

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

# DIMENSION

EDICION DIGITAL - SEPTIEMBRE 27 - 2024

## ADMINISTRACION DE BIDEN



**SANCIONA A LAS DICTADURAS O LAS PREMIA ?**



**REGISTRATE Y VOTA, TU VOTO ES PODER!**  
**Si no te Ocupas de la Politica, la Politica se Ocupara de ti !**



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



El aumento del consumo de alcohol es una preocupación creciente en muchas partes del mundo. Aquí hay algunos puntos clave sobre esta tendencia:

**Impacto de la pandemia:** Durante la pandemia de COVID-19, el consumo excesivo de alcohol aumentó significativamente. En los Estados Unidos, por ejemplo, se observó un incremento del 21% en el consumo excesivo de alcohol.

**Jóvenes y alcohol:** En regiones como Europa, Asia Central y Canadá, el consumo de alcohol entre los jóvenes ha aumentado, con las chicas igualando o incluso superando a los chicos en el consumo de sustancias.

**Problemas de salud:** El aumento en el consumo de alcohol está relacionado con un incremento en enfermedades hepáticas y otras complicaciones de salud.

Reflexionar sobre este tema puede ayudarnos a entender mejor las causas y consecuencias del alcoholismo, así como a buscar soluciones para abordar este problema de salud pública.

**UNA VICTIMA DEL ALCOHOL**

Idea Original: Andres Garcia

Javier era un joven de 22 años con una vida aparentemente normal. Estudiaba en la universidad y tenía un grupo de amigos con los que solía salir los fines de semana. Sin embargo, detrás de esa fachada de normalidad, Javier escondía un problema que cada vez se hacía más grande: el alcohol.

Todo comenzó de manera inocente, con unas cervezas después de clase. Pero poco a poco, esas cervezas se convirtieron en botellas de licor, y las salidas ocasionales se transformaron en noches interminables de fiesta. Javier empezó a faltar a clases y a descuidar sus responsabilidades. Sus amigos notaron el cambio, pero él siempre tenía una excusa: "Solo es una fase", "Estoy bien", "Puedo dejarlo cuando quiera".

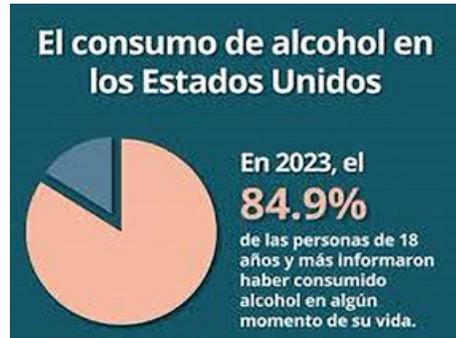
Una noche, después de una fiesta particularmente intensa, Javier se despertó en un hospital. No recordaba cómo había llegado allí, pero

el médico le explicó que había tenido un accidente automovilístico.

Afortunadamente, nadie más había resultado herido, pero Javier se dio cuenta de que había tocado fondo.

Con el apoyo de su familia y amigos, Javier decidió buscar ayuda. Ingresó a un programa de rehabilitación y comenzó a asistir a reuniones de Alcohólicos Anónimos. No fue un camino fácil; hubo recaídas y momentos de desesperación. Pero con el tiempo, Javier empezó a reconstruir su vida. Volvió a la universidad, retomó sus estudios y encontró nuevas formas de disfrutar su tiempo libre sin recurrir al alcohol.

Hoy, Javier lleva tres años sobrio. Ha aprendido a enfrentar sus problemas de manera saludable y ha encontrado un propósito en ayudar a otros jóvenes que enfrentan la misma lucha. Su historia es un recordatorio de que, aunque el camino hacia la recuperación puede ser difícil, siempre es posible encontrar la luz al final del túnel.



#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](http://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..*

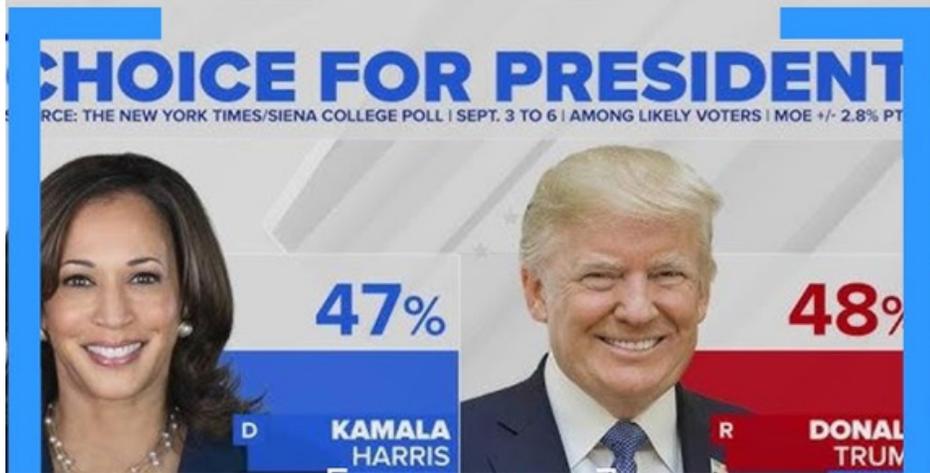
***Si...  
lo  
Primero!***



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

NO PAGADO CON DINERO DE LOS CONTRIBUYENTES.

# New York Times: Trump Supera a Harris en las Encuestas



Former President Donald Trump and Vice President Kamala Harris are deadlocked nationally among likely voters, according to a new set of polls from The New York Times, The Philadelphia Inquirer, and Siena College.

The surveys, conducted almost entirely before the second assassination attempt on Trump in little more than two months, also found that Harris leads by 4 points (50% to 46%) in the key battleground state of Pennsylvania.

Nationally, the two presidential candidates are tied with 47% support each.

Trump, the Republican presidential nominee, and Harris, the Democrat nominee, will oppose each other in the Nov. 5 election to decide who will be the next president.

The New York Times, The Philadelphia Inquirer, and Siena College surveys found that voters remain concerned about the economy.

In Pennsylvania, 77% of likely voters say the economy is poor or fair, with only 22% saying it is excellent or good.

The share of voters overall who favor Trump on the economy (54%) and immigration (54%) was within a percentage point of where it stood before the candidates' Sept. 10 debate.

"I really don't feel like she did anything with the border when she was a vice president, I felt like it was a laughing joke," said Mitchell Wallace, a 33-year-old wastewater

technician in Englewood, Florida, The Times reported.

Wallace is an independent who voted for Trump in 2020 and plans to do so again.

The Times/Inquirer/Siena College poll results found that 47% view Trump favorably nationally. That's higher than earlier this year, even when he was leading President Joe Biden, who, at the time, was the presumptive Democrat nominee. Harris received 48% favorability overall and 51% favorability in Pennsylvania, where only 42% of voters had rated her favorably in early July.

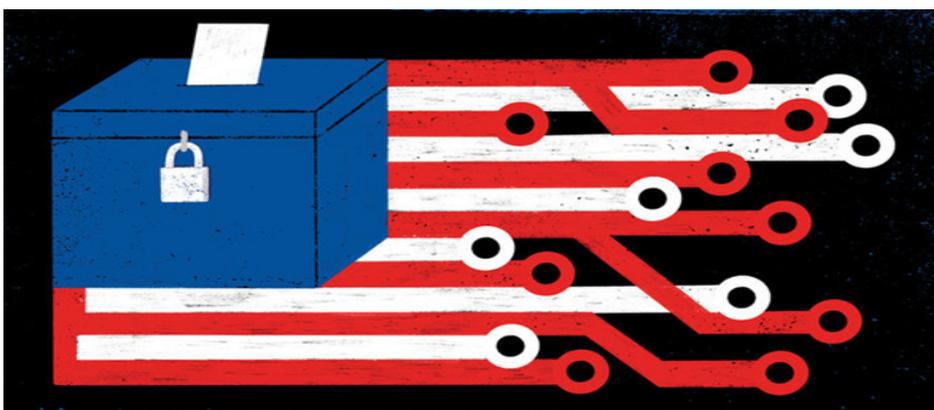
Trump got higher marks than Harris for saying what he believes, and for being respected by foreign leaders.

A narrow 51% majority say Trump would "bring about the right kind of change" compared with 49% for Harris.

The Times/Inquirer/Siena College surveys found that far more voters say Harris is too liberal than those who say Trump is too conservative.

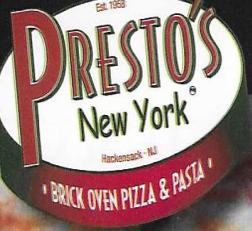
The survey results also found that 67% of voters say Harris performed well in the debate while 40% say the same of Trump.

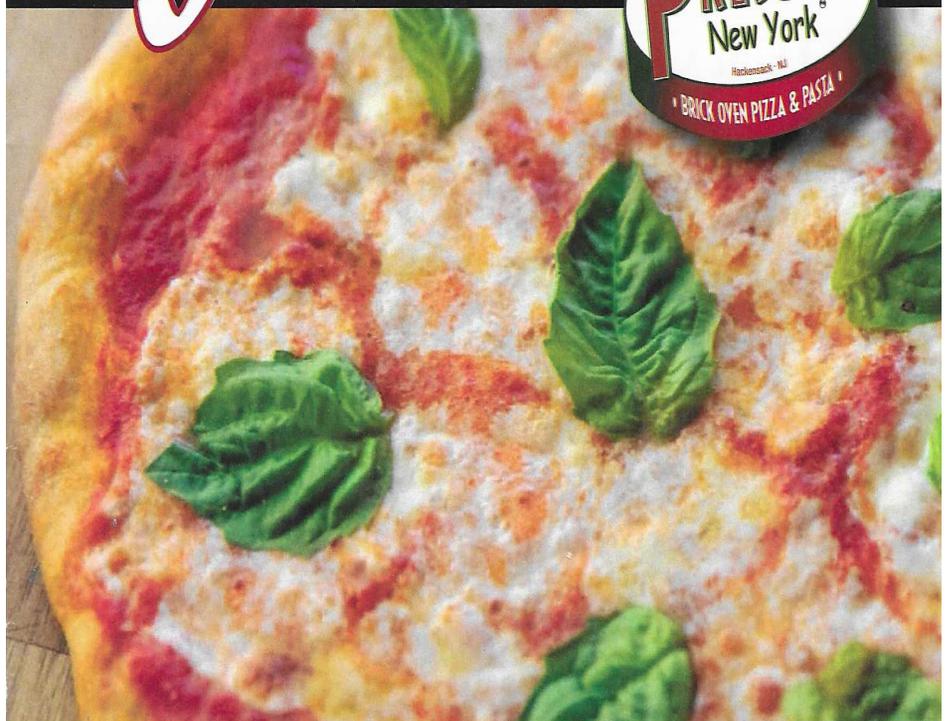
The Times/Inquirer/Siena College polls were conducted Sept. 11-16 among 2,437 likely voters. The national poll's margin of sampling error among likely voters is plus/minus 3 percentage points. The Pennsylvania poll's margin of error is plus/minus 3.8 percentage points.



# Gio's

## PIZZERIA



### QUALITY SERVICE & PRICