

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

DIMENSION

EDICION DIGITAL - AGOSTO 22 - 2026





**BREVE CUENTO
DESDE
UNA PRESPECTIVA
CRITICA SOBRE EL
ABORTO.**

Idea original: Andres Garcia



Había una vez un pequeño pueblo llamado Esperanza. En ese lugar, las mariposas eran consideradas mensajeras de la vida y la esperanza. Se decía que sus alas llevaban los secretos más profundos del universo.

En el corazón de Esperanza vivía una joven llamada Elena. Era una mujer fuerte y decidida, pero también vulnerable. Un día, Elena se encontró con una difícil elección: estaba embarazada y no sabía qué hacer. Las mariposas parecían susurrarle palabras de aliento y confusión al mismo tiempo.

Elena consultó con la anciana del pueblo, Doña Rosa. La sabia mujer le habló sobre las consecuencias del aborto y la importancia de la vida.

“Cada ser humano tiene un propósito en este mundo”, le dijo. “Incluso aquellos que aún no han nacido”.

Elena reflexionó sobre las palabras de Doña Rosa. Las mariposas seguían revoloteando a su alrededor, como si quisieran guiarla hacia una decisión. Finalmente, Elena decidió seguir adelante con el embarazo. Aunque tenía miedo y dudas, creía que su hijo merecía una oportunidad en la vida.

Los meses pasaron, y Elena dio a luz a un hermoso bebé. Lo llamó Gabriel, en honor al ángel que había protegido su camino. Pero la vida no siempre es sencilla. Gabriel nació con una enfermedad grave y necesitaba cuidados constantes. Elena luchó día y noche por su hijo, enfrentando desafíos que nunca imaginó.

En medio de las dificultades, las mariposas seguían visitando a Elena. A veces, sus alas parecían cansadas, como si también sintieran el peso del mundo. Pero nunca dejaron de susurrarle palabras de esperanza y amor.

Un día, mientras sostenía a Gabriel en sus brazos, Elena entendió el verdadero significado de la vida. No se trataba solo de existir, sino de luchar, amar y proteger a quienes más queremos. Las mariposas, con sus alas desgastadas pero llenas de vida, le recordaron que cada ser humano, incluso aquellos que enfrentan dificultades, merece una oportunidad.

Así, Elena se convirtió en un faro de esperanza para su hijo y para todos los que la rodeaban. Las mariposas continuaron susurrando, esta vez con palabras de gratitud y admiración. Porque, al final del día, la vida es un regalo precioso que debemos proteger, incluso cuando enfrentamos tempestades.

Espero que este cuento te haya transmitido la importancia de la vida desde una perspectiva diferente.



En USA, se registraron más de un millón de abortos, marcando la tasa más alta en más de una década.

Esto representa un aumento del 10% con respecto a 2020. A pesar de las prohibiciones en varios estados desde la decisión del Tribunal Supremo de EE.UU., los abortos siguen siendo comunes. Además, el aborto farmacológico (con medicamentos) es ahora más frecuente que nunca, constituyendo casi dos tercios de todos los abortos en 2025

**PLANEADO O NO PLANEADO
TODO SER HUMANO TIENE
DERECHO A LA VIDA!**



#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 Lizandra 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 EDICION DIGITAL

Directora: Cristina Garcia / Publisher: Andres Garcia

Asesor legal: Abogado, Manuel, J. Garcia

Diseño: Kanton Productions / Fotografia: 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.



LOS MAS LEIDOS...

No hay un escritor único que sea el más leído en español, pero aquí hay algunos de los autores en español más populares y ampliamente leídos:

Miguel de Cervantes: Autor de la novela Don Quijote de la Mancha, considerada la obra cumbre de la literatura española. Cervantes es uno de los escritores más influyentes e importantes en lengua española.

Gabriel García Márquez: Escritor colombiano, ganador del Premio Nobel de Literatura en 1982. Sus obras más conocidas son Cien años de soledad y El amor en los tiempos del cólera. Es uno de los máximos exponentes del realismo mágico.

Pablo Neruda: Poeta chileno, también ganador del Premio Nobel de Literatura en 1971. Sus poemarios más famosos son Veinte poemas de

amor y una canción desesperada y Canto general. Es considerado uno de los mejores poetas en lengua española del siglo XX.

Isabel Allende: Escritora chilena reconocida por novelas como La casa de los espíritus y La ciudad de las bestias. Sus obras se han traducido a múltiples idiomas y es una de las escritoras latinoamericanas más leídas.

Laura Esquivel: Escritora mexicana cuya novela Como agua para chocolate obtuvo un gran éxito internacional. Escribe principalmente novelas de ambiente latinoamericano.

Carlos Ruiz Zafón: Escritor español conocido por su novela La sombra del viento, que forma parte de la saga El cementerio de los libros olvidados. Sus libros han sido superventas internacionales.

Como ves, hay varios escritores hispanohablantes ampliamente leídos y no se puede señalar a uno solo como el más popular en términos absolutos. Los mencionados aquí son algunos de los más reconocidos, tanto por sus ventas como por su calidad e influencia literaria.



ALGUNOS DE LOS PEORES PRESIDENTES DE USA

(CLAUDE 2 AI)

No hay un consenso definitivo sobre cuál ha sido el peor presidente en la historia de Estados Unidos, pero aquí hay algunos presidentes que suelen estar en las encuestas y ranking de historiadores como los peores:

James Buchanan (1857-1861): Su inacción y mal manejo como presidente se consideran que contribuyeron a la crisis que llevó a la Guerra Civil Estadounidense.

Andrew Johnson (1865-1869): Fue sometido a juicio político por el Congreso por violar la Tenure of Office Act, aunque fue absuelto por un voto. Tuvo muchos enfrentamientos con el Congreso.

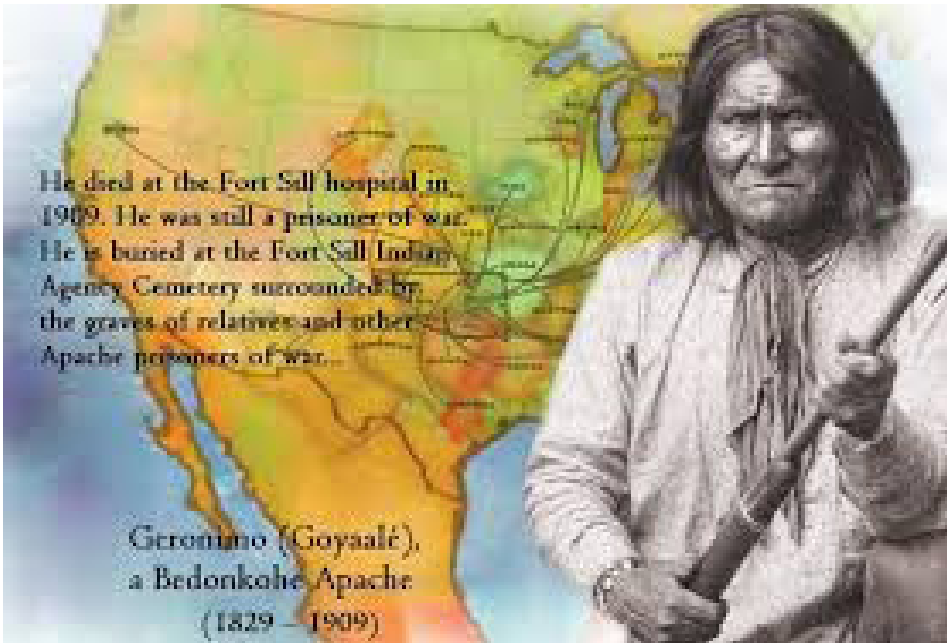
Warren G. Harding (1921-1923): Su administración estuvo plagada de escándalos de corrupción como el escándalo de Teapot Dome. Es visto como uno de los presidentes más ineptos.

Herbert Hoover (1929-1933): Incapacidad para responder eficientemente a la Gran Depresión. Su política económica conservadora empeoró la crisis.

Richard Nixon (1969-1974): El escándalo de Watergate y su posterior renuncia para evitar un juicio político lo convirtieron en el único presidente en dimitir.

George W. Bush (2001-2009): Criticado por la invasión de Irak y su manejo de la respuesta al Huracán Katrina, entre otros aspectos. Dejó la presidencia con niveles récord de impopularidad. Aunque hay debate, estos suelen estar entre los peores calificados en encuestas de historiadores y politólogos. Pero no hay consenso sobre cuál habría sido el peor presidente en la historia de Estados Unidos.





Gerónimo fue un líder apache que se convirtió en un ícono de resistencia nativo americana durante las Guerras Apache en el suroeste de Estados Unidos. Algunos datos sobre él:

Nació en 1829 en lo que hoy es Nuevo México. Su nombre era Goyaałé, que significa "el que bosteza".

Era miembro de la tribu Chiricahua de los apaches. Se le conoció como Gerónimo por los soldados mexicanos, en referencia a San Jerónimo.

Luchó contra el ejército de México y posteriormente de Estados Unidos cuando estos trataron de expulsar a su pueblo de sus tierras ancestrales. Dirigió grupos de guerreros que resistieron por años.

En 1886 se rindió voluntariamente al ejército estadounidense junto a un grupo de apaches. Fue hecho prisionero y no se le permitió regresar a su tierra natal.

Vivió sus últimos 20 años como prisionero de guerra en una reserva apache en Oklahoma. Se convirtió en una celebridad y figura emblemática, incluso apareciendo en la Marcha Inaugural de 1905. Murió de neumonía en 1909 a la edad de 79 años. Hoy es visto como un ícono del espíritu guerrero apache y un símbolo del maltrato de los nativos americanos en Estados Unidos.

Geronimo was a prominent Apache leader who became an icon of Native American resistance during the Apache Wars in the southwestern United States. Here are some key facts about him:

He was born in 1829 in what is now New Mexico. His birth name was Goyaałé, meaning "one who yawns".

He was a member of the Chiricahua tribe of the Apaches. He became known as Geronimo by Mexican soldiers, referencing Saint Jerome.

He fought against both the Mexican army and later the United States army as they tried to remove his people from their ancestral lands. He led groups of warriors who resisted for years.

In 1886 he voluntarily surrendered to the U.S. army along with a group of Apaches. He was made a prisoner of war and not allowed to return to his homeland.

He spent his last 20 years as a prisoner of war at an Apache reservation in Oklahoma. He became a celebrity and iconic figure, even appearing at the 1905 inaugural parade.

He died of pneumonia in 1909 at the age of 79. Today he is seen as an icon of Apache warrior spirit and a symbol of Native American mistreatment in the United States.



EL VINO TINTO Y LA MANTEQUILLA SON BUENOS PARA LA SALUD ?

La respuesta corta es que depende estrictamente de la cantidad y de con qué los compares. Ninguno de los dos se considera un "alimento milagroso" para la salud, y la ciencia médica actual aconseja consumirlos con mucha moderación.

El Vino Tinto: Es bueno para el corazón?.

Por muchos años se creyó que el vino tinto era excelente para el corazón debido a sus antioxidantes. Sin embargo, los estudios médicos más recientes han cambiado esta perspectiva:

El lado positivo (Polifenoles):

El vino tinto contiene resveratrol, un antioxidante presente en la piel de las uvas que ayuda a proteger los vasos sanguíneos y puede elevar ligeramente el colesterol "bueno" (HDL).

El lado negativo (El alcohol):

La Organización Mundial de la Salud (OMS) y organizaciones como el MD Anderson Cancer Center recuerdan que no existe un nivel seguro de consumo de alcohol. El alcohol se descompone en acetaldehído (un carcinógeno) y au-



menta el riesgo de desarrollar varios tipos de cáncer, enfermedades hepáticas y problemas cardíacos si se abusa de él.

Consenso actual:

Si ya bebes vino tinto, hazlo con estricta moderación (máximo una copa al día para mujeres y dos para hombres). Si no bebes, los médicos no recomiendan empezar a hacerlo solo por sus supuestos beneficios; es mucho mejor obtener los mismos antioxidantes comiendo uvas rojas o arándanos.

La Mantequilla:

Grasa saludable o peligrosa?.

La mantequilla ha regresado a las cocinas como una alternativa al aceite procesado, pero la ciencia nutricional pide cautela: **El lado positivo (Nutrientes):**

Es un producto lácteo natural que aporta vitaminas esenciales como la A, D, E y betacarotenos. No contiene las peligrosas grasas trans artificiales que solían tener las margarinas antiguas.

El lado negativo (Grasas saturadas):

Es muy alta en calorías y grasas saturadas, las cuales elevan el colesterol "malo" (LDL) en la sangre.

Un estudio de JAMA Internal Medicine asoció un consumo elevado de mantequilla con un mayor riesgo de mortalidad general en comparación con el uso de aceites vegetales.

Consenso actual:

La mantequilla no es un veneno si se consume en porciones pequeñas, pero no es una grasa saludable.

La recomendación de los expertos es:

Priorizar siempre las grasas insaturadas como el aceite de oliva extra virgen, el aguacate o los frutos secos, los cuales sí han demostrado proteger el sistema cardiovascular.

El Secreto de la Mantequilla.

La magia de la "Mantequilla Avellana-da": Si cocinas la mantequilla a fuego medio hasta que los sólidos de la leche se doren, se crea la beurre noisette. Huele y sabe a avellanas tostadas debido a una reacción química llamada Reacción de Maillard.

El truco final de los chefs:

Al terminar una salsa, los cocineros apagan el fuego y añaden trozos de mantequilla muy fría. Esto se llama monter au beurre. Crea una emulsión que da un brillo espectacular y una textura aterciopelada. Mantequilla clarificada: Si derrites la mantequilla y quitas la espuma y los sólidos lácteos, obtienes grasa pura. Esta grasa resiste temperaturas mucho más altas sin quemarse, ideal para dorar carnes.

El Poder del Vino: El mito del alcohol: Cocinar el vino no elimina todo el alcohol de inmediato. Un guiso rápido retiene hasta el 85% del alcohol. Para que se evapore casi todo (quedando solo un 5%), el plato debe hervir a fuego lento durante al menos dos horas y media.

Ablandador natural de carnes:

El vino es ácido. Esta acidez rompe las fibras duras de las proteínas en la carne, haciéndola mucho más tierna durante el marinado.

Desglasar la sartén: Los trocitos marrones que quedan pegados al fondo de la sartén después de dorar carne concentran todo el sabor. Echar un chorro de vino los disuelve al instante, creando la base perfecta para una salsa rica.

El vino tinto se une a la mantequilla para salsas oscuras y potentes (carnes rojas, caza).

www.LaPizzaCubana.com

ESPAQUETI SPAGHETTI

Napolitanos \$7

Chorizo \$8.50

Jamón \$8.50

Camarones \$9

Langosta \$15

Pollo \$9.50

LASAÑA LASAGNA

Jamón o Picadillo \$8.50

PAN DE AJO GARLIC BREAD 3 X

\$1.50

APERITIVOS APPETISERS

Empanadas \$2.50

Alitas de Pollo \$7

Alitas de Papitas \$9

Papas Rellenas \$2.50

Carne, Pollo, Queso o Guayaba

Con o Sin Picante

Crema de Queso \$6.50

Crema Aurora \$6.50

Crema Virginia \$6.50

Chicken Tenders \$7

Papitas Fritas \$3.50

Croquetas de Jamón \$1

POSTRES DESSERTS

Flan \$4

Tres Leches \$5

Tiramisú \$5

JUGOS | JUICES

Naranja \$6.50

Naranja (sin azúcar) \$7

Limonada \$4

BATIDOS | SHAKES

\$6

Mamey | Strawberry
Fresa | Strawberry
Guayabana | Guayabana
Mango | Mango
Tropa | Tropa
Chocolate | Chocolate
Mora | Blackberry
Maracuyá | Passion Fruit

5517 HUDSON AVE.
WEST NEW YORK, NJ 07093

201-867-4566

www.LaPizzaCubana.com

PIZZA FAMILIAR (Masa Cubana o Italiana)

LARGE PIZZA (Cuban or Italian Dough)

Napolitana \$14

Chorizo \$20

Pepperoni \$20

Hawaiana \$20

Jamón \$20

Cebolla \$20

Cangrejo \$24

Tocino \$20

Hongos \$20

Langosta \$38

Mixta \$22

Piña \$18

Vegetales \$20

Ajíes \$20

Camarones \$22

Extras \$2.50

PIZZA CUBANA PERSONAL | SMALL PAN PIZZA

Langosta \$14

Napolitana \$6

Tocino \$7.50

Mixta \$8.50

Cangrejo \$9

Hawaiana \$7.50

Ajíes \$7.50

Atún \$8.50

Pepperoni \$7.50

Camarones \$9

Piña \$7.50

Extras \$0.50

Chorizo \$7.50

Jamón \$7.50

Cebolla \$7.50

Vegetales \$8

Pollo \$8

Hongos \$7.50

Slice de Queso \$3

WE DELIVER! 201-867-4566



Existen varias teorías cosmológicas sobre por qué el universo parece ser infinito:

La teoría del Big Bang sugiere que el universo se expande continuamente desde el inicio de los tiempos. Esta expansión no parece tener fin, por lo que el universo seguiría creciendo infinitamente.

Las mediciones de la geometría del universo indican que es plano. Un universo plano e ilimitado continuaría expandiéndose para siempre, creando efectivamente un universo infinito.

La teoría inflacionaria propone que el universo tuvo un periodo de expansión exponencial justo después del Big Bang, lo que pudo estirar el espacio a tal grado que sería infinito.

Algunos modelos de universos múltiples o cíclicos predicen la existencia de infinitos universos generados uno tras otro, creando un multiverso infinito.

Las leyes de la física como conocemos hoy no prohíben un universo infinito, aunque plantean desafíos como las paradojas del infinito. Hasta ahora no hay evidencia observable de algún límite o borde

en el universo. Todo indica que el espacio continúa más allá de lo observable.

Aunque no es concluyente, la mayoría de las evidencias apunta a un universo espacialmente infinito. Pero se necesita más investigación para confirmar o refutar esta hipótesis.

El Universo no es infinito, la teoría final de Stephen Hawking

Poco antes de fallecer, el físico Stephen Hawking completó sus últimas ideas sobre el cosmos, en las que apuntaba que nuestro universo es finito y más simple de lo que se pensaba. El estudio lo realizó junto a su colega Thomas Hertog en el marco de conceptos teóricos como el multiverso y la inflación eterna.

La teoría final del profesor Stephen Hawking sobre el origen del universo, en la que trabajó en colaboración con el profesor Thomas Hertog de la universidad KU Leuven (Bélgica), se ha publicado esta semana en el Journal of High Ener-

gy Physics.

El estudio, enviado para su publicación antes de la muerte de Hawking a principios de este año, se basa en la teoría de cuerdas y predice que el universo es finito y más simple que lo postulado por muchas teorías actuales sobre el Big Bang.

Las teorías modernas del Big Bang predicen que nuestro universo local comenzó a existir con un instante de inflación, en otras palabras, una pequeña fracción de segundo después del Big Bang en la que el universo se expandió a un ritmo exponencial colosal.

Sin embargo, los científicos piensan que una vez que comienza la inflación, hay regiones donde nunca se detiene. Se cree que los efectos cuánticos pueden mantener la inflación para siempre en algunas zonas del universo, por lo que, globalmente, sería eterna.

La parte observable de nuestro universo sería entonces solo una especie de ‘acogedor’ universo de bolsillo, una región en la que la inflación ha terminado y se han podido formar estrellas, galaxias y planetas, como el nuestro.

“La teoría habitual de la inflación eterna predice que, a escala global, nuestro universo es como un fractal (objeto que se repite a diferentes escalas) infinito, con un mosaico de diferentes universos de bolsillo, separados por un océano inflacionario”, explicó Hawking en una entrevista el pasado otoño.

“Predecimos que nuestro universo, en las escalas más grandes, no es una estructura fractal como se planteaba”, dijo Stephen Hawking

“Las leyes locales de la física y la química pueden diferir de un universo de bolsillo a otro, que juntos formarían múltiples universos. Pero nunca he sido un fan del multiverso

Si la escala de los diferentes universos en el multiverso es grande o infinita, la teoría no se puede probar”, reconoció el físico británico.

