

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

DIMENSION

EDICION DIGITAL - JUNIO 24 - 2024



NAYIB BUKELE, UN EJEMPLO A SEGUIR...

SEMANA
a
SEMANA
4 - 8
ABORTOS EN USA

A 3D medical illustration of a fetus in a hand, set against a red background. A small blue 'B' logo is in the top right corner.

LAS MEJORES PC 2024
Escritorio o Laptop?

A woman sitting in a chair, interacting with a large, glowing digital interface filled with various icons and data points.

CÓMO RESPIRAN LOS PECES?

A close-up of a fish's head with its mouth open, showing its gills. The background is white with some water droplets.

EL SER HUMANO EN EL AÑO 3000...

A collage of various futuristic human faces, some with glowing eyes and cybernetic features, set against a dark background with blue and yellow highlights.

HISTORIA, CURIOSIDADES Y MAS... DEL CANAL DE PANAMA

An aerial view of the Panama Canal, showing the waterway, locks, and surrounding landscape with green hills and blue water.



BREVE CUENTO DESDE UNA PERSPECTIVA 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.

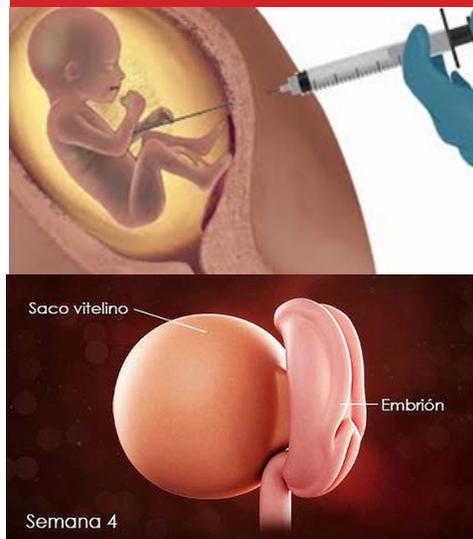
Así, Elena se convirtió en un faro de esperanza para su hijo y para todos los que la rodeaban. Las mariposas continuaron susurrando, esta vez con palabras de gratitud y admiración. Porque, al final del día, la vida es un regalo precioso que debemos proteger, incluso cuando enfrentamos tempestades.

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

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



En 2023, se registraron más de un millón de abortos en Estados Unidos, 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 2023



#LibertadParaLosPresosPolíticos

LIZANDRA GONGORA

Presos Políticos
37 AÑOS

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

DIMENSION EDICION DIGITAL

Directora: Cristina Garcia / Publisher: Andres Garcia

Asesor legal: Abogado, Manuel, J. Garcia

Diseño: Kanton Productions / Fotografía: Felicia Perez

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

BUSQUENOS EN: WWW.DIMENSIONNEWSPAPER.COM

Debate about new city regulations

BRIAN P. STACK

ALCALDE DE UNION CITY Y SENADOR ESTAL, NJ

*Los
Intereses
del
Pueblo
son lo
Primero..*

***Si...
lo
Primero!***



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

NO PAGADO CON DINERO DE LOS CONTRIBUYENTES.



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

OFFICE HOURS

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

**FREE PARKING
LOT AVAILABLE**

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



TOTAL CARE
PHYSICAL THERAPY & SPORTS MEDICINE

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



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



**TOTAL CARE PHYSICAL
THERAPY & SPORTS
MEDICINE**

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



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

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

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

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



**MOST INSURANCE
PLANS ACCEPTED**

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

HABLAMOS ESPAÑOL

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





La ONG "Prisoners Defenders" denunció que, a pesar de algunos excarcelamientos por cumplimiento de condena este mes, la lista de presos políticos en Cuba ha vuelto a crecer hasta alcanzar 1.092. Además, más de 200 de ellos no reciben el tratamiento médico necesario.

El Parlamento Europeo también ha condenado la represión del régimen de Díaz-Canel y ha documentado un aumento significativo en el número de prisioneros políticos y de conciencia en la isla.

La situación es alarmante y requiere atención internacional.

Se puede esperar que liberen a los presos políticos cubanos ?

La Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) ha presentado varias vías legales para la excarcelación de los presos políticos cubanos. Aunque el Estado cubano cuenta con estas opciones, la voluntad política para actuar correctamente sigue siendo un desafío.

Algunas de las alternativas incluyen:

Ley de Amnistía: Podría ser aprobada por la Asamblea Nacional del Poder Popular para liberar a prisioneros por motivos políticos o de conciencia, independientemente de su sanción.

Indultos: Establecidos en los artículos 90, inciso f) y 93 del Código Penal, podrían liberar al 100% de los presos políticos.

Licencia Extrapenal: Prevista en la nueva Ley de Ejecución Penal, permite conceder licencias por causas humanitarias al 100% de los condenados.

Libertad Condicional, Libertad por Concepto de Nulidad Procesal, Sobreseimiento Definitivo o Libre y Total, y Criterio de Oportunidad.

A pesar de estos esfuerzos, la Asamblea Nacional del Poder Popular recientemente denegó una solicitud de Ley de Amnistía para liberar a los presos políticos.

La situación sigue siendo compleja, pero organizaciones como Amnistía Internacional continúan instando al régimen cubano a liberar a los detenidos por ejercer sus derechos fundamentales.

Esperemos que se encuentre una solución justa y humanitaria para todos los afectados.



Victimas del COMUNISMO Reprimid x el Ominoso PComunist@ de Cuba

Libertad para Los Presos Politicos

Duvier Medina Quintero
Condena: 18 años

No Al Comunismo SOSCUBA No Al Socialismo

Victimas del COMUNISMO Reprimid x el Ominoso PComunist@ de Cuba

Libertad para Los Presos Politicos

Fredi Beirut Matos
Condena: 9 años

No Al Comunismo SOSCUBA No Al Socialismo

Victimas del COMUNISMO Reprimid x el Ominoso PComunist@ de Cuba

Libertad para Las Presas Politicas

Sissi Abascal Zamora
Condena: 6 años

No Al Comunismo SOSCUBA No Al Socialismo

Victimas del COMUNISMO. Reprimid@ x el Ominoso PComunist@ PCC

Libertad para Las Presas Politicas

Katia Beirut Rodríguez
Condena: 10 años

No al Comunismo SOSCUBA No al Socialismo

Victimas del COMUNISMO Reprimid x el Ominoso PComunist@ de Cuba

Libertad para Los Presos Politicos

Alexander Guillermo Martínez Amoroso
Condena: 17 años

No Al Comunismo SOSCUBA No Al Socialismo

Victimas del COMUNISMO Reprimida X el Ominoso PCC

Libertad para Las Presas Politicas

Yusnaira González Pérez
Condena: 5 años

No al Comunismo SOSCUBA No al Socialismo

Victimas del COMUNISMO Reprimid x el Ominoso PComunist@ PCC

Libertad para Los Presos Politicos

Francisco Reyes Rodriguez
Condena: Cadena perpetua

No Al Comunismo SOSCUBA No Al Socialismo



**Por:
Pedro Pérez Hernández.**

Mamá tengo hambre, Decía un pequeño, muy allá en el pasado. ¿Qué quieres comer?, preguntaba, la enérgica y alegre Mamá y argumentaba, en el refrigerador hay kake, helados, queso crema, dulce de fruta bomba, pero si esperas un poquito, la carne casi esta lista y estoy preparando la ensalada, después puedes comer lo que desees,

de postre.

Esa narración es casi un cuento de Hadas, pero vista desde hoy en el presente.

Y hablando del presente, quien, aunque de manera muy pestilente partió hace algunos años, cada día está más presente, el tirano Fidel. Si Fidel, hoy estas por todas partes, en las enfermedades curables de los pacientes, pero que se tornan crónicas por la falta de medicamentos, o también por la falta de correctos

diagnósticos, porque los buenos médicos se apresuran a escapar de la miseria de tu castrismo, estas Fidel en la falta de alimentos, porque te robaste todas la tierras y las volviste improductivas, las gente salió de los campos por erradas políticas de tu apestoso sistema dictatorial

Estas Fidel en el desastres de los permanentes apágones, porque te creíste ingeniero eléctrico y pretendiste hacer una revolución energética, que idiota o sinvergüenza fuiste.

Estas Fidel en la podredumbre de la moral de la sociedad que, cada día pierde a ritmo acelerado las buenas costumbres, lo que siempre fue indecente, hoy es aplaudido por mayoría y hasta de manera escandalosa impuesto a la sociedad a la fuerza, hasta un código de familia perverso pasaron recientemente, Fidel estas presente en la frustración de la generalidad de la sociedad cubana, hoy cada individuo solo desea escapar de los logros revolucionarios , y no hay excepción, hasta tus comprometidos fiscales que perseguían y encarcelaban a los valientes

del 11 de julio del 2021, han llegado al exilio cubano, una prueba de que no tienen moral, son verdaderos descarados y sinvergüenzas, el colmo de los colmos, hasta el consentido hijo de tu gordo primer ministro, intentó beneficiarse del programa de parol.

Fidel, para el bien de los cubanos, cuando pase el tiempo y sé que será muy pronto, cuando tu maldito castrismo sea borrado de la faz de la tierra. Cuando un niño diga Mamá tengo hambre, el cuento del pasado, se hará nuevamente una realidad, será cuando los apagones sean historia del pasado y nuevamente los refrigeradores, estén repletos de golosinas, y no como en el presente, tristemente hoy cuando la Mama escucha a su niño decir Mamá tengo hambre, Ella se queda en silencio, con sus ojos llenos de lágrimas.

Gracias.

Pd: Esta publicación la pensé en el día de la madre, pero no quise ensombrecer ese día y echar más penas a las bellas Mamas cubanas, hoy es diferente, es el día de los robles y algo tenemos que hacer.

El Grupo IDEA Alerta: «Las Elecciones en Venezuela se Realizarán en un Contexto de Facto, sin Garantías institucionales»



Los 27 expresidentes integrantes de la Iniciativa Democrática de España y las Américas (IDEA) emitieron una declaración en la que aseguran que las elecciones en Venezuela se realizarán sin garantías democráticas.

Por ello el grupo sostuvo que respalda al G7, que expresó desde Italia su preocupación por el incumplimiento de los Acuerdos de Barbados por parte del chavismo. En particular “con respecto a los derechos de la oposición dentro del proceso electoral” sostenidamente vulnerados y “la decisión de retirarse la invitación a una misión de observación electoral de la Unión Europea”.

«Hacemos constar que las elecciones presidenciales previstas para el venidero 28 de julio, en las que se impidió la inscripción como candidata de la líder indiscutible de la re

sistencia democrática, María Corina Machado, luego la de Corina Yoris propuesta por esta, y aceptándose la candidatura del embajador Edmundo González Urrutia a instancias de la misma Machado y de los partidos que forman la Plataforma Unitaria, se realizarán en un contexto de facto, sin garantías institucionales», dijo el grupo IDEA.

«Estaremos vigilantes del proceso hacia las elecciones presidenciales»

«Podemos afirmar, en suma, que el desconocimiento de la voluntad democrática mayoritaria que se está expresando en Venezuela, de ocurrir, representará un atentado grave e integral a los elementos esenciales y componentes fundamentales de la democracia que obligan a las naciones americanas y europeas», agregó.

Los expresidentes añadieron: «Estaremos muy atentos y vigilantes



MARIA CORINA MACHADO

del proceso hacia las elecciones presidenciales previsto, en prueba de solidaridad con la fuente legítima de todo poder, a saber, el ejerci

cio libre del derecho al voto de todo ciudadano y a ser elegido, sin temor ni discriminaciones de ninguna índole».

