • 201-679-0129
by appointment only
www.qgold.com
Discounts of up to 50%

Truly amazing things happen here...

La Muerte Oficial del Hombre Nuevo

Por: Luis F. Brizuela Cruz

Irónicamente Jorge (George) Gascón y Alejandro Mayorkas nacieron en la Habana en la década del 1950. Ambos emigraron a los Estados Unidos con sus respectivas familias durante los 1960 evadiendo así la posibilidad de haber sido parte del experimento castroguerrillista para forjar el "Hombre Nuevo".

Desde su posición como Fiscal General del Distrito de Los Ángeles en una California que no sueña, sino que literalmente padece de horribles pesadillas, Gascón forma parte del grupo de fiscales liberales que ha transformado la estructura penal de sus territorios en una "Carta Blanca" para todos los criminales y adictos que infestan el paisaje y destruyen los comercios y la forma de vida en la mal vanagloriada "Quinta Economía Mundial". Bajo la equívoca premisa de "Menos Encarcelamiento y más Educación" Gascón y sus secuaces han desatado la más grotesca ofensiva contra el orden público, provocando un éxodo masivo de negocios y ciudadanos hacia otros Estados de la nación. El criminal reformado y re-

educado brilla por su ausencia y por ende también la quimera de crear un hombre y una mujer con civismo para California.

Por su lado y desde su puesto de Secretario de Seguridad Nacional de los Estados Unidos, Alejandro Mayorkas es la cara inmediata del desastre de la frontera sur del país, por donde durante la administración encabezada por el pelele de Joe Biden más de seis millones de ilegales han entrado a los Estados Unidos. Cientos de miles de delinquentes comunes, miembros activos de pandillas internacionales y terroristas se han infiltrado en los Estados Unidos bajo la guardia, o carencia de la misma, del taciturno Mayorkas, quien ha mantenido su retórica de que la frontera con México está segura, incluso en los momentos cuando se le investiga por negligencia en el cumplimiento de su deber. En el menos destructivo de los casos, es lógico pensar que esta infiltración masiva en tan corto tiempo habrá de catastróficamente diluir la imagen cívica y moral del futuro ciudadano norteamericano;



engendrando una desconsoladora imagen del hombre y la mujer del futuro. Eso es, repito, en el menos destructivo de los casos.

Pero, ¿son Gascón y Mayorkas dos cubanos americanos motivados por una noble intención de benevolencia hacia los desamparados del mundo -aun a cambio de la destrucción de la calidad de vida para millones de ciudadanos que respetan la ley y el orden- o sus motivaciones arrastran algún resentimiento social ancestral, ahora puesto al servicio de los ocultos planificadores de la destrucción de la civilización? En un mundo tan complejo y saturado de absurdas sensibilidades sería casi imposible profundizar en causas y motivos, pero de lo que podemos estar plenamente seguros es que todas estas desconcertantes teorías y prácticas emanan del manual del marxismo leninismo o alguna de sus múltiples ediciones.

Socialismo, colectivismo o comunismo ofrecen todos su utópica fórmula no solo de redistribuir las riquezas adquiridas por una sociedad mediante el esfuerzo individual de sus ciudadanos, sino de crear un individuo sacrificado y abnegado que sería el dinamo de tal sociedad, motivado exclusivamente por parámetros ("garantizados") de racionamiento dictaminados por la élite gobernante y un fervor románticamente ideológico. Esta fórmula contradice en toda su plenitud la condición innata del ser humano; remontándonos a ese momento inicial cuando el primer cavernícola agarró su lanza y se aventuró para procurar el sustento cotidiano para su familia, mientras otro se quedaba detrás en la cueva jugando con sus canicas.

El Hombre Nuevo de la revolución castroguerrillista vivió su efímera aurora hasta el preciso momento cuando las cosas más elementales comenzaron a escasear. Una vez que la distribución equitativa de la riqueza amasada por el vilipendiado desigual capitalismo (AC) se convirtió en la distribución colectiva de la miseria, al pobre Hombre

(y mujer) Nuevo solo le quedó la adrenalina producida por los lemas, el adoctrinamiento y la dictadura que ya controlaban herméticamente su forma de vida. Ocurrió entonces que con cada generación nacida bajo el espeluznante experimento sociológico de la isla prisión se fue esclareciendo gradualmente el embobecimiento causado por aquel otro "opio de las masas".

Atónitos frente a un mundo que había avanzado a pasos agigantados y desproporcionados en relación a su frustrada evolución antropológica, los nuevos hombres y las nuevas mujeres de la Robolucion Castrista, y sus no menos perplejos descendientes, tornarían la búsqueda de sus sueños de normalidad hacia distantes horizontes, lejos de la escena de una de las mayores encubiertas infamias de la historia. Esparcidos por todo el planeta y despojados ya de toda ideología, varias generaciones de cubanos nacidas bajo el castrismo deambulan en pos de su sobrevivencia hoy por doquier, cautivando a otras culturas con su inventiva y perspicacia, pero ya borrosos y ajados facsímiles del estandarte de aquella prometedor revolución.

Estamos en presencia de la muerte oficial del Hombre Nuevo, por lo menos de su muerte ideológica y simbólica. Los que no han vivido un proceso de ilusión y decepción como el vivido por los pioneros de la estafa fidelista y sus descendientes, no podrán nunca comprender y desde la burbuja de bienestar capitalista donde han tenido la suerte de vivir toda su vida de adultos podrán seguir plácidamente predicando la falacia del marxismo leninismo -podrán seguir tratando de recrear una plantilla ilusoria e incoherente para la humanidad.

Mientras observo el daño que muchos de estos ideólogos causan en la sociedad estadounidense en la actualidad, no puedo evitar pensar que habría sido de Jorgito y Alejandro si hubieran sido sujetos en el Experimento del Hombre Nuevo del castroguerrillismo.

Sugarman's DRUG STORE

Taking care of your health over 100 years

OUR SERVICES

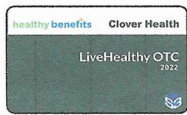
- ONE ON ONE PERSONAL SERVICE WITH OUR PHARMACISTS
- PRESCRIPTIONS READY IN MINUTES
- FREE BLOOD PRESSURE CHECK
- MOST INSURANCES ACCEPTED



OTC CARDS ACCEPTED

OTC NETWORK

United Healthcare
Clover Health
Empire



- GIFTS • GIFT CARDS • RELIGIOUS ITEMS
- PET SUPPLIES

FREE LOCAL PRESCRIPTION DELIVERY



- Prescriptions
- Medical Supplies
- UPS Access Point
- Photocopies
- FAX Services

Hablamos Español

Monday - Friday
9am to 7pm

Saturday 9am to 4pm



GABRIELA BERNAT
VANESSA RODRIGUEZ
Doctors Of Pharmacy

4207 BERGENLINE AVENUE,
UNION CITY, NJ 07087
201-867-6705
201-867-3758
SUGARMANSRX@GMAIL.COM
WWW.SUGARMANSRX.COM

4207 Bergenline Ave. • Union City, NJ 07087
tel. 201.867.6705 • fax. 201.867.3758



LAS MEJORES PLAYAS DEL MUNDO

Las playas del mundo son verdaderas maravillas! Aquí te presento algunas de las mejores, cada una con su encanto único:

1. **Playa de Grace Bay:** Grace Bay, Islas Turcas y Caicos.
2. **Playa de Varadero:** Varadero, Cuba.
3. **Turquoise Bay:** Exmouth, Australia.
4. **Quarta Praia:** Morro de Sao Paulo, Brasil.
5. **Eagle Beach:** Palm - Eagle Beach, Aruba.
6. **Playa de Radhanagar:** Isla Havelock, India.
7. **Baia do Sancho:** Fernando de Noronha, Brasil.
8. **Playa de Sarakiniko:** Milos, Grecia.
9. **El Nido:** Filipinas.
10. **Playa de Benagil:** Portugal.

Cada una de estas playas tiene su propia belleza y atractivo. ¡Explóralas y descubre tus favoritas!

Curiosidades de las Mejores playas del Mundo!

Las mejores playas del mundo son destinos mágicos que nos invitan a

relajarnos, explorar y disfrutar de la naturaleza. Aquí tienes algunas curiosidades sobre estas hermosas playas:

Grace Bay (Islas Turcas y Caicos):

Grace Bay es famosa por su arena blanca y suave y sus aguas cristalinas.

La playa es un paraíso para los amantes del snorkel, con arrecifes de coral y una gran variedad de vida marina.

Varadero (Cuba):

Varadero es conocida como la "Playa Azul" debido a sus aguas turquesas.

Fue un refugio para piratas en el pasado, y aún se pueden encontrar restos de naufragios en sus aguas.

Turquoise Bay (Exmouth, Australia):

La Gran Barrera de Coral se encuentra cerca de Turquoise Bay.

Es un lugar ideal para nadar con tiburones ballena durante su migración anual.

Quarta Praia (Morro de Sao

Paulo, Brasil):

Quarta Praia es parte de un conjunto de cinco playas en Morro de Sao Paulo.

Es conocida por sus piscinas naturales formadas por arrecifes de coral durante la marea baja.

Eagle Beach (Aruba):

Eagle Beach es famosa por sus divertidos divi-divi, árboles retorcidos por los vientos alisios.

Es un lugar perfecto para observar tortugas marinas durante

la temporada de anidación.

Playa de Radhanagar (Isla Havelock, India):

Radhanagar Beach fue nombrada la "Mejor Playa de Asia" por la revista Time en 2004.