En el artículo, se afirma que esta implementación del principio de la inflación eterna como modelo del Big Bang es errónea. “El problema con la explicación habitual de la inflación eterna es que asume un universo de fondo existente que evoluciona de acuerdo con la teoría de la relatividad general de Einstein y trata los efectos cuánticos como pequeñas fluctuaciones en torno a esto”

“Sin embargo –añade–, la dinámica de la inflación eterna difumina la

separación entre la física clásica y la cuántica. Como consecuencia, la teoría de Einstein se desmorona en la inflación eterna”.

“Predecimos que nuestro universo, en las escalas más grandes, es razonablemente simple y globalmente finito. Por lo tanto, no es una estructura fractal”, concluye Hawking.

La teoría de cuerdas

La teoría de la inflación eterna propuesta por Hawking y Hertog se basa en la teoría de cuerdas. Se trata de una rama de la física teórica que intenta reconciliar la gravedad y la relatividad general con la física cuántica, en parte describiendo los componentes fundamentales del universo como pequeñas cuerdas vibratorias.

Su enfoque utiliza el concepto de holografía de la teoría de cuerdas, que postula que el universo es un holograma grande y complejo. Es decir, la realidad física en ciertos espacios tridimensionales puede reducirse matemáticamente a proyecciones 2D sobre una superficie.

Hawking y Hertog desarrollaron una variación de este concepto holográfico para proyectar la dimensión del tiempo en la inflación eterna. Esto les permitió describir esta inflación sin tener que depender de la teoría de Einstein. En su nueva propuesta, la inflación eterna se reduce a un estado atemporal definido en una superficie espacial al principio de los tiempos.

No estamos en un solo universo único, pero estos hallazgos implican una reducción significativa del multiverso a un rango mucho menor de universos posibles

“Cuando rastreamos la evolución de nuestro universo hacia atrás en el tiempo, en algún momento llegamos al umbral de la inflación eterna, donde nuestra noción familiar del tiempo deja de tener ningún significado”, señala Hertog.

La anterior ‘teoría sin fronteras’ de Hawking predijo que si retrocedes en el tiempo hasta el comienzo del universo, este se encoge y se cierra como una esfera; pero la nueva teoría representa un paso más allá del trabajo anterior.

(Información parcial tomada de Claude 2 y SINC, under Fair Act)



¿QUIÉN FUE EL INVENTOR DEL PIANO?

CONOCE EL ORIGEN DE ESTE INSTRUMENTO

La invención del piano se le atribuye a Bartolomeo Cristofori, alrededor de los años 1700.



El piano fue inventado por el italiano Bartolomeo Cristofori alrededor del año 1700. Cristofori, quien nació en Padua en 1655, era un experto fabricante de instrumentos que trabajaba en Florencia para el príncipe Fernando de Médici. ¿Por qué lo inventó? En esa época, los instrumentos de teclado más populares eran el clavecín (o hárpsicordio) y el clavicordio. Cristofori no estaba satisfecho con ellos por una razón

principal: no permitían controlar el volumen del sonido. Sin importar con cuánta fuerza o suavidad el músico presionara las teclas, el instrumento siempre sonaba al mismo volumen.

La gran innovación.

Para solucionar este problema, Cristofori cambió por completo el mecanismo interno: El mecanismo antiguo: El clavecín hacía sonar las cuerdas pellizcándolas con una púa.

El mecanismo de Cristofori: Dise-

ñó un sistema donde unos pequeños martillos de madera forrados de cuero golpeaban las cuerdas y rebotaban inmediatamente. Gracias a este invento, si el músico tocaba la tecla con suavidad, el instrumento sonaba despacio; si la golpeaba con fuerza, sonaba fuerte.

El origen del nombre "Piano".

Debido a esta nueva capacidad, Cristofori bautizó a su invento como gravicembalo col piano e forte, que en italiano significa literalmente "clavecín con suave y fuerte". Con el paso del tiempo, el nombre se acortó a pianoforte y, finalmente, quedó simplemente en piano.

Dónde se conserva actualmente el piano más antiguo del mundo creado por él?

El piano más antiguo del mundo que aún se conserva se encuentra en el Museo Metropolitano de Arte (The Met) de Nueva York.

Este instrumento fue fabricado por Bartolomeo Cristofori en el año 1720 en Florencia, Italia. De los aproximadamente 20 pianos que el luthier construyó a lo largo de su vida, solo tres sobrevivieron al paso de los siglos, siendo este el ejemplar más primitivo de todos.

Características únicas de esta reliquia

Es más corto y ligero: Tiene una forma alargada de ala similar a la de un clavecín italiano y cuenta con solo 54 teclas (a diferencia de las 88 que tiene un piano moderno). No tiene pedales: Como fue uno de sus primeros prototipos, carece de pedales para alterar o sostener el tono.

Toda la variación del volumen se logra exclusivamente mediante la fuerza de los dedos sobre las teclas.

Su sonido: Su timbre es bastante suave, delgado y percusivo, asemejándose más al sonido metálico de un clavecín que al de un piano de cola contemporáneo.

Aún es funcional: A pesar de tener más de 300 años de antigüedad, el instrumento ha recibido mantenimiento especializado y todavía se puede tocar para demostraciones musicales controladas.

Dónde están los otros dos pianos de Cristofori? Si quieres seguir el rastro de las otras dos piezas originales del inventor que sobrevivieron, debes viajar a Europa:

El segundo piano más antiguo (1722) se conserva en el Museo Nacional de Instrumentos Musicales de Roma, en Italia.

El tercero (1726) se encuentra resguardado en el Musikinstrumenten-Museum de la Universidad de Leipzig, en Alemania.

Jflrenovations LLC.

DISEÑADOR DE INTERIORES Y EXTERIORES

Electricidad, Plomería, Instalaciones de

Accesorios Electricos en General

Telefono: 787-530-3285

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

ADVERTENCIA FINAL

RECOGE LOS DESPERDICIOS DE TU PERRO

Union City Municipal Court
3715 Palisade Avenue
Union City, NJ 07087

0910 SC

The State of New Jersey vs.

Defendant's Name: First Initial Last

Address: City State Zip Code Telephone Check if cell phone ☐

Birth Date: Mo. Day Yr. **Sex:** ☐ Male ☐ Female **Weight:** Height **Restrictions:**

Email Address: **Ethnicity:** **Race:**

Driver's License #: **State:** **Exp. Date:**

STATE OF NEW JERSEY
COUNTY OF HUDSON

Complaining Witness: (Print) (Identify Dept./Agency Represented) (Judge No.)

Residing at _____

By certification or on oath, says that to the best of their knowledge or information and belief, the named defendant on or about the _____ Month _____ Day _____ Year _____ Time _____ in _____ UNION CITY _____ County of HUDSON N.J. did commit the following offense:

(DESCRIPTION OF OFFENSE)

In violation of (cite charge only) _____ (Statute, Regulation or Ordinance Number)

LOCATION OF OFFENSE: ☐ ☐ ☐ Describe location _____

OATH: Subscribed and sworn to before me this _____ day of _____, 2011.

CERTIFICATION: I certify that the foregoing statements made by me are true. I am aware that if any of the foregoing statements made by me are wilfully false, I am subject to punishment.

Signature of Complaining Witness **OR** **Signature of Person Administering Oath** **Signature of Complaining Witness**

PROBABLE CAUSE DETERMINATION FOR ISSUANCE OF PROCESS:

COURT USE ONLY **LAW/CODE ENFORCEMENT USE ONLY**

Possible cause is found for the issuance of this Complaint/Summons. ☐ The complaining witness is a law enforcement officer or a code enforcement officer with technical and subject matter jurisdiction and a judicial probable cause determination is not required prior to the issuance of this Complaint/Summons.

Signature of Judicial Officer **Signature of Judge**

YOU ARE HEREBY SUMMONED TO APPEAR
before this court to answer this complaint. If you fail to appear on the date and at the time stated, a financial sanction may be imposed, a warrant may be issued for your arrest, or both.

NOTICE TO APPEAR

COURT APPEARANCE REQUIRED **COURT DATE:** Month Day Year Time AM/PM

Date Summons Issued **Signature of Person Issuing Summons**

Defendant's Hard Copy - Yellow **37 July 2011**

Estimados dueños de perros y residentes,

Espero que esta nota le encuentre bien. Escribo sobre un problema de salud muy importante: el desperdicio de perros en nuestras aceras, calles y áreas públicas. Como bien sabe, mi objetivo es tener un contacto constante con los residentes y los negocios. Hablo con los miembros de nuestra comunidad por teléfono, en la calle y en reuniones comunitarias. La queja más común que escucho es sobre los dueños de perros que no pueden recoger los desechos de sus perros.

¡Limpiar los desechos de nuestras mascotas es la ley! Si permite que sus hijos paseen a su perro, deben comprender la importancia de recoger los desechos de su mascota.

No es justo para los residentes que caminan por nuestras calles, como si trataran de evitar las minas terrestres. Los desechos en nuestras calles son repugnantes y poco saludables.

Tenga en cuenta que no se emitirán más advertencias.

Tanto el Departamento de Policía como los Inspectores de Salud continuarán escribiendo citaciones.

Les pido a los residentes que hablen si presencian que alguien no recoge los desechos de perro y llamen al Departamento de Policía al (201) 865-1111. Proporcione una breve descripción del delincuente y la dirección.

Gracias por su ayuda para corregir este problema de calidad de vida.

Atentamente,

Brian

Brian P. Stack
Alcalde
Celular: 201-376-1942

¡NO HABRÁ MÁS AVISOS! ¡SE EMITIRÁN CITACIONES!



La Copa Mundial de la FIFA 2026 destaca como la edición más grande y revolucionaria de la historia tras romper récords de equipos, partidos y asistencia masiva. Novedades del Formato e Historia. Tres países anfitriones:

Por primera vez, tres naciones organizan el torneo de forma conjunta: Estados Unidos, México y Canadá. Expansión masiva de equipos:

El torneo creció de 32 a 48 selecciones nacionales. Récord absoluto de partidos: Se disputaron un total de 104 encuentros, superando por mucho los 64 habituales. El hito histórico de México: Se convirtió en el primer país en albergar tres Copas del Mundo (1970, 1986 y 2026).

El templo del Estadio Azteca:

Es el único estadio en el planeta en vivir tres inauguraciones mundiales.

Nuevos debutantes:

Cuatro países jugaron su primer Mundial: Curazao, Jordania, Cabo Verde y Uzbekistán.

Asistencia sin precedentes:

El torneo impuso una marca histórica al reunir a más de 6.8 millones de espectadores en las tribunas.

Curiosidades de los Protagonistas

Brecha de edad extrema:

El escocés Craig Gordon fue el jugador más veterano con 43 años, mientras que el mexicano Gilberto Mora fue el más joven con solo 17 años.

Diferencia de estatura récord:

El arquero austriaco Florian Wierke (2.05 metros) se coronó como el más alto en la historia del certamen, superando por casi medio metro al panameño César Yanis (1.60 metros).

Jugadores nacidos fuera:

Un total de 286 futbolistas defendieron la camiseta de un país distinto al de su nacimiento. Promedio de goles muy alto:

El torneo registró un gran promedio de 2.93 goles por encuentro, la cifra más alta desde la edición de México 1970. Datos de la Fase Final Semifinales de pura élite:

Las semifinales del torneo las disputaron exclusivamente selecciones que ya sabían lo que es ser campeonas: España, Argentina, Francia e Inglaterra. Esto no ocurría desde el Mundial de Italia 1990.

La gloria final:

El campeonato concluyó con la victoria de España, que venció a Argentina para bordar su segunda estrella oficial en el escudo.

Durante la Copa Mundial de la FIFA 2026 se registraron datos muy

específicos en cuanto a sanciones y controles médicos:

Expulsados (Tarjetas Rojas)

El torneo registró un total de 15 jugadores expulsados a lo largo de los 104 partidos disputados. 13 de ellas fueron tarjetas rojas directas, un número bastante alto impulsado por el nuevo volumen de partidos.

Superó con creces la suma de las ediciones de 2018 y 2022 combinadas (las cuales tuvieron solo 4 expulsiones cada una).

Una de las expulsiones más comentadas fue la del estadounidense Folarin Balogun ante Bosnia y Herzegovina, cuya suspensión posterior generó polémica e intervención diplomática.

Casos de Dopaje (Doping)

Sí, se detectó un fuerte escándalo de dopaje que involucró a 8 jugadores de la Selección de Túnez en pleno torneo. La sustancia detectada fue Clenbuterol tras un control sorpresa realizado por la FIFA a la delegación africana.

Resultados atípicos:

Los reportes indicaron que las cantidades halladas estaban bajo investigación médica. Se manejó la fuerte hipótesis de una contaminación alimentaria por el consumo de carne, por lo que inicialmente no se aplicaron suspensiones inmediatas obligatorias en el umbral del torneo.

Jugadores Lesionados:

Aunque la FIFA no publica de forma inmediata un número exacto consolidado de “lesiones totales” del torneo (ya que muchas son fatigas menores tratadas internamente), la cita estuvo marcada por un fuerte impacto médico. Bajas masivas previas:

Figuras mundiales como Éder Militão y Rodrygo (Brasil), así como Juan Foyth (Argentina), se rompieron los ligamentos o sufrieron lesiones graves justo antes o en entrenamientos previos al certamen, quedando fuera de la convocatoria final.

Exigencia física: Al jugarse 104 partidos en un formato extendido, los cuerpos médicos de selecciones finalistas (como España y Argentina) reportaron altos niveles de fatiga extrema y sobrecargas musculares hacia las rondas de semifinales y la gran final.

INGRESOS FINANCIEROS

La recaudación por boletería fue un pilar fundamental para que el ciclo comercial del Mundial 2026 alcanzara un récord absoluto de 15,000 millones de dólares en ingresos totales para la FIFA.

El partido más lucrativo:

La gran final del torneo rompió todas las marcas previas al recaudar más de 250 millones de dólares en boletería, coronándose como el partido con mayor ingreso por ticketing en la historia del fútbol.

REPORT ABUSE OR NEGLECT

OUTSIDE OF YOUR HOME

Are you being harassed or hurt online, at school or off-campus?

Tell a trusted adult.

AT HOME

Are you being hurt by an adult at home?

Tell a trusted adult and/or call the Child Abuse Hotline.

AT HOME

Are you NOT getting taken care of at home?

Tell a trusted adult and/or call the Child Abuse Hotline.

1-888-SOS-CHILD
(1-888-767-2445)

For any emergencies, dial 911.
For more information on reporting child abuse, visit AZDCS.GOV

DONATE YOUR CAR

Support Our Veterans

Help Our Heroes

VIETNAM VETERANS OF AMERICA

Your Car Donation Supports Our Dedicated Veterans and Their Families

HELP OUR VETS

- ★ Chartered by Congress
- ★ Any Car Accepted
- ★ 100% Tax Deductible
- ★ Free 24-Hour Pick-Up
- ★ Helping Vets Since 1978

Call Today **1-800-458-0151**

Or Donate Online: **CarsToHelpVets.org**



La historia de las armas de fuego

Algunos Datos sobre la Invención de las Primeras Armas de Fuego:

Se cree que las primeras armas de fuego fueron inventadas en China alrededor del año 1000. Las primeras armas consistían en tubos metálicos cerrados llenos de pólvora que se encendía para propulsar proyectiles como flechas o bolas de metal. Eran muy primitivas y poco prácticas.

En Europa, las primeras referencias escritas a armas de fuego datan del siglo XIV. Se cree que

fueron inventadas de forma independiente a las de China. Estas primeras armas europeas eran llamadas "cañones de mano" y consistían en barras huecas de metal rellenas de pólvora.

A mediados del siglo XIV comenzaron a aparecer armas más avanzadas como el arcabuz, que incorporaba mecanismos de disparo más eficientes. También surgieron los mosquetes, versiones más grandes del arcabuz.

Durante los siglos XV y XVI, las armas de fuego se popularizaron y mejoraron de manera significativa en Europa. Aparecieron diseños estandarizados y efectivos como el mosquete de chispa o el arcabuz de rueda. Esto marcó el

comienzo de la guerra moderna. No se conoce un único inventor de las armas de fuego. Fueron desarrolladas gradualmente durante varios siglos por diferentes ingenieros y armeros en China y Europa de forma independiente.

Su invención exacta no puede atribuirse a una sola persona en particular.

La primera arma de fuego registrada en Europa en el siglo XIV. Consistía en un tubo metálico simple lleno de pólvora.

El revolver fue patentado en 1836 por Samuel Colt. Esta arma revolucionó el diseño de pistolas al permitir disparos múltiples sin recargar.

La ametralladora fue inventada en 1861 por Richard Gatling. Podía disparar 200 rondas por minuto, un poder de fuego nunca visto hasta entonces.

La AK-47 es el arma de fuego más producida de la historia. Se estima que existen entre 75 y 100 millones de estas armas en el mundo.

El rifle Barrett M82 de 12.7 mm es considerado un "arma anti-matrimonial" por su poder de destruir vehículos blindados. Pesa 28 kg y mide 1.5 metros.

El cañón más largo del mundo lo tiene el ejército alemán. El "Karl Gerät" usado por los nazis en la WWII. Mide 54 metros (8.1 metros).

La bala más rápida registrada es la .220 Swift que alcanza 1,016 metros por segundo. Tres veces la velocidad del sonido.

Una de las armas más caras es el fusil Voere Titan II calibre 20mm. Cuesta US\$ 1 millón y dispara

proyectiles de 100 gramos.

El cartucho .22 LR es el más producido en el mundo. Se estima que se fabrican más de 2,500 millones por año.

Se cree que hay más de 1,000 millones de armas de fuego en manos civiles en todo el mundo, casi 1 por cada 7 personas.

la pena tener los recursos para ayudar a más estudiantes a mejorar sus

nos en:

Se estima que hay alrededor de 857 millones de armas de fuego en manos civiles en todo el mundo.

Estados Unidos tiene la tasa de posesión de armas más alta del mundo, con alrededor de 120 armas de fuego por cada 100 personas.

El país con más armas de fuego en manos de civiles es Estados Unidos, con 390 millones aproximadamente. Le sigue India con 71 millones y China con 49 millones.

El arma más popular en Estados Unidos es la pistola semiautomática (118 millones aprox.). Le siguen los rifles (81 millones) y las escopetas (51 millones).

Se estima que en México hay alrededor de 12 millones de armas ilegales no registradas.



En Estados Unidos se producen alrededor de 9 millones de armas de fuego al año, más que en cualquier otro país.

Se estima que hay alrededor de 250,000 personas por homicidios relacionados con armas de fuego en todo el mundo.

El suicidio representa casi dos tercios de las muertes por armas de fuego en países de altos ingresos.

Alrededor del 75% de las muertes por armas de fuego en el mundo ocurren en países de bajos y medianos ingresos.

El costo de las armas de fuego mueve grandes cantidades de dinero cada año. Algunos datos sobre el valor económico de las armas:

Según un informe de 2018, el valor total estimado del mercado mundial de armas de fuego era de aproximadamente \$8,500 millones de dólares.

El mercado está dominado por unos pocos países productores.

Estados Unidos por sí solo representa alrededor del 30% de las exportaciones totales de armas de fuego al mundo.

Otros grandes exportadores son Italia, Alemania, Brasil, Austria y Rusia, entre otros. China también ha incrementado recientemente sus exportaciones.

El mercado de armas ligeras (pistolas, rifles, etc.) mueve alrededor de \$4,300 millones de dólares al año en ventas legales.

Pero se estima que el mercado ilegal puede ser aún mayor.

El negocio de las municiones y explosivos asociados a armas de fuego también mueve miles de millones de dólares anualmente.

El mercado de armas en Estados Unidos mueve aproximadamente \$19,000 millones de dólares anuales entre fabricación, distribución y ventas al menudeo.

Se prevé que el mercado global de armas siga creciendo en los próximos años, impulsado por conflictos regionales y tensions geopolíticas en varias zonas del mundo.

Jflrenovations LLC.

DISÑADOR DE INTERIORES Y EXTERIORES

Electricidad, Plomería, Instalaciones de

Accesorios Electricos en General

Telefono: 787-530-3285

Aquí Algunas Estadísticas y Datos Interesantes Sobre las Armas de Fuego:

Se estima que hay alrededor de 857 millones de armas de fuego en manos civiles en todo el mundo.

Estados Unidos tiene la tasa de posesión de armas más alta del mundo, con alrededor de 120 armas de fuego por cada 100 personas.

El país con más armas de fuego en manos de civiles es Estados Unidos, con 390 millones aproximadamente. Le sigue India con 71 millones y China con 49 millones.

El arma más popular en Estados Unidos es la pistola semiautomática (118 millones aprox.). Le siguen los rifles (81 millones) y las escopetas (51 millones).

Se estima que en México hay alrededor de 12 millones de armas ilegales no registradas.

Se estima que hay alrededor de 857 millones de armas de fuego en manos civiles en todo el mundo.

El mercado de armas ligeras (pistolas, rifles, etc.) mueve alrededor de \$4,300 millones de dólares al año en ventas legales.

Pero se estima que el mercado ilegal puede ser aún mayor.

El negocio de las municiones y explosivos asociados a armas de fuego también mueve miles de millones de dólares anualmente.

El mercado de armas en Estados Unidos mueve aproximadamente \$19,000 millones de dólares anuales entre fabricación, distribución y ventas al menudeo.

Se prevé que el mercado global de armas siga creciendo en los próximos años, impulsado por conflictos regionales y tensions geopolíticas en varias zonas del mundo.





Natura
DECOR EVENTS




HACEMOS REALIDAD EL
EVENTO DE TUS
SUEÑOS

SALÓN PARA BODAS Y
EVENTOS

OFRECEMOS

- Salón con hermosa vista al lago
- Decoraciones de ensueño
- Mobiliario completo
- Banquete estilo buffet o family style.
- Servicio de meseros
- Entretenimiento DJ, luces, animación.
- Fotografía y video

MARLYS HERNANDEZ
TEL: (551)-347-6544

NORTH BERGEN/NEW JERSEY

QUE OBTENDRÁ

- Experiencia inolvidable junto a nuestro equipo
- 4 horas de evento, puede obtener horas extra según disponibilidad.
- Deliciosa Gastronomía estilo Rumba Cubana
- Decoración personalizada
- Seguimiento de la Event planner durante todo el proceso de organización

SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES

NO TIENES UN
ESTATUS LEGAL

Necesitas un plan Medico?

Te podemos ayudar
Planes desde \$20.75
Mensual

Telemedicina/Repatriacion y mas
LLAMENOS O VISITENOS

Tel 201-751-5454

www.QuieroSeguro.com

3916 Bergenline Ave, Union City NJ 07087



Read
Diverse
Books

FOLLOW US:
@bookhavenbooks



Book Haven
BOOKS

AMPLIFYING DIVERSE STORIES
Latina Owned Online Bookstore

WWW.BOOKHAVENBOOKS.COM

LA MEJOR ALTERNATIVA SIN CIRUGÍA PARA DISCOS HERNIADOS Y DESPLAZADOS

¿CANSADO DE VIVIR CON DOLOR?

Si sufres de dolor de espalda baja o dolor de cuello y te han dicho que debes simplemente aprender a vivir con el dolor, o que las inyecciones o cirugía son su única opción, ¡tenemos la solución! el Tratamiento de Descompresión de los Discos!

ESPECIAL PARA NUEVOS PACIENTES

INCLUDE

- Examen quiropráctico completo
- 2 radiografías en el consultorio
- Revisión detallada de los hallazgos en las radiografías
- Revisión experta de los resultados de su resonancia magnética (MRI)
- Opciones de tratamiento

*Solo para pacientes nuevos, límite de una oferta por paciente. No válido con otras promociones ni para servicios previos. Sin valor en efectivo. Oferta por tiempo limitado del 1 de octubre al 31 de enero de 2026.

¡LLÁMENOS HOY!
551-550-7598
www.i23yourhealth.com

VIVA LA EXPERENCIA
THE DRX9000™

SOLO
\$149



Dr. Alex Hernandez
Chiropractic
Physician

YOUR BEST NON-SURGICAL SOLUTION FOR DISC HERNIATIONS & BULGES

**EXPERIENCE THE
THE DRX9000™
COMBINATION SYSTEM**

ONLY
\$149



NEW PATIENT SPECIAL

- Full Chiropractic Exam
- 2 On-Site X-Rays
- In Depth Review of X-Ray Findings
- Expert Review of your MRI Results
- Treatment Plan Options

*New patients only. Limit one per patient. Not valid with other offers or for prior service. No cash value. Limited time offer. September 1 - December 31, 2025.

LIFE CHIROPRACTIC & ACUPUNCTURE
DR. ALEX HERNANDEZ, D.C.
EMPOWERING YOUR HEALTH

CALL US TODAY!
551-799-7657
www.i23yourhealth.com

TIRED OF LIVING WITH PAIN?

If you suffer from chronic low back pain or neck pain and have been told to just live with your pain, or that surgery is your only option, we have the solution! Disc Decompression Therapy!

info@i23yourhealth.com
8800 Kennedy Blvd. 2nd Floor
North Bergen, NJ 07047



"Estoy en desacuerdo con lo
que dices, pero defenderé
hasta la muerte tu derecho
a decirlo"

”

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...**



Vivian Giraldo

APRN

(305) 497-4007

directimage01@gmail.com

Flowers & Tulips

www.flowersandtulips.com

4308 New York ave
Union City NJ 07087

Follow us
f t i
Tel: 201-430-8443

Events
For any Occasions

• weddings • baptisms
• Sweet 16 • Parties
• Funeral and More

We Do Deliveries!

ALFREDO'S

Tires & Auto Repair

AIR CONDITIONING



Special

**\$99.00
AND UP**



CALEFACCION

MECANICA GENERAL

ELECTRICIDAD

AJUSTES & FRENOS

MANTENIMIENTO

VENTA DE LLANTAS

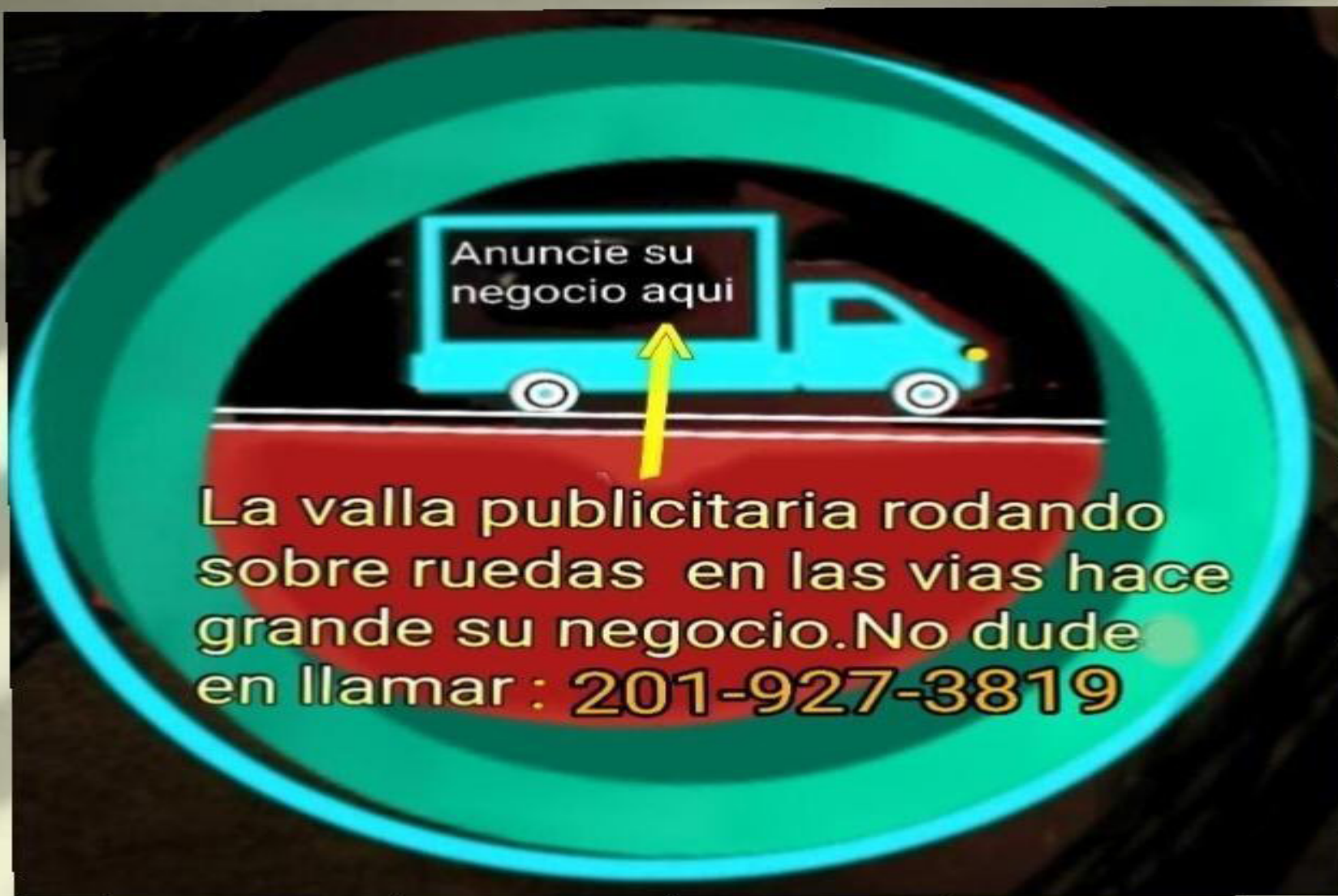


alfrde57@gmail.com

alfredoautorepair.com

201.864.1749

615 25th. Street, Union City, NJ (Corner at Central Av.)



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

LAGO MICHIGAN. DONDE DESAPARECEN LAS COSAS...



El Lago Michigan tiene fama de ser un lugar donde “desaparecen cosas”: barcos, aviones, personas, incluso señales de radar. Esta reputación viene principalmente del Triángulo del Lago Michigan, una zona que muchos comparan con el Triángulo de las Bermudas. Pero detrás del misterio hay explicaciones reales, documentadas y recientes.

Pero detrás del misterio hay explicaciones reales, documentadas y recientes.

La Respuesta Corta.

Las desapariciones en el Lago Michigan se deben a tormentas repentinas, corrientes peligrosas, fallas humanas, naufragios antiguos, y fenómenos geológicos extraños como cráteres gigantes en el fondo del lago.

La mezcla de clima extremo + historia de navegación + geología rara = la sensación de que “las cosas desaparecen”.

El Triángulo del Lago Michigan.

La zona más famosa va entre Benton Harbor, Manitowoc y Ludington. Ahí han ocurrido:

- * Naufragios sin explicación clara.
- * Aviones desaparecidos.
- * Barcos que nunca se encontraron.
- * Fallas de brújulas y equipos de navegación

Según el Detroit Free Press, el “Triángulo” es una leyenda muy extendida en los Grandes Lagos, asociada a desapariciones históricas y fenómenos extraños.

Cráteres gigantes en el fondo

del lago: El hallazgo más reciente

En 2024, científicos de la NOAA descubrieron decenas de cráteres enormes en el fondo del Lago Michigan:

Entre 91 y 182 metros de diámetro
a 450 pies de profundidad.

Más de 40 cráteres en una sola zona.

Se desconoce su origen exacto.

Estos cráteres aparecieron mientras buscaban naufragios, y su formación sigue siendo un misterio científico. Algunos creen que son sumideros, otros que son cráteres por liberación de hidrocarburos.

La comunidad científica no está de acuerdo todavía.

Naufragios que “desaparecieron”
por más de 100 años.

El Lago Michigan tiene cientos de barcos hundidos, muchos nunca encontrados.

Ejemplo reciente:

El velero F.J. King, desaparecido en 1886 y buscado por más de 50 años fue finalmente hallado en 2025.

Se convirtió en una “leyenda fantasma” porque parecía haber desaparecido sin dejar rastro

Este tipo de historias alimenta la idea de que “el lago se traga cosas”.

Clima extremo: la causa más real

El Lago Michigan puede generar:

- * Tormentas repentinas.
- * Olas de más de 6 metros.
- * Cambios bruscos de viento.
- * Corrientes invisibles.
- * Niebla densa que bloquea la navegación.

Muchos barcos desaparecieron simplemente porque no había tecnología para detectarlas en el siglo XIX y principios del XX.

Fallas de navegación.

Los Grandes Lagos son conocidos por:

- * Interferencias magnéticas.
- * Lecturas erráticas de brújula.
- * Pérdida de señal en tormentas.
- * Corrientes que desvían embarcaciones.

Esto explica por qué algunos barcos parecían “desaparecer” sin enviar

señales.

Entonces...realmente desaparecen cosas?.

Sí, pero no por causas sobrenaturales.

Desaparecen por una combinación de:

- *Clima brutal.
- * Geología extraña.
- * Historia de naufragios.
- * Errores humanos.
- * Tecnología limitada en épocas pasadas.
- * Un fondo del lago lleno de cráteres misteriosos.

Todo esto crea la sensación de un lugar donde “las cosas se pierden”.

Geografía y Fronteras Únicas
Exclusivo de EE. UU.:

Es el único de los cinco Grandes Lagos que no comparte frontera con Canadá. Está rodeado por los estados de Illinois, Indiana, Wisconsin y Michigan. Tamaño colosal: Tiene una superficie de 57,750 km². Esto lo hace casi igual de grande que el país de Croacia. Es el mayor lago que pertenece a una sola nación.

Ciudades en su costa: Alberga a más de 12 millones de personas en sus orillas. La metrópolis más famosa en su ribera es la ciudad de Chicago.

Olas que superan los 7.5 metros de altura.

Dr. Homer L. Nelson
USOS Civil Surgeon

☎ 201-325-8002
☎ 201-627-4803 (TEXT)
✉ 1693medical_exam@gmail.com
📍 3300 Hudson Ave, Floor 2
Union City, NJ 07087

Clinic Service Hours
Lunes - Sábado | 9am-2pm
(Monday - Saturday)
Lunes y Viernes | 5pm-8pm
(Monday & Friday)
3300 Hudson Ave, Floor 2
Union City, NJ 07087







**Gabriel
Rohaldy**
Medicare Plans

Licensed Agent
Se Habla Español

4716 Bergenline Ave
Union City NJ 07087
rohaldygg@yahoo.com

201 725-2314

MEDICARE PLANS

**United
Healthcare
Clover**

**Aetna
Horizon**

SUHEIL ARTISTIC LLC PHOTO & VIDEO STUDIO
1802 Bergenline Ave Union City, NJ 07087
201-866-0959 www.suheilartistic.com

Special Packages
WEDDINGS, SWEET SIXTEEN
All Kind of Events
FREE Engagement Session



Si tu Aauto lo Permite, usa Aceite Sintético.

Ofrece mejor protección, dura más, mantiene el motor más limpio y funciona mejor en climas extremos como los de Nueva Jersey. El aceite regular solo es recomendable en autos antiguos o motores que ya tienen desgaste significativo. **Por qué existe esta diferencia?**

El aceite es la “sangre” del motor. Su función es reducir la fricción, mantener las piezas lubricadas, evitar el desgaste y ayudar a controlar la temperatura interna. La diferencia entre aceite sintético y regular está en cómo están hechos y cómo reaccionan dentro del motor. **Diferencias clave.**

1. Protección del motor.

El aceite sintético está diseñado químicamente para ser más estable y resistente. Mantiene su viscosidad mejor en frío y calor.

Reduce el desgaste en arranques en frío.

Evita la formación de lodos y depósitos.

Protege mejor en tráfico pesado, donde el motor trabaja más caliente.

El aceite regular, al ser menos refinado, se degrada más rápido y deja más residuos.

2. Duración del aceite **Sintético:** 7,000–15,000 km.

Regular: 3,000–5,000 km.



Esto significa que, aunque el sintético cuesta más, requiere menos cambios, y a largo plazo puede salir igual o incluso más económico.

3. Autos de alto kilometraje.

Si tu auto tiene más de 120,000 km, el sintético “high-mileage” es ideal: Reduce fugas en empaques y sellos. Mantiene la compresión del motor. Ayuda a limpiar depósitos acumulados por años de uso.

Muchos autos viejos que usaban aceite regular funcionan mejor cuando cambian a sintético high-mileage.

4. Clima y uso.

Hay lugares por ejemplo con inviernos frios y veranos cortos y calurosos. El sintético resiste mejor estas variaciones:

En invierno fluye más rápido al

arrancar.

En verano soporta mejor las altas temperaturas del motor.

En tráfico pesado mantiene su estabilidad.

El aceite regular puede volverse demasiado espeso en frío y demasiado delgado en calor. **Qué dice el fabricante de tu auto?**

La regla más importante:

Si el manual exige aceite sintético, NO uses aceite regular. Si permite ambos, el sintético siempre será la opción superior.

Los motores modernos están diseñados con tolerancias más precisas y requieren lubricantes más estables, por eso la mayoría recomienda sintético. **Recomendación general:**

Para climas con inviernos frios y ve-

rano calientes, el tráfico y las condiciones de manejo típicas de la zona:

Aceite sintético 5W-30 es la opción más segura para la mayoría de autos.

Si tu auto tiene más de 100,000 km, considera sintético high-mileage.

Qué pasa si usas el aceite incorrecto?. El motor puede desgastarse más rápido. Aumenta el consumo de combustible. Puede generar lodos y depósitos. En casos extremos, puede causar daños costosos.

Por eso es importante elegir bien.

Si tu auto es moderno, de uso diario o con más de 100,000 km: Aceite sintético full o high-mileage. Si tu auto es muy viejo o de uso ligero: El aceite regular puede funcionar, pero no es ideal.



SATISFACCION Y RAPIDEZ GARANTIZADA



Total Lubrication Center

Oil Well

10 Minute Lube & Oil Change

Extra Service: Transmission, Cooling System, Fuel Injection Cleaning

5000 Kennedy Blvd.
Corner 51st Street
West New York, NJ 07093

Khaled Dabbas
Tel (201) 902-9039
Cell (201) 424-0270

MECANICOS PROFESIONALES



ORIGENES Y CURIOSIDADES DEL "BLOODY MARY"

La historia del Bloody Mary es tan intrigante como su sabor. Este cóctel, emblemático del brunch y famoso por su combinación de sabores picantes, umami y refrescantes, tiene raíces que se remontan a casi un siglo. Aquí te cuento sus orígenes, evolución y curiosidades:

Orígenes: Quién inventó el Bloody Mary?

El cóctel surgió en los años 1920-1930, pero su creación exacta es disputada. Dos teorías compiten:

Fernand Petiot (1934, St. Regis Hotel, Nueva York)

Petiot, un bartender francés, afirmó haber creado la receta original en el King Cole Bar del hotel St. Regis.

La versión inicial era simple: vodka, jugo de tomate, limón, Worcestershire y Tabasco.

Se llamó "Red Snapper" por un tiempo (el hotel consideraba "Bloody Mary" demasiado vulgar).

George Jessel (Actor, años 1920). Algunos creen que Jessel mezcló vodka y jugo de tomate en un bar de Palm Beach para "curar" su resaca.

La receta era básica, sin especias, y la bautizó en honor a una actriz llamada Mary.

Consenso histórico: Petiot refinó la receta y la popularizó, pero Jessel pudo ser el primero en mezclar los ingredientes clave.

Evolución del Nombre

"Bloody Mary" hace referencia a: María I de Inglaterra (la "sanguinaria" por ejecutar protestantes en el siglo XVI).

Mary Pickford, actriz de Hollywood. O simplemente al color rojo intenso del cóctel.

Expansión y Variantes

Años 1940-1950: Los soldados estadounidenses llevaron la receta a Europa tras la Segunda Guerra Mundial.

Años 1960: Nació el Bloody Caesar en Canadá (con jugo Clamato, hecho de tomate y almejas).