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...

JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

Las Escuelas Públicas de *Union City*

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

ESTUDIANTES DE ESCUELA PRIMARIA RECIBEN TUTORÍA ADICIONAL

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

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

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

Síguenos en:



Facebook: Union City Schools



Twitter: @schools_uc



Instagram: Union City Schools

LA JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

Ydalia M. Genao, *Presidente*

Joseph Isola, *Miembro*

Kennedy Ng, *Miembro*

Superintendente

Asistente

Secretario de la Junta/

Administrador de

Asistente de la

Carlos H. Vallejo, *Vice-Presidente*

Fr. Aro Nathan, *Miembro*

Alejandro Velazquez, *Miembro*

de Escuelas

Superintendentes

Director de Facilidades

Negocios

Superintendente

Alicia Morejon, *Miembro*

Silvia Abbato

John Bennetti

Justin Mercado

Anthony Dragona

Diane Capizzi

Geraldine Perez



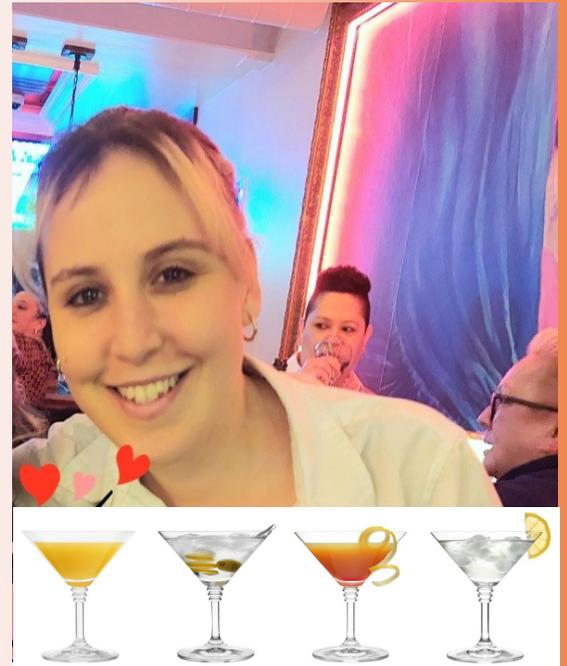
LA EDUCACION ES EL PASAPORTE AL FUTURO



Laura Arteaga
HANDCRAFTED
COCKTAILS

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

Laubar
HANDCRAFTED COCKTAILS



LAURA ARTEAGA
HANDCRAFTED
COCKTAILS

**SERVICIO DE
BARTENDER
PARA TODA
OCASION**





Cuales son las Mejores Computadoras de Escritorio en 2024

En 2024, hay varias opciones destacadas para computadoras de escritorio. Aquí tienes algunas de las mejores:

Dell XPS 8960: Esta es una excelente opción en términos de rendimiento y flexibilidad. Viene con un procesador Intel Core i7-13700K, GPU Nvidia RTX 4080, 32 GB de RAM DDR5-4800 y un almacenamiento de 1 TB NVMe SSD.

Además, cuenta con múltiples puertos USB y una ranura para tarjetas SD.

Lenovo Legion Tower 7i: Si eres un gamer, esta computadora es una gran elección. Tiene un procesador Intel Core i9-13900KF, GPU Nvidia RTX 4080, 32 GB de RAM DDR5-5600 y un almacenamiento de 1 TB NVMe SSD. También ofrece una variedad de puertos para tus necesidades.

Apple iMac de 21.5 pulgadas: Si prefieres Apple, este iMac es una opción sólida. Aunque es más compacto, sigue siendo potente y adecuado para tareas diarias.

Recuerda que la elección dependerá de tus necesidades específicas, como trabajo, juegos o ambos. ¡Espero que encuentres la computadora perfecta para ti!

En 2024, hay varias opciones destacadas para computadoras de escritorio.

Aquí tienes algunas de las mejores:

Dell XPS 8960: Esta es una excelente opción en términos de rendimiento y flexibilidad. Viene con un procesador Intel Core i7-13700K, GPU Nvidia RTX 4080, 32 GB de RAM DDR5-4800 y un almacenamiento de 1 TB NVMe SSD. Además, cuenta con múltiples puertos USB y una ranura para tarjetas SD.

Lenovo Legion Tower 7i: Si eres

un gamer, esta computadora es una gran elección. Tiene un procesador Intel Core i9-13900KF, GPU Nvidia RTX 4080, 32 GB de RAM DDR5-5600 y un almacenamiento de 1 TB NVMe SSD. También ofrece una variedad de puertos para tus necesidades.

Apple iMac de 21.5 pulgadas: Si prefieres Apple, este iMac es una opción sólida. Aunque es más compacto, sigue siendo potente y adecuado para tareas diarias.

Recuerda que la elección dependerá de tus necesidades específicas, como trabajo, juegos o ambos. ¡Espero que encuentres la computadora perfecta para ti!

¡Claro! Aquí tienes algunas curiosidades informáticas interesantes:

Contraseña de misiles nucleares:

La contraseña de los ordenadores encargados de controlar los misiles nucleares del ejército de los Estados Unidos durante años fue "00000000". Y, por si a alguien se le olvidaba, a ciertos soldados les fue entregada escrita en un papel. ¡Estamos vivos de milagro!

Primer ratón: El primer ratón se construyó en 1964 y estaba hecho de madera. Lo diseñó el ingeniero Douglas Engelbart y tenía una forma un tanto aparatosa. ¿Tendría la famosa "bola" que portaban los antiguos ratones?

Energía consumida por Google:

Google estima que consume cada año la energía equivalente a 200,000 hogares. Y todo eso para indexar menos del 1% de la información que contiene la red. Impresionante, ¿verdad?

"Bug" la polilla:

El término "bug" (error) se

originó por una polilla. En concreto, la que causó el mal funcionamiento del ordenador Mark III en 1947. Un momento histórico para la informática.

Registro de dominios:

Cada mes se crean más de 6,000 nuevos virus informáticos. Parece una voraz carrera por superar al número de virus biológicos. ¡Una carrera un tanto chunga!

Parpadeos de un Internauta:

Los internautas parpadean menos de lo habitual: una media de 7 veces por minuto, cuando lo normal son 20 veces. Ahora ya sabes por qué necesitas echarle tanto colirio en los ojos.

El garaje del poder:

La misma persona que alquiló su garaje a Larry Page y Sergei Brin para que desarrollaran Google terminó convirtiéndose en CEO de YouTube. Se trata de Susan Wojcicki. Eso sí que es saber estar en el momento y en el lugar adecuados.

CAPTCHA:

La palabra "CAPTCHA"

Significa "Completely Automated Public Turing Test to tell Computers and Humans Apart", o lo que viene a ser "Prueba de Turing completamente automática y pública para distinguir máquinas de humanos".

HAY CONVERSACIONES
QUE CAMBIAN UNA VIDA

rna
fashion & beauty

Avon Mary Kay & Jafra products
Rocio De la Jara
201.866.0388 201.913.0182
412 37th Street
Union City, NJ 07087

Recibiendo una proclama por parte del alcalde Brian Stack en representación del senado estatal de New Jersey. El reconocimiento fue debido a los 28 años de trabajo social y comunitario como miembro de la Asociación Cívica Brian Stack. La gráfica muestra a los comisionados Celín Valdivia, Wendy Grullón, un servidor, la comisionada Maryury Martinetty, el alcalde y senador estatal Brian Stack y el comisionado Lucio Fernández. Este homenaje lo he recibido con orgullo y humildad. Gracias señor Stack..



Jfirenovations LLC.

DISEÑADOR DE INTERIORES Y EXTERIORES
Electricidad, Plomería, Instalaciones de
Accesorios Electricos en General

Telefono: 787-530-3285

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





 **(201) 553 - 1636**



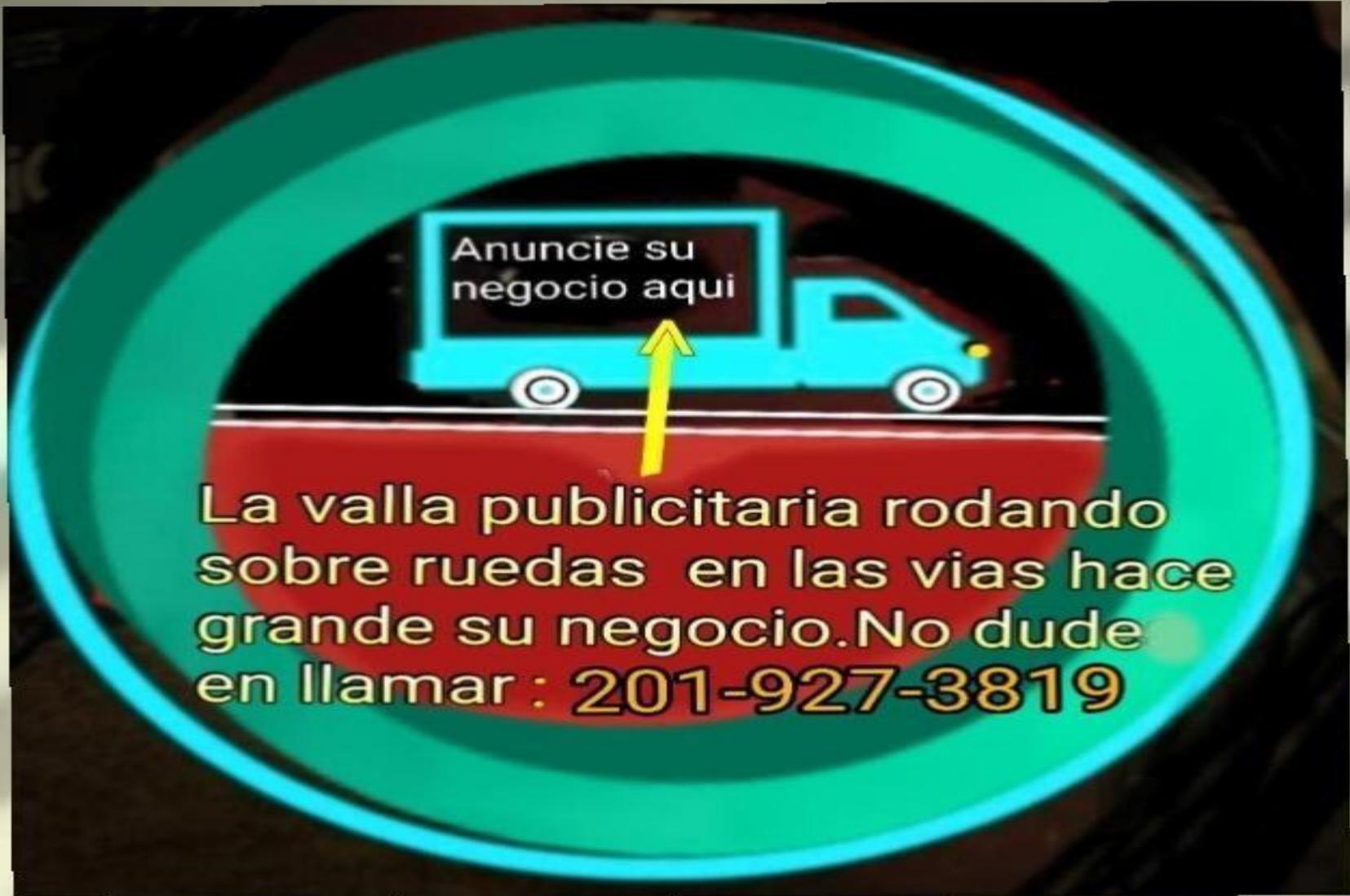
JOYERIA FRANKLIN

**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**





DELMONACO 
ADVERTISEMENT, LLC

"Your dream in communication"

DELMONACO 
ADVERTISEMENT, LLC

Services:

Printing - Jingles - Billboard Truck

Contact us Right now!

(201)9273819

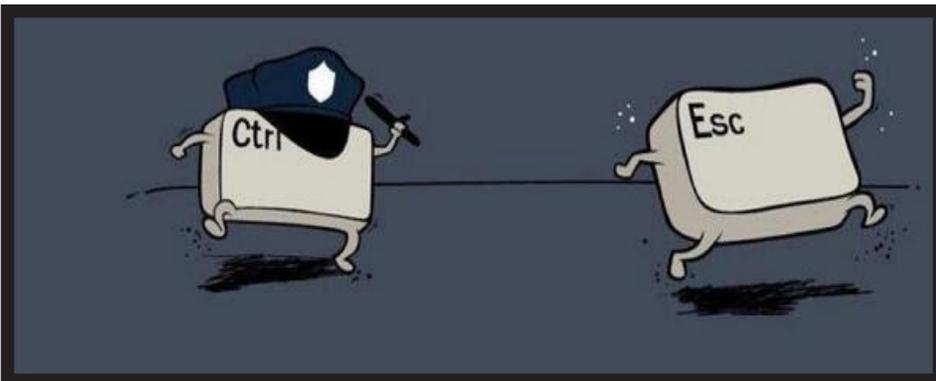
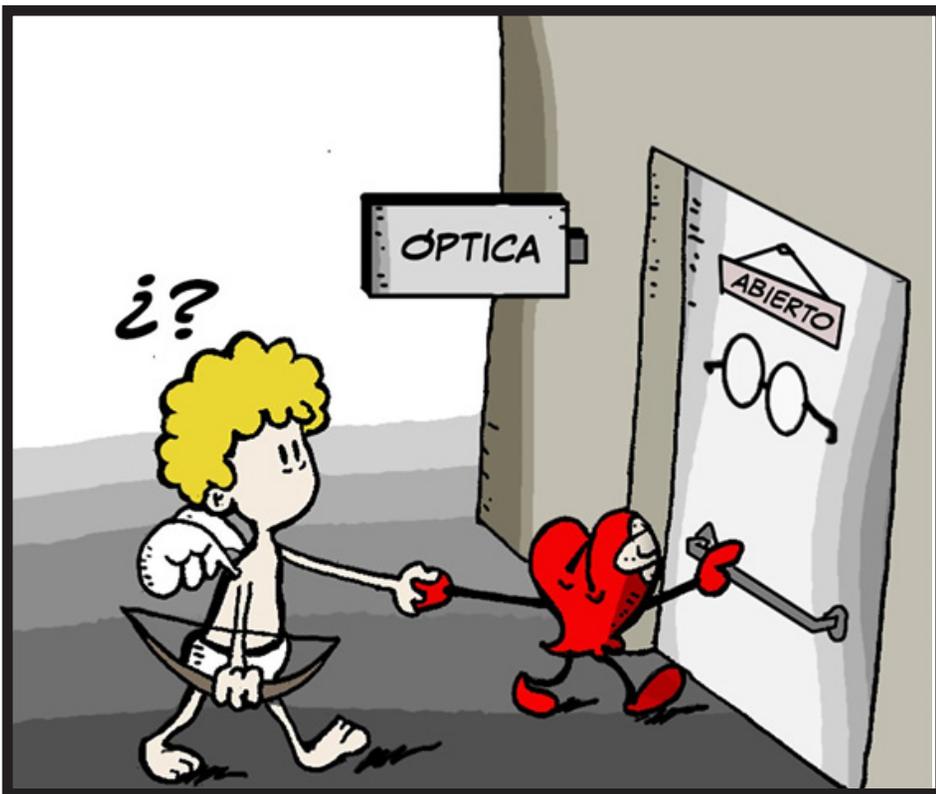
Angelo Del Mónaco, Director

delmonacoadvertisement@aol.com



¿CÓMO SE DICE VETERINARIO EN INGLÉS?

Dogtor




¿CÓMO SE DICE GRUPO DE ÁRBOLES EN RUSO?

Boschke



HUMORISMO

Una pareja de ancianos va a un restaurante de comida

Por: **Francisco Bernal**

* Un hombre le dice a un amigo:

rápida, donde con cuidado divide en dos la hamburguesa y las papas fritas. Un camionero siente pena por ellos y se ofrece a comprarle a la esposa su propia comida.

—Mi esposa está en una dieta de tres semanas.

—¿De verdad? ¿Cuánto ha perdido hasta ahora?

—Dos semanas.

—No se preocupe —dice el anciano—, nosotros compartimos todo. Unos minutos después, el camionero se da cuenta de que la esposa no ha probado bocado.

* Un oficial de policía preocupado se acerca a un niño que está llorando frente a un puesto de revistas.

—¿Qué sucede? —le pregunta.

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

—De verdad no me importa comprarle su propia comida —insiste. —No se preocupe, ella comerá su parte —le asegura el anciano—. Lo compartimos todo.

—No te preocupes, yo me encargo —le dice el oficial—. ¡Oye, Superman!

—grita—. ¡Sal, no te haremos daño!

Poco convencido, el camionero le pregunta a la esposa:

—¿Por qué no come?

—¡Porque estoy esperando a que mi esposo me preste la dentadura!

* 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.

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

* 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 computadora portátil.



Gio's
PIZZERIA

BYOB

PRESTO'S
New York
Est. 1950
Hackensack, NJ
BRICK OVEN PIZZA & PASTA

QUALITY SERVICE & PRICE

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

200 39TH STREET
UNION CITY, NJ 07087

WE DELIVER

CATERING FOR ALL OCCASIONS
ASK FOR THE SPECIAL OF THE DAY



Aquí tienes algunas curiosidades interesantes sobre Inglaterra:

Nombre y Territorio:

Inglaterra es parte del Reino Unido, junto con Escocia, Gales e Irlanda del Norte. No es correcto hablar solo de "países de Inglaterra". El país completo es el Reino Unido.

Si Inglaterra fuera independiente, sería el 25º país más poblado del mundo, ya que el 84% de la población del Reino Unido vive allí.

Idioma:

Aunque el inglés es el idioma oficial actual, durante casi 300 años (1066-1362), el francés fue la lengua oficial en Inglaterra.

Monumentos Megalíticos:

Stonehenge y Avebury, dos famosos monumentos en forma de círculo, fueron construidos durante el Neolítico

en territorio inglés.

Universidades Prestigiosas:

Inglaterra alberga tres de las universidades más famosas del mundo: Oxford, Cambridge y Londres.

Londres y su Historia:

Londres, la capital de Inglaterra y del Reino Unido, ha tenido varios nombres a lo largo de la historia, como Londonium, Ludenwic y Ludenburg.

La canción de cuna "London Bridge is Falling Down" podría tener más de 1.000 años de antigüedad debido a la historia del puente de Londres.

Clima y Costumbres:

El clima es oceánico templado y húmedo.

La tradición del té de la tarde se originó en Inglaterra en 1840 por la duquesa de Bedford.

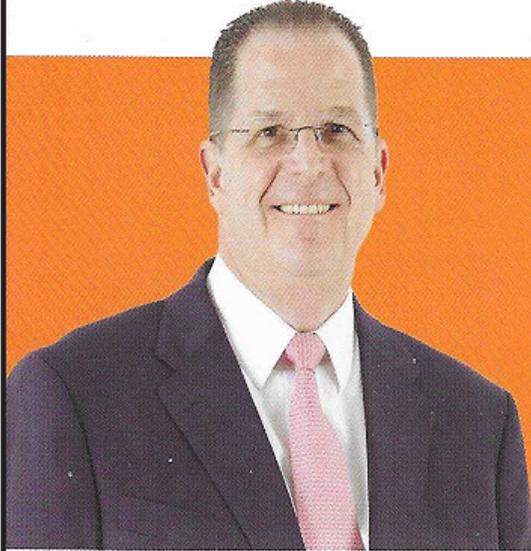
CARMONA
REALTY GROUP LLC

Antonio Gutierrez
305.215-4501
tonyghomes@aol.com

www.tonygutierrez.com



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!



**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 2024 — 2025

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

El programa es de Lunes a Viernes

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

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

Padres que tienen un hijo / a que cumpla tres o cuatros años de edad en o antes de Septiembre 1ro de 2024 pueden registrase directamente en el centro de registracion ubicado en: 2200 Kennedy Boulevard en Union City.

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

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

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

Apurese y registre a su hijo / a El Programa Comienza Septiembre 5, GRATIS !

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

JUNTA DE EDUCACION DE UNION CITY

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

Silvia Abbato, Superintendente de las Escuelas

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



El perro tiene su origen en el lobo, con el que comparte un 98% de su genoma. Pertenece a la familia de los cánidos, un grupo de carnívoros divididos en unas 38 especies que incluye a lobos, perros y chacales, entre otros. Numerosos estudios genéticos colocan como lugar de origen del perro doméstico el sudeste asiático hace unos 33,000 años

Además, se sabe que los perros descienden de los lobos grises de Eurasia, que fueron domesticados entre 15,000 y 40,000 años atrás.

Aunque aún existen algunas incógnitas, la ciencia nos ofrece valiosas respuestas sobre la relación entre el lobo y el perro, así como la evolución de las razas caninas.

Cuales son las razas de perros mas comunes.

Aquí tienes algunas de las razas de perros más populares en todo el mundo:

Husky siberiano: Originario de Rusia, este perro fue utilizado durante mucho tiempo como trabajador en trineos. Su apariencia similar a la del lobo, con un cuerpo fuerte, musculoso y ojos azules o de diferentes colores, lo hace favorito entre los amantes de los perros. Necesitan actividad física regular y pueden ser propensos a enfermedades como cataratas y epilepsia.

Golden retriever: Proveniente del Reino Unido, el golden retriever es amigable, cariñoso con los niños y crea fuertes lazos familiares. Aunque no es el mejor perro guardián, es uno de los más amigables y fáciles de entrenar. Problemas comunes incluyen displasia de cadera y obesidad.

Caniche (o poodle): Originario de Francia, el caniche es compacto y adorable. Aunque generalmente saludable, puede sufrir enfermedades menores como la otitis.

Pastor alemán: Noble y leal, el pastor alemán es un perro imponente con un cuerpo elegante. Fue utilizado en Alemania como perro de pastoreo y es conocido por su papel como perro policía. La displasia de cadera es un problema común en esta raza.

Yorkshire terrier: Pequeño y lleno de energía, el Yorkshire terrier es popular por su apariencia elegante

y su personalidad vivaz. Aunque saludable en general, puede ser propenso a problemas dentales.

Dálmata: Famoso por su pelaje blanco con manchas negras, el dálmata es enérgico y juguetón. Sin embargo, puede ser propenso a la sordera hereditaria.

Bóxer: Robusto y lleno de energía, el bóxer es un excelente compañero. Puede sufrir problemas cardíacos y cáncer, pero su temperamento amigable lo convierte en una gran opción para familias.

Chihuahua: El chihuahua es el perro más pequeño del mundo. Aunque frágil, es valiente y leal. Problemas comunes incluyen luxación de rótula y enfermedades dentales

CURIOSIDADES DE LOS PERROS DOMESTICOS

Los perros son criaturas fascinantes y llenas de curiosidades. Aquí tienes algunas:

Olfato extraordinario: El sentido del olfato de los perros es asombroso. Pueden detectar olores a distancias increíbles y rastrear incluso las más mínimas esencias. Por eso, se utilizan en tareas como búsqueda y rescate, detección de drogas y localización de personas desaparecidas.

Lenguaje corporal: Los perros se comunican principalmente a través de su lenguaje corporal. Mueven la cola, las orejas y cambian su postura para expresar emociones como alegría, miedo o sumisión. Observar su comportamiento puede decirnos mucho sobre su estado de ánimo.

Lamerse las patas: Los perros se

laman las patas no solo para limpiarlas, sino también como una forma de relajación. Además, las glándulas sudoríparas en sus almohadillas liberan feromonas que les ayudan a comunicarse con otros perros.

Dormir enroscados: A menudo vemos a los perros durmiendo en posiciones curiosas, como enroscados. Esto se debe a su instinto ancestral de mantenerse protegidos y conservar el calor corporal.

Sentido del tiempo: Los perros tienen una noción del tiempo diferente a la nuestra. No entienden conceptos como “minutos” o “horas”, pero pueden anticipar rutinas diarias y reconocer cuándo es hora de comer o salir a pasear.

Ladridos específicos: Los perros tienen diferentes tipos de ladridos para expresar distintas necesidades. Hay ladridos de alerta, de juego, de ansiedad y más. Los dueños a menudo aprenden a distinguirlos.

Huellas únicas: Al igual que las huellas dactilares en los humanos, las almohadillas de los perros son únicas. Cada perro tiene un patrón de surcos y crestas que los hace identificables.

Sueños caninos: Los perros también sueñan. Puedes notar sus patas moviéndose o escucharlos emitir pequeños gemidos mientras duermen. Se cree que sueñan con experiencias vividas durante el día.

Recuerda que cada perro es único y tiene su propia personalidad. ¡Siempre hay más por descubrir sobre estos maravillosos compañeros!



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



En los Estados Unidos, intentar suicidarse no es considerado un delito.

El suicidio es una de las principales causas de muerte en el país y un importante problema de salud pública. Cuando alguien se suicida, sus efectos se sienten en la familia, los amigos y las comunidades. Sin embargo, la ley no penaliza a las personas que intentan quitarse la vida. En lugar de castigo, se busca brindar apoyo y tratamiento a quienes enfrentan pensamientos suicidas.

Si conoces a alguien en crisis, te recomiendo que se comunique con la Línea de Prevención del Suicidio y Crisis llamando al 988 (en inglés o español) o enviando un mensaje de texto al mismo número. Esta línea ofrece apoyo gratuito y confidencial a personas en crisis de suicidio o angustia emocional las 24 horas del día, los 7 días de la semana en todo Estados Unidos.

Recuerda que siempre es importante buscar ayuda profesional si alguien está pensando en el suicidio.

Identificar a una persona con tendencias suicidas es crucial para ofrecer apoyo. Aquí hay algunas señales de advertencia que debes tener en cuenta:

Cambios de comportamiento: Si alguien de repente hace cosas que no

solía hacer, deja de disfrutar actividades que antes le satisfacían o se aísla, podría estar en riesgo.

Expresiones verbales:

Escucha si la persona habla sobre la muerte, el deseo de no existir o el suicidio. Frases como “voy a suicidarme” o “ojalá no hubiera nacido” son señales preocupantes.

Alteraciones emocionales:

Observa cambios de humor extremos, como pasar de la alegría a la tristeza profunda. También presta atención si alguien habla o escribe sobre la muerte o la violencia.

Descuido personal:

Si la persona descuida su apariencia o muestra desinterés en su cuidado personal, podría ser un indicador.

Regalos o asuntos en orden:

Si alguien regala pertenencias o pone en orden sus asuntos sin motivo aparente, es importante estar alerta. Recuerda que actuar es fundamental. Si crees que alguien está en peligro, busca ayuda inmediata llamando al 911 o al número local de emergencias. No dejes sola a la persona y ofrece tu apoyo.

En Estados Unidos, las cifras de suicidio han sido objeto de análisis y preocupación. Aquí tienes algunos datos

relevantes:

En 2021, las muertes por suicidio aumentaron de 45,979 a 48,183 (un incremento del 4.79%) en comparación con el año 2020. Esto representa 14.1 suicidios por cada 100,000 personas, ajustado por edad.

La tasa de suicidios en Estados Unidos es de 13.9 por cada 100,000 habitantes, superando la media mundial de 9.27 por cada 100,000 habitantes.

El aumento más significativo se registró entre los jóvenes de 15 a 24 años (+8%).

Es fundamental seguir trabajando en la prevención del suicidio y brindar apoyo a quienes lo necesitan.

Si conoces a alguien en crisis, no dudes en buscar ayuda profesional o comunicarte con la Línea Nacional de Prevención del Suicidio al 988. Cada vida cuenta, y la empatía y el apoyo pueden marcar la diferencia.

CURIOSIDADES DE SUICIDIOS

El suicidio es un tema complejo y, a menudo, mal comprendido. Aquí tienes algunas curiosidades y datos relevantes sobre el suicidio:

Magnitud del problema:

Cada año, cerca de 800,000 personas se suicidan en todo el mundo, lo que equivale a una muerte cada 40 segundos.

La mortalidad por suicidio supera la causada por guerras y homicidios.

El 78% de todos los suicidios ocurre en países de ingresos bajos y medianos.

Falsas creencias desmontadas:

No es un trastorno: El suicidio no es un trastorno en sí mismo, sino una conducta relacionada con la salud mental.

Los intentos importan: En la población general, los intentos de suici-

dio no consumados son un factor de riesgo importante. Cuantos más intentos previos, mayor la probabilidad de un intento posterior.

Indecisión común: Las personas suelen estar indecisas respecto al suicidio. La orientación adecuada puede marcar la diferencia.

Advertencias: El 80% de las personas que consuman el suicidio habían hablado claramente sobre su propósito. La mayoría acudió a servicios de salud mental antes del acto suicida.

Duración de la intención: La crisis suicida es temporal; no es un problema crónico. Intervenir es crucial para prevenir intentos futuros.

Paradoja: A veces, las personas se suicidan después de mejorar su estado depresivo.

Recuerda que la prevención y la comprensión son fundamentales. Si conoces a alguien en crisis, busca ayuda profesional o comunica tus preocupaciones a las autoridades adecuadas.





LA CASONA
CUBAN AND SALVADORIAN CUISINE
RESTAURANT
EST. 2002

CUBAN & SALVADORIAN GOURMET STYLE CUISINE



DOWNLOAD OUR FULL MENU

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

MONDAY THROUGH FRIDAY
LUNCH SPECIALS FROM \$10.95



HOME OR OFFICE DELIVERY WITH



OR ORDER DIRECTLY ON
LACASONANJ.COM

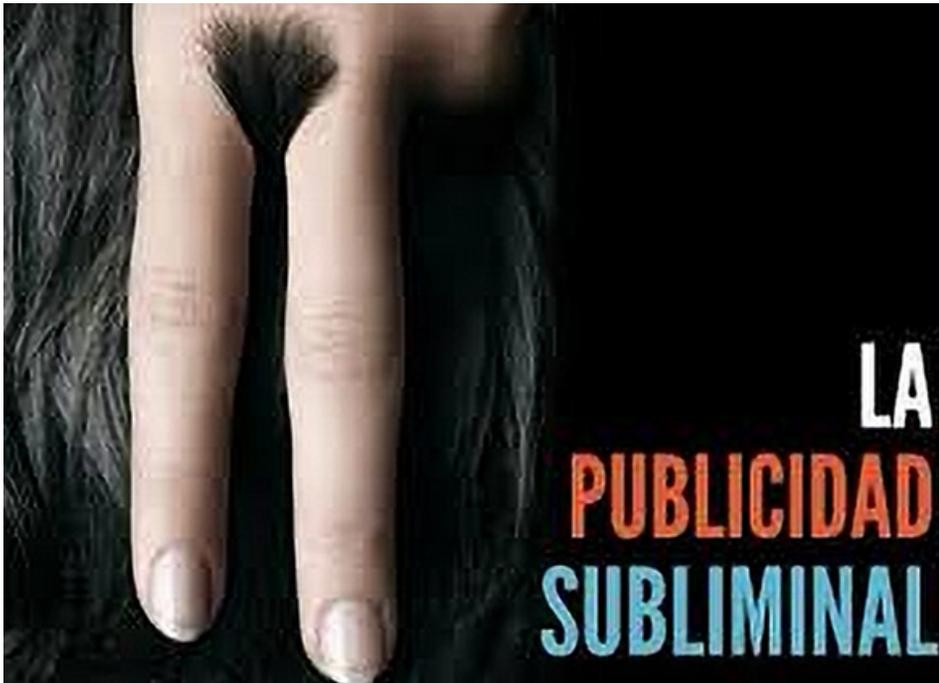
**Address: 414 38th St,
Union City, NJ 07087**

Menu: lacasonanj.com



OPENING HOURS | DELIVERY HOURS

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



La publicidad subliminal es fascinante y ha sido objeto de debate durante décadas. Permíteme explicarte más al respecto:

¿Qué es la publicidad subliminal?

La publicidad subliminal se refiere a anuncios que contienen mensajes no detectables a simple vista o audición consciente.

Estos mensajes están diseñados para influir en el espectador a nivel subconsciente.

Cómo funciona:

No tiene un poder de manipulación masiva, pero se vale de recursos visuales y auditivos.

Los aspectos como la edad, sexo, cultura y valores influyen en cómo interpretamos lo subliminal.

Los mensajes pueden motivarnos a comprar o consumir productos, pero esto depende de nuestra predisposición y asociaciones personales.

Historia:

El experimento de James Vicary en 1957, donde insertó mensajes imperceptibles en una película, popularizó la idea.

Aunque no pudo comprobar sus afirmaciones, despertó el interés en los mensajes subliminales.

En resumen, la publicidad subliminal busca influir sin que lo notemos conscientemente.

La publicidad subliminal es un tema intrigante que ha generado debates y controversias en el mundo del marketing. Permíteme propor-

cionararte información sobre este concepto:

La publicidad subliminal se refiere a la inserción de mensajes o estímulos ocultos en anuncios, logotipos o campañas promocionales con el objetivo de influir en el comportamiento del consumidor sin que este sea plenamente consciente.

Aquí tienes algunos puntos claves:

Definición:

La publicidad subliminal se dirige a lo que está “por debajo del umbral de la consciencia”. Estos estímulos son tan débiles o breves que no se perciben conscientemente, pero pueden afectar la conducta.

Historia:

En 1957, James Vicary incluyó dos fotogramas por segundo en una película que decían “Come palomitas, bebe Coca-Cola”. Aunque no hay evidencia científica sólida de su efectividad, esto aumentó las ventas de ambos productos. Sin embargo, la falta de regulación llevó a que se estudie y reglamente la publicidad subliminal.

Ética:

Existen dos enfoques: el correcto (mensajes ocultos legítimos) y el incorrecto (mensajes que estimulan energías cuestionables). Hoy en día, más de 50 países consideran la publicidad subliminal como un delito.

Ejemplos: Algunas marcas han uti-

lizado logotipos y anuncios con mensajes ocultos. Aunque su eficacia es debatida, es un tema fascinante en el mundo del marketing.

La publicidad subliminal es un tema fascinante que ha generado mitos y controversias a lo largo del tiempo. Permíteme compartir algunas curiosidades al respecto:

Emisiones en alta frecuencia:

Aunque popularizado por el experimento falso de James Vicary, la publicidad subliminal no se basa en mensajes ocultos en alta velocidad. Sin embargo, la idea persiste en la cultura popular.

Imágenes ocultas:

Algunos anuncios contienen líneas, siluetas o contornos que no se perciben a simple vista. Estas imágenes evocan reacciones inconscientes en el espectador y se asocian al producto.

Ambientaciones subliminales:

La elección de colores, música y escenarios en anuncios puede influir en nuestras emociones sin que lo notemos conscientemente.

Tecnología taquitoscópica:

Se proyectan imágenes a alta velocidad en un video normal. Nuestra mente consciente no las procesa, pero el subconsciente sí las percibe.

En resumen, la publicidad subliminal busca inducir comportamientos sin que el consumidor sea plenamente consciente.

La ciencia ha estado interesada en conocer cómo evolucionaría el ser humano, no solo en aspectos cognitivos sino también físicamente, es decir, cómo luciría algunos miles de años en el futuro. Según un grupo de investigación, la humanidad podría lucir de acuerdo con un prototipo llamado 'Mindy'. Este humano del futuro tendría algunas características notables:

Encorvamiento del cuerpo:

Debido al uso habitual de herramientas digitales como teléfonos inteligentes y monitores de computadora, la postura de las personas podría cambiar, resultando en un cuerpo más encorvado.

Grosor del cuello:

La tecnología también afectaría la anatomía humana, dando lugar a una nueva condición llamada "cuello tecnológico". Esto se relaciona con el impacto en el cuello debido al uso constante de dispositivos digitales.

En cuanto a la esperanza de vida, actualmente la máxima esperanza de vida para un ser humano es de alrededor de 150 años, según un estudio reciente. Sin embargo, esto podría cambiar en los próximos siglos, y la ciencia sigue investigando cómo retrasar el envejecimiento y mejorar la longevidad. En el año 3000, se espera que vivamos más años (hasta 120, en promedio) y tengamos características físicas diferentes, como una mayor estatura y una apariencia más atlética



Aunque estas predicciones son especulativas, es emocionante pensar en cómo podríamos evolucionar como especie en el futuro.

Aquí tienes algunas curiosidades sobre cómo podría ser el hombre del futuro:

Longevidad extendida:

Se espera que en el futuro, los avances médicos y la comprensión del envejecimiento nos permitan vivir más tiempo. Aunque no sabemos exactamente cuánto, es emocionante pensar que podríamos superar la esperanza de vida actual.

Mejoras cibernéticas:

Imagina humanos con implantes cerebrales, ojos biónicos y extremidades mejoradas. La tecnología podría fusionarse con nuestro cuerpo para mejorar nuestras capacidades físicas y cognitivas.

Colonización espacial:

Si logramos colonizar otros planetas, los humanos del futuro podrían vivir en Marte o más allá. Esto cambiaría nuestra biología y adaptación al espacio.

Modificación genética:

La edición genética podría permitirnos diseñar características físicas y prevenir enfermedades hereditarias.

Inteligencia artificial y mente compartida:
¿Podríamos conectarnos mentalmente a una red global? La IA podría ser parte integral de nuestra conciencia.

En resumen, el futuro nos reserva sorpresas fascinantes.

Por el momento solo podemos darte algunos consejos para mantener una apariencia más joven y saludable a medida que envejeces:

Cuida tu piel: Hidratación, protección solar y una buena rutina de cui-

dados de la piel son esenciales. Usa protector solar diariamente y mantén tu piel limpia e hidratada.

Ejercicio regular: Mantenerse activo ayuda a mantener la flexibilidad, la fuerza muscular y la salud cardiovascular. Elige actividades que disfrutes, como caminar, nadar o yoga.

Dieta equilibrada: Consume una variedad de alimentos ricos en antioxidantes, vitaminas y minerales. Prioriza frutas, verduras, proteínas magras y grasas saludables.

Descanso adecuado: Duerme lo suficiente para permitir que tu cuerpo se recupere y repare. El sueño es crucial para la regeneración celular.

Hidratación: Bebe suficiente agua para mantener tu piel hidratada y ayudar a eliminar toxinas.

Evita el estrés: El estrés crónico puede afectar negativamente tu salud y apariencia. Practica técnicas de relajación como la meditación o el yoga.

No fumar ni beber en exceso: El tabaco y el alcohol pueden acelerar el envejecimiento. Evita fumar y consume alcohol con moderación.

Mantén una actitud positiva: La mente y el cuerpo están conectados. Cultiva relaciones positivas, mantén intereses y mantén una actitud optimista.

Recuerda que el envejecimiento es natural y hermoso. ¡Cuidarte y disfrutar la vida es lo más importante!

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**

LA MARIN
CLEANING SERVICES

APARTMEN HOUSE OFFICE

201-466-8836

CLEAR CHANNEL

UNITED AGAINST HUMAN TRAFFICKING

LET THEM BE HEARD

1-888-3737-888

NATIONAL HUMAN TRAFFICKING RESOURCE CENTER HOTLINE

La primera transfusión de sangre entre seres humanos se realizó el 15 de junio de 1667. Fue llevada a cabo por el médico francés Jean-Baptiste Denys y su colega Paul Emmerets. En este procedimiento, transfirieron sangre de un cordero a un paciente de 15 años. Sin embargo, el paciente “se volvió loco algunos días después” y murió en un segundo intento de transfusión.

Este hito marcó el inicio de una nueva era en la medicina y sentó las bases para futuros avances en la transfusión sanguínea.

Transfusión de Sangre: Un Viaje Vital a Través de las Venas

La transfusión de sangre es un proceso que ha evolucionado a lo largo de la historia, desde sus misteriosos inicios hasta las prácticas modernas que salvan vidas. Permíteme guiarte a través de este fascinante recorrido:

Protohistoria y Mitología

En la antigüedad, la sangre se consideraba el elixir vital. Según la mitología, Medea rejuveneció a Anquises al reemplazar su sangre con la de jóvenes vigorosos, lo que se llamó la “cura de Medea”. Aunque este relato es legendario, marcó el



inicio de la fascinación por la transfusión.

Primeros Experimentos Documentados

En 1666, Richard Lower y Edmund King realizaron la primera transfusión entre perros. Samuel Pepys, en su diario, describió un experimento en el que se transfirió sangre de un perro a otro. Esto inspiró ideas audaces, como la de pasar sangre de un cuáquero a un arzobispo.

El Pionero: Jean-Baptiste Denys

El 15 de junio de 1667, Jean-Baptiste Denys y Paul Emmerets llevaron a cabo la primera transfusión de sangre entre un cordero y un ser humano. El paciente, un joven de 15 años, “se volvió loco algunos días después” y murió en un segundo intento de transfusión. Denys también

describió una reacción hemolítica postransfusional, sentando las bases para futuras investigaciones.

Componentes Sanguíneos y Riesgos

La sangre consta de glóbulos rojos, glóbulos blancos, plasma y plaquetas. Las transfusiones pueden reemplazar componentes específicos. Aunque son generalmente seguras, pueden tener complicaciones leves o graves. Las reacciones alérgicas son comunes, pero las infecciones (como VIH o hepatitis) son raras debido a rigurosas pruebas en bancos de sangre.

En resumen, la transfusión sanguínea es un vínculo vital entre generaciones, un acto de compasión y ciencia que sigue evolucionando para preservar la vida humana.

CURIOSIDADES DE LA SANGRE

Cantidad de Glóbulos Rojos: Tienes alrededor de 30 billones de glóbulos rojos en tu cuerpo. Estas células son las más abundantes y viajan por tus venas y arterias a unos 2 kilómetros por hora.

Vuelta al Mundo: Cada glóbulo rojo da 150,000 vueltas alrededor de tu cuerpo durante sus 3 o 4 meses de vida. Imagina esa carrera interna en tus venas.

Color de las Heces: Los eritrocitos muertos contribuyen al color marrón de tus heces. En lugar de desecharlos directamente, tu cuerpo extrae el hierro y genera bilirrubina, que luego se excreta en forma de bilis.

Sistemas de Grupos Sanguíneos: Hay más de 30 sistemas de grupos sanguíneos, aunque los más conocidos son A, B, AB y O. Estos grupos están clasificados por los ‘antígenos’ en la superficie de los glóbulos rojos.

Primer Éxito en Transfusión: La primera transfusión de sangre exitosa se realizó en 1818 por el obstetra británico James Blundell. El paciente era una mujer con hemorragia posparto.

SUGARMAN'S DRUG STORE

Taking care of your health over 100 years

OUR SERVICES

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

OTC CARDS ACCEPTED

OTC NETWORK
United Healthcare
Clover health
Empire



Medical Supplies
Religious Items
Pet Supplies
Gift Cards

Hablamos Español

FREE LOCAL PRESCRIPTION DELIVERY

GABRIELA BERNAT
VANESSA RODRIGUEZ
Doctors Of Pharmacy

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

Sugarman's Drug Store
Taking care of your health since 1927



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



Nayib Armando Bukele Ortez nació el 24 de julio de 1981 en San Salvador, El Salvador. Es un político y empresario de ascendencia árabe palestina. A continuación, te presento algunos aspectos destacados de su vida y carrera:

Primeros años:

Bukele comenzó su trayectoria política como alcalde electo de Nuevo Cuscatlán en 2012.

Ganó reconocimiento rápidamente debido a sus ideas de izquierda y su cercanía con las generaciones actuales.

Alcalde de San Salvador (2015-2018):

En 2015, fue elegido alcalde de San Salvador, la capital de El Salvador.

Durante su mandato, se enfocó en la revitalización del centro histórico de la ciudad y en proyectos de cooperación internacional.

Candidatura presidencial y presidencia:

En 2019, Bukele asumió la presidencia de El Salvador como el 46.º presidente.

Durante su mandato, ha enfrentado desafíos como la crisis política de 2020, la gestión de la pandemia por COVID-19 y la adopción del bitcoin como moneda de curso legal en el país.

También ha implementado me-

didias en su “Plan Control Territorial” para combatir la violencia de las pandillas.

Vida Personal:

Bukele está casado con Gabriela Rodríguez y tienen dos hijos: Layla (nacida en 2019) y Aminah (nacida en 2023).

En resumen, Nayib Bukele es una figura prominente en la política salvadoreña, conocido por su estilo directo y sus acciones en el cargo presidencial.

LOGROS DE BUKELE EN SU PRESIDENCIA

Nayib Bukele, presidente de El Salvador, ha tenido un mandato controvertido y lleno de acciones que han dado mucho de qué hablar.

A continuación, algunos de sus logros notables:

Programas sociales y transporte público:

Implementó programas sociales para ayudar a comunidades vulnerables.

Mejóro el transporte público en el país.

Atracción de inversión extranjera:

Bukele ha trabajado para atraer inversiones a El Salvador.

Redes sociales y bitcoin:

Es conocido por su uso hábil de las redes sociales, similar a Donald Trump.

Convirtió a El Salvador en el primer país en aceptar bitcoin como moneda de curso legal.

Reducción de la violencia y respuesta a la pandemia:

Logró reducir los niveles de violencia en El Salvador a niveles raramente vistos.

Respondió a la pandemia de COVID-19 con medidas estrictas de confinamiento y pagos directos de ayuda a los ciudadanos

Impacto de Nayib Bukele en la Política de América Latina

El impacto del presidente Nayib Bukele en la política de América Latina ha sido notable y controvertido. Aunque ha enfrentado críticas por su enfoque autoritario, también ha ganado admiradores en la región.

Aquí están algunos aspectos clave:

Mano dura contra las pandillas:

Bukele implementó una estrategia de seguridad “mano dura” que redujo drásticamente la tasa de homicidios en El Salvador.

Aunque esto ha tenido éxito en mejorar la seguridad, también ha limitado el derecho a un juicio justo para los acusados de pertenecer a pandillas.

Admiradores en América Latina:

Políticos y ciudadanos de países vecinos, como Guatemala, Honduras, Costa Rica y Colombia, han expresado admiración por las políticas de Bukele.

Incluso en Chile, donde enfrentan su propia ola de crimen, se han

realizado desfiles pro-Bukele en redes sociales.

Diplomacia y soft power:

Bukele ha cultivado relaciones diplomáticas y ha trabajado para acercar a los países vecinos.

Su popularidad en Ecuador, por ejemplo, supera a la de cualquier político local.

En resumen, aunque Bukele ha sido criticado, su enfoque en la seguridad y su influencia en la región son innegables

ORIENTACION POLITICA DE NAYIB BUKELE

Nayib Bukele, actual presidente de El Salvador, ha tenido un camino político interesante y diverso. A continuación, te presento algunos aspectos clave sobre su orientación política:

Orígenes y afiliaciones:

Antes de su presidencia, Bukele se consideraba parte de la “izquierda radical”.

Sin embargo, desde que asumió la presidencia, no se ha identificado con ninguna ideología política específica.

Estilo de liderazgo:

Durante su mandato, los analistas políticos lo han descrito como un populista y un conservador.

Bukele es un milenial con una mentalidad de “tenemos que cambiar las cosas” y domina las redes sociales y la comunicación de una manera poco común.

Logros y controversias:

Bukele implementó el “Plan Control Territorial”, un programa contra las pandillas que redujo drásticamente la tasa de homicidios en El Salvador.

Su estilo de liderazgo ha sido tanto admirado como criticado en América Latina.





Las muelas cordales, también conocidas como muelas del juicio, son los terceros molares que aparecen en la etapa adulta. Se ubican en la parte final de los maxilares, tanto en la mandíbula inferior como en la superior. Aunque su función no es tan relevante en la actualidad debido a cambios en nuestra dieta y evolución, originalmente ayudaban a masticar y triturar alimentos más duros. Sin embargo, aquí tienes algunos puntos clave:

Erupción y edad: Las cordales suelen aparecer entre la adolescencia y la edad adulta (17 a 26 años), aunque esto puede variar. En algunos casos, no llegan a salir o solo emergen dos de las cuatro muelas del juicio.

Cuándo extraerlas: Si las cordales no erupcionan correctamente y causan molestias, se recomienda extraerlas. Esto puede ocurrir si no tienen suficiente espacio en la boca o si afectan a otros dientes.

Problemas sin extracción: Las cordales no extraídas pueden causar caries, gingivitis, acumulación de placa bacteriana e infecciones. Además, su posición puede afectar la alineación de los dientes.

En resumen, las cordales cumplen una función de masticación, pero su extracción puede ser necesaria para evitar problemas dentales y mantener una buena salud oral.

Las muelas del juicio, también co-

nocidas como cordales, reciben su nombre debido a que su erupción suele ocurrir en la etapa de la vida en la que la persona ha adquirido madurez y sabiduría, es decir, en la edad adulta.

El término “muelas del juicio” hace referencia a la creencia popular de que estas piezas dentales emergen cuando alcanzamos la suficiente madurez y juicio.

En terminología científica, se les llama cordales. Curiosamente, en otros idiomas, también se relacionan con la sabiduría o el juicio:

En francés: “dent de sagesse” (diente de sabiduría).

En inglés: “wisdom tooth” (diente del juicio).

En árabe: “ders-al-a’qel” (muela de la mente).

En chino: “Zhi Ya” (diente de sabiduría), donde “Zhi” significa sabiduría y “Ya” significa diente.

Aunque no siempre es necesario extraerlas, su ubicación en la boca puede dificultar su limpieza y aumentar el riesgo de infecciones y problemas dentales.

Los dientes son una parte fascinante de nuestro cuerpo. Aquí tienes algunas

Curiosidades sobre ellos: Sustancia más dura:

El esmalte dental es la parte más

dura de todo el cuerpo humano. Su dureza se debe a un mineral llamado hidroxiapatita.

Desarrollo temprano: Comenzamos a desarrollar los dientes de leche en el útero, solo seis semanas después de la concepción. ¡Increíble, verdad?

Únicos como huellas dactilares:

No hay dos personas con dientes idénticos. Cada sonrisa es tan única como una huella dactilar.

Saliva y bacterias: Una gota de saliva contiene cien millones de bacterias. La boca es un ecosistema sorprendente.

Crecimiento constante: A diferencia de nosotros, los tiburones nunca dejan de crecer. Sus dientes se reemplazan continuamente a lo largo de su vida.

No se reparan solos: Los dientes son la única parte del cuerpo que no puede repararse por sí sola. El esmalte, al no ser un tejido vivo, no se regenera. Por eso es más duro que los huesos.

Historia de la pasta de dientes: ¿Sabías que antes de la pasta de dientes, la gente usaba otros métodos para mantener sus dientes limpios? El dentífrico es una invención relativamente reciente.

Así que, ¡sigamos cuidando nuestras sonrisas y explorando estas maravillas dentales!

Read Diverse Books

FOLLOW US:
@bookhavenbooks

Book Haven BOOKS
AMPLIFYING DIVERSE STORIES
Latina Owned Online Bookstore
WWW.BOOKHAVENBOOKS.COM

Vivian Giraldo
APRN
(305) 497-4007
directimage01@gmail.com



BISHOP

Ingredientes

Hielo
 1½ Partes de Ron Blanco
 1 Chorrito de Zumo De Limón
 ⅓ Parte de Vino Tinto
 Almíbar

Cómo hacer la mezcla

Llenar una coctelera boston con hielo. Añadir todos los ingredientes. Agitar y colar en una copa de cóctel.



CLERICOT

INGREDIENTES

2 tazas vino tinto
 1 taza agua mineral
 1 taza refresco de limón
 1 manzana verde o roja en cuadros
 2 fresas o ½ durazno opcional
 Hielos opcional para servir

PREPARACIÓN

Mezcla el vino el agua mineral, refresco de limón y manzana. Si tienes fresa o durazno agrega. Mezcla un poco cuidando de no quitar el gas. Enfía o bien sirve con hielos.

NOTAS

SIN REFRESCO:

Cambia el refresco por agua mineral y endulza con stevia al gusto o tu endulzante favorito.



El mundo del vino es fascinante y lleno de detalles que pueden enriquecer nuestra experiencia al degustar una copa. Aquí tienes algunas reglas básicas y consejos para deslumbrar con tus conocimientos sobre el vino:

Orden de servicio:

Los vinos blancos se sirven antes que los rosados y los tintos. De menor a mayor intensidad, esto nos permite apreciar mejor sus características.

Sostén de la copa:

Sujeta la copa por el tallo para mantener el vino a la temperatura adecuada y preservar sus propiedades. Así, podrás descubrir sus secretos en boca sin distracciones.

Decantación:

Los vinos con cierta edad (5 a 10 años o más) deben decantarse para que respiren y muestren todas sus virtudes.

Vinos espumosos: No son solo para ocasiones especiales. Combínalos con diferentes platos para una experiencia magnífica de sabores.

Maridaje:

Elige un vino que potencie los sabores de tus platos. La armonía entre ambos es clave.

Temperatura correcta:

Cada vino tiene su temperatura ideal. Investiga y sírvelos adecuadamente.

Presentación y degustación:

El anfitrión prueba el vino primero y, si está en buen estado, lo sirve al resto de los comensales.

Secos antes que dulces:

Empieza con vinos secos y luego pasa a los dulces. Así no te saciarás demasiado pronto.

No muevas la botella:

Al servir, gira suavemente el sacacorchos para un corte perfecto de la cápsula.

Recuerda que no hay verdades absolutas en el mundo del vino, ¡así que disfruta explorando y formando tu propia opinión!

El mundo del vino está lleno de sorpresas y anécdotas fascinantes.

Aquí tienes algunas curiosidades que quizás no conocías:

Armenia, la cuna del vino: La bodega más antigua del mundo se encuentra en Armenia, en la cueva de Areni. Data del año 4.100 a.C., superando en 1.000 años a otras instalaciones vinícolas conocidas. ¡Un verdadero tesoro histórico!

Envejecimiento submarino: Las botellas de vino envejecidas bajo el mar, como las recuperadas de naufragios, se conservan en excelentes condiciones. Actualmente, existen bodegas submarinas que aprovechan este método respetuoso con el medio ambiente.

Vino de hielo: El "Eiswein" alemán se elabora con uvas congeladas.

Su mosto concentrado y dulce resulta en un vino único y exquisito.

Aroma de pis de gato: Sí, has leído bien. Algunos vinos de alta calidad tienen un sutil aroma a pis de gato. Afortunadamente, no es desagradable y se combina con otros matices.

Vino de color naranja: No solo hay vinos rojos y blancos. El vino de color naranja se elabora con uvas blancas maceradas con sus pieles, creando un perfil de sabor único.

Málaga y su bar de Vinos Antiguo:

En Málaga, encontrarás uno de los bares de vinos más antiguos del mundo, con una tradición que se remonta siglos atrás.

Viñedos en Noruega: A pesar del clima frío, Noruega cultiva viñedos en su región más septentrional. El vino noruego es una rareza apreciada.

Mejora de la memoria con vino: Al parecer, beber vino con moderación podría beneficiar la memoria. ¡Un buen motivo para brindar!

China y su botella gigante: China ostenta el récord de la botella de vino más grande del mundo, con capacidad para 1.850 litros. ¡Una celebración monumental!





Aunque las clases de mecanografía tradicionales en aulas físicas han disminuido, existen recursos en línea que te permiten aprender y mejorar tus habilidades de mecanografía.

Aquí tienes algunas opciones:

TypingClub:

Este es un curso en línea gratuito para aprender mecanografía en español. Ofrece una experiencia interactiva con juegos, vídeos y seguimiento de tu progreso. Puedes usarlo sin necesidad de crear una

cuenta, pero si lo haces, podrás

Touch Typing Study:

Otra opción es Touch Typing Study, que también ofrece lecciones gratuitas de mecanografía en línea.

Aunque necesitas iniciar sesión para acceder a la escuela completa, puedes explorar algunas lecciones sin registrarte.

Recuerda practicar regularmente para mejorar tus habilidades. Buena suerte !

CURIOSIDADES DE LA MECANOGRAFIA.

La primera máquina de escribir:

En 1865, el reverendo Rasmus Malling-Hansen inventó la “skrivekugle” (bola de escribir), la primera máquina mecanógrafa. Diseñó un teclado con las letras más usadas al alcance de los dedos más rápidos, logrando 800 pulsaciones por minuto. Aunque triunfó, tenía un fallo: no mostraba el papel mientras se escribía.

Campeonatos de mecanografía:



Estados Unidos fue el primer país en celebrar campeonatos para medir la velocidad de escritura en máquinas de escribir. Actualmente, una mecanógrafa profesional en inglés es capaz de escribir entre 38 y 40 palabras por minuto.

Máquinas de escribir icónicas:

En los años 60, las máquinas de escribir Underwood eran populares. Eran silenciosas y eficientes, con soportes de papel que formaban una ingeniosa “V” cuando se desplegaban.

RAZONES PARA APRENDER MECANOGRAFIA

Ahorro de tiempo:

Si pasas tiempo escribiendo en una computadora, duplicar tu velocidad de escritura puede ahorrarte hasta 31 días completos al año.

Enfoque:

Al escribir sin mirar el teclado, puedes concentrarte en el texto en lugar de las teclas. Tus músculos se programan para escribir correctamente, liberando tu mente de la mecánica de la escritura.

Relajación y salud:

La mecanografía evita el mov-

imiento constante entre el teclado y la pantalla, lo que ahorra energía y reduce la tensión. Tus ojos permanecen en el monitor, y tus manos se mueven naturalmente.

Mejora de la postura:

La mecanografía fomenta una posición adecuada de la columna y evita mirar constantemente el teclado.

Precisión:

Aunque parece paradójico, la mecanografía mejora la precisión al liberar tu mente de la mecánica de la escritura.

MECANOGRAFIA EN LA INFORMATICA



La mecanografía en el ámbito informático es el arte de escribir a máquina con todos los dedos, sin mirar el teclado y sin cometer errores ortográficos. Aquellos que dominan esta habilidad pueden encontrar las teclas utilizando la memoria muscular, lo que aumenta significativamente la velocidad de escritura.

En el mundo digitalizado actual, la mecanografía sigue siendo una destreza valiosa, especialmente para quienes trabajan con computadoras o necesitan redactar textos extensos. Si deseas mejorar tus habilidades, puedes explorar recursos en línea como TypingClub, que ofrece un curso gratuito de mecanografía en español.

Practicar regularmente te convertirá en un maestro de la mecanografía

Sugarman's DRUG STORE

Taking care of your health over 100 years

OUR SERVICES

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

OTC CARDS ACCEPTED

OTC NETWORK
United Healthcare
Clover Health
Empire









• GIFTS • GIFT CARDS • RELIGIOUS ITEMS • PET SUPPLIES

FREE LOCAL PRESCRIPTION DELIVERY



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

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

GABRIELA BERNAT
VANESSA RODRIGUEZ
Doctors Of Pharmacy

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

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

Gracias!

Stay Connected With Us!

TAKE A  & TAG US ON SOCIAL MEDIA

YOU ORDER IS TRULY APPRECIATED!
THANK YOU FOR SUPPORTING OUR SMALL BUSINESS!
ALWAYS GRATEFUL, IRIS + ROSALINDA

ENJOY **15% OFF YOUR NEXT ORDER OVER 25\$**
USING THE CODE: GRACIAS

@hermanitasdesign WWW.HERMANITASDESIGN.COM



SCAN ME





Congrats



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



Los peces no beben agua, y la razón detrás de este hecho es fascinante.

A diferencia de otros animales, los peces marinos y de agua dulce no necesitan beber agua porque obtienen el líquido que necesitan a través de un proceso llamado osmorregulación¹. En lugar de beber, los peces extraen el oxígeno del agua a través de sus branquias. Cuando abren y cierran la boca, están ventilando las superficies branquiales para facilitar el intercambio gaseoso y obtener el oxígeno necesario para respirar. Así que, en lugar de beber, ¡los peces simplemente “respiran” bajo el agua

CURIOSIDADES DE LOS PECES

Especies desconocidas:

A pesar de los avances en la ictología, aún no se han registrado ni

el 70% de las especies de peces que se cree que existen en las profundidades del agua. Algunos científicos creen que hay organismos extremófilos viviendo en lugares inexplorados del océano.

Memoria de los peces:

La mayoría de los peces pueden recordar a sus depredadores durante al menos un año. Esta memoria les ayuda a ser cautelosos cuando sienten su presencia.

Respiración pulmonar:

Alrededor de 400 especies de peces tienen la capacidad de respirar a través de pulmones cuando las concentraciones de oxígeno en el

agua disminuyen. ¡Impresionante, verdad?.

¿Cómo duermen?

Aunque no tienen párpados, los peces logran descansar gracias a una membrana transparente que cubre sus ojos. Si se quedan quietos por un largo rato, están descansando plácidamente.

Peces hermafroditas:

Algunos peces cambian de sexo durante su vida. Son hermafroditas secuenciales, lo que significa que pueden ser machos o hembras en diferentes momentos.

Peces venenosos:

Existen peces venenosos, como el pez piedra, que tienen espinas tóxicas capaces de causar dolor intenso y reacciones graves en los humanos.

Pirañas y más pirañas:

Las pirañas, conocidas por su ferocidad, también tienen un lado so

cial. Se comunican mediante sonidos y pueden trabajar en equipo para cazar presas más grandes.

CUANTO VIVEN LOS PECES

La longevidad de los peces varía según la especie, el cuidado y las condiciones del entorno. En general, los peces domésticos pueden vivir de 4 a 10 años, aunque algunas especies pueden superar los 20 años si se les proporciona un buen cuidado. Los expertos sugieren que, en acuarios bien mantenidos, algunos peces pueden llegar a vivir 10-15 años, incluso superando la edad de un perro.

Así que, si tienes un acuario bien cuidado, tus amigos acuáticos podrían acompañarte durante mucho tiempo.

Rep. Turner: Russian Space Nukes Threaten the World



NEWSMAX

By: Sandy Fitzgerald

House Intelligence Chair Mike Turner, R-Ohio, who has been pushing the Biden administration to declassify information on Russia's nuclear anti-satellite program, is planning an address Thursday warning that the situation could become catastrophic if information about the looming threat is not addressed soon.

Turner, speaking at the Center for Strategic and International Studies, said that the Biden administration must "immediately declassify all known information concerning the status of Russia's nuclear anti-satellite program" and the United States must force compliance to the Uni-

ted Nations Outer Space Treaty, approved in 1966 governing nations' use and exploration of space.

Otherwise, Russia's use of nuclear aggression in space could lead to a dangerous "Day Zero" situation that could threaten communications systems worldwide, Turner warned.

"In order to avoid Day Zero, the Biden administration must immediately declassify all known information concerning the status of Russia's nuclear anti-satellite nuclear program," the congressman said. "Vladimir Putin thrives in secrecy. Putin's plans and weapons programs must be fully disclosed by the administration and understood by the world."

Further, the United States and its

NATO allies must join together to declare their resolve to enforce the United Nations' outer space treaty, said Turner.

"I call on the Biden administration to do so," he said. "There are risks in confronting Russia. The Biden administration is incredibly reluctant to take any action that would appear to be escalatory. However, Russia is the escalatory aggressor. Escalation has already occurred." But if Russia is permitted to proceed, "This threat would mean that our economic, international security and social systems come to a grinding halt," Turner said. "This would be a catastrophic and devastating attack upon Western economic, and democratic systems. Vladimir Putin knows this — checkmate."

Turner said Thursday that, "Day Zero can be avoided...just as [Nikita] Krushchev could have held the United States hostage with nuclear threats from Cuba, Vladimir Putin will hold the world's space assets hostage to counter attempts to stop him from reassembling the Soviet Union."

According to the congressman, if Russia detonates a nuclear weapon within low Earth orbit, that would destroy satellites used for much of modern society, including stopping global communications for at least a year, including for cellphones, GPS, and more.

Turner, meanwhile, says that the lack of information coming from the Biden administration about the danger is worrisome.

CSIS said its event will feature a discussion on the role of nuclear weapons in U.S. foreign policy and strategy, including the strategic landscape, nuclear modernization, deterrence efforts, and arms control, including how the intelligence community is postured to address such challenges.

Turner issued similar warnings earlier this year, saying that he warned his colleagues of a "serious national security threat" with Russian anti-satellite capabilities and saying he was concerned that the Biden administration was "sleepwalking into an international crisis."

The intelligence committee in February informed all members of Congress about an unspecified "serious national security threat," with White House national security communications adviser John Kirby confirming the threat was related to a Russian anti-satellite capability. Turner issued similar warnings earlier this year, saying that he warned his colleagues of a "serious national security threat" with Russian anti-satellite capabilities and saying he was concerned that the Biden administration was "sleepwalking into an international crisis."

Bajísimo Incremento Del Empleo Para Nacidos En EE.UU.

CORTESIA DE "VOTO CATOLICO"

Informes recientes indican que la mayor parte del crecimiento del empleo en los últimos años fue para los inmigrantes, mientras que los trabajadores nacidos en Estados Unidos continúan luchando después de las restricciones de COVID.

El presidente Joe Biden y sus aliados han promocionado las cifras de crecimiento del empleo, pero los críticos señalan el drástico contraste entre cómo les está yendo a los trabajadores nativos y a los inmigrantes bajo la administración actual.

Un informe sobre la situación laboral de la Oficina de Estadísticas Laborales (BLS) publicado el viernes reveló estadísticas sorprendentes. El BLS es parte del Departamento de Trabajo de EE. UU.

El estudio del gobierno federal mostró que sólo durante el último mes, el número de trabajadores nativos empleados disminuyó en 663.000, mientras que el número de trabajadores nacidos en el extranjero aumentó en 414.000.

También según el informe de BLS, "solo había 971.000 estadounidenses



ses nacidos en EE. UU. más empleados en mayo de 2024 en comparación con mayo de 2019 antes de la pandemia", Steven Camarota, Ph.D., Director de Investigación del Centro de Estudios de Inmigración (CIS) informó el lunes.

Mientras tanto, el número de inmigrantes empleados "aumentó en 3,2 millones".

Como indica el CIS, el empleo de los ciudadanos nacidos en Estados Unidos ha disminuido durante el año pasado, mientras que el empleo

de los nacidos en el extranjero ha aumentado sustancialmente.

"Biden afirmó en abril que Estados Unidos tiene 'la mejor economía del mundo', con un mercado laboral que el New York Times llama 'históricamente fuerte'", escribió Camarota.

"Desafortunadamente, muchos nacidos en Estados Unidos se están perdiendo el supuesto 'boom de creación de empleo'", continuó. "Es cierto que el país ha añadido millones de puestos de trabajo desde el apogeo de Covid. Sin embargo, la

mayor parte de ese crecimiento del empleo ha ido a parar a inmigrantes, tanto legales como ilegales".

Por el contrario, los partidarios de Biden han intentado presentar el reciente informe de estadísticas laborales del gobierno como un éxito para la administración actual.

Una cuenta X (anteriormente Twitter) para la difícil campaña de reelección del presidente publicó el viernes: "En mayo se acaban de agregar a la economía 272.000 puestos de trabajo muy sólidos.

Esta es una gran sorpresa. Esto no se esperaba".

El representante Eric Swalwell, demócrata por California, aliado de Biden, comentó de manera similar: "La presidencia de Biden es una presidencia de empleo".

El autor y veterano de la Fuerza Aérea Buzz Patterson respondió a Swalwell preguntándole simplemente "¿Para quién?"

Patterson citó una transmisión de FOX News que mostraba las estadísticas de cambio de empleo de mayo de 2024 desglosadas por estadounidenses inmigrantes y no inmigrantes.

UNA ESCUELA EN TAILANDIA



Los Alumnos que Dirigen la Escuela en la que Estudian y hasta Contratan a los Profesores

Cuando los 150 alumnos del internado Mecchai Pattana de Tailandia terminan de comer, hacen una larga fila para usar el lavaplatos y cada uno friega sus cacharros.

Normalmente, dos de los alumnos mayores (un chico y una chica en el momento de la visita de William Kremer para el programa People Fixing the World de la BBC) supervisan que los platos de sus compañeros queden bien lavados.

“El chico parece estar haciendo regresar a todos los de su fila para que vuelvan a lavar su plato. Hay algunos alumnos que se ríen, hay otros que se quejan”, explica Kramer, transmitiendo desde una institución educativa en la que las cosas se hacen de manera diferente.

Diferente porque en la Mecchai Pattana, también conocida como escuela Bamboo, son los alumnos los que están a cargo de labores que en otras instituciones estarían reservadas únicamente para los mayores de edad.

“La escuela tiene 10 subcomités, y los alumnos pueden decidir pertenecer a cualquiera que le interese”, señala Kramer, “incluido el comité de disciplina, el de cultivo de verduras, el de admisiones o el de compras”.

“Gente Buena y Decente”

La escuela Bamboo es obra del activista social y político retirado tailandés Mecchai Viravaidya, a quien se le conoce también como el “rey de los condones” de Tailandia.

Viravaidya se hizo famoso en el país durante la década de los años 70 con sus campañas para promover el uso del preservativo en un país que veía cómo las tasas de

natalidad estaban disparadas en medio de la pobreza extrema.

Una nación que, además, veía cómo una nascente epidemia de VIH/sida empezaba a crecer de manera exponencial.

Se dedicó durante años a recorrer las poblaciones más empobrecidas del sudeste asiático haciendo todo tipo de juegos y trucos para que la gente relacionara los condones con la diversión.

Su idea era que, al familiarizar a las personas con los preservativos, éstos se convertirían en un producto más de la canasta de la compra, como la pasta de dientes o el jabón: “Si puedo lograrlo inflándolos o llenándolos de agua, ¡lo haré!”.

Convencido de la importancia de la educación como herramienta del progreso, hace 15 años Viravaidya fundó la escuela Mecchai Pattana con un objetivo claro: “Queremos gente que sepan ser personas buenas, decentes, honestas, dispuestas a compartir y que sepan solucionar problemas”.

Y agrega: “Yo creo que las escuelas no están haciendo lo que deberían estar haciendo para producir gente buena y decente: no es suficiente que sean capaces de leer y escribir, que pasen exámenes, que se ganen doctorados”.

Todavía a sus 83 años de edad, Viravaidya está íntimamente involucrado con la escuela y, a través de una organización de beneficencia, le provee los fondos necesarios para poder funcionar.

Cambiando el sistema

“Esta escuela logra ser bastante convencional en algunas cosas,

pero absolutamente radical en otras”, explica William Kremer, el reportero de la BBC.

“Por ejemplo, la escuela sigue el currículo nacional de Tailandia y todos los graduados hacen los exámenes nacionales. Al mismo tiempo, cada alumno tiene que cumplir con 2 horas de servicio comunitario a la semana”.

Esta idea de servicio a la comunidad es una parte tan fundamental de la escuela Bamboo, que si un estudiante es aceptado en la institución, el pago que sus padres deben hacer no será monetario; en cambio, la institución requerirá que los asistentes cumplan con 400 horas de servicio comunitario y siembren 400 árboles cada año. Pero la idea que, sin duda, resulta más radical es aquella de que los estudiantes “manejen” su propia escuela, comenta Kremer.

“Podrías pensar que pedirles a los niños que administren una escuela es casi como pedirles a los convictos que administren una cárcel: el caos eventualmente tendrá que llegar”.

“Pero la escuela Bamboo es lo opuesto al caos. Es un lugar muy calmado y ordenado donde los estudiantes son juiciosos y generalmente alcanzan la universidad. Y su arma secreta es el poder de esa poco apreciada entidad: el subcomité”.

Cada uno de los 10 subcomités que conforman los alumnos toma decisiones con respecto a las distintas responsabilidades que el manejo de la escuela exige, incluyendo temas tan fundamentales como la disciplina de los otros alumnos, definir el presupuesto o decidir quiénes son aceptados en la

institución.

Y aunque todas las decisiones de los subcomités deberán pasar por la aprobación de las directivas del colegio, lo importante es darles voz a los alumnos en los temas que los afectan directamente, como la calidad de los profesores o los servicios que presta la institución.

O si no sería como ir a un restaurante y no tener voz con respecto a la calidad de la comida”, explica Viravaidya.

Las decisiones que toman los subcomités, en últimas, deben ser aprobadas por el Consejo Estudiantil y, por supuesto, por las directivas de la escuela.

Pero son decisiones serias: el comité ha acordado castigos tan severos como sacar a estudiantes de algún subcomité, la suspensión temporal de alumnos de la escuela o, incluso, la expulsión de algunos compañeros.

Y es aquí donde los alumnos reconocen sus limitaciones.

Kremer habló con el presidente del Consejo Estudiantil, quien le dijo que se han tenido que asesorar en algunas de las decisiones más polémicas: “A veces tenemos que hablar con los maestros porque tienen más experiencia que nosotros y son mayores y han aprendido mucho de sus vidas en el pasado”.





El Canal de Panamá es una de las obras de ingeniería más impresionantes del mundo. Su construcción tardó más de 10 años y costó la vida de miles de trabajadores. Pero el resultado final fue un canal que se convirtió en una ruta crucial para el comercio mundial, conectando los océanos Atlántico y Pacífico.

Desde su inauguración el 15 de agosto de 1914, ha facilitado la comunicación interoceánica, ha dinamizado el comercio y el crecimiento económico por ser una vía corta y de bajo costo. A lo largo de su historia, el Canal de Panamá ha sido un logro que inspira admiración y que ha contribuido significativamente al progreso global.

El Canal de Panamá conecta el mar Caribe con el océano Pacífico, atravesando el estrecho istmo de Panamá. Con una longitud total de 82 km, este canal funciona mediante esclusas en cada extremo que elevan los barcos hasta el lago Gatún, a 27.5 metros sobre el nivel del mar, para luego descenderlos al nivel del Pacífico o el Atlántico.

Desde su inauguración en 1914, ha acertado significativamente las rutas marítimas, influyendo en el comercio mundial y el crecimiento económico de diversas regiones. En 2016, se amplió para afrontar los desafíos actuales, como los bajos niveles de agua debido al cambio climático

Orígenes:

La historia del canal se remonta a 1513, cuando Vasco Núñez de Bal-

boa cruzó el istmo de Panamá por primera vez. Este estrecho puente terrestre entre América del Norte y del Sur alberga el Canal de Panamá, un paso de agua que conecta los océanos Atlántico y Pacífico.

Esfuerzos iniciales:

En 1534, Carlos V de España ordenó el primer estudio sobre una ruta canalera a través del istmo. Sin embargo, pasaron más de tres siglos antes de que comenzara el primer esfuerzo de construcción. Los franceses trabajaron durante 20 años a partir de 1880, pero las enfermedades y problemas financieros los vencieron.

Éxito estadounidense:

En 1903, Panamá y Estados Unidos firmaron un tratado que permitió a Estados Unidos emprender la construcción del canal. El monumental proyecto se completó en 10 años, a un costo aproximado de \$387 millones.

La ingeniería, el saneamiento y la organización fueron desafíos clave. Administración compartida: En 1977, Estados Unidos y Panamá se unieron en una asociación para la administración, operación y mantenimiento del canal. Los nuevos tratados entraron en vigor en 1979, marcando una nueva era en la historia del canal.

CURIOSIDADES DEL CANAL DE PANAMA

El Canal de Panamá es una maravilla de la ingeniería que conecta

los océanos Atlántico y Pacífico. **Aquí tienes algunas curiosidades interesantes:**

Inauguración Doble:

La inauguración oficial del canal fue el 15 de agosto de 1914, cuando pasó la nave Ancón. Sin embargo, algunos consideran que la grúa Alexander La Valley, que cruzó el 7 de enero de 1914, debería contar como la verdadera inauguración.

Trabajadores Incansables:

Más de 56,000 personas trabajaron en la construcción del canal entre 1904 y 1913. Entre ellos, 11,873 eran europeos, 31,071 australianos y 11,000 estadounidenses. Curiosamente, hay 69 trabajadores cuya nacionalidad aún se desconoce.

Costo Monumental:

El canal costó \$375,000,000, incluyendo \$40 millones pagados a una compañía francesa por los derechos y \$10 millones a Panamá. ¡Una auténtica fortuna en esa época.

Excavación Gigantesca:

Los estadounidenses excavaron 218,000 kilómetros cúbicos de tierra durante su gestión, mientras que los franceses sumaron 27,000 kilómetros cúbicos adicionales. En total, se excavaron 245,000 kilómetros cúbicos para crear el canal.

Sobrantes Creativos:

Las piedras y tierra sobrantes se utilizaron para transformar una isla en península (Isla de Naos) y construir un fuerte militar llamado Amador. ¡Nada se desperdició.

CUANTO DINERO RECIBE PANAMA POR EL CANAL



El Canal de Panamá es una de las principales fuentes de ingresos para

el país centroamericano. Según datos oficiales, en el año 2020, el Canal generó más de \$2.4 mil millones de dólares en ingresos. Esto se debe a los peajes que pagan los barcos y embarcaciones por el uso de la vía.

Desde que Estados Unidos traspasó el Canal de Panamá a manos panameñas el 31 de diciembre de 1999, la vía interoceánica por la que transita el 6% del comercio mundial se ha transformado en una gigantesca fuente de riqueza. En las últimas dos décadas, el fisco panameño ha recibido más de US\$16.800 millones como ganancias del canal.

RESTRICCIONES PARA CRUZAR EL CANAL DE PANAMA



Hasta donde se sabe, no hay países específicamente prohibidos de cruzar el Canal de Panamá. Sin embargo, es importante mencionar que el canal ha implementado restricciones en el número de pasajes reservados debido a problemas como la sequía regional. Por ejemplo, en agosto pasado, se limitó el número de nuevos espacios de paso reservados para aliviar la congestión de barcos.

En condiciones normales, se permiten 36 tránsitos diarios, pero actualmente se mantiene una restricción de 32 por día. Además, durante enero y febrero, se redujo temporalmente a 20 y 18 tránsitos diarios, aunque luego se ajustó a 24 por día. Así que, aunque no hay prohibiciones específicas para países, las condiciones operativas pueden variar según la situación actual.

DON'T LEAVE AN ANIMAL IN A HOT CAR!

5-10 minutes is all it takes for heatstroke to be fatal.

PET POISON HELPLINE®

800.213.6680

www.petpoisonhelpline.com



International Optical

West New York, NJ



*Promociones aplican restricciones

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

con protección UV + tintes
incluidos*

\$149

***LENTES Y MARCOS**

con protección UV + tinte
incluidos*

\$65

***ESPECIAL A CUBA**

lentes y marcos
con protección UV +
tinte incluidos*

\$59



INTERNATIONALOPTICALWNY

CareCredit[®]
Patient Payment Plans



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

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

HORARIO: Lunes Jueves y Sabado 10am - 5pm
Martes y Miercoles 10am - 6pm
Viernes 10am - 7pm
Domingo Cerrado



5202 Bergenline Ave. West New York, NJ 07093

201-974-2600 ♦ Fax: 201-974-2999

email: info@internationalopticalwny.com

www.internationalopticalwny.com