Sus aguas son ideales para nadar y bucear.

Baia do Sancho (Fernando de Noronha, Brasil):

Baia do Sancho es accesible solo por barco o escaleras talladas en la roca.

Es un lugar perfecto para avistar delfines y tortugas.

Playa de Sarakiniko (Milos, Grecia):

Sarakiniko es famosa por su paisaje lunar, con formaciones rocosas blancas y aguas azules. Es un lugar único para tomar fotografías.

El Nido (Filipinas):

El Nido es parte de un archipiélago con islas de piedra caliza y lagunas escondidas.

Sus playas son ideales para kayak y snorkel.

Playa de Benagil (Portugal):

La cueva de Benagil es una de las más famosas del mundo.

Se puede acceder a ella en barco o nadando.

Estas playas nos recuerdan la belleza y diversidad de nuestro planeta. ¡Explóralas y disfruta de su magia



Founded in 1999 by Sara O'Meara and Yvonne Fedderson
PREVENTION and TREATMENT of CHILD ABUSE

NO ONE HAS THE RIGHT TO HURT YOU

1-800-4-A-CHILD

(1-800-422-4453)
ChildhelpHotline.org

Text

Call

Chat

TODO EN COMPUTADORAS

COMPUWORLD

COMPUTER SERVICE CENTER

ALL BRANDS - LAPTOPS, DESKTOPS & MOBILE DEVICES



ALFREDO H. BUSTAMANTE

Computer Specialist

f: 201-926-9775

e: compuworld07093@gmail.com

COMPUWORLD

COMPUTER SERVICE CENTER

ALL BRANDS - LAPTOPS, DESKTOPS & MOBILE DEVICES



IPC Certified Technician

6136 Kennedy Blvd. W., West New York NJ 07093

PHONE 201-926-9775

GARANTIA
100% SATISFACCION GARANTIZADA

TECNICOS
CERTIFICADOS





El modelo económico chino es un tema complejo y fascinante. A lo largo de su historia, China ha experimentado transformaciones significativas en su sistema económico.

Orígenes Comunistas:

En 1949, después de una larga guerra civil, Mao Zedong proclamó la República Popular de China (RPC) basada en las teorías de Marx y Lenin.

Durante las primeras décadas, China implementó políticas marxistas y colectivizó la economía.

Revolución Maoísta:

Mao Zedong buscaba industrializar China y transformar su economía agraria.

Sin embargo, su proceso de "Gran Salto Adelante" provocó una grave hambruna y la muerte de millones de personas.

Evolución Económica:

Desde la década de los 80, China ha experimentado una apertura económica.

Deng Xiaoping introdujo reformas que permitieron la propiedad privada, la inversión extranjera y la modernización.

Socialismo con Características Chinas:

El Partido Comunista de China (PCCh) adoptó el concepto de "socialismo con características chinas".

Esto implica combinar el marxismo con la realidad específica del país.

Capitalismo de Estado:

El sistema económico chino se considera un "capitalismo de Estado".

Aunque persisten rasgos socialistas, China ha abrazado el mercado global y la inversión privada.

Superpotencia Económica:

China es la segunda economía más grande del mundo en términos de PIB.

Su sector bancario y comercio internacional son líderes globales.

En resumen, aunque China sigue siendo gobernada por el Partido Comunista, su economía ha evolucionado hacia un modelo híbrido que combina elementos socialistas y capitalistas.

10 Datos Curiosos sobre China que te Sorprenderán:

Idioma diverso: El idioma oficial de China es el chino mandarín, pero en realidad, existen varias lenguas y dialectos en todo el país. El mandarín pequinés es el más utilizado, pero cada región tiene su propia

forma de hablar.

Pies de loto: En el pasado, las mujeres chinas practicaban el vendado de pies para que fueran más pequeños y considerados atractivos. Afortunadamente, esta costumbre desapareció en el siglo XX, y hoy en día solo las mujeres ancianas tienen pies de loto.

Desigualdad de género: La ciudad de Dongguán tiene una proporción inusual de 100 mujeres por cada 89 hombres. Esto ha llevado a una alta actividad de prostitución, y la ciudad se conoce como "la ciudad del pecado".

Comida exótica: China es famosa por su gastronomía única. Algunas de las comidas más exóticas incluyen insectos, serpientes y otros ingredientes poco convencionales.

Gran Muralla China: Esta maravilla arquitectónica se extiende a lo largo de miles de kilómetros y es un símbolo icónico del país.

Cultura milenaria: China tiene una historia y cultura ricas que abarcan desde la antigüedad hasta la actualidad. Sus costumbres, tradiciones y lugares impresionantes hacen de este país un destino intrigante para explorar.

Color rojo: El rojo es un color importante en la cultura china. Representa la buena suerte y la prosperidad, y es común en festivales y celebraciones.

Pandas: Todos los pandas gigantes

del mundo pertenecen a China. Estos adorables animales son símbolos de conservación y protección.

Una sola zona horaria: A pesar de su inmensidad geográfica, China utiliza una sola zona horaria en todo el país.

Tráfico ingenioso: Para evitar atascos de tráfico, algunas ciudades chinas han implementado carriles especiales para bicicletas y scooters eléctricos.

Té y ceremonia del té: El té es una parte esencial de la cultura china. La ceremonia del té es una tradición antigua que sigue siendo relevante en la actualidad.

Arte de la caligrafía: La caligrafía china es una forma de arte que combina escritura y expresión visual.

Cada trazo tiene un significado profundo.

Festival de la Primavera: La celebración del Año Nuevo chino es una de las festividades más importantes. Incluye fuegos artificiales, danzas del león y comida tradicional.

Arquitectura moderna: China es famosa por sus rascacielos y diseños arquitectónicos vanguardistas. Ciudades como Shanghái y Pekín albergan impresionantes edificios.

Innovación tecnológica: China es líder en tecnología y comercio electrónico. Empresas como Alibaba y Tencent han revolucionado la forma en que vivimos y compramos.





PARA EVENTOS LLAMAR AL
552-309 9250



COCTELES Y MAS



AREAS DE NJ & NY



La ginebra es un licor versátil que se presta para una variedad de cócteles deliciosos. Aquí tienes algunas recetas para que disfrutes:

Gin Tonic Clásico:

30 ml de ginebra (preferiblemente Seagram's, Bombay Sapphire, Martin Miller o Tanqueray Ten).
90 ml de tónica (preferiblemente Nordic Mist Blue).
2 cubos de hielo.
Una pizca de angostura.
Decora con hojas de menta y una cereza, o rodajas de limón, pepino o naranja¹.

Tom Collins

60 ml de ginebra.
30 ml de jugo de limón fresco.
15 ml de jarabe simple.
Soda.
Rodajas de limón y cereza para decorar.

Negroni

30 ml de ginebra.
30 ml de Campari.
30 ml de vermut rojo.
Hielo.

Rodaja de naranja para decorar.

Gin Martini:

60 ml de ginebra.
15 ml de vermut seco.
Hielo.
Aceituna o twist de limón para decorar.

French 75

30 ml de ginebra.
15 ml de jugo de limón fresco.
15 ml de jarabe simple.
Champagne o cava.
Twist de limón para decorar.

Té Helado Long Island

15 ml de ginebra.
15 ml de vodka.
15 ml de ron blanco.
15 ml de tequila.
15 ml de Cointreau.
30 ml de jugo de limón fresco.
30 ml de jarabe simple.
Refresco de cola.
Rodaja de limón para decorar.
Alexander:
45 ml de ginebra.
30 ml de crema de cacao.
30 ml de crema fresca.
Nuez moscada rallada para decorar.
Corpse Reviver No. 2:
30 ml de ginebra.
30 ml de Cointreau.
30 ml de Lillet Blanc.
30 ml de absenta.
Twist de limón para decorar.

Estas son solo algunas opciones, ¡pero hay muchas más!

Experimenta con diferentes ingredientes y encuentra tu cóctel de ginebra favorito. ¡Salud!



La ginebra, una de las bebidas alcohólicas más antiguas, tiene sus orígenes en los Países Bajos en el siglo XVII. Su historia es fascinante y está ligada a la evolución de los licores a lo largo del tiempo.



Origen Holandés:

La ginebra se desarrolló a partir del destilado neerlandés llamado "jenever". Este licor era una mezcla de vino de malta a base de cereales y un licor neutro infundido con enebro.

Los soldados ingleses que luchaban en la Guerra de los Treinta Años descubrieron esta bebida en Holanda y la llevaron de vuelta a su país.

Botánicos y Destilación:

La ginebra se obtiene a través de un proceso de destilación de diversos cereales, principalmente trigo, cebada y centeno. Se combina con botánicos como enebro, cilantro y raíz de angélica para darle su característico sabor y aroma.

Evolución y Popularidad:

La bebida evolucionó desde una medicina herbal hasta convertirse en un objeto de comercio en la industria de los licores espirituosos.

Se hizo especialmente popular en Gran Bretaña, especialmente en Londres, cuando Guillermo de Orange se convirtió en el rey Guillermo III de Inglaterra.

Variedad de Estilos y Marcas:

La ginebra contemporánea se produce de diferentes maneras, utilizando una amplia gama de ingredientes herbales.

Después del enebro, se aromatiza con botánicos, especias, flores o frutas, creando una variedad de estilos y marcas.

Se consume con más frecuencia mezclada con agua tónica.

En resumen, la ginebra tiene una rica historia que combina tradición, destilación y una mezcla única de sabores botánicos. ¡Salud!

Aquí tienes algunas curiosidades interesantes sobre la Ginebra:

Origen de la palabra "Ginebra":

El término "Ginebra" proviene de la palabra latina "juniperus" (que significa "enebro"). Esta bebida se obtiene mediante la destilación de la cebada, aromatizada con bayas de enebro y otros elementos botánicos¹.

Variedad de sabores: Debido al proceso de producción de la ginebra, que involucra una variedad de aditivos de origen vegetal, el sabor de diferentes ginebras puede variar significativamente. Las dos ramas principales son la ginebra holandesa (con un sabor más a grano) y la ginebra londinense (sin edulcorantes ni colorantes, conocida como "dry gin")¹.

No es común beberla sola: Aunque muchos la mezclan en cócteles, algunos expertos sugieren que la ginebra es una bebida para combinar con otros líquidos. Sin embargo, una encuesta reveló que ocupa el octavo lugar entre las bebidas que se consumen solas, detrás del bourbon, el ron y otros¹.

Combatiendo la malaria: En el siglo XVIII, los viajeros corrían el riesgo de contraer enfermedades peligrosas. La quinina, un compuesto amargo, era ideal para prevenir la malaria, pero su sabor era desagradable. La solución fue mezclarla con ginebra, lo que algunos consideran el origen del gin tonic¹.

Filipinas, el mayor mercado: Sorprendentemente, Filipinas es el mayor consumidor mundial de ginebra, representando casi la mitad de la producción global. La Ginebra San Miguel lidera este mercado, enviando 22 millones de cajas al año a más de 100 millones de habitantes. Otros grandes consumidores son el Reino Unido, Estados Unidos y España¹.

Origen holandés: Aunque asociamos la ginebra con Londres, su origen se encuentra en los Países Bajos. Se cree que fue creada por un físico llamado Franciscus Sylvius a mediados del siglo XVIII.

Mayorkas Makes a Disturbing Comment when Confronted about Laken Riley

Laken Riley's murder was a tragic one that could have easily been avoided. And Biden is responsible for her death.

But now, Mayorkas has made a disturbing claim regarding Laken Riley's death.

Alejandro Mayorkas, the secretary of Homeland Security, discussed the murder of 22-year-old Georgia nursing student Laken Riley in an interview with CBS News on Sunday.

However, he did not acknowledge that Laken Riley's suspected killer, Jose Antonio Ibarra, an illegal immigrant, should not have been permitted entry into the country in the first place.

Many on the right reacted negatively to his remarks, among them Republican House Speaker Mike Johnson, who noted that Riley "would still be alive today" if the federal government had carried out its duties as intended.

When asked about the tragic murder of Laken Riley by an illegal immigrant, Secretary Mayorkas visibly checked his talking points on how to deflect blame.

Her killer should NOT have been allowed to enter the country and if the Administration had stopped him and turned him around...

In a post on X, Johnson wrote, "When asked about the tragic murder of Laken Riley by an illegal immigrant, Secretary Mayorkas visibly checked his talking points on how to deflect blame."



"Her killer should NOT have been allowed to enter the country and if the Administration had stopped him and turned him around as they should have, Laken Riley would be alive today," Johnson added.

During the interview on Face the Nation, host Margaret Brennan confronted Mayorkas about "migrant crime" in general, but focused specifically on Riley's case.

"[Ibarra] had been detained by Border Patrol upon crossing, released with temporary permission to stay in the country," Brenna said.

She then emphasized that he "then went on allegedly to commit crimes twice, once in New York for driving a scooter without a license, and once in connection with a shoplifting case in Georgia."

She asked Mayorkas directly: "Did those states and their law enforcement communicate to the

federal government that this had happened? Should this man have been deported?"

Mayorkas refused to admit that the murderer should have been deported and instead called the events a "tragedy."

"One individual is responsible for the murder," Mayorkas said,

very least, partially the fault of the federal government.

Rather, he stated that sanctuary states and cities should take responsibility for their failure to alert immigration authorities to the threat that Ibarra represented to the neighborhood.

Ibarra was taken into custody soon after the body of the nursing student from Augusta University was found close to a lake on February 22.

In addition to a misdemeanor charge of physically impeding a 911 call, he is accused of felonies including malice murder, murder, abduction, false imprisonment, aggravated assault, aggravated battery, and concealing the death of another.

This is simply the newest in a long line of violent crimes committed by illegal aliens that Joe Biden and Mayorkas have allowed



Laken Rileys, Murdered by Illegal Immigrant

"and that is the murderer."

The Secretary of Homeland Security then refused to acknowledge that Ibarra's illegal entry and continued presence in the nation after he had committed the aforementioned crimes were, at the

into our country.

How long will this continue? We cannot allow the Left to keep destroying this great nation. Stay tuned to Prudent Politics where we bring you the TRUTH in the news.





**Junta de Educación de Union City
Matrícula de Educación Prescolar Gratuita**

“Programa Prescolar ES GRATIS”

Programas de Educacion Prescolar de Union City

Para nuevos aplicantes que empiezan el año escolar 2023 — 2024

**Para TODOS los Niños /as en seis escuelas publicas y 34 centros
de cuidados de niños**

El programa es de Lunes a Viernes

Horario: 7:55 am a 2.55 pm y consiste de:

- 15 estudiantes por clase con una maestra certificada por el Departamento de Educacion de N.J. y una asistente con un CDA (Certificado de Asociado en el Desarrollo de Niños)
- Prueba de desarrollo / Servicios de apoyo seran proveidos para los niños que necesitan ayuda
- Gratis: Desayuno, Almuerzo y Merienda Escolar
- Las familias tienen que vivir en Union City

Padres que tienen un hijo / a que cumpla tres o cuatros años de edad en o antes de Septiembre 1ro de 2023 pueden registrase directamente en el centro de registracion ubicado en: 2200 Kennedy Boulevard en Union City.

Tambien pueden usar la pagina de internet de Union City Public Schools e imprimir la aplicacion. Cuando la complete puede llevarla al Centro de Registracion en 2200 Kennedy Boulevard en Union City.

Para registrar a su hijo / a el padre o guardian necesita llevar los siguientes documentos:

- ⇒ Certificado de Nacimiento
- ⇒ Dos pruebas que vive en Union City, NJ
- ⇒ Informacion de Vacunas
- ⇒ Examen Fisico Realizado por un Medico

Apurese y registre a su hijo / a El Programa Comienza Septiembre 7, GRATIS !

Un Programa Educacional para todo niño que tenga la edad requerida
El Programa “Wrap — Around” de cuidado antes y despues del Programa Educacional sera
ofrecido a todas las familias que califiquen de acuerdo a su ingreso.

JUNTA DE EDUCACION DE UNION CITY

Idalia Genao, Presidente / Carlos Vallejo, Vice-Presidente / Aron Nathan, Trustee / Alicia Morejon, Trustee
Joseph Isola, Trustee / Kennedy NG, Trustee / Alejandro Velazquez, Trustee

Silvia Abbato, Superintendente de las Escuelas

John Beanetti, Asistente Superintendente / Geraldine Perez, Asistente Superintendente
Anthony Dragona, Administrador de Negocios / Dianne Capizzi, Asistente al Superintendente
Justin Mercado, Director de Facilidades, Secretario del Board

FRANCIA APRUEBA EL ABORTO COMO UN “DERECHO CONSTITUCIONAL”...Y QUE PASA ENTONCES CON EL DERECHO A VIVIR DE UN BEBE ?

El aborto se establece como derecho constitucional en Francia

PARÍS (AP) — Los legisladores franceses aprobaron por abrumadora mayoría un proyecto de ley que consagrará el derecho de la mujer al aborto en la Constitución de Francia, una medida histórica diseñada para evitar el retroceso visto en Estados Unidos en los últimos años.

En una sesión conjunta excepcional del Parlamento convocada en el Palacio de Versalles, el proyecto de ley fue aprobado por 780 votos a favor y 72 en contra. El aborto goza de un amplio apoyo en Francia en la mayor parte del espectro político y es legal desde 1975.

La votación convierte a Francia en el primer país en tener el derecho constitucional a la interrupción del embarazo desde que la antigua Yugoslavia lo inscribió en su Constitución de 1974. La Constitución de Serbia de 2006 mantiene ese espíritu y establece que “toda persona tiene derecho a decidir sobre el nacimiento”.



Casi toda la sala se puso de pie en una larga ovación tras la aprobación. Hubo escenas de júbilo en toda Francia cuando activistas por los derechos de las mujeres celebraron la medida prometida por el presidente Emmanuel Macron inmediatamente después que la Corte Suprema de Estados Unidos anuló el derecho constitucional al aborto en junio de 2022.

En vísperas de la histórica vota

ción, el primer ministro Gabriel Attal se dirigió a los 925 legisladores reunidos para la sesión conjunta en Versalles y les pidió que hicieran de Francia ejemplo y líder de los derechos de las mujeres en todo el mundo.

“Tenemos una deuda moral con las mujeres”, dijo Attal. Rindió homenaje a Simone Veil, una destacada legisladora, exministra de salud y feminista clave que en 1975 defendió el proyecto de ley que despenalizó el aborto en Francia.

“Estamos ante la oportunidad de cambiar la historia”, declaró Attal en un discurso conmovedor y decidido. “Hagan que Simone Veil se sienta orgullosa”, dijo ante una gran ovación.

La cámara baja del Parlamento, la Asamblea Nacional, aprobó abrumadoramente la propuesta en enero. El Senado adoptó el proyecto de ley el miércoles, superando un obstáculo clave para la ley prometida por Macron, destinada a hacer que “el derecho de la mujer a abortar sea irreversible”.

MOVIMIENTO PRO VIDA

El término “Provida” se refiere a un movimiento que defiende la vida humana en diversas circunstancias. Aquí tienes más detalles:

Definición y Origen:

Provida (también conocido como pro-life o antiabortista) es una posición moral y política que afirma el derecho a la vida. Esto se aplica principalmente al nacimiento de seres humanos, sin importar las circunstancias.

Los defensores provida se oponen al aborto inducido, la eutanasia y las investigaciones con células madre embrionarias no adultas.

Argumentan que la vida humana comienza en el momento de la fecundación y que la muerte no debe ser asistida. Por lo tanto, consideran al cigoto, al embrión y al feto como vidas humanas.

El movimiento provida surgió en los años 70-80 como reacción a los cambios sociales y legales en las sociedades occidentales, como la legalización de anticonceptivos, la despenalización del aborto y la introducción de educación sexual.

Influencia y Expansión:

En Estados Unidos, el movimiento provida ganó terreno desde la sentencia Roe v. Wade en 1973, que despenalizó el aborto. Su influencia también se ha extendido en Europa.

Grupos provida han influido incluso en electores del Partido Demócrata, reduciendo el apoyo a la Ley del Aborto de 1973.

Algunos grupos importantes son Focus on the Family y Alliance Defense Fund.

Visión Filosófica:

PRÓ-VIDA, fundado en Brasil en 1978, busca construir un mundo de paz mediante la transformación del individuo. Para ellos, un hombre mejor puede cambiar su entorno y hacerlo digno, armónico y fraterno.

En resumen, el movimiento provida sostiene que el aborto es inmoral debido a su convicción de estar interrumpiendo una vida humana.

Flowers & Tulips
www.flowersandtulips.com

4308 New York ave
Union City NJ 07087
Tel: 201-430-8443

Events
For any Occasions
•weddings •baptisms
•Sweet 16 •Parties
•Funeral and More

We Do Deliveries!

ROCIO DE LA JARA
NOTARY PUBLIC / OWNER
(201) 866 - 0388 PHONE
(201) 913 - 0182 CELL
rociodlj@gmail.com

412 37TH STREET
UNION CITY, NJ 07087

Servicio **GRATIS** de Preparación de Impuestos

13 DE FEBRERO – 30 DE ABRIL

Una vez más, me complace invitar a todos los residentes que necesiten asistencia con su preparación de impuestos a contactar **la Asociación Cívica de Brian P. Stack**.

Como usted sabe, cada año **la Asociación Cívica de Brian P. Stack** ofrece este servicio a los residentes de forma gratuita, en conjunto con otros servicios sociales en un esfuerzo de asistir a los residentes de nuestra Ciudad.

Además, deseo recordarle que el 15 de Abril es el último día para enviar su declaración de impuestos estatal y federal; por lo tanto, es imperativo que usted contacte a la Asociación Cívica para obtener una cita. Este servicio es gratis y estará disponible durante las siguientes fechas:

***Usted tiene que llamar primero para obtener una cita.**

Nuevamente, si usted sabe de alguien que necesite de este servicio, por favor refiéralo a la Asociación Cívica de Brian P. Stack al (201) 575-7898 o (201) 575-7881. Cuando llame por favor ofrezca su nombre completo, dirección y número de teléfono. Un miembro del personal de la Asociación Cívica se pondrá en contacto con usted para otorgarle una cita. Para finalizar, permítame recordarle que mi Asociación Cívica ofrece innumerables servicios al público de forma gratuita tales como inmigración y naturalización en conjunto a una gama de diversos servicios sociales.

Estamos orgullosos de ofrecerle estos servicios.

Su Amigo,



Brian P. Stack

ARCHIVO ELECTRONICO DISPONIBLE



**MARTES Y JUEVES
1-7 P.M.**

**SÁBADOS
9 A.M. - 2 P.M.**

Traído a usted por el

**BRIAN P. STACK
CIVIC ASSOCIATION**

811 West Street • Union City, NJ 07087

PARA SOLICITAR CITA, LLAME AL:

(201) 575-7898 o (201) 575-7881



VENLa automatización y la inteligencia artificial han transformado el mundo del trabajo en los últimos años. Aunque no existe una respuesta definitiva, se han realizado diversos análisis sobre el impacto de los robots en el empleo. Permíteme proporcionarte algunas perspectivas:

Efectos Directos de la Automatización:

En Estados Unidos, se estima que cerca del 47% de los empleos están en riesgo de ser automatizados.

En varios países de América Latina y el Caribe, más del 60% de los empleos también se encuentran en riesgo.

Sin embargo, en nuestra región, la penetración de robots aún no es significativa, por lo que los impactos directos podrían no ser tan negativos.

Efectos Indirectos:

Además de los efectos directos en los países que implementan nuevas tecnologías, debemos considerar los efectos indirectos en otras economías con relaciones comerciales.

Por ejemplo, se ha observado que un robot adicional por cada 1,000 trabajadores reduce la relación empleo-población y los salarios.

La automatización puede generar un desplazamiento de trabajo humano, pero también mejora la productividad, lo que podría contrarrestar la pérdida de empleos.

Perspectiva Futura:

Según un estudio de la consultora PwC, en España, el impacto significativo de la automatización se espera para la década de 2030, cuando uno de cada tres empleos podría estar totalmente automatizado.

En resumen, aunque la automatización puede afectar el empleo, también puede impulsar la productividad y crear nuevas oportunidades laborales. Es crucial adaptarnos a estos cambios y buscar soluciones para mitigar cualquier

impacto negativo.

CURIOSIDADES DE LOS ROBOTS

Los robots son fascinantes y han dejado una huella profunda en nuestra cultura y tecnología. Aquí tienes algunas curiosidades sobre ellos:

Primer Robot de la Historia:

En el año 400 a.C., el matemático griego Archytas construyó un artificio artificial autopropulsado con forma de paloma. Se dice que voló alrededor de 200 metros impulsado por vapor, convirtiéndose en el primer robot registrado en la historia.

Origen de la Palabra "Robot":

La palabra "robot" se acuñó en 1920 y proviene del término checo "Robota", que significa "obligado a trabajar". Apareció por primera vez en un juego en el que los robots destruían a la raza humana.

Primer Robot Controlado por Ordenador:

En 1961, el MIT desarrolló el primer robot controlado por ordenador. Dieciocho años después, un trabajador en una planta de Ford fue golpeado hasta la muerte por un brazo robótico, convirtiéndose en el primer humano muerto por un robot.

Inversión en Robótica:

En 2009, el gobierno estadounidense gastó 570 millones de dólares en la fabricación de robots.

Las ventas mundiales de robots industriales alcanzan los 6,2 billones de dólares al año, mientras que los robots de servicio generan 11 billones de dólares.

Robots de Servicio y Sexo:

La mayoría de los robots de servicio son cortacésped, aspiradoras o robots sexuales.

Estudios muestran que las perso-

nas desarrollan vínculos emocionales con sus robots aspiradoras Roomba.

Los robots sexuales también son una realidad, con modelos avanzados como Roxxxy, que cuesta 9000 dólares.

Robots en Defensa y Japón:

La industria de defensa de Estados Unidos utiliza 20,000 robots de servicio.

Más del 25% de los robots de servicio en el mundo se encuentran en Japón.

Los japoneses planean reemplazar a más de 3,5 millones de trabajadores con robots para el 2025.

Asimo y los Robots Humanoides:

Honda Asimo, uno de los robots humanoides más avanzados, cuesta cerca de 1 millón de dólares. Puede salu-



dar, reconocer caras y subir escaleras.

Aunque no tiene un propósito específico, su tecnología es impresionante.

Parque Mundial de Robots en Corea:

Los coreanos están construyendo el primer parque mundial dedicado a los robots, demostrando su amor por esta tecnología.

El estetoscopio fue inventado por el médico francés René Théophile Hyacinthe Laënnec en el año 1816. Laënnec, nacido en Quimper, Bretaña, Francia, revolucionó la medicina al crear este instrumento. Antes de su invención, los médicos solían acercar su oído directamente al pecho de los pacientes para auscultar los sonidos internos. Sin embargo, Laënnec, debido al pudor y a la dificultad para percibir ruidos en pacientes con sobrepeso, diseñó un cilindro de 30 cm de largo, que fue el origen del estetoscopio. Este dispositivo permitió una auscultación más precisa y se convirtió en una herramienta fundamental para el diagnóstico de enfermedades respiratorias y cardíacas

Aquí tienes algunas curiosidades interesantes sobre el estetoscopio:

Origen Musical:

El término “estetoscopio” proviene de las palabras griegas “stethos” (pecho) y “skopein” (observar). En esencia, el estetoscopio nos permite “observar” los sonidos internos del cuerpo.

Inventor Creativo:

El médico francés René Laënnec inventó el estetoscopio en 1816. Laënnec fue inspirado por la forma de un papel enrollado que observó en un parque. Decidió aplicar esta idea al diseño del estetoscopio.

Versión Original:

El primer estetoscopio de Laënnec



era un cilindro de madera de 30 cm de largo.

A medida que avanzaba, se hicieron mejoras, como la introducción de una membrana de goma para mejorar la audición.

Evolución Tecnológica:

Hoy en día, los estetoscopios modernos utilizan tecnología electrónica para amplificar los sonidos.

Algunos incluso pueden conectarse a aplicaciones móviles para grabar y analizar los ruidos cardíacos y respiratorios.

Estetoscopio Digital:

Existen versiones digitales que permiten visualizar los sonidos en una pantalla.

Esto facilita el diagnóstico y la comunicación entre médicos y pacientes.

Usos Inusuales:

Además de la medicina, los este-

toscopios se han utilizado en música experimental y arte sonoro.

Algunos artistas han creado composiciones musicales utilizando los sonidos captados por un estetoscopio.

Icono Médico:

El estetoscopio se ha convertido en un símbolo icónico de la profesión médica.

A menudo se representa colgado alrededor del cuello de los médicos en caricaturas y películas.

En resumen, el estetoscopio es una herramienta fundamental en la práctica médica y ha evolucionado significativamente desde su invención

El mercado de estetoscopios ha experimentado cambios significativos en los últimos años. A continuación, te presento algunas estadísticas relevantes:

Tamaño del Mercado de Estetoscopios:

Durante el período de estudio de 2018 a 2028, se espera que el mercado de estetoscopios crezca a una tasa de crecimiento anual compuesta del 4.5%.

El impacto de la pandemia de COVID-19 fue sustancial, ya que aumentó las infecciones y el contacto directo con los pacientes. Sin embargo, las ventajas del estetoscopio deben sopesarse lógicamente contra los riesgos.

Durante este período, se espera que el mercado crezca debido al aumento de personas con enfermedades crónicas y a la introducción de productos más avanzados tecnológicamente.

Distribución Geográfica:

El mercado más grande para estetoscopios se encuentra en América del Norte.

El crecimiento más rápido se espera en la región de Asia-Pacífico1.

Estetoscopios Electrónicos:

El mercado de estetoscopios electrónicos también está en constante evolución.

Se segmenta en estetoscopios electrónicos amplificados y estetoscopios electrónicos digitales2.

Tecnologías Emergentes:

Los estetoscopios inteligentes han impulsado el crecimiento del mercado posterior a la pandemia.

La conciencia sobre el control de infecciones ha llevado a considerar opciones como los dispensadores de diafragma sin contacto1.

En resumen, el mercado de estetoscopios sigue siendo relevante y se adapta a las necesidades cambiantes de la atención médica

SUGARMAN'S DRUG STORE

Taking care of your health over 100 years

OUR SERVICES

- ONE ON ONE PERSONAL SERVICE WITH OUR PHARMACISTS
- PRESCRIPTIONS READY IN MINUTES
- FREE BLOOD PRESSURE CHECK
- MOST INSURANCES ACCEPTED

OTC CARDS ACCEPTED

OTC NETWORK
United Healthcare
Clover health
Empire



Medical Supplies
Religious Items
Pet Supplies
Gift Cards

Hablamos Español

FREE LOCAL PRESCRIPTION DELIVERY

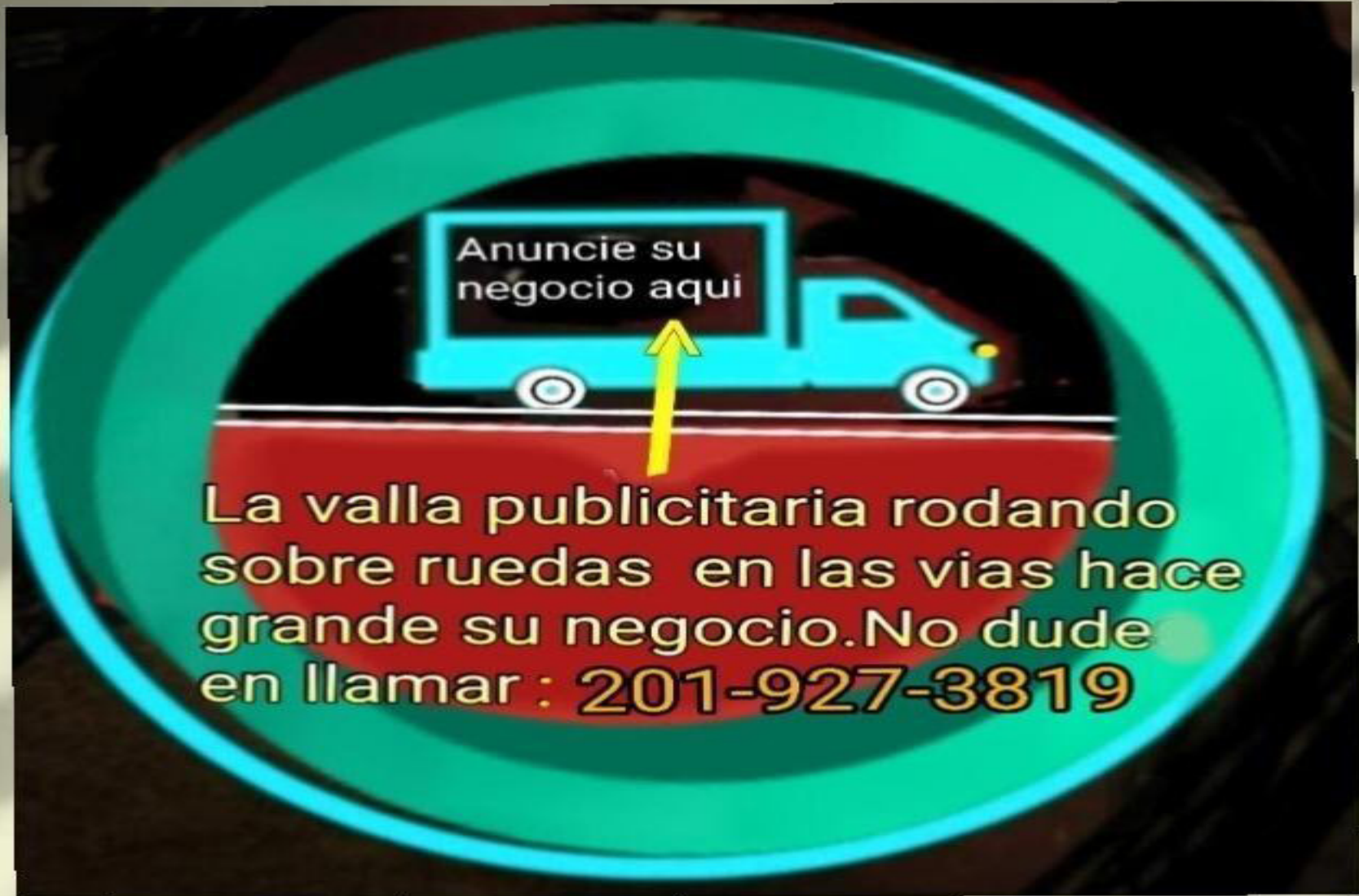


GABRIELA BERNAT
VANESSA RODRIGUEZ
Doctors Of Pharmacy

4207 BERGENLINE AVENUE,
UNION CITY, NJ 07087

201-867-6705
201-867-3758
SUGARMANSRX@GMAIL.COM
WWW.SUGARMANSRX.COM





DELMONACO 
ADVERTISEMENT, LLC

"Your dream in communication"

DELMONACO 
ADVERTISEMENT, LLC

Services:

Printing - Jingles - Billboard Truck

Contact us Right now!

(201)9273819

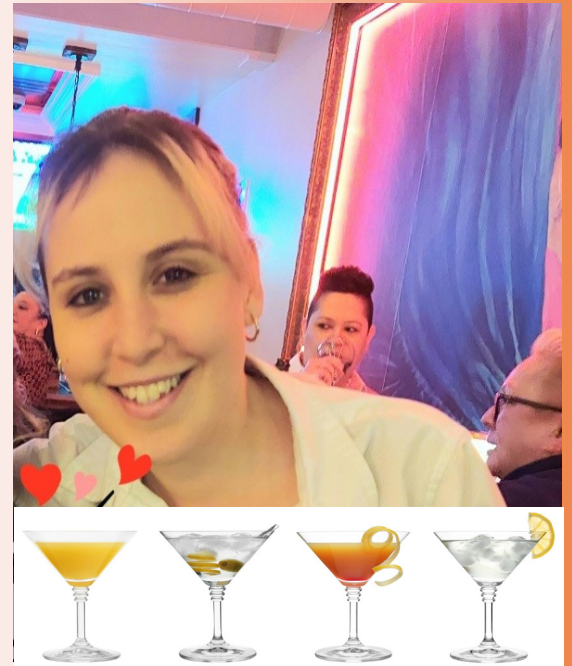
Angelo Del Mónaco, Director

delmonacoadvertisement@aol.com



Laura Arteaga
HANDCRAFTED
COCKTAILS

☎ 551-309-9250
✉ larfa3@gmail.com
📷 laubar_bc
📍 NJ & NYC



LAURA ARTEAGA
HANDCRAFTED
COCKTAILS

**SERVICIO DE
BARTENDER
PARA TODA
OCASION**



HYPERKALEMIA

CAUSES, ASSESSMENT & TREATMENT



La hipercaliemia (o hiperkalemia) es una afección en la que tienes niveles elevados de potasio en la sangre. El potasio es un electrolito con carga positiva que desempeña funciones vitales en el cuerpo. Aquí hay algunos aspectos clave sobre la hipercaliemia:

Causas Comunes:

Enfermedad Renal: La hipercaliemia puede ocurrir si los riñones no funcionan correctamente. Normalmente, los riñones equilibran la cantidad de potasio que ingresas a través de los alimentos y líquidos con la cantidad que se pierde en la orina. Sin embargo, en etapas avanzadas de enfermedad renal, los riñones pueden no eliminar suficiente potasio del cuerpo.

Dieta Rica en Potasio: Consumir alimentos con alto contenido de potasio, como el melón cantalupo, el melón honeydew, el jugo de naranja y los plátanos, también puede causar hipercaliemia, especialmente en personas con enfermedad renal avanzada.

Medicamentos: Algunos medicamentos pueden dificultar que los riñones eliminen suficiente potasio, lo que puede aumentar los niveles en la sangre.

Otras Causas Menos Comunes: Estas incluyen tomar suplementos de potasio, la enfermedad de Addison (que afecta la producción hormonal), quemaduras graves y diabetes mal controlada.

Síntomas:

En muchos casos, la hipercaliemia no presenta síntomas o estos son le-

ves y no específicos. Puedes experimentar debilidad muscular, hormigueo, náuseas u otras sensaciones inusuales.

En situaciones más graves, la hipercaliemia puede provocar palpitaciones cardíacas, dificultad para respirar, dolor en el pecho, náuseas o vómitos. Si los niveles de potasio son muy altos, es una condición potencialmente mortal².

Niveles Normales de Potasio:

En adultos, un nivel típico de potasio en sangre oscila entre 3.5 y 5.0 milimoles por litro (mmol/L). La hipercaliemia se produce cuando los niveles superan los 5.5 mmol/L. Un nivel por encima de

6.5 mmol/L puede causar problemas cardíacos que requieren atención médica inmediata

El tratamiento incluye una dieta baja en potasio, medicamentos que reducen los niveles de potasio y, en casos graves, diálisis.

Siempre es importante consultar a un profesional de la salud si tienes preocupaciones sobre tus niveles de potasio o si experimentas síntomas inusuales.

Recuerda que la hipercaliemia es una afección seria y debe ser evaluada por un médico para determinar la causa subyacente y el tratamiento adecuado.

BASCUAS GROUP

Mercy Quesada
Real Estate Advisor
www.bascuasgroup.com

m 786.554-6388
mercy.quesada@compass.com
1515 Sunset Drive, Suite 40, Miami, FL 33146

DEL MONACO BIKES

Para comprar la bicicleta

DEL MONACO BIKES (201)-927-3819
delmonacoadvertisement@aol.com

SI LE GUSTA PRACTICAR EL CICLISMO

ANGELO DEL MONACO LA LEYENDA. COMENZO SUS PRIMEROS PINITOS POR SU AMOR AL CICLISMO A LOS 8 AÑOS Y CON ARDUA TENACIDAD ENTRE PREMIOS RECIBIDOS LOGRÓ ALCANZAR ESTAR EN EL LIBRO DE RECORD GUINNESS. SE DESTACA TAMBIEN POR OBRAS HUMANITARIAS. DIRECTOR PUBLICITARIO Y DE AHI, SU BICICLETA!



Congrats



**“D'coeventos Natura” la
compañía que hace de tu día
especial un sueño magico...
Organizamos tu evento de A a
Z, cuidamos de cada detalle
para que sea único e
inolvidable!
Usted solo disfruta, nosotros
nos encargamos de todo...**

HUMORISMO



Por: **Francisco Bernal**

- ¿Tienes WiFi?

- Sí

- ¿Y cuál es la clave?

- Tener dinero y pagarlo.

¿Cuál es el coche favorito de un

fotógrafo?

El Ford Focus

JAJAJAJA

JAJAJAJA

¿Cuál es el café más peligroso del mundo?

El ex-presero

Oye, ¿cuánto te costó esa terapia que hiciste para dejar de pensar en comida todo el rato?

- Pimientos euros.

JAJAJAJA

JAJAJAJA

- Soy ROsa

- Ah, perdóname, es que soy daltónico.

Pero mira que te he dicho diez mil millones de veces que no exageres...

JAJAJAJA

JAJAJAJA

- Oye, ¿cuál es tu plato favorito y por qué?

- Pues el hondo, porque cabe más comida...

Buf, me ha caído mal el estofado. - ¡Pues no le hables, hombre!

JAJAJAJA

JAJAJAJA

¿Qué pasa si tiras un pato al agua?.

Nada.

A mí me gustaría vivir en una isla desierta.

- A mí también.

- ¡Ya empezamos a llenarla, eh!

JAJAJAJA

JAJAJAJA

- Papá, ¿qué está más lejos, Córdoba o la Luna?.

- Pero vamos a ver, ¿tú ves desde aquí Córdoba?

¿Qué hay peor que encontrarse un gusano en una manzana?.

Encontrarse medio.

JAJAJAJA

JAJAJAJA

Mi ordenador me gana al ajedrez, pero yo le gano boxeando.

¡Rápido, necesitamos sangre! -Yo soy Cero positivo.

-Pues muy mal, aquí se viene a animar.

JAJAJAJA

JAJAJAJA

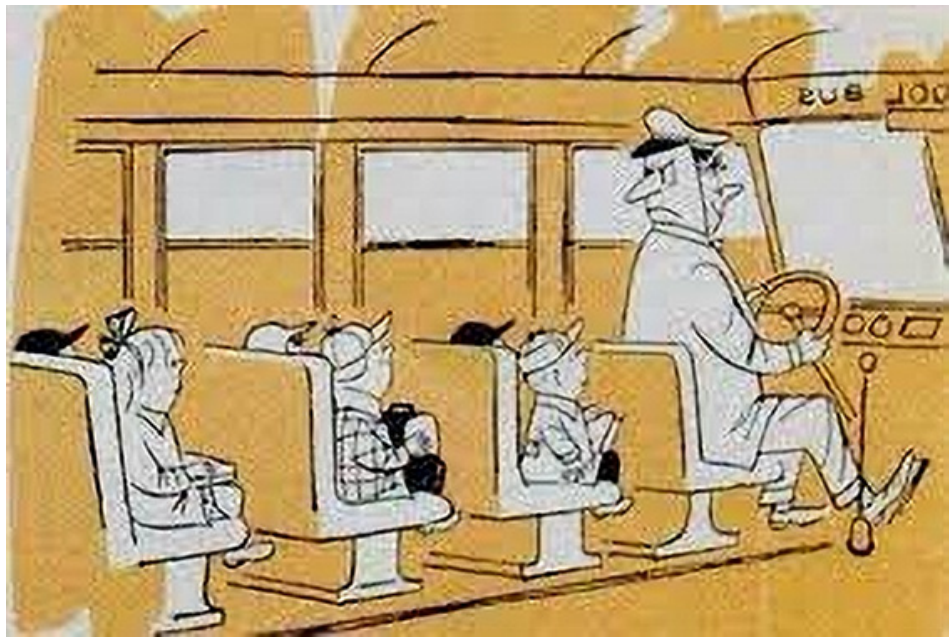
A las 10 te pito y bajas.

- ¿Te has comprado un coche?

- No, un pito.

Doctor, mi mujer tiene tres pechos.

- ¡Ah! Y quiere que le extirpe uno de ellos, ¿verdad? - No, que me implante a mí otra mano.

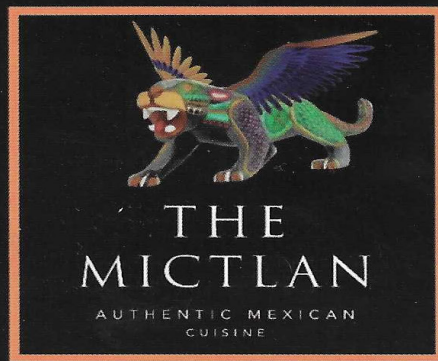


Hoy una señora mayor me dijo en el banco que compruebe su balance.

Así que la empujé.



THE MICTLAN



ORDER FREE PICK UP & DELIVERY THROUGH OUR WEBSITE

WWW.THEMICTLAN.COM

SERVICING UNION CITY, WEEHAWKEN, WEST NEW YORK, GUTTENBERG, NORTH BERGEN, EDGEWATER

CATERING AVAILABLE

**137 48TH STREET
UNION CITY NJ 07086
201-520-9175**

LLEGO EL FIN DE TICK TOCK EN USA ?

El pasado martes 7 de febrero, Jake Sullivan, Consejero de Seguridad Nacional de Estados Unidos, expresó el apoyo de la Casa Blanca a la proposición de ley realizada por un grupo de doce senadores demócratas y republicanos, denominada RESTRICT Act (siglas en inglés de Restricción de la Emergencia de Amenazas de Seguridad que amenazan las Tecnologías de la Información y la Comunicación), que proporcionaría al gobierno estadounidense la capacidad para prohibir TikTok en todo el país.

Proteger la seguridad nacional.

En una declaración realizada el mismo día, Sullivan aseguró que esta medida aumentaría la capacidad del gobierno norteamericano para “prevenir que ciertos gobiernos utilicen los servicios tecnológicos operativos en EE.UU de una forma que pueda amenazar los datos sensibles de los estadounidenses y nuestra seguridad nacional”.

Detectar operaciones peligrosas. Concretamente, Sullivan afirmó que la RESTRICT Act otorgaría nuevos mecanismos al gobierno para “mitigar” los riesgos para la seguridad nacional que supone la actividad de negocios tecnológicos “altamente peligrosos” que operan en Estados Unidos. Uno de estos mecanismos sería la capacidad de detectar y abordar riesgos vinculados a operaciones llevadas a cabo por individuos o por países “preocupados por delicados sectores tecnológicos”.

Identificar amenazas de “adversarios extranjeros”.

Esta tarea de detección de riesgos,

en caso de que la ley fuera aprobada, sería llevada a cabo por el Departamento de Comercio de los EE.UU mediante la identificación de amenazas a productos y servicios del sector de las TIC estadounidenses. En este sentido, Gina Raimondo, secretaria del Departamento de Comercio, afirmó en una declaración realizada el mismo martes que la RESTRICT Act ofrecía una herramienta para abordar las amenazas tecnológicas por parte de “determinados adversarios extranjeros”.

Sospechosos habituales.

Ello contribuiría a mejorar la protección de los estadounidenses y de la seguridad nacional, según Raimondo. Por otro lado, tras presentar la proposición de ley, Mark Warner,

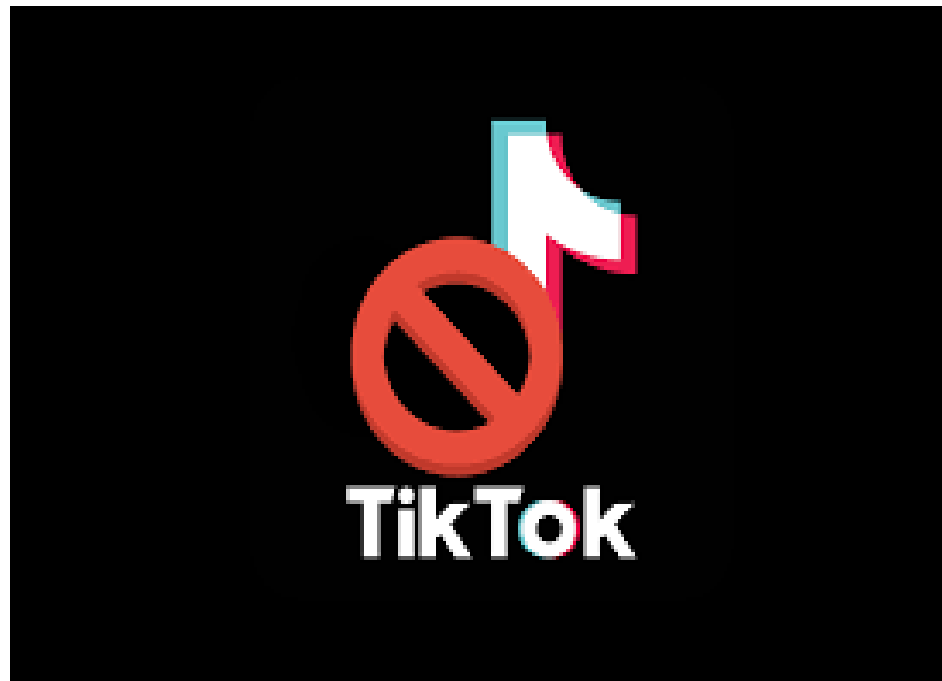
del Norte, Irán, Venezuela y Cuba.

TikTok responde.

Por su parte, TikTok aseguró en un comunicado citado por Reuters que cualquier prohibición de la aplicación sería “una prohibición a la exportación de cultura y valores estadounidenses dirigida a los miles de millones de personas que utilizan nuestro servicio en todo el mundo”.

La compañía, que cuenta con casi cien millones de usuarios en EE.UU según Statista, mostró así su rechazo ante una propuesta de ley que incrementa las sospechas sobre su política de privacidad.

El CEO de TikTok testificará.



senador demócrata que lidera el Comité de Inteligencia, aseguró que la medida no sólo se aplicaría a las tecnológicas chinas como TikTok: también afectaría a compañías del sector procedentes de Rusia, Corea

De hecho, estas sospechas llevaron a Cathy McMorris Rodgers, presidenta del Comité de Energía y Comercio de EE.UU, a anunciar a finales del pasado mes de enero que Shou Zi Chew, CEO de TikTok,

testificará ante el comité el próximo día 23 de marzo para “testificar sobre la política de privacidad y de seguridad de datos de los usuarios, el impacto de la plataforma en los niños, así como su relación con el Partido Comunista de China”.

Facebook, Twitter y ahora TikTok. Rodgers aseguró que las grandes tecnológicas se han convertido en “una fuerza destructiva para la sociedad estadounidense”, y como respuesta, el Comité ha estado siempre “al frente a la hora de reclamar a los CEOs de las grandes tecnológicas – de Facebook a Twitter, pasando por Google- que dieran cuenta por las acciones de sus compañías. “Estos esfuerzos continuarán con TikTok”, afirmó la presidenta que añadió, además, que la compañía propiedad de ByteDance ha permitido el acceso del Partido Comunista de China a datos de usuarios de EE.UU.

TikTok en el punto de mira.

A pesar de que el Comité de Energía y Comercio de EE.UU situara la testificación de Shou Zi Chewen los efectos que tienen las grandes tecnológicas en la sociedad, lo cierto es que Estados Unidos parece estar preparándose para, eventualmente, obstaculizar la actividad de TikTok a nivel nacional. La cuestión de interés real de la Casa Blanca no es el derecho a la privacidad de los usuarios norteamericanos, sino la influencia que China puede ejercer en EE.UU a través de TikTok.

En este contexto se enmarcan las decisiones de EE.UU, así como de sus aliados Canadá, Unión Europea, Noruega y Taiwán, de prohibir a sus funcionarios utilizar TikTok. Se trata, en definitiva, de un capítulo más en la rivalidad entre Estados Unidos y China.

estamos cerca de alcanzar una esperanza de vida de 150 años¹. Esto plantea preguntas profundas sobre cómo cambiaría nuestra sociedad y nuestra percepción de la edad.

Aquí hay algunas perspectivas interesantes:

Superlongevidad: Los avances en la comprensión del envejecimiento y la manipulación genética nos acercan a la posibilidad de vivir más allá de los 100 años. Investigadores sugieren que para el año 2100, la mayoría de las personas podrían vivir hasta los 130 años.

Cambios Sociales: Vivir más tiempo afectaría nuestra forma de relacionarnos, nuestras ideas sobre el amor, la familia y la proyección de una vida finita. La sociedad tendría que adaptarse a esta nueva realidad¹.

Factores Externos: Además de la ciencia, factores como las condiciones atmosféricas, la alimentación y el estilo de vida también influyen en nuestra longevidad⁴.

En resumen, aunque no podemos predecir con certeza cuánto tiempo viviremos en el futuro, es emocionante pensar en las posibilidades que la tecnología puede ofrecer para prolongar nuestras vidas.



En el futuro, los avances científicos podrían permitirnos vivir más tiempo de lo que actualmente consideramos normal Según expertos,

Sabe Usted Cuantas Mujeres Presas Políticas hay Actualmente en Cuba?

Según organizaciones no gubernamentales, en Cuba hay hoy más de 1.062 presos políticos, 700 de los cuales participaron en las protestas del 11 de julio de 2021.

Esto significa que el número de presos políticos se disparó tras las protestas de julio de 2021. Sin embargo, es importante tener en cuenta que las cifras exactas pueden ser difíciles de determinar, debido a la falta de transparencia en el sistema judicial y penitenciario de la isla.

sentencia (32 de ellos) o están siendo procesados penalmente.

Bale resalta que 109 de estos presos políticos son mujeres, un total de 58 de ellas, están cumpliendo condena por haber participado en manifestaciones pacíficas durante las protestas del 11 de julio.

Entre las mujeres encarceladas se encuentran nombres como:

Sissi Abascal Zamora, Daymelin Abreu Rodríguez, Patricia Lázara Acosta Sánchez, Raisa Alcántara Benavides, Yosdailys Amaro



Según el último informe mensual de la organización Prisoners Defenders, publicado a principios de Enero, 2024 al menos 1.066 prisioneros políticos permanecen en las cárceles cubanas.

La organización, con sede en Madrid, registra además, entre ellos, a 31 niños y 4 niñas, 35 menores en total, que aún cumplen

Aldazábal, Yennys Artola Del Sol, Ana Luisa Ávila Morales, Odalis Barceló Serrano, Reyna Yacnara Barreto Batista, Yaniuska Becerra Chaviano, Katia Beirut Rodríguez, Dailin Eugenia Betancourt Pérez, Nidia Bienes Paseiro, Rosana Borrero Zorrilla, Yoana Callejo Estrada, Dayana




PRISONERS DEFENDERS DENOUNCES AT THE UN THE REGIME'S CRIME OF FORCING LISDANY RODRÍGUEZ ISAAC, A POLITICAL PRISONER OF 11J, TO HAVE AN ABORTION

LISDANY IS BEING FORCED TO HAVE AN ABORTION

Lisdany and her husband had been trying for many years to have a baby. They thought there might be a problem and that they might not be able to have this gift, for whatever reason. To the surprise of her and her husband, Lisdany fell pregnant after a conjugal visit from her husband to her prison. They are both very excited about having the baby. But in prison, State Security is not of the same opinion.

The day she underwent the ultrasound to confirm an informal pregnancy test that she had previously taken and for which she alerted the prison authorities, Dr. Frank, from the prison system, began the procedure for Lisdany to have an abortion, as if from the beginning she had assumed that it was a duty, one more order to comply with. The State Security, at the same time, told Lisdany that "she had to take it out". Lisdany refused, and has remained firm. This has created an ordeal that only a woman and mother-to-be can experience.

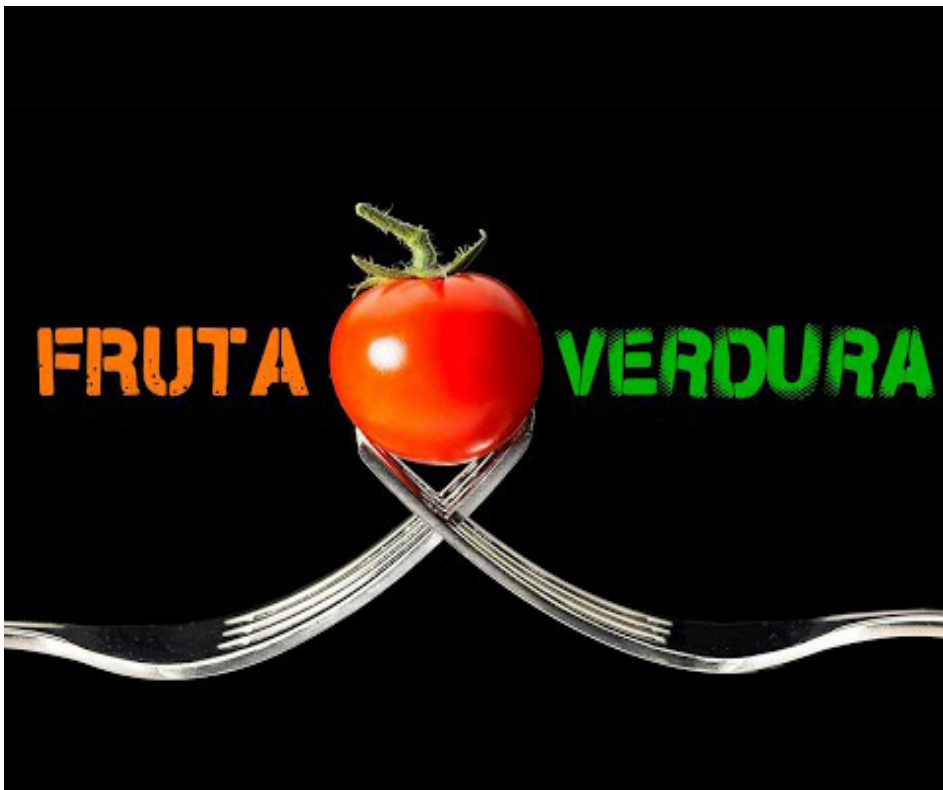


PRISONERS DEFENDERS DENUNCIA EN LAS NACIONES UNIDAS LAS COACCIONES A ABORTAR FORZADAMENTE A LISDANY RODRÍGUEZ ISAAC, PRESA POLÍTICA DEL 11J EN CUBA

Camejo Ramos, Vilma de la Caridad Castillo, Yaquelin Castillo García, Nara Kelly Clavijo Jiménez, Yessica Cohimbra Noriega, Flora Cruz Cousin, Mariurka Díaz Calvo, Brenda Díaz García, Tania Echevarría Menéndez, Francis Daniela Fernández del Bono, Deivi García, Leidis Eva García Fuentes, Yaquelin García Jaén, Taimir García Mariño, Angélica Garrido Rodríguez, María Cristina Garrido Rodríguez, Lizandra Góngora Espinosa, Gabriela González, Yusnaira González Pérez, Yordanka González

Vinent, Dariannis Guerra Suárez, Odélvis Guevara Almarales, Leyanis Heredia Salazar, Lázara Hernández, Odet Hernández Cruzata, Yenía Jarosay Osorio, Juslid Justiz Lazo, Yasmila Leiva, Yunaiky De La Caridad Linares Rodríguez, Karla Rosa López González, Alina López Miyares, Arianna López Roque, Gloria María López Valle, Jennifer Manteca Labiste, Elienay Maresma Mesa, Raquel Márquez Vázquez, Mariam Martín Taquechel, Amanda Dalai Matamoros Cabrera,





Según la botánica, el tomate es un fruto, ya que su composición morfológica está formada por una baya que surge del ovario de la planta con flor, junto con sus semillas en su interior. Sin embargo, en términos culinarios, el tomate se considera un vegetal debido a que su contenido de azúcar es mucho menor que el de otras frutas populares. Además, su sabor se asemeja más al umami (un sabor único que combina dulce, ácido, salado y amargo), ya que es más salado que dulce, y generalmente se sirve como parte de una ensalada, plato principal o como ingrediente en comidas que no son postres.

Curiosamente, el tomate es el único alimento sobre el cual las personas se preguntan si es una fruta o un vegetal. Sin embargo, hay otros vegetales que, aunque botánicamente son frutas, se consumen como si fueran legumbres y no se cuestiona qué tipo de alimento son. Algunos ejemplos incluyen los pimientos, pepinos, judías verdes, berenjenas, aguacates y calabazas de todo tipo.

En un momento histórico, los Estados Unidos llevaron esta cuestión a los tribunales. Alrededor de 1893, la Corte Suprema de los Estados Unidos se enfrentó al caso “Nix v. Hedden”, en el cual se debatía legalmente si el tomate

era un fruto o un vegetal. Aunque el objetivo del juicio no era definir qué tipo de alimento era el tomate, sí se trató de determinar si el comercio de tomates debía ser gravado con un impuesto sobre legumbres que no se aplicaba al comercio de frutas¹³.

En resumen, el tomate es un fruto desde una perspectiva botánica, pero en la cocina, lo consideramos un vegetal debido a su sabor y uso culinario. ¡Así que, en la próxima ensalada o salsa, recuerda que estás disfrutando de una deliciosa baya con un toque de umami!

CURIOSIDADES DEL TOMATE

El tomate es un alimento fascinante con muchas curiosidades interesantes. Aquí tienes algunas:

Origen y domesticación: El tomate es originario de América del Sur, específicamente de las regiones que ahora son Perú, Ecuador y el norte de Chile. Los antiguos aztecas y mayas ya cultivaban tomates hace más de 2,000 años. Los españoles

llevaron el tomate a Europa en el siglo XVI, y desde entonces se ha convertido en un ingrediente esencial en la cocina de todo el mundo.

Fruta o vegetal: Como mencioné anteriormente, botánicamente el tomate es una fruta. Sin embargo, en la cocina, se considera un vegetal debido a su sabor y uso culinario.

Variedades infinitas: Existen miles de variedades de tomates, desde los pequeños tomates cherry hasta los grandes tomates de carne. Algunos son dulces, otros ácidos, y vienen en colores que van desde el rojo clásico hasta el amarillo, naranja, verde e incluso morado.

Beneficios para la salud: Los tomates son ricos en licopeno, un antioxidante que se ha relacionado con la reducción del riesgo de enfermedades cardíacas y ciertos tipos de cáncer. También son una buena fuente de vitamina C, potasio y fibra.

Tomates en el espacio: En 2015, la NASA anunció que los astronautas en la Estación Espacial Internacional habían cultivado y comido tomates frescos en el espacio. ¡Los tomates también son aptos para viajar más allá de la Tierra!

Lanzamiento de tomates: En la ciudad española de Buñol, se celebra anualmente la famosa “La

Tomatina”, una batalla de tomates gigante en la que los participantes se arrojan tomates maduros unos a otros. ¡Es una fiesta llena de diversión y tomates volando por todas partes!

Tomates y supersticiones: En algunos países, como Italia, se cree que colocar un tomate en la ventana de una nueva casa protege contra la mala suerte

Además, en la antigua Roma, los tomates se consideraban afrodisíacos.

Así que la próxima vez que disfrutes de una ensalada caprese, una salsa de tomate o simplemente un tomate fresco con sal, recuerda todas estas curiosidades sobre este versátil y delicioso fruto-vegetal.

Receta Rápida de Salsa de Tomate Casera:

Ingredientes:

- Tomates frescos
- Cebolla
- Ajo
- Aceite de oliva
- Sal
- Azúcar

Pasos:

Pela y trocea los ingredientes en crudo (excepto el aceite).

Tritúralos juntos y luego sofríelos con el aceite durante 10 minutos.

Obtendrás una salsa rápida y deliciosa para pastas, pizzas o lo que desees

Read Diverse Books

FOLLOW US:
@bookhavenbooks

Book Haven BOOKS

AMPLIFYING DIVERSE STORIES
Latina Owned Online Bookstore

WWW.BOOKHAVENBOOKS.COM



International Optical

West New York, NJ



*Promociones aplican restricciones

***OBTENGA UN PAR DE GAFAS
CON LENTES PROGRESIVOS.**

con protección UV + tintes
incluidos*

\$149

***LENTES Y MARCOS**

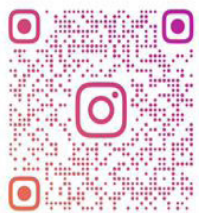
con protección UV + tinte
incluidos*

\$65

***ESPECIAL A CUBA**

lentes y marcos
con protección UV +
tinte incluidos*

\$59



INTERNATIONALOPTICALWNY

CareCredit[®]
Patient Payment Plans



obtenga una línea de crédito instantánea,
sin intereses y para pagar en cómodas cuotas.

Aceptamos la mayoría de
seguros médicos y CareCredit
Patient Payment Plan.

HORARIO: Lunes Jueves y Sabado 10am - 5pm

Martes y Miercoles 10am - 6pm

Viernes 10am - 7pm

Domingo Cerrado



5202 Bergenline Ave. West New York, NJ 07093

201-974-2600 ♦ Fax: 201-974-2999

email: info@internationalopticalwny.com

www.internationalopticalwny.com