Años 2000: Surgieron versiones gourmet con infusiones de especias, vegetales y hasta mariscos como guarnición.

Curiosidades que no sabías: Cóctel "medicinal", se usaba para aliviar resacas (el jugo de tomate repone electrolitos, y el vodka "desensibiliza").

Récord Guinness: El Bloody Mary más grande del mundo se preparó en 2014 en Illinois: 1,500 litros.

GUARNICIONES EXTRAVAGANTES:

En algunos bares, lo sirven con costillas BBQ, langosta o incluso un slider (mini hamburguesa).

Sin vodka originalmente: Las primeras versiones usaban gin, pero el vodka (neutral) ganó popularidad en EE.UU.

Día Internacional:

Se celebra el 1 de enero, ideal para "curar" la resaca de Año Nuevo.

Datos clave sobre los ingredientes: Jugo de tomate, rico en vitamina C y licopeno (antioxidante). Salsa Worcestershire: Contiene anchoas fermentadas (umami). Tabasco: Inventado en 1868, añade el toque picante.

1. BLOODY MARY CLÁSICO (VERSIÓN TRADICIONAL)

Ingredientes:

- * 45 ml de vodka
- * 120 ml de jugo de tomate frío
- * 15 ml de jugo de limón fresco
- * 2-3 gotas de salsa picante (Tabasco)
- * 1 cucharadita de salsa inglesa (Worcestershire)
- * 1 pizca de sal de apio y pimienta negra
- * 1 pizca de pimentón ahumado
- * Hielo



Preparación: Mezcla todos los ingredientes en una coctelera con hielo. Agita suavemente y sirve en un vaso alto (tipo Collins) con hielo fresco. Decora con: Tallo de apio, Rodaja de limón. Aceitunas verdes en un pincho.

Curiosidad: Esta versión se popularizó en los años 1930 en el St. Regis Hotel de Nueva York.

2. BLOODY MARIA (VERSIÓN MEXICANA CON TEQUILA)

Ingredientes:

- * 45 ml de tequila reposado (o mezcal para un toque ahumado)
- * 120 ml de jugo de tomate
- * 15 ml de jugo de lima
- * 10 ml de jugo de naranja (opcional)
- * 1 cucharadita de salsa Valentina o Cholula
- * 1 cucharadita de consomé en polvo (para umami)
- * 1 pizca de cilantro picado
- * 1 pizca de comino molido



Preparación: Mezcla todo en la coctelera con hielo y agita.

Sirve en vaso con borde de sal de gusano o Tajín.

Decora con: Rodaja de jalapeño, Rama de cilantro, Mini tostada (como guarnición comestible).

Por qué te encantará? El tequila añade un perfil herbal y terroso, ideal para amantes de los sabores robustos.

3. BLOODY CAESAR (VERSIÓN CANADIENSE CON ALMEJAS)

Ingredientes:

- * 45 ml de vodka
- * 120 ml de jugo de tomate Clamato (mezcla de tomate y caldo de almejas)
- * 15 ml de jugo de limón
- * 2 gotas de salsa picante
- * 1 cucharadita de salsa Worcestershire
- * 1 pizca de sal de apio
- * 1 pizca de pimienta negra
- * 2-3 gotas de jugo de pepinillos



Preparación: Mezcla los ingredientes en un vaso con hielo y revuelve suavemente. Decora con: Tallo de apio, Gambas cocidas, Tiras de tocino crujiente, Borde de especias para rim (mezcla de sal, pimienta y ajo en polvo).

Dato clave: Es el cóctel más popular en Canadá, creado en 1969 en Calgary.



Pese a que el genero del reggaeton es rechazado por muchos que alegan que cualquiera puede pasar su voz por un "pitch" y la vanalidad y vulgaridad de sus letras asi como la falta de contenido de las mismas, que en muchos casos se reducen a solo dos o tres frases que se repiten, en innegable que dicho genero arrastra multitudes a tal punto de que muchos de sus interpretes han ganado fortunas millonarias en sus carreras. A la pregunta que se formulan muchas personas de si el reggaeton es musica hemos decidido hacer una consulta con Claude 2 y esta es la respuesta que obtuvimos:

La pregunta de si el reggaetrone es musica es en gran medida subjetiva y basada en apreciaciones personales. Sin embargo, se pueden hacer algunas observaciones

objetivas al respecto:

El reggaeton utiliza elementos fundamentales de la música como el ritmo, la melodía, la armonía, el tono, la lírica, etc. Cumple con la definición técnica de lo que se considera música.

Tiene influencias claras de géneros previos como el reggae, dancehall, hip hop, que son considerados música. Es una evolución de esos géneros.

Cuenta con compositores, intérpretes, productores, ingenieros de audio. Requiere conocimiento y técnicas musicales para producirse.

Su popularidad masiva indica que millones de personas en el mundo lo consideran una expresión musical.

Es un género diverso, con subgéneros y variaciones regionales. Ha demostrado evolucionar y reinven-

tarse con el tiempo.

Es valorado por expertos músicos e investigadores por su complejidad rítmica y capacidad de fusionar tradiciones e instrumentos musicales.

Ha sido tema de estudios académicos, musicológicos y antropológicos por ser una manifestación musical cultural.

Por todo esto, se puede argumentar con bases objetivas que el reggaeton cumple con los criterios para considerarse un género musical, más allá del gusto personal que se le tenga. La música es subjetiva, pero el reggaeton parece llenar las características técnicas de lo que normalmente se define como tal.

No hay datos precisos sobre los ingresos de los cantantes de reggaeton, pero según reportes de la prensa especializada y Forbes, algunos de los reggaetoneros que se estima han ganado más dinero en su carrera son:

Daddy Yankee: El pionero del reggaeton desde los años 90 ha vendido más de 30 millones de discos. Se estima que ha acumulado una fortuna de más de \$40 millones de dólares.

Don Omar: Uno de los cantantes más populares de la primera década del 2000, ha vendido sobre 10 millones de álbumes. Se estima su fortuna en unos \$25 millones.

Wisin & Yandel: El exitoso dúo puertorriqueño lleva más de 15

años de carrera exitosa. Juntos pueden haber acumulado una fortuna de \$50 millones.

Nicky Jam: Con éxitos recientes como "El amante", se estima que ha ganado unos \$14 millones en los últimos años.

Maluma: el reggaetonero colombiano es uno de los más escuchados hoy en día a nivel global. Se calcula su fortuna en alrededor de \$12 millones.

J Balvin: Es considerado el líder del reggaeton actualmente. Ha ganado unos \$20 millones en los últimos años.

El reggaeton nació a finales de los años 80 y principios de los 90. Surgen sus bases en Panamá con el reggae en español, y se consolida y populariza como género urbano en Puerto Rico al mezclarlo con rap y el ritmo jamaquino dembow. Raíces y evolución Panamá: Traducen y adaptan el reggae de Jamaica al español. Puerto Rico: Mezclan esa influencia con el hip-hop y el rap local. El ritmo: Adoptan el dembow como base principal de percusión. Expansión: Producciones clave como las de DJ Playero y discotecas en Puerto Rico impulsaron el sonido underground hasta volverse un éxito global.

Fair renewal Cleaning Service

- ROOF CLEANING
- HOUSE WASHING
- CONCRETE CLEANING
- FENCE WASHING
- GRAFFITI REMOVAL

ESTIMATE FREE



FAIR RENEWAL

PRESSURE WASHING

Estimate
Free

Jesus Riveros 201 737-1703 | paint houses

SE HABLA ESPAÑOL



- LIMPIEZA DE TECHOS
- LAVADO DE CASAS
- LIMPIEZA DE CONCRETO
- LAVADO DE CERCAS
- REMOVER GRAFITTI

SE PINTAN CASAS / LAVADO A PRESION / ESTIMADOS GRATIS



Las medusas son animales marinos fascinantes que conforman un mundo muy particular. Algunos datos interesantes sobre el mundo de las medusas:

Pertenecen al phylum Cnidaria, junto con corales, anémonas de mar y hydra. Tienen cuerpos blandos y gelatinosos, compuestos principalmente de agua.

Existen más de 2,000 especies descritas de medusas. Habitan todos los océanos del mundo, desde aguas tropicales hasta los polos.

Su cuerpo tiene forma de campana o paraguas, con tentáculos urticantes alrededor de su boca. Utilizan estos tentáculos para capturar pre-

sas y defenderse.

Algunas especies pueden llegar a medir más de 2 metros de diámetro. Otras son diminutas, de unos pocos milímetros.

Tienen un ciclo de vida complejo, alternando una forma pólipo fija al fondo marino con la forma medusa libre nadadora.

Se desplazan contrayendo su cuerpo, expulsando agua para generar propulsión. Algunas llegan a nadar 10 km por día.

Son depredadores voraces. Se alimentan de peces pequeños, crustáceos, moluscos y otros invertebrados, los cuales capturan con sus tentáculos.

Algunas especies luminiscentes

crean espectaculares exhibiciones bioluminiscentes, especialmente en mares cálidos y tropicales.

Están compuestas mayormente de agua. Su parte gelatinosa contiene proteínas y células urticantes llamadas nematocistos.

Tienen la capacidad de reproducirse asexualmente a través de un proceso llamado estrobilación.

En resumen, conforman un grupo antiguo y exitoso, con criaturas sigilosas y letales que flotan como extraterrestres en las profundidades oceánicas.

Aquí te comparto 10 curiosidades interesantes sobre las medusas:

No tienen cerebro ni sistema nervioso centralizado. Su red de células nerviosas es difusa y les permite reaccionar a estímulos básicos.

Carecen de corazón, pulmones u otros órganos vitales. Respiran por difusión a través de su cuerpo.

Sus tentáculos pueden inyectar toxinas paralizantes para capturar presas e inhibir depredadores. Al-

gunas especies son letales para los humanos.

Tienen células especiales llamadas estatocistos que les ayudan a orientarse y mantener el equilibrio. Funcionan como oídos primitivos.

Algunas especies emiten fluorescencia de bellos colores azul, verde y rosa. Se cree que sirve para camuflaje o comunicación.

Poseen la capacidad de regeneración asombrosa. Pueden reconstruir partes perdidas o dañadas de su cuerpo.

Su longevidad es notable. La medusa inmortal *Turritopsis dohrnii* parece no envejecer e invierte su ciclo para rejuvenecer.

Habitan todos los océanos del mundo, desde los trópicos hasta bajo el hielo polar. Flotan a merced de las corrientes oceánicas.

Algunas masas gigantes de medusas llamadas "flotas de medusas" pueden extenderse por cientos de kilómetros cuadrados.

Su diseño corporal ha inspirado innovaciones tecnológicas en robots, lentes, pantallas flexibles, entre otros inventos.



Flight lantern, también conocidas como linternas voladoras o linternas celestes, son un tipo de lámpara que se eleva en el cielo mediante la acción del calor. Algunos datos interesantes sobre estos dispositivos:

Están hechas de papel de arroz o seda muy liviano, con una armadura de bambú o alambre que le da forma. En la parte inferior llevan una vela o combustible sólido que al arder calienta el aire interior, logrando que la lámpara se eleve.

Originarias de Asia Oriental, tienen

un uso histórico en festivales y rituales en países como Tailandia, Taiwán y China. Representan deseos y aspiraciones que se elevan hacia el cielo.

En los últimos años se han popularizado en Europa y América para eventos y ocasiones especiales como bodas, aniversarios, funerales, etc.

Vienen en diversas formas, colores y tamaños. Las más grandes pueden elevarse a hasta 300 metros de altura y permanecer en el aire por más de 10 minutos.

Su uso está restringido en algunos países por el riesgo de incendios. Solo deben elevarse en espacios abiertos y sin viento para controlar su trayectoria.

Biodegradables y no contaminantes, son una alternativa popular a los fuegos artificiales para crear un espectáculo de luces flotantes en el cielo nocturno.

Simbolizan esperanza, sueños y aspiraciones elevándose hacia el cielo. Se usan comúnmente en eventos conmemorativos y ocasiones especiales. Fueron inventados en China hace más de 2000 años y se

utilizaban para ritos religiosos. Eran lanzados para pedir buena suerte y prosperidad.

Están hechos de papel de arroz muy delgado y resistente, que les permite elevarse gracias al calor que produce la llama de una vela en su interior.

Tradicionalmente se decoraban con símbolos auspiciosos y se lanzaban durante festividades, pero ahora también se usan para ocasiones especiales.

En Tailandia se conocen como "Khom Loi" y se lanzan en el festival Yi Peng para honrar a Buda obteniendo buena fortuna.



Truly amazing things happen here...



Las rosas negras son una variedad de rosa muy singular que ha ganado popularidad en los últimos años. Algunos datos sobre dónde se cultivan:

Origen - La rosa negra se originó en Turquía y posteriormente se extendió su cultivo a algunos países de Europa del Este como Rumanía y Bulgaria.

Principales países productores - En la actualidad, los mayores productores de rosas negras son:

Ecuador - Es el mayor exportador mundial de rosas negras. Se cultivan principalmente en la región andina del país, donde el clima frío permite desarrollar su peculiar color oscuro.

Turquía - Siguen siendo un importante productor en la región de Cayir y Trabzon, donde se originó esta

variedad. **Holanda** - Es un gran exportador de rosas negras, producidas en invernaderos con condiciones controladas.

Bélgica - También produce rosas negras en invernaderos para exportación.

Nueva Zelanda - Ha incrementado sus cultivos de rosas negras en los últimos años, principalmente destinadas a exportación.

Condiciones de cultivo - Requieren de climas fríos, alturas sobre el nivel del mar superiores a los 2,000 metros y suelos volcánicos ricos en minerales. Estas condiciones se replican en invernaderos en algunos países.

En conclusión, Ecuador es el mayor productor mundial de rosas negras, seguido por Turquía, su país

de origen. Su cultivo se ha expandido a varios países con condiciones adecuadas.

Su color negro intenso se debe a la acumulación de pigmentos rojos oscuros, no por la ausencia de color.

El origen de su cultivo se remonta al siglo XIX en Turquía, específicamente en la zona de Cayir.

Necesitan condiciones de frío extremo para desarrollar su tono negro profundo. Se cultivan sobre los 2,000 metros de altitud.

Su tallo es más grueso y su follaje más grande que el de las rosas rojas. Su tamaño puede alcanzar los 20 cm de diámetro.

Desprenden un aroma intenso, descrito como una mezcla de cítricos, especias y té.

Su significado está ligado al misterio, la introspección y la elegancia sobria. Se consideran símbolo de luto o despedida.

En floristería se utilizan para transmitir emociones profundas, como tristeza, nostalgia o grato recuerdo. Su vida en florero es más corta que otras rosas, durando entre 4 a 7 días. Sus pétalos son muy delicados.

Ecuador es el mayor exportador mundial de rosas negras, con 82% del mercado internacional.

Ecuador se ha convertido en el mayor exportador mundial de rosas negras por varias razones:

Clima favorable: El clima frío de la sierra andina ecuatoriana, con alturas sobre los 2,500 metros, es ideal

para el cultivo de rosas negras. Las bajas temperaturas permiten la acumulación de pigmentos que les dan su color negro intenso.

Tradicición: Ecuador tiene décadas de experiencia exportando rosas de colores rojo y blanco. Cuenta con la infraestructura y conocimientos aplicados ahora al cultivo de la rosa negra.

Ubicación: La posición geográfica privilegiada de Ecuador le permite enviar rosas frescas a corta distancia a sus principales mercados en América del Norte y Europa. Esto reduce los tiempos y costos de exportación.

Mano de obra: Los salarios relativamente bajos en Ecuador hacen que el cultivo y la post-cosecha de las rosas tenga costos competitivos.

Calidad: Los floricultores ecuatorianos han desarrollado estándares altos de calidad y técnicas para obtener rosas negras de gran tamaño, durabilidad y aroma intenso.

Innovación: Se han invertido recursos en investigación para mejorar la productividad y resolver los retos que implica cultivar rosas negras a escala comercial.

Apoyo gubernamental: El gobierno ecuatoriano ha fomentado esta industria con políticas favorables a la exportación de flores.

En conjunto, estos factores han catapultado a Ecuador como el principal abastecedor mundial de rosas del mundo.

CONTABILIDAD DE PUERTA A PUERTA
Nosotros retiramos y le devolvemos sus documentos sin que usted salga de su negocio

¡LLAMANOS!
201 751-5454 / 551 323-2599 / 551 799-1117 / 551 375-6407 / 201-770-7813 / 201 770-7885 / 973 272-7962 / 201 982-6196

- RESIDENCIA - RENOVACIONES - SOLICITUD DE CIUDADANÍA - FORMULARIOS DE INMIGRACIÓN - PERMISO DE VIAJE PARA MENORES - SOLICITUD DE RENOVACION DE DOCUMENTOS DE INMIGRACIÓN - ASILO - TPS Y TODO TIPO DE APLICACION MIGRATORIA	TRABAJAMOS CON ABOGADOS CON MAS DE 25 AÑOS DE EXPERIENCIA - TAXES - ITIN NUMERO - CONTABILIDAD - TRADUCCIONES - BIENES RAÍCES - SEGUROS MÉDICOS	- SEGUROS DE VIDA - NOTARIO PÚBLICO - SEGUROS DE CARRO - REGISTRO DE EMPRESAS - REPARACIÓN DE CRÉDITO - ENVÍOS DE DINERO	- CUPONES DE COMIDA - PREPARACION DE CARTAS - PAGO DE FACTURAS - MONEY ORDERS - PAQUETERÍA - SERVICIOS DE IMPRENTA - Y MUCHO MÁS
--	---	--	--



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 2026 — 2027

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 3ro de 2026 pueden registrarse 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 4, 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 / Maria Hurtado, 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



El Alcalde Brian P. Stack
La Junta de Comisionados y
el Departamento de Policia de Union City



¡PELIGRO!

**¡BICICLETAS/BICICLETAS ELECTRICAS/ MOTONETAS
NO DEBEN ESTAR EN LAS ACERAS!**

¡PARE!

**¡NO BICICLETAS O BICICLETAS ELECTRICAS
EN LAS ACERAS!**



¡Por favor ayúdenos!

Nadie, excepto niños pequeños acompañado de sus padres, deben montar bicicletas/bicicletas electricas/ motonetas en las aceras. Hemos tenido varios residentes caminando en las aceras o saliendo de sus puertas que han sido heridos gravemente despues de ser golpeados por una bicicletas/bicicletas electricas/ motonetas.



Pedimos a todos que por favor monten sus bicicletas/ bicicletas electricas/motonetas en la calle, en dirección del flujo de tráfico. Por favor asegúrense de obedecer las mismas leyes de tráfico que los vehículos. ¡Usted puede y va a salvar su vida y la vida de otra persona!

¡Por favor ayúdenos a asegurarnos que nuestras aceras sean seguras!

¡NO EN LAS ACERAS! ¡SALVE UNA VIDA!

Coffee & Deli Time

(201) 758-7775

HOURS
6:00 am to 4:00 pm
Monday thru Friday

3615 Palisade Ave. Union City

We offer daily authentic home-made Cuban specialties as well as Deli Sandwiches, Salads and Breakfast.

**TODOS LOS PRODUCTOS SON DE BOAR'S HEAD
FULL PRODUCTS FROM BOAR'S HEAD**



POR QUE LOS DESIERTOS SON CALIENTES DE DIA Y FRIOS DE NOCHE ?.

Los desiertos son muy calientes de día y muy fríos de noche por una razón central: el aire seco y la falta de nubes hacen que la temperatura cambie de forma extrema. Esa es la clave.

Los desiertos se calientan mucho de día porque no hay humedad ni nubes que bloqueen el Sol, y se enfrían mucho de noche porque no hay humedad ni nubes que retengan el calor.

El suelo absorbe calor rápidamente... y lo pierde igual de rápido.

Cómo funciona el calor en un desierto.

1. Aire extremadamente seco.

La humedad actúa como un "escudo térmico".

En los desiertos, la humedad es casi cero, así que:

De día: el Sol entra sin obstáculos → el suelo se calienta rápido.

De noche: el calor escapa al espacio → el suelo se enfría rápido.

El aire seco no retiene calor.

2. Casi no hay nubes.

Las nubes cumplen dos funciones: Bloquear parte del Sol durante el día.

Atrapar calor durante la noche.

En los desiertos, como casi no hay nubes:

El Sol golpea directo → temperaturas extremas de día. El calor se escapa sin barreras → frío intenso de noche.

3. El suelo arenoso se calienta y se enfría rápido. La arena tiene baja capacidad térmica:

Se calienta muy rápido.

Se enfría muy rápido.

No almacena calor como lo hace la tierra húmeda o las rocas.

4. Poca vegetación.

Las plantas ayudan a regular la temperatura porque:

Dan sombra. Liberan humedad y retienen calor en el suelo.

En los desiertos, casi no hay vegetación → nada amortigua los cambios térmicos.

Ejemplo real de variación extrema.

En el desierto del Sahara:

Día: 45–50 °C.

Noche: 0–5 °C.

Una caída de 40 grados en pocas horas.

Los desiertos tienen cambios extremos porque carecen de humedad, nubes y vegetación, y porque la arena no retiene calor.

Es un ambiente donde el calor entra y sale sin resistencia.

REPORT ABUSE OR NEGLECT

OUTSIDE OF YOUR HOME

Are you being harassed or hurt online, at school or off-campus?

Tell a trusted adult.

AT HOME

Are you being hurt by an adult at home?

AT HOME

Are you NOT getting taken care of at home?

Tell a trusted adult and/or call the Child Abuse Hotline.

1-888-SOS-CHILD
(1-888-767-2445)

For any emergencies, dial 911.
For more information on reporting child abuse, visit AZDCS.GOV



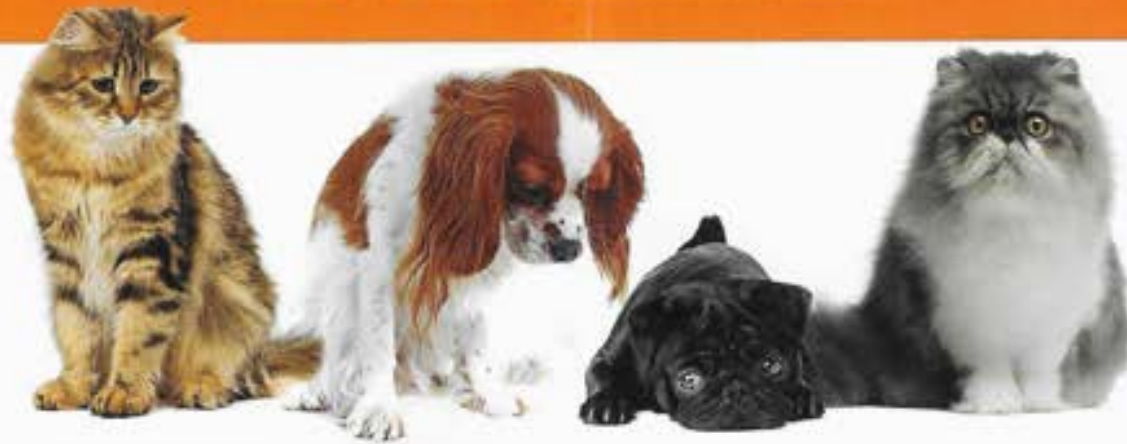


Alcalde Brian P. Stack
y la Junta de Comisionados

LE RECUERDA:

**Una Comunidad Es Juzgada Por La
Manera Que Trata A Sus Animales**

**LA CRUELDAD HACIA A LOS ANIMAL
ES UN CRIMEN**



ES CONTRA LA LEY:

- ▶ ABUSAR, TORTURAR, MATAR O CAUSAR LESIONES O LA MUERTE A UN ANIMAL
- ▶ ORGANIZAR O IR A UNA PELEA DE ANIMALES O USAR UN ANIMAL PARA CEBO
- ▶ NO CUIDAR ADECUADAMENTE A UN ANIMAL
- ▶ DEJAR UN ANIMAL DESATENDIDO EN UN VEHICULO CUANDO HACE CALOR/FRIO AFUERA
- ▶ ABANDONAR UNA MASCOTA

Las multas por violaciones van de \$ 250 a \$ 5000 - Consultar N.J.S.A 4:22-26

Si sabe de alguien que está abusando de un animal, por favor llame al Departamento de Policía de Union City.
Puede llamar de forma anónima, pero tiene la obligación moral de hacerlo.



Ve Algo - Diga Algo

Comuníquese con el Departamento de Policía de la Ciudad de Union City: **201-865-1111**





El abecedario español tiene una historia fascinante y varios secretos que la mayoría de los hablantes nativos desconocen. Actualmente está compuesto por 27 letras (22 consonantes y 5 vocales), pero no siempre fue así.

Los datos más curiosos del alfabeto.

La "Ñ" nació por pura economía:

En la Edad Media, los monjes copistas escribían los libros a mano y pergamino era muy caro. Para ahorrar espacio y tiempo, en lugar de escribir la doble "N" (como en annus), inventaron poner una pequeña línea ondulada llamada virgulilla encima de una sola "N". Así nació la letra Ñ (año).

Las letras expulsadas (Ch y Ll):

Hasta el año 2010, el alfabeto tenía 29 letras. La Real Academia Española (RAE) decidió eliminar la Ch y la Ll de la lista oficial del abecedario. Hoy en día no se consideran letras individuales, sino dígrafos (unión de dos letras para formar un solo sonido).

La letra más utilizada:

La reina indiscutible del idioma es la vocal E, seguida muy de cerca por la A y la O. Entre las consonantes, las que más usamos al hablar y escribir son la S, la R y la N.

Las letras menos populares:

La W y la K son las letras que menos vas a encontrar en los textos en español. Casi todas las palabras que las usan son extranjeras (como whisky o kiwi).

La "H" no siempre fue muda:

Hace muchos siglos, la letra H se pronunciaba como un sonido suave que salía de la garganta, muy parecido a la "H" del inglés actual.

Con el tiempo, ese sonido se fue perdiendo hasta desaparecer por completo, pero la letra se quedó en la escritura por razones históricas.

El nombre oficial de la "Y":

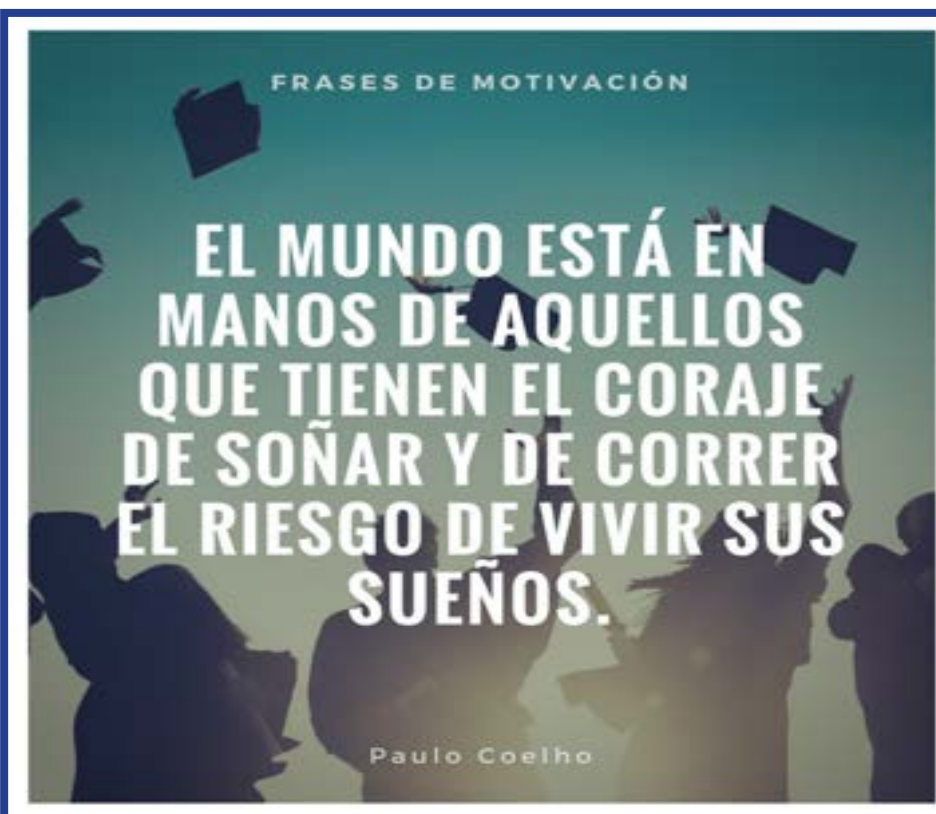
En el año 2010, la RAE determinó que el único nombre oficial de esta letra es ye. Se recomendó dejar de llamarla "i griega" para unificar el idioma, aunque muchas personas la siguen llamando así por costumbre.

La única letra con dos formas de nombrarse:

La letra V tiene dos nombres aceptados por la RAE: uve (muy común en España) y ve o ve corta (más común en Hispanoamérica).

La oración que tiene todas las letras:

Existe un texto corto que contiene las 27 letras del alfabeto español. A este tipo de frases se les llama pangramas. Un ejemplo famoso es: "El veloz murciélago hindú comía feliz cardillo y bofe"



CAFÉ / BISTRO

Roast

3701 PARK AVE.
UNION CITY NJ, 07087

WE DELIVER
WE CATER
201-899-1293
201-430-8687



DATOS CURIOSOS DE LOS ESQUIMALES

Los pueblos del Ártico, conocidos popularmente como "esquimales", tienen una de las culturas de supervivencia más asombrosas del planeta. Aunque la palabra "esquimal" se usa de forma general, la mayoría de estas comunidades prefiere el término Inuit (que significa "personas"), reservando el nombre Yupik para los habitantes del sur de Alaska y Siberia.

Datos fascinantes sobre su cultura y adaptación.

El iglú no es de hielo:

Los iglús se construyen con bloques de nieve compactada, no de hielo. La nieve atrapa burbujas de aire que actúan como un aislante térmico natural. Mientras afuera la temperatura puede llegar a los -50 °C, en el interior el calor corporal y una pequeña lámpara pueden mantener el ambiente a unos cómodos 0 °C o más.

El "beso esquimal" no es un beso:

El gesto de frotar las narices se llama kunik. No se usa como una

muestra de amor romántico, sino como un saludo afectuoso entre familiares (padres, hijos o parejas) para oler el cabello y las mejillas de la otra persona.

Cero frutas y verduras:

Su dieta tradicional carece por completo de vegetales debido al permafrost (suelo congelado).

Sobreviven comiendo carne cruda y grasa de ballena, foca, caribú y pescado. Obtienen la vitamina C directamente de las vísceras y la carne fresca y cruda de estos animales marinos.

Adaptación biológica real:

Sus cuerpos han evolucionado para soportar el frío extremo. Suelen ser de baja estatura y textura robusta para retener mejor el calor corporal. Además, sus pestañas suelen ser más pesadas y gruesas para proteger sus ojos del peligroso reflejo del sol sobre la nieve blanca.

Inventores de los lentes de sol y el kayak:

Crearon los primeros lentes de sol de la historia tallando tiras de hueso, madera o colmillos de morsa con una pequeña ranura horizontal para evitar la ceguera de la nieve.

También inventaron el kayak (qajaq), una embarcación ligera forrada con piel de foca para cazar en aguas heladas.

No tienen un líder único:

Tradicionalmente, sus sociedades no tienen jefes, reyes ni estructuras de poder estrictas. Las decisiones comunitarias las toma la persona que tiene más experiencia o conocimientos sobre el problema específico que intentan resolver (por ejemplo, el mejor cazador para elegir la ruta).

Espíritus en la aurora boreal:

Tienen profundas creencias animistas. Sus leyendas dicen que las auroras boreales son los espíritus de sus ancestros bailando o jugando en el cielo nocturno.

PET POISON HELPLINE
800.213.6680
www.petpoisonhelpline.com

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

OTC network accepted

• GIFTS • GIFT CARDS • RELIGIOUS ITEMS • PET SUPPLIES

FREE LOCAL PRESCRIPTION DELIVERY

ups

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

Hablamos Español
 Monday - Friday
 9am to 7pm
 Saturday 9am to 4pm

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

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

Amina Aherraki

LART DU REGARD
 PERMANENT MAKEUP • AREOLA REPIGMENTATION
 By Amina Aherraki

AMINA AHERRAKI
 PERMANENT MAKEUP ARTIST
 LIPS, EYEBROWS, EYELINER, MICROBLADING & MICROSHADING

27 MADISON AVE SUITE 200, PARAMUS, NJ, 07652
 +1 (201) 819 6186
 AAHERRAKI@GMAIL.COM
 LARTDUREGARDPMU
 WWW.LARTDUREGARD-PMU.COM



El origen del papel moneda o billete tal como lo conocemos hoy se remonta a la China del siglo VII d.C., durante la dinastía Tang. Algunos de los primeros antecedentes son:

En el siglo VII d.C. en China se empezaron a usar hojas de papel con sellos o firmas de comerciantes reconocidos para facilitar el intercambio de bienes. Eran una especie de "certificado de depósito" que podía intercambiarse por el valor de lo depositado.

En el siglo IX, durante la dinastía Song, el gobierno chino empezó a emitir papel moneda oficial respaldado por reservas de monedas de metales preciosos y productos como seda o grano.

Esto le dio un carácter fiduciario al papel moneda.

Para el siglo XII, la impresión de billetes por parte del gobier-

no chino era ya una práctica establecida. Los billetes se hacían con papel de corteza de morera y tenían medidas anti-falsificación como marcas de agua, sellos oficiales y series numéricas.

Europa adoptó el concepto del papel moneda fiduciario en el siglo XVII. El Banco de Suecia emitió los primeros billetes de papel en 1661, el Banco de Inglaterra hizo lo propio en 1694.

En 1690 en la colonia de Massachusetts se emitieron los primeros billetes impresos de América, aunque no fueron de curso legal sino pagarés.

Así que, en resumen, fueron China y Asia donde se originó el concepto del billete o papel moneda, que luego se expandió a Europa y otras partes del mundo. Los primeros billetes modernos surgieron en el siglo XVII.

EN CUBA
NO HAY BLOQUEO,
HAY DICTADURA
Y MUCHOS ESTÁN LUCHANDO POR LA LIBERTAD

NATIONAL REHAB
HOTLINE
ALCOHOLICS ANONYMOUS HOT LINE 866-210-1303
Free 24/7

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

H&M English Academy
 Your Future. Our Commitment!

APRENDA INGLÉS
 CON LOS MEJORES PROFESORES

HORARIOS DE CLASE:

- LUNES A JUEVES**
 8am a 10am - 10am a 12pm
 6pm a 8pm - 8pm a 10pm
- SABADOS**
 9am a 12pm
 10am a 1pm
 10am a 2pm
- DOMINGOS**
 9am a 12pm
 10am a 1pm
 10am a 2pm

RESULTADOS 100% GARANTIZADOS

INSCRIPCIÓN \$0*
*Inscripción gratuita por tiempo limitado consulte con un asesor.

CLASE DE PRUEBA GRATUITA

GRADÚATE DE BACHILLER (G.E.D)

CLASES DESDE \$150 AL MES

Llámanos para más información:
 +1 (551) 202-3613 +1 (201) 496-8124

3109 Bergenline Ave, Union City, NJ 07087
 2do Piso - Edificio Banco de America

HACEMOS TRANSFERENCIAS DE CUALQUIER FORMATO

NO PIERDAS TUS RECUERDOS



201- 920 - 4072

Puede dejar su mensaje y se le devuelve la llamada

**OFERTA
ESPECIAL**

DESCUENTO POR VOLUMEN



Se calcula que el peso acumulado de los edificios de la ciudad de Nueva York es de aproximadamente 1.68 billones de libras (unos 762,000 millones de kilogramos). Esta asombrosa cifra proviene de un riguroso estudio geológico publicado por el Servicio Geológico de los Estados Unidos (USGS). Aunque el cálculo abarca las estructuras de los cinco distritos de la metrópoli, la mayor parte de esta inmensa carga se concentra densamente sobre la isla de Manhattan debido a su icónico mar de rascacielos.

La estimación oficial tomó en cuenta el inventario exacto de 1,084,954

CUANTO PESO SE CALCULA QUE HAY SOBRE LA ISLA DE MANHATTAN

edificios presentes en la ciudad, calculando el material promedio según los códigos de construcción de la zona.

Equivalencias colosales: Para dimensionar la magnitud del número, el peso total de las construcciones equivale a la masa de unos 1.9 millones de aviones Boeing 747 completamente cargados de combustible y pasajeros.

El estudio científico advierte que esta cifra es conservadora, ya que excluyó el peso de las carreteras pavimentadas, aceras, puentes, vías de tren, automóviles y las millones de personas que transitan a diario.

El peso humano: Solo para contextualizar, la masa promedio del total de personas que habitan la isla durante un día laboral común equivale apenas a la masa de un solo edificio Empire State.La consecuencia geológica: SubsistenciaToda esta enorme presión artificial sobre el subsuelo está provocando un fenómeno conocido como subsidencia geológica (el hundimiento gradual del terreno). Los satélites han de-

mostrado que la región se hunde a un ritmo promedio de 1 a 2 milímetros por año.Sin embargo, el impacto no es igual en todas partes: mientras las zonas del centro y el sur de Manhattan (Midtown y Lower Manhattan) descansan en gran parte sobre un lecho rocoso de esquisto muy firme, los sectores costeros contruidos artificialmente sobre rellenos sueltos sufren un hundimiento más rápido bajo la carga masiva.

El suelo bajo Manhattan no es uniforme, y esto define cómo responde al peso colosal de las estructuras:

El lecho rocoso firme (Bedrock): El centro (Midtown) y el sur (Lower Manhattan) de la isla se asientan sobre el esquisto de Manhattan, una roca metamórfica extremadamente dura y resistente. Gracias a esta base firme, los rascacielos más pesados apenas comprimen el terreno profundo.

El peligro del relleno artificial y la arcilla:

Las zonas costeras de la isla ganaron terreno al río mediante rellenos artificiales (arena, tierra suelta, escombros) y contienen capas ricas en arcilla. Al construir estructuras pesadas sobre estos suelos blandos, la tierra sufre una consolidación secundaria masiva. El peso exprime el agua retenida en la arcilla, provocando un hundimiento acelerado.

El "Efecto Doble" frente al Mar

El peligro real para Nueva York

no es que la isla desaparezca bajo la tierra, sino cómo el hundimiento multiplica la amenaza del agua.

El agua sube y la tierra baja al mismo tiempo, duplicando el peligro relativo:El agua sube:

El nivel del mar en las costas de Nueva York sube el doble de rápido que el promedio mundial. Se calcula que el agua ha ganado unos 22 centímetros desde 1950.La tierra baja: La isla se hunde entre 1 y 2 milímetros por año en promedio debido al peso estructural y al asentamiento geológico natural.Zonas críticas: Áreas de Lower Manhattan contruidas sobre rellenos artificiales registran un hundimiento localizado mucho mayor. Muchos de estos vecindarios se encuentran actualmente a tan solo 1 o 2 metros por encima del nivel del mar.

Las Tormentas y la Infraestructura

Los científicos del Servicio Geológico de los Estados Unidos (USGS) aclaran que el océano no inundará la ciudad de forma pasiva e inmediata.

El peligro real se manifiesta durante los eventos climáticos extremos:Inundaciones por huracanes: Cada milímetro que la ciudad pierde de altura debilita sus defensas naturales frente a marejadas ciclónicas masivas (como ocurrió con el Huracán Sandy) o lluvias torrenciales (como con la tormenta Ida).

NATIONAL REHAB

HOTLINE

866-210-1303

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

NOTICIAS DE CUBA...NOTICIAS DE CUBA...



Por: Judith Lauzurica

Díaz-Canel volvió a colocar la defensa del sistema socialista como prioridad para Cuba y aseguró que hay que “salvar la Revolución y las conquistas del socialismo”.

Traducción: el pueblo tiene que seguir agonizando para que los Castro y todos los criminales de la cúpula del poder podamos mantener nuestros lujos y privilegios.

Sistema socialista o sistema eficaz para sumir al pueblo en la pobreza extrema mientras convierte a sus gobernantes en millonarios? De verdad que debería callar para siempre...La única prioridad para Cuba es la LIBERTAD

Es posible combatir la intolerancia, la estupidez y el fanatismo cuando se presentan por separado.

Cuando se dan los tres a la vez, probablemente sea más sensato marcharse, aunque solo sea para preservar la propia cordura....P.D.J ames.

El fanatismo convierte a las masas en idiotas útiles.



Yoan de la Cruz Cruz fue detenido tras transmitir en directo las manifestaciones del 11 de julio de 2021 en San Antonio de los Baños. Inicialmente fue condenado por sabotaje, pero tras un recurso de apelación su sanción fue modificada a cinco años de prisión domiciliaria, lo que permitió su excarcelación.

El 9 de mayo de 2026, fue detenido nuevamente durante un operativo policial en su vivienda y quedó bajo prisión provisional, mientras enfrenta una nueva investigación por el presunto delito de sabotaje.

Tras su arresto fue trasladado primero al Técnico de Guanajay, en Artemisa, y posteriormente a la Prisión de Melena del Sur, en Mayabeque, donde permanece recluido. Desde el OCDH exigimos su liberación inmediata y la de todos los presos políticos en Cuba.

Cuba es oscuridad, negación de derechos y ausencia absoluta de libertad. Es represión implacable, hambre, miseria que corroe el alma y una desesperanza que lo invade todo. ¡Ay, Cuba... me rompes el corazón!

LANZAMIENTO DEL SITIO “CUBAN MEDICAL BRIGADES”

CUBAN MEDICAL BRIGADES: LA ESCLAVITUD DE LAS MISIONES MÉDICAS CUBANAS, EXPUESTA PAÍS POR PAÍS

Prisoners Defenders y Consorcio Justicia presentan una plataforma global que convierte más de seis décadas de misiones médicas cubanas en un expediente verificable por país, con la mayor cobertura que existe de datos históricos y actuales, Informes País, contratos, normativa, testimonios y pronunciamientos institucionales.

SIGUE EL LINK:

<https://www.prisonersdefenders.org/>

El Gobierno de EE. UU. Devolverá la Libertad y la Democracia al Pueblo Cubano?

Por: Andres Garcia

Es improbable que EE. UU. por sí solo consiga reinstaurar libertad y democracia plena en Cuba. La experiencia venezolana muestra que cambios políticos sostenibles dependen más de factores internos y regionales que de la presión externa unilateral.

Razones y comparación con Venezuela

Resistencia del régimen:

Tanto en Cuba como en Venezuela, los gobiernos han mostrado alta capacidad de control y represión (seguridad, aparato judicial, medios). En Venezuela, sanciones y presión internacional no lograron derrocar al régimen ni restaurar la democra-

cía; en algunos casos fortalecieron la narrativa de asedio externo. El mismo argumento que esgrime la dictadura cubana en foros internacionales, y a pesar de que cada vez es menos creíble no deja de ser efectivo.

Apoyo interno y élites:

En Venezuela hubo fracciones de élites y fuerzas armadas que pudieron negociar espacios de poder; en Cuba, un férreo control sobre las fuerzas armadas y los órganos de seguridad hacen menos probable una dislocación sencilla.

Dinámica civil y oposición:

El cambio democrático durable suele requerir movimientos sociales robustos, liderazgo opositor con estrategias internas y una fractura en la lealtad de la fuerza armada. La intervención externa puede acompañar, pero rara vez sustituye esos procesos.

Si a mí me preguntaran si creo que USA va a liberar a Cuba con una intervención militar, o una extracción “quirúrgica”, o un ataque “controlado” “lamentablemente mi respuesta es no.

El destino de Cuba está solo en las manos del pueblo cubano, USA podrá ayudar, pero no nos pondrán las llaves del camino a la libertad en las manos.



#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





SERVICIO DE
BARTENDER
PARA TODA
OCASION





**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



- ✓ 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/ Repetitive Use Injuries
- Post Surgical Rehabilitation
- Gait And Balance Dysfunction
- TMJ Disorders
- Sciatica
- Arthritis
- Vestibular Rehabilitation
- 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



PUEDES ENVIAR TU CORRESPONDENCIA A:
communications@dimensionnewspaper.com

Estimados redactores de "DIMENSION DIGITAL"

Señor Director:

Lejos de ser un problema del pasado o un simple debate macroeconómico, el constante aumento del precio de la gasolina en Estados Unidos impacta directamente en nuestra economía digital, desnudando las profundas contradicciones del sistema actual.

Vivimos en una época donde el comercio electrónico, las entregas a domicilio y los servicios de transporte compartido se promocionan como el futuro de la comodidad y el progreso. Sin embargo, toda esta infraestructura virtual depende por completo de la movilidad física y de combustibles fósiles caros.

Cuando el combustible sube, el costo de cada envío aumenta exponencialmente y los márgenes de ganancia de los repartidores independientes se reducen drásticamente.

Esto convierte a los trabajadores de plataformas en el eslabón más débil y explotado de una cadena que se dice "innovadora".

Este escenario de crisis permanente debería acelerar una transición real hacia flotas eléctricas y soluciones logísticas eficientes respaldadas por inteligencia artificial. Sin embargo, la realidad es mucho más decepcionante. La infraestructura actual de carga y energía limpia en el país avanza a un ritmo absurdamente lento en comparación con la velocidad de la inflación en las estaciones de servicio.

Existe una alarmante falta de voluntad política e inversión empresarial para romper la dependencia del petróleo.

Mientras las grandes corporaciones tecnológicas y automotrices se llenan la boca con promesas de sostenibilidad y discursos verdes para mejorar sus acciones en la bolsa, el bolsillo del ciudadano común y del consumidor tecnológico es el que termina pagando las consecuencias de su inacción.

Es inaceptable que la llamada "revolución digital" siga atada a los vaivenes de un mercado energético arcaico que enriquece a unos pocos a costa del presupuesto de la clase trabajadora. No podemos seguir normalizando tarifas dinámicas abusivas ni aplicaciones que trasladan sus costos operativos directamente al usuario final bajo el pretexto de la crisis.

Espero que su revista deje de lado las visiones complacientes y asuma un rol crítico para analizar cómo las innovaciones tecnológicas están fallando en ofrecer alternativas reales, urgentes y accesibles para mitigar esta crisis energética que sofoca nuestro día a día.

Atentamente,
Jose Manuel Giraldo
Lodi, New Jersey



ANATOMIA DE LA CALMA

Autor: Andres Garcia

**Aceptar el dolor no es rendirse al quebranto,
es abrir una puerta en mitad de la herida,
habitar el silencio que frena el espanto,
y buscar alivio en la vida.**

**Hay opciones que nacen de manos,
de mentes, y de colores difusos
Se duerme con el dolor más profundo,
y se cuidan las horas mientras duran,**

**Resistir es también abrazar el presente,
escribir en pentagramas
con figuras de flores
es dejar que el dolor cruce
y desaparezca en el alba**

**Se puede elegir el camino,
pero no puedes recorrerlo
sin romper el lamento,
y encontrar en otro una mano tibia,
y negarles juntos
el poder al dolor**

**No hay virtud en la pena que quiebra los días,
ni destellos de luces
donde el sufrimiento
se suma a la derrota.**

**Al final, la batalla no es contra el destino,
sino contra esa angustia eterna;
es el miedo a andar de la mano del dolor
y tratar de encender luces en las sombras.**

**El alivio se asoma y ves su silueta,
buscas refugio y tratas
de contener el aliento**

**La última opción, un refugio de paz
que encuentras en la figura
de un unicornio en las nubes blancas
después de la tormenta**

**Después...podrás escoger no sufrir,
como la última opción**

FREEDOM FOR TIBET

HUMORISMO



**VISITA NUESTRA
PAGINA EN FACEBOOK
"DIMENSION DIGITAL"**



En Memoria a: Francisco Bernal

Una pareja de an-
cianos va a un res-
taurante de comida
rápida, donde con
cuidado divide en dos la ham-
burguesa y las papas fritas. Un
camionero siente pena por ellos y
se ofrece a comprarle a la esposa
su propia comida.
—No se preocupe —dice el ancia-
no—, nosotros compartimos todo.
Unos minutos después, el ca-
mionero se da cuenta de que la
esposa no ha probado bocado.
—De verdad no me importa com-
prarle su propia comida —insiste.
—No se preocupe, ella comerá su
parte —le asegura el anciano—.
Lo compartimos todo.
Poco convencido, el camionero le
pregunta a la esposa:
—¿Por qué no come?
—¿Porque estoy esperando a que
mi esposo me preste la dentadura!

*

En una feria, un hombre se
topa con la tienda de campaña de
una adivina. Pensando en pasar
un buen rato, entra en ella y se
sienta.

—Puedo ver que es padre de dos
—dice la vidente, mirando su bola
de cristal.

—¡Ajá! Eso es lo que usted cree
—dice el hombre con desdén—.
Soy padre de tres.
—¡Ajá! —dice la adivina—. Eso
es lo que usted cree.

*

Cansada de esperar al final de la
fila para entrar al Arca de Noé,
una pulga brinca de animal en
animal para acercarse al frente.
Finalmente aterriza en el lomo de
un elefante.

—¡Lo sabía! —le dice el paqui

dermo, irritado, a
su pareja—. ¡Ya
empezaron con los
empujones!

*

Un hombre le dice a un amigo:
—Mi esposa está en una dieta de
tres semanas.

—¿De verdad? ¿Cuánto ha per-
dido hasta ahora?

—Dos semanas.

*

Un oficial de policía preocu-
pado se acerca a un niño que está
llo-rando frente a un puesto de
revistas.

—¿Qué sucede? —le pregunta.

—¡Aún no sale Superman! —se
lamenta el pequeño.

—No te preocupes, yo me encargo
—le dice el oficial—. ¡Oye, Super-
man! —grita—. ¡Sal, no te hare-
mos daño!

*

Un pordiosero se acerca a una
ancianita en la playa.

—Por favor, señora —suplica—,
no he comido nada en 24 horas.

—Qué bien —dice la abuela—,
así no tendrás que preocuparte
por sufrir calambres si te metes a
nadar.

*

El médico le pregunta a su
paciente:

—¿Ha seguido mi consejo de
dormir con la ventana abierta?

—Sí —.

—Entonces, ¿ha desaparecido por
completo el asma?

—No —dice el paciente—. Pero
sí han desaparecido mi reloj, la
televisión, el
reproductor de música y la com-
putadora portátil.

*

CUANTOS EMPLEOS ELIMINARA LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL EN LOS PRÓXIMOS DIEZ AÑOS.

La inteligencia artificial eliminará entre 8 y 92 millones de empleos a nivel global en los próximos años, según estimaciones de organismos como el Foro Económico Mundial.

Sin embargo, la mayoría de los estudios indican que la tecnología creará más puestos de trabajo de los que destruirá, generando un impacto neto positivo a largo plazo. El impacto real dependerá de la escala geográfica, el tipo de industria y la capacidad de los trabajadores para adaptarse a las nuevas herramientas digitales.

El balance global de empleos.

Diferentes consultoras y organismos internacionales ofrecen cifras variadas sobre el impacto neto de la IA para la próxima década: Puestos eliminados: El Foro Económico Mundial calcula que entre 8 y 92 millones de empleos desaparece-



rán hacia el año 2030 debido a la automatización avanzada. Puestos creados: El mismo organismo estima la creación de 170 millones de nuevos empleos enfocados en tecnología, análisis y gestión de IA. Transformación masiva: Instituciones como el BCG Henderson Institute señalan que más del 50% de los empleos actuales no desaparecerán, sino que cambiarán radicalmente su forma de operar.

Los trabajos con mayor riesgo de desaparecer Los empleos más vulnerables son aquellos que implican tareas repetitivas, procesamiento de datos estructurados o nula interacción humana directa: **Administración y oficina:** Auxiliares administrativos, secretarios, capturistas de datos y gestores de archivos.

Atención al cliente: Operadores de call centers y recepcionistas que pueden sustituirse por chatbots avanzados.

Finanzas básicas: Contables de nivel de entrada y analistas de procesamiento de datos numéricos.

Logística y comercio: Cajeros de supermercado, personal de imprentas y gestores de inventario mecánico.

Las Profesiones del Futuro

Por otra parte, la demanda de talento técnico y especializado en la interacción con sistemas inteligentes continuará creciendo con fuerza: Ingenieros en IA y Machine Learning: Profesionales que diseñan, entrenan y mantienen los modelos de IA. Analistas

e Ingenieros de Datos: Especialistas dedicados a procesar y estructurar la información corporativa. Expertos en Ciberseguridad: Encargados de proteger los entornos automatizados contra ataques informáticos. Especialistas en Fintech: Desarrolladores y analistas de tecnología financiera avanzada.

ALGUNAS CURIOSIDADES DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL.

La inteligencia artificial (IA) está llena de datos sorprendentes que cambian nuestra forma de ver el mundo.

Algunas de las curiosidades más fascinantes sobre su historia, su funcionamiento y su impacto actual:

El Origen y la Historia. Nació en 1956: El científico John McCarthy inventó el término "Inteligencia Artificial" durante una famosa conferencia en la universidad de Dartmouth. El primer "bot" tiene 60 años: Se llamaba ELIZA y fue creado en 1966. Simulaba ser una psicoterapeuta y engañó a muchas personas, quienes creían que hablaban con un humano.

El hito del ajedrez: En 1997, la supercomputadora Deep Blue de IBM venció por primera vez al campeón mundial de ajedrez, Garry Kasparov.

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

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

 **(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**



EUTANASIA O SUICIDIO ASISTIDO, LA DIFERENCIA.

La eutanasia y el suicidio asistido no son lo mismo, aunque ambos buscan causar la muerte para evitar el sufrimiento de una persona enferma. La diferencia principal está en quién administra el fármaco letal.

Eutanasia

Un profesional médico aplica el fármaco letal directamente al paciente. El médico realiza la acción final que causa la muerte.

Suicidio Asistido

Un profesional médico proporciona los medios o la información necesaria al paciente.

El propio paciente es quien lleva a cabo la acción final para poner fin a su vida. Puntos en común: Ambos son temas de debate ético y legal que se rigen por marcos normativos muy específicos en las jurisdicciones donde están permitidos. Ambos requieren que exista una manifestación de voluntad clara, libre y persistente por parte de la persona.

Generalmente se discuten en el contexto de condiciones de salud graves o terminales que causan un sufrimiento irreversible.

El Mapa Legal en el Mundo

La legalidad de estas prácticas cambia según el país. Los marcos legales vigentes se dividen en tres grandes grupos:

Eutanasia Activa

(El médico acúa): Es legal en países



como Países Bajos, Bélgica, Luxemburgo, Canadá, España, Colombia, Ecuador y Nueva Zelanda. Esta práctica está estrictamente regulada. Exige la aprobación de comités médicos, evaluaciones psicológicas profundas y comprobar que el paciente padece un sufrimiento insostenible.

Suicidio Asistido (El paciente acúa): Es legal en Suiza, Austria, Alemania e Italia. Suiza es muy conocida porque permite que organizaciones asistan a ciudadanos locales y extranjeros bajo ciertas pautas, sin que el médico administre directamente el fármaco.

Modelos Mixtos o por Estados:

Ocurre en lugares como Estados Unidos y Australia. En Estados Unidos la eutanasia es completamente ilegal, pero el suicidio asistido es legal en algunos estados como Oregón, California o Washington.

Los Grandes Debates Éticos y Médicos.

Este tema genera fuertes discusiones en la sociedad. Los argumentos suelen dividirse en dos posturas principales: A Favor (Defensa del **Derecho a Decidir**) **Autonomía del Paciente:** Cada persona es dueña de su cuerpo y debe decidir cómo y cuándo terminar su vida si sufre una enfermedad incurable.

Dignidad Humana: Evita la prolongación artificial del dolor. Quienes defienden la práctica argumentan que el sufrimiento extremo quita calidad de vida y autonomía física.

Alternativa a la Clandestinidad:

Regular la muerte asistida permite crear protocolos seguros, transparentes y supervisados por el Estado. **En Contra** (Defensa de la Vida y la Ética Médica)

El Rol del Médico: Organizaciones como la Asociación Médica Mundial sostienen que provocar la muerte contradice el principio de la medicina de “sanar y no hacer daño”. **Riesgo de Abusos:** Existe el temor de que las leyes se vuelvan demasiado flexibles y que personas vulnerables, deprimidas o de bajos recursos se sientan presionadas a elegir morir para no ser una carga económica o emocional.

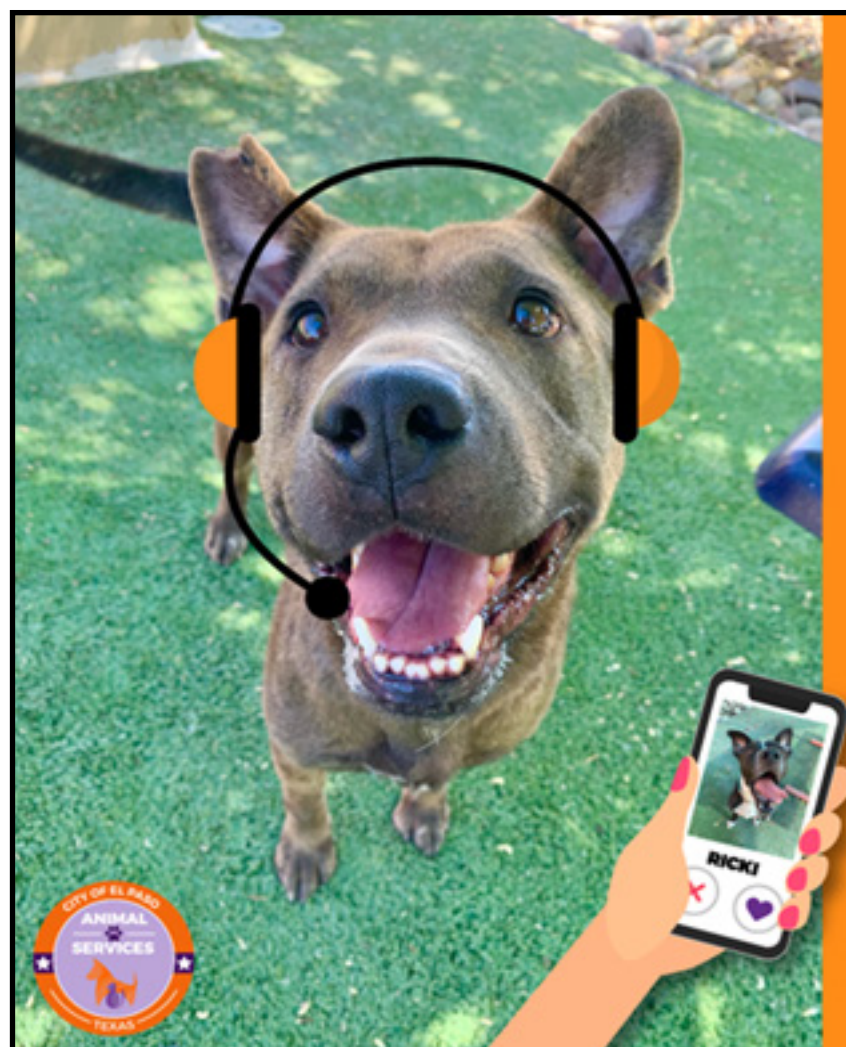
Alternativa en los Cuidados

Paliativos: Quienes se oponen afirman que si se invierte lo suficiente en medicina paliativa avanzada, es posible controlar el dolor físico y psicológico sin necesidad de terminar con la vida del paciente.

Conceptos Médicos

Relacionados

(Que NO son Eutanasia) Es muy común confundir la eutanasia con otras prácticas médicas legales en casi todo el mundo: **Limitación del Esfuerzo Terapéutico:** Retirar o no iniciar tratamientos que solo prolongan la agonía de un paciente terminal (por ejemplo, desconectar un respirador si no hay esperanza). Se conoce como “dejar morir de forma natural”. **Sedación Paliativa:** Administrar fármacos para disminuir la conciencia de un paciente con dolor intolerable al final de su vida. El objetivo es aliviar el dolor, aunque esto pueda acortar la vida de manera indirecta.



FIND LOVE ONLINE

virtual adoption event!

HOW TO ADOPT

- 1 View our available pets on our website or Facebook page
- 2 Identify 2-3 pets you might be interested in
- 3 Call our Adoption Hotline at (915) 212-8705 and a matchmaker will help you



La Interpretación de los Sueños: Entre Ciencia, Símbolos y Experiencia Humana.



Los sueños han fascinado a la humanidad desde tiempos remotos. Son fragmentos de imágenes, emociones y narrativas que aparecen mientras dormimos, a veces con una lógica misteriosa y otras con una intensidad que nos marca durante el día. Pero ¿qué significan realmente? ¿Se pueden interpretar? La respuesta es sí, aunque no de una sola manera. La interpretación de los sueños es un campo donde convergen la psicología, la neurociencia, la cultura y la experiencia personal.

El sueño como ventana al inconsciente.

Durante el siglo XX, el psicoanálisis transformó la forma en que

entendemos los sueños. Para Sigmund Freud, estos eran la vía regia hacia el inconsciente: un espacio donde deseos reprimidos, conflictos internos y emociones no expresadas encontraban una forma simbólica de manifestarse.

Soñar con caer, volar, perderse o ser perseguido no era casualidad, sino una representación disfrazada de tensiones internas.

Carl Jung amplió esta visión con su teoría de los arquetipos: figuras universales que aparecen en los sueños para reflejar procesos psicológicos profundos. El héroe, la sombra, la madre, el sabio... todos ellos serían expresiones de patrones compartidos por la humanidad.

El enfoque científico:

El cerebro organizando la vida.

La neurociencia ofrece otra perspectiva. Según este enfoque, los sueños no buscan transmitir un mensaje oculto, sino que son el resultado del cerebro procesando información: recuerdos, emociones, estímulos recientes y preocupaciones.

Durante la fase REM, la actividad cerebral se intensifica y se mezclan fragmentos de memoria con sensaciones, creando na-

rrativas que pueden parecer absurdas pero que reflejan cómo la mente organiza la experiencia.

Desde esta mirada, soñar con una discusión puede ser simplemente el cerebro procesando estrés; soñar con un lugar de la infancia puede ser la activación de recuerdos mientras se consolidan conexiones neuronales.

El Símbolo Personal:

Aunque existen libros y listas de significados, la interpretación más útil es la que parte de tu propia historia. La interpretación simbólica personal sostiene que cada símbolo adquiere sentido según tu vida.

El agua puede representar calma para alguien que disfruta del mar, pero miedo para quien vivió una experiencia traumática relacionada con ella. Por eso, los sueños no deben interpretarse con fórmulas universales. Lo importante es preguntarte:

¿Qué representa este símbolo en mi vida?

¿Qué emoción me despertó? ¿Qué situación actual podría estar conectada?

La Emoción como Brújula.

Más allá de los símbolos, la emoción dominante del sueño suele ser la clave. El enfoque emocional pro-

pone que lo esencial no es lo que aparece, sino cómo te hace sentir.

Un sueño donde te persiguen puede hablar de ansiedad, incluso si el perseguidor es irrelevante.

Un sueño donde vuelas puede reflejar libertad, ambición o deseo de escapar.

La emoción es el puente entre el sueño y tu vida consciente.

Cómo interpretar tus propios sueños. Interpretar sueños no es adivinar el futuro, sino comprender tu mundo interno. Un método práctico incluye:

Identificar el elemento central: aquello que más te impactó.

Relacionarlo con tu vida actual:

¿Qué estás viviendo que podría conectarse?

Buscar patrones: lugares, personas o emociones que se repiten. Registrar tus sueños: escribirlos ayuda a ver conexiones que no aparecen de inmediato.

Los sueños no son mensajes mágicos ni predicciones. Son expresiones de tu mente trabajando, organizando, procesando y simbolizando lo que vives. Interpretarlos es una forma de conocerte mejor, de escuchar lo que a veces no dices en voz alta y de explorar tu mundo emocional desde otra perspectiva.

CARMONA
REALTY GROUP LLC

Antonio Gutierrez
305.215-4501
tonyghomes@aol.com

www.tonygutierrez.com

CHARLES
MAGO ILUSIONISTA

Fiestas y Eventos
908-374-4716
www.PAYASOCHARLES.com

PAYASO CHARLES
EL AMIGO DE LOS NIÑOS
The Magic Clown Show

Payaso Charles es un mago profesional con más de 40 años de experiencia artística internacional, su espectáculo cómico mágico es el más divertido del área tri estatal. El ameniza eventos corporativos, públicos, y privados en un ambiente familiar y sano. Además colabora promocionando grandes empresas de alimentos en USA y lleva su arte a hospitales infantiles y residencias de ancianos.

908-374-4716

Gabriel Rohaldy
Medicare Plans

Licensed Agent
Se Habla Español

434 Bergenline Ave
Union City NJ 07087
rshaldy@yahoo.com

901 753-2214

MEDICARE PLANS

United Aetna
Healthcare
Clover Horizon

LA MARIN
CLEANING SERVICES

APARTMEN HOUSE OFFICE

201-466-8836

El Imperio Mongol, fundado por Genghis Khan en 1206, tiene una historia fascinante.

Aquí tienes algunos puntos clave sobre sus orígenes:

Unificación de Tribus:

Genghis Khan, cuyo nombre real era Temüjin, unió varias tribus nómadas de la estepa de Asia Central, creando un ejército formidable.

Estrategia Militar:

Los mongoles eran conocidos por su rapidez, ligereza y habilidades de caballería, lo que les permitió conquistar vastos territorios.

Expansión Territorial:

El imperio se expandió rápidamente, llegando a abarcar desde el Mar Negro hasta la península de Corea.

Pax Mongolica:

Durante su apogeo, el Imperio Mongol facilitó el comercio y la comunicación a lo largo de la Ruta de la Seda, conocido como la Pax Mongolica

El Auge y Caída del Imperio Mongol

El Imperio Mongol, una de las entidades más vastas y formidables en la historia de la humanidad, tuvo un ascenso meteórico y un declive igualmente dramático.

Auge del Imperio Mongol

Genghis Khan y la Unificación de las Tribus El Imperio Mongol comenzó en las estepas de Asia Central con el nacimiento de Temüjin, quien más tarde sería conocido como Genghis Khan. A través de alianzas estratégicas y una fuerza militar sin precedentes, Genghis Khan logró unificar las tribus nómadas en 1206, creando una fuerza cohesiva capaz de conquistar vastos territorios.

Expansión Territorial:

Con una estrategia militar basada en la movilidad y la disciplina, los mongoles conquistaron regiones desde el Mar de Japón hasta el Mediterráneo.

Utilizando arqueros a caballo y tácticas de terror, devastaron ciudades y subyugaron reinos. La toma de Pekín en 1215 y la invasión de Persia en 1219 marcaron el punto álgido de su expansión inicial.

Administración y Comercio El Imperio Mongol no solo fue una maquinaria de guerra; también promovió el comercio y la comunicación.

La Pax Mongolica permitió el florecimiento de la Ruta de la Seda, facilitando el intercambio de bienes, cultura y tecnología entre Oriente y Occidente.

Caída del Imperio Mongol

Tras la muerte de Genghis Khan en 1227, el vasto imperio se dividió entre sus hijos y nietos en cuatro grandes khanatos: El Gran Khanato,



Khanato de Chagatai, el Ilkanato y la Horda de Oro. Esta fragmentación territorial llevó a luchas internas y debilitó la cohesión del imperio.

Resistencia y Revueltas

A medida que los mongoles expandían su control, también enfrentaron resistencia persistente y revueltas en las regiones conquistadas. El costo de mantener un imperio tan vasto empezó a pesar en los recursos mongoles.

Perdida de Territorios y Adaptación Cultural

La integración de los mongoles en las culturas locales llevó a una pérdida de su identidad nómada.

En China, por ejemplo, la dinastía Yuan fue eventualmente derrocada por la rebelión campesina que dio origen a la dinastía Ming en 1368.

Declive Final

El declive del Imperio Mongol fue un proceso gradual.

Las rivalidades entre khanatos y la presión de nuevos imperios emergentes, como el Imperio Otomano y el Imperio Ruso, erosionaron lentamente el poder mongol. Para el siglo XV, el Imperio Mongol ya no existía como una entidad unificada.

El Imperio Mongol dejó una profunda huella en la historia mundial, no solo por su vasto alcance territorial sino también por su impacto en el comercio, la cultura y la política global.

LA RELACION ENTRE EL IMPERIO MONGOL Y CHINA

La relación entre el Imperio Mongol y China es una de las más fascinantes de la historia. Aquí tienes algunos puntos clave:

Conquista de la Dinastía Song:

En el siglo XIII, los mongoles, liderados por Genghis Khan, conquistaron la dinastía Song del Norte y luego la del Sur.

Esta conquista marcó el inicio de la dominación mongol en China.

Dinastía Yuan: Kublai Khan, nieto de Genghis Khan, estableció la dinastía Yuan en 1271, convirtiéndose en el primer emperador no chino en gobernar toda China

Durante este tiempo, los mongoles

implementaron nuevas tecnologías, sistemas administrativos y prácticas culturales que dejaron una marca duradera en la historia china

Pax Mongolica: Bajo el dominio mongol, China experimentó un período de paz y prosperidad conocido como la Pax Mongolica, que facilitó el comercio y la comunicación a lo largo de la Ruta de la Seda

Influencia Cultural y Tecnológica:

Los mongoles introdujeron nuevas tecnologías y prácticas culturales en China, incluyendo avances en la medicina, la astronomía y la ingeniería

Declive y Caída: La dinastía Yuan comenzó a declinar debido a la corrupción, la mala gestión y las rebeliones internas. En 1368, la dinastía Ming, liderada por Zhu Yuanzhang, derrocó a los mongoles y estableció un nuevo gobierno chino.

La relación entre el Imperio Mongol y China es un ejemplo de cómo la conquista y la dominación pueden llevar a un intercambio cultural y tecnológico significativo, dejando un legado duradero en la historia.

CURIOSIDADES DEL IMPERIO MONGOL

El Imperio Mongol está lleno de hechos fascinantes.

Gigantesco Ejército de Caballería:

Los mongoles eran famosos por su caballería, que usaban en tácticas de guerrilla y emboscadas. Cada guerrero tenía múltiples caballos, lo que les permitía cambiar rápidamente y mantener a sus monturas frescas.

Sistema de Mensajería: Crearon un sistema de mensajería avanzada conocido como el Yam. Este sistema consistía en estaciones de relevo a lo largo de sus vastos territorios, permitiendo la rápida comunicación.

Adoptaron Tecnologías Locales:

Aunque eran conocidos por su brutalidad en la conquista, también eran muy abiertos a adoptar tecnologías y conocimientos de los pueblos que conquistaban, desde técnicas de ase-

dio hasta sistemas administrativos.

Religión Tolerante:

Los mongoles eran inusualmente tolerantes con las religiones. Aunque muchos eran chamánicos, aceptaban y promovían el budismo, el cristianismo y el islam entre sus súbditos.

Impacto Cultural:

La dominación mongola facilitó un intercambio cultural increíblemente rico a lo largo de la Ruta de la Seda, conectando Oriente y Occidente de maneras sin precedentes.

Dinero de Papel:

Los mongoles fueron algunos de los primeros en utilizar el papel moneda en gran escala, una práctica que aprendieron de los chinos y promovieron en sus territorios.

El Imperio Mongol no solo cambió el curso de la historia militar, sino que también dejó un legado cultural y tecnológico profundo.

MONGOLIA COMO PAIS 2024

Mongolia en 2024 es un país en evolución, enfrentando desafíos y oportunidades únicas.

Elecciones Parlamentarias: En junio de 2024, Mongolia celebró elecciones parlamentarias para elegir a los miembros del Gran Khural.

El Partido Popular de Mongolia ganó una mayoría simple, aunque perdió su mayoría absoluta.

Relaciones Internacionales: Mongolia ha adoptado una estrategia más estratégica en su política exterior, buscando equilibrar sus relaciones con China y Rusia

La visita del presidente ruso Vladimir Putin a Ulaanbaatar en septiembre de 2024 fue un evento significativo que puso a Mongolia en el centro de la atención internacional.

Problemas Ambientales: La capital, Ulaan Bator, enfrenta problemas graves de contaminación del aire, con niveles de partículas finas (PM2.5) que superan los niveles seguros recomendados por la Organización Mundial de la Salud en casi nueve veces.

Desarrollo Económico: Mongolia sigue trabajando para diversificar su economía y reducir su dependencia de los recursos minerales. El país busca atraer inversiones en sectores como el turismo y la agricultura.

Cultura y Tradición: A pesar de su modernización, Mongolia mantiene fuertes raíces culturales y tradiciones, como la práctica de la medicina tradicional y la consulta a los chamanes.

Mongolia es un país con una rica historia y un futuro prometedor, equilibrando su patrimonio cultural con los desafíos del siglo XXI.



Mi Bella Islita RESTAURANT

Puerto Rican, Cuban and Dominican Cuisine

DELIVERY AVAILABLE
10:00 AM TO 9:00 PM



ORDER ONLINE

Mi Bella Islita

520 39TH ST, UNION CITY NJ 07087

WE ARE OPEN
FROM 9:00 AM TO 9:00 PM

PUBLIC PARKING SPACE AVAILABLE

(201) 866-8778

www.mibellaislitanj.com

MI BELLA ISLITA RESTAURANT

201-866-8778
201-472-8391

Free Delivery

520 39TH ST • UNION CITY, NJ 07087

CATERING FOR ALL OCCASION

PASTEL EN HOJA 	PERNIL 		
CHICKEN 	<table border="0"> <tr> <td> Arroz con Gandules / Rice w/ Pigeon Peas Arroz Blanco / White Rice Arroz Amarillo / Yellow Rice Moro / Rice w/ Beans Pernil / Roast Pork Rabo / Oxtail Stew Bacalao / Codfish Chivo / Goat Bistec Saltado / Pepper Steak Carne Guisada / Beef Stew Pollo Guisado / Chicken Stew Pollo al Horno / Baked Chicken Ensalada Verde / Green Salad Ensalada de Papa / Potato Salad Ensalada de Cudito con Tuna o Jamon Cudito w/ Tuna or Ham Salad Pasta (Solo) / Pasta (Plain) Yuca o Guineo / Cassava or Green Banana Platano Maduro / Sweet Plantains Manga / Smashed Green Plantain Pasta con Pollo / Spaghetti w/ Chicken Chicharrón de Pollo con Hueso / Chicken Chunks Chicharrón de Pollo sin Hueso Boneless Chicken Chunks Costillas de Cerdo / Pork Spare Ribs Paelia Marinera / Seafood Platter </td> <td>  </td> </tr> </table>	Arroz con Gandules / Rice w/ Pigeon Peas Arroz Blanco / White Rice Arroz Amarillo / Yellow Rice Moro / Rice w/ Beans Pernil / Roast Pork Rabo / Oxtail Stew Bacalao / Codfish Chivo / Goat Bistec Saltado / Pepper Steak Carne Guisada / Beef Stew Pollo Guisado / Chicken Stew Pollo al Horno / Baked Chicken Ensalada Verde / Green Salad Ensalada de Papa / Potato Salad Ensalada de Cudito con Tuna o Jamon Cudito w/ Tuna or Ham Salad Pasta (Solo) / Pasta (Plain) Yuca o Guineo / Cassava or Green Banana Platano Maduro / Sweet Plantains Manga / Smashed Green Plantain Pasta con Pollo / Spaghetti w/ Chicken Chicharrón de Pollo con Hueso / Chicken Chunks Chicharrón de Pollo sin Hueso Boneless Chicken Chunks Costillas de Cerdo / Pork Spare Ribs Paelia Marinera / Seafood Platter	
Arroz con Gandules / Rice w/ Pigeon Peas Arroz Blanco / White Rice Arroz Amarillo / Yellow Rice Moro / Rice w/ Beans Pernil / Roast Pork Rabo / Oxtail Stew Bacalao / Codfish Chivo / Goat Bistec Saltado / Pepper Steak Carne Guisada / Beef Stew Pollo Guisado / Chicken Stew Pollo al Horno / Baked Chicken Ensalada Verde / Green Salad Ensalada de Papa / Potato Salad Ensalada de Cudito con Tuna o Jamon Cudito w/ Tuna or Ham Salad Pasta (Solo) / Pasta (Plain) Yuca o Guineo / Cassava or Green Banana Platano Maduro / Sweet Plantains Manga / Smashed Green Plantain Pasta con Pollo / Spaghetti w/ Chicken Chicharrón de Pollo con Hueso / Chicken Chunks Chicharrón de Pollo sin Hueso Boneless Chicken Chunks Costillas de Cerdo / Pork Spare Ribs Paelia Marinera / Seafood Platter			

PARA ANUNCIOS EN ESTA PUBLICACION Y MAS INFORMACION ENVIA UN CORREO ELECTRONICO A: DIMENSIONCOMMUNICATIONS@AOL.COM



We also offer additional services:

- ☑ SMART DIAGNOSTIC
- ☑ MUFFLER AND EXHAUST REPAIR
- ☑ REMOTE START INSTALLATIONS
- ☑ TOUCH SCREEN RADIO AND REVERSE CAMERA INSTALLATION
- ☑ TIRE SALE NEW AND USED
- ☑ MANUAL TRANSMISSIONS SERVICES
- ☑ PREVENTIVE MAINTENANCE
- ☑ DIFFERENTIAL SERVICES AND REPAIR (TRUCKS AND CARS)
- ☑ TPMS SENSOR INSTALLATION AND PROGRAMMING
- ☑ WINDSHIELD REPLACEMENT

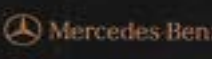










www.nitoauto.com



OUR SERVICES:

- ☑ GENERAL MECHANIC
- ☑ BRAKES SERVICES
- ☑ OIL CHANGE
- ☑ TIRE SERVICES
- ☑ WHEEL BALANCE
- ☑ BATTERY TESTING

REPAIR YOUR CAR

hablamos español



608 54th ST West New York, NJ 07093.

CONTACT US:
+1 201 293-2018



EL BUDISMO, FILOSOFIA O RELIGION

Curiosidades, mitos, estadísticas...

Así que en resumen, el Budismo tiene elementos tanto filosóficos como religiosos, por lo que puede considerarse tanto una filosofía de vida como una religión. Depende del enfoque y la práctica de cada persona o escuela budista.

CURIOSIDADES EL BUDISMO

El Budismo es considerado tanto una filosofía como una religión. Aquí algunos puntos clave sobre el Budismo:

Fue fundado en el siglo VI a.C. en la India por Buda Gautama, quien alcanzó la "iluminación" y desarrolló las Cuatro Nobles Verdades y el Noble Camino Óctuple.

El Budismo enfatiza la práctica de la meditación y el desarrollo mental/espiritual para alcanzar el nirvana o liberación del sufrimiento. Promueve valores como la compasión, la sabiduría y el desapego.

Como filosofía, el Budismo provee un marco ético, métodos para desarrollar la mente y entender la naturaleza de la realidad. No requiere la creencia en un Dios.

Como religión tiene ritos, prácticas devocionales, monasterios, maestros espirituales, y el refugio en Buda, el Dharma (las enseñanzas) y la Sangha (comunidad).

Existen varias escuelas o ramas del Budismo como el Theravada, Mahayana, Vajrayana, Zen, etc. que tienen algunas diferencias en prácticas y creencias.

El Budismo ha tenido una gran influencia cultural y espiritual en Asia y en el mundo. Cuenta con alrededor de 500 millones de seguidores.

El Budismo no cree en un Dios creador, sino que se enfoca en alcanzar la iluminación a través de la meditación y la sabiduría.

Originalmente el Budismo no tenía ninguna imagen para representar a Buda. Las primeras imágenes surgieron alrededor del siglo I d.C.

Los monjes budistas shaveling (sin pelo) se afeitan la cabeza como signo de renuncia a lo mundano.

El mantra budista más conocido es "Om mani padme hum" que se traduce como "la joya está en el loto". Se usa para la meditación.

El budismo tibetano utiliza molinos de oración que giran en el viento para enviar bendiciones. Los devotos les dan vuelta mientras recitan mantras.

El budismo zen se centra en la meditación y busca la iluminación a través de la introspección, la simplicidad y la experiencia directa.

El budismo prohíbe matar cualquier ser vivo y es totalmente vegetariano.

El Dalai Lama es considerado la reencarnación del Bodhisattva Avalokitesvara y el líder espiritual del budismo tibetano.

La flor de loto es un símbolo importante en el budismo representando pureza, espiritualidad y ya-cierto ry

El budismo cuenta con alrededor de 500 millones de seguidores en

todo el mundo, principalmente en Asia.

Aquí algunas estadísticas y datos sobre el Budismo en el mundo:

Se estima que hay alrededor de 500 millones de budistas en el mundo. Es una de las religiones más grandes.

El país con más budistas es China, con aproximadamente 244 millones de seguidores o 18.2% de su población.

Le sigue Japón con 89 millones (71% de la población).

Tailandia tiene 64 millones (93%); Myanmar 54 millones (90%) y Vietnam 48 millones (53%).

En Estados Unidos se estiman entre 3 y 4 millones de budistas (1% de la población).

El Budismo Theravada es el más común en el sudeste asiático, mientras que el Mahayana y Vajrayana son populares en el este de Asia.

El Budismo Zen tiene alrededor de 15 millones de seguidores, y se concentra en China, Japón, Corea y Vietnam.

El Budismo Tibetano cuenta con 10-20 millones de adherentes, la mayoría en China, India, Nepal, Bhután y Mongolia.

El Budismo se está expandiendo en Australia con aprox. 2.5% de budistas en el país. También está creciendo en Europa, especialmente en Francia con alrededor de 1 millón de budistas.

Solo el 7% de los budistas viven fuera de Asia. Pero está aumentando en occidente.

En resumen, el Budismo tiene una fuerte concentración en Asia, pero se expande por el mundo gradualmente.

QUIEN FUE BUDA EN REALIDAD ?

Buda fue un asceta y sabio que vivió en la India entre los siglos V y IV antes de Cristo. Su nombre original era Siddhartha Gautama y estas son algunas claves sobre su vida y enseñanzas:

Nació en el año 563 a. C. en Lumbini (Nepal actual). Era hijo de un jefe guerrero de la tribu Shakya.

A los 29 años abandonó su vida de lujo y privilegios para convertirse en asceta y buscar respuesta al sufrimiento humano.

Después de 6 años de intensa meditación y ascetismo alcanzó el estado de "Iluminación" o "Despertar" bajo un árbol bodhi.

A partir de entonces enseñó sus experiencias y fue conocido como Buddha (el iluminado o despierto). Predicó durante 45 años en el norte de India.

Murió a los 80 años (aprox. 483 a.C.) en Kushinagar. Dejó un gran legado filosófico y espiritual.

Buda no se consideraba un dios, sino un ser humano que alcanzó la lucidez completa sobre la naturaleza de la existencia.

Sus enseñanzas se centran en las 4 Nobles Verdades sobre el sufrimiento y cómo liberarnos, siguiendo el Óctuple Sendero.

Fundó una comunidad monástica que luego dio origen al budismo, una de las grandes religiones del mundo en la actualidad.

Es venerado como un gran maestro y guía espiritual por budistas de todas las tradiciones.

Así que Buda fue ante todo un buscador espiritual que logró importantes insights para la humanidad. Su figura histórica real sentó las bases para una de las principales filosofías y religiones.





Hay varias razones por las que los humanos sentimos dolor:

Para alertarnos de daño o enfermedad. El dolor es una señal de que algo no está bien en nuestro cuerpo. Nos avisa que tenemos una herida, infección, o algún otro problema médico que requiere atención. El dolor nos motiva a alejarnos de la fuente de daño y buscar tratamiento.

Como protección. El dolor hace que evitemos ciertos movimientos o actividades que podrían causar más daño a una parte lastimada o enferma del cuerpo. Por ejemplo, si nos torcemos un tobillo, el dolor limita cuánto peso ponemos sobre ese pie mientras sana.

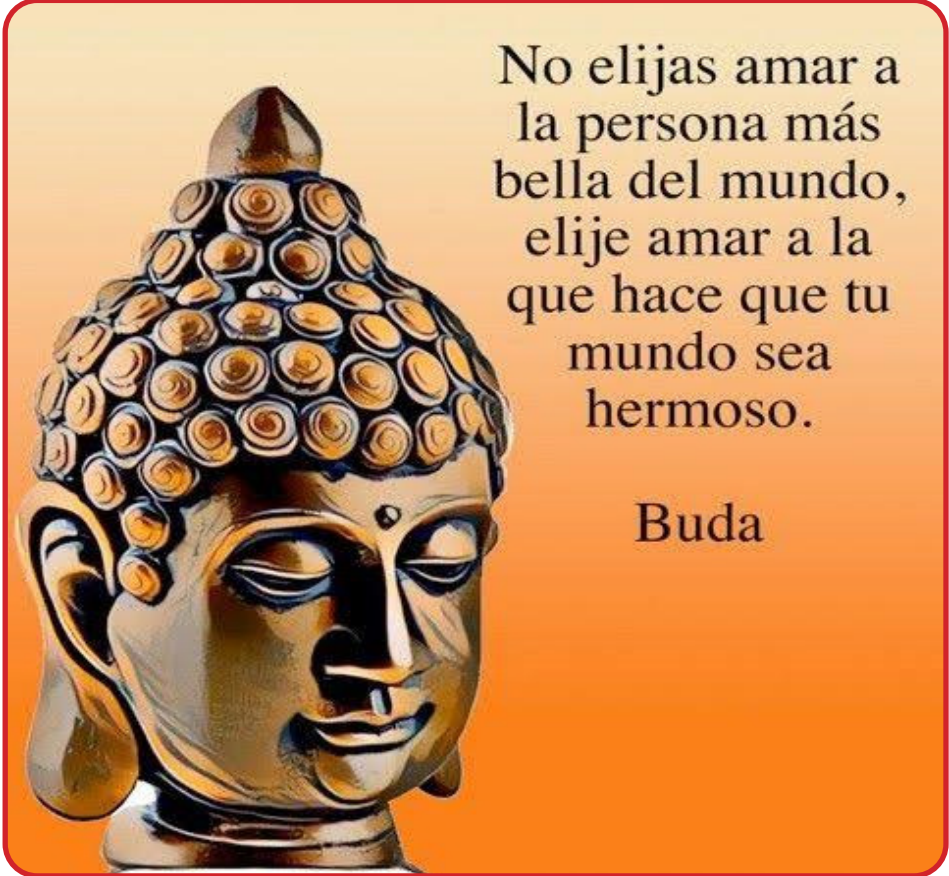
Para prevenir daño en el futuro. El dolor nos enseña a ser más cuidadosos y evitar acciones que previamente nos han causado dolor. Por ejemplo, si tocamos algo

caliente y nos quemamos, el dolor crea un recuerdo fuerte que nos previene de tocarlo de nuevo.

Como respuesta emocional. El dolor también puede ser una reacción a eventos emotivos como la pérdida de un ser querido. Este tipo de dolor nos ayuda a sobrellevar y procesar experiencias difíciles.

Por procesos inflamatorios del cuerpo. La inflamación que ocurre cuando hay daño o infección puede estimular las terminaciones nerviosas y causar dolor incluso sin estímulo exterior.

En resumen, la capacidad de sentir dolor ha evolucionado en los humanos y animales porque es una adaptación de supervivencia muy útil. El dolor es una alarma que nos protege contra más daño o problemas de salud. Aunque puede ser incómodo, cumple un propósito importante.





El robo de identidad es un delito en el que alguien utiliza su información financiera o personal sin autorización para cometer fraude o actos ilegales. Aquí hay algunas señales de alerta que podrían indicar que ha sido víctima de robo de identidad:

Facturas no reconocidas: Si recibe facturas por productos o servicios que no compró, podría ser una señal de robo de identidad.

Deudas en cuentas no abiertas: Si le llaman para cobrar deudas en cuentas que no abrió, investigue más a fondo.

Información desconocida en su informe de crédito: Si ve algo en su informe de crédito que no le resulta familiar, podría ser un indicio.

Solicitudes de préstamo rechazadas:

Si sus solicitudes de préstamo son rechazadas sin razón aparente, verifique si alguien está usando su identidad.

Correo postal desaparecido:

Si deja de recibir correo o no lo encuentra en su buzón, podría ser un signo de robo de identidad.

Si sospecha que ha sido víctima de robo de identidad, tome las siguientes medidas:

Denuncie el robo de identidad:

Comuníquese con la Comisión Federal de Comercio (FTC) en el sitio web RobodeIdentidad.gov o llame al 1-877-438-4338 (presione dos para español).

Notifique a los burós de crédito: Informe a los principales burós de crédito sobre la situación.

Alertas de fraude y congelamiento de crédito:

Considere colocar alertas de fraude y congelar su crédito para protegerse.

Siga los pasos recomendados:

Visite el sitio web RobodeIdentidad.gov para obtener más información sobre cómo reparar los daños causados por el robo de identidad.

Recuerde que los estafadores pueden robar su identidad de diversas formas, como llamadas telefónicas, correos electrónicos, redes sociales y más. Manténgase alerta y proteja su información personal.

Aquí tienes algunas estadísticas sobre el robo de identidad en Estados Unidos:

Entre 2005 y junio de 2020, se denunciaron 12,000 violaciones de seguridad que contribuyeron a fraudes relacionados con el robo de identidad.

En 2020, hubo más de 306,090 casos de robo de identidad en personas entre 30 y 39 años.

En 2021, casi 42 millones de personas fueron víctimas de fraude de identidad, lo que les costó a los consumidores \$52,000 millones en pérdidas totales.

Es importante estar alerta y tomar medidas para proteger nuestra información personal. Siempre verifica tus cuentas, utiliza contraseñas seguras y mantente informado sobre las últimas tendencias en seguridad cibernética

CONSEJOS PARA EVITAR TIPOS DE FRAUDES Y ESTAFAS MAS

FRECUENTES ONLINE Y TELEFONICAS EN USA

Estafas de organizaciones benéficas:

Ten cuidado con las llamadas de personas que se hacen pasar por representantes de organizaciones benéficas. Antes de donar, verifica la legitimidad de la organización y pide su información de contacto para investigar más tarde.

Estafas de cobro de deudas:

Si alguien te amenaza con acciones legales por deudas vencidas, verifica directamente con la compañía o institución financiera antes de proporcionar información o realizar pagos.

Fraude de servicios de transferencia de dinero o pago móvil:

Ten precaución al enviar dinero a través de aplicaciones de pago móvil. Verifica la identidad del destinatario y evita compartir detalles personales o financieros sin confirmar.

Precios sospechosamente bajos:

Desconfía de ofertas demasiado buenas para ser verdad. Investiga el precio promedio del producto antes de comprarlo.

Recuerda siempre estar alerta, proteger tu información personal y consultar fuentes confiables para mantenerte informado sobre las últimas estafas y fraudes en línea.

CTR Auto Body LLC
SPECIALIST IN PAINTING, COLLISION AND INSURANCE CLAIMS

FIBER GLASS, AUTO GLASS FOR TRUCK AND CARS

Ph: (201) 590-8959 / (201) 927-2146
Fax: 201-590-8960
ctrsolution4u@yahoo.com

418 Golden Lane, Union City NJ, 07087

CHOOSE THE RIGHT

SPECIALIST IN PAINTING, COLLISION, INSURANCE CLAIMS, TOWING SERVICES AND COMPUTER ESTIMATES
WE WORK WITH ALL INSURANCE COMPANIES!!!

JenyF@shion

787-529-3245

LLAME PARA UNA CITA

Especialidad en Maquillaje, Peinados y Extensiones

SATISFACCION GARANTIZADA

JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

Las Escuelas Públicas de *Union City*

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

La inscripción para el programa de educación infantil ya está abierta

Déle a su hijo/a una ventaja en la escuela registrándolo/a en el Programa de Educación de la Primera Infancia de Union City reconocido nacionalmente.



El programa es gratuito para todos los residentes de Union City. Las horas de nuestro componente de instrucción son de las 7:55 a.m. a las 2:55 p.m.; sin embargo, tenga en cuenta que la elegibilidad para cuidado antes y después de la escuela (servicios integrales) se basa en los ingresos familiares.

Los estudiantes deben tener tres, cuatro o cinco años de edad antes del 1 de septiembre de 2026 para ser elegibles.

Para inscribir a su hijo/a, por favor descargue la solicitud en nuestro sitio web en www.ucboe.us, escanee la solicitud y envíela por correo electrónico a obarrios@ucboe.us. También puede dejarlo en persona en el Centro Eugenio María de Hostos para la Educación de la Primera Infancia en 2200 Kennedy Blvd., de lunes a viernes, de las 7:55 a.m. a las 2:55 p.m., para todos los niños de tres, cuatro o cinco años solamente. (POR FAVOR NO VAYA AL REGISTRO CENTRAL en la Palisade Avenue).

Gracias al apoyo del Alcalde Brian P. Stack y la Junta de Educación, ofrecemos un excelente ambiente de aprendizaje. Proporcionamos el desayuno, almuerzo y meriendas gratis. Se llena muy rápido, así que no espere en inscribir a su hijo/a hoy.

Favor de seguir las instrucciones de la solicitud cuidadosamente antes de presentar su solicitud.

Síguenos en:

f Facebook: Union City Schools **t Twitter:** @schools_uc **ig Instagram:** Union City Schools

LA JUNTA DE
EDUCACIÓN DE
UNION CITY

Ydalia M. Genao, *Presidente*
Carlos H. Vallejo, *Vice-Presidente*

Maria Hurtado, *Miembro*
Joseph Isola, *Miembro*
Alicia Morejon, *Miembro*

Kennedy Ng, *Miembro*
Alejandro Velazquez, *Miembro*

Superintendente
de Escuelas
Silvia Abbato

Asistente
Superintendentes
John Bennetti
Geraldine Perez

Secretario de la Junta/
Director de Facilidades
Justin Mercado

Administrador de
Negocios
Anthony Dragona

Asistente de la
Superintendente
Diane Capizzi

UNION CITY BOARD OF EDUCATION

Union City

Public Schools

BUILDING COMMUNITY AND PROVIDING OPPORTUNITY FOR THE CHILDREN OF UNION CITY

Registration for Early Childhood Education Program Is Now Open

Give your young child a head start on school by registering them for Union City's award-winning Early Childhood Education Program.



The program is free to all Union City residents. The hours of our instructional component are from 7:55 a.m. to 2:55 p.m.; however, please note that eligibility for before- and after-care (wrap-around services) is based on family income.

Students must be three, four, or five years of age by September 1, 2026, to be eligible.

To enroll your child, kindly download the application on our website at www.ucboe.us, scan the application, and email it to obarrios@ucboe.us. You may also drop it off in person at the Eugenio Maria de Hostos Center for Early Childhood Education at 2200 Kennedy Blvd., Monday through Friday, from 7:55 a.m. to 2:55 p.m., for all children ages three, four, or five years old only. (PLEASE DO NOT GO TO CENTRAL REGISTRATION on Palisade Avenue.)

Thanks to the support of Mayor Brian P. Stack and the Board of Education, we offer an excellent learning environment. We provide free breakfast, lunch, and snacks. It fills up quickly, so please don't wait to register your child today.

Please follow the application instructions carefully before submitting your application.

Follow Us:

f Facebook: Union City Schools **t Twitter:** @schools_uc **ig Instagram:** Union City Schools

UNION CITY
BOARD OF
EDUCATION

Ydalia M. Genao, *President*
Carlos H. Vallejo, *Vice-President*

Maria Hurtado, *Trustee*
Joseph Isola, *Trustee*
Alicia Morejon, *Trustee*

Kennedy Ng, *Trustee*
Alejandro Velazquez, *Trustee*

Superintendent
of Schools
Silvia Abbato

Assistant
Superintendents
John Bennetti
Geraldine Perez

Board Secretary/
Director of Facilities
Justin Mercado

Business
Administrator
Anthony Dragona

Assistant to the
Superintendent
Diane Capizzi



NEW E-BIKE LAWS

NEW RULES. SAFE RIDES. STRONGER COMMUNITIES.

E-BIKE LAW HIGHLIGHTS

RIDER AGE REQUIREMENT

All e-bike riders must be at least 15 years old.

Riders under 15 may not operate an e-bike or motorized bicycle.

LICENSE OR PERMIT REQUIRED

A driver's license or e-bike/motorized bicycle license is now required.

- Riders age 17 and older must possess a valid driver's license or motorized bicycle license.
- Riders ages 15-16 must obtain a motorized bicycle permit or license.

REGISTRATION REQUIRED

E-bikes must be registered with the New Jersey Motor Vehicle Commission (NJMVC).

INSURANCE REQUIREMENTS

Insurance is required for certain e-bikes.

- Throttle-Assist Bikes (Class 2 / Class 3): Required by law.
- Pedal-Assist Bikes (Class 1): Exempt.

Slower e-bikes that only provide electric assistance when you pedal (and cut off at 20 mph) do not require insurance, though they still require registration with the MVC.

HELMETS ARE MANDATORY

Helmets are mandatory for all e-bike riders, regardless of age.

NEW E-BIKE CLASSIFICATIONS

- Low-Speed Electric Bicycle (pedal-assist only, up to 20 mph).
- Motorized Bicycle (certain throttle-capable or faster e-bikes up to 28 mph).
- Electric Motorized Bicycle (over 28 mph).

REFLECTORS REQUIRED

- Operating an e-bike from dusk to dawn requires a reflector.

MODIFICATION KITS PROHIBITED

Selling modification kits that convert compliant e-bikes into higher-speed motorized vehicles is prohibited



MOTORIZED SCOOTER (E-SCOOTER) LAWS

The 2026 legislation did not significantly change New Jersey's existing low-speed electric scooter rules. E-scooters generally remain exempt from registration, insurance, and driver's license requirements.

Low-speed electric scooters may continue to operate on roads, bike lanes and bicycle paths where permitted.

Local governments and state agencies may restrict their use on certain paths or trails.

E-scooters remain subject to the same traffic laws that apply to bicycles unless otherwise specified by law.

IMPORTANT COMPLIANCE DATE

Riders have until approximately **JULY 19, 2026** to obtain the required registration and licensing for e-bikes under the new law.

NJMVC has been developing the licensing and registration process throughout 2026.

E-BIKE CLASSIFICATIONS

Low-Speed Electric Bicycle

Pedal-assist only, **up to 20 mph**
(Class 1)

Motorized Bicycle

Certain throttle-capable or faster e-bikes **up to 28 mph**
(Class 2 / Class 3)

Electric Motorized Bicycle

Over 28 mph





Horario :

10 AM - 5 PM Lunes
10 AM - 6 PM Martes
10 AM - 6 PM Miércoles
10 AM - 5 PM Jueves
10 AM - 7 PM Viernes
10 AM - 5 PM Sábado

Cerrado el Domingo

Disponibilidad del doctor :

Martes, Miércoles, Viernes y
Sábado.



Moved to:
6219
Bergenline
Ave, WNY.
NJ 07093.

Contact us 

info@internationalopticalwny.com
internationalopticalwny.com



International Optical

6219 Bergenline Avenue

West New York, NJ 07093

info@internationalopticalwny.com

Llámenos o envíenos un mensaje de texto:

(201) 430-3735 (Teléfono)

(862) 419-6620 (Mensaje de texto)

Sr. Héctor Rodríguez, Óptico

El Sr. Héctor Rodríguez es un profesional de la vista con experiencia que brinda servicios medidos y de calidad a todos los visitantes de International Optical.



Dra. Jessica Serra, Optometrista

La Dra. Jessica Serra es una profesional regulada con muchos años de experiencia y proporciona una amplia gama de práctica visual a la comunidad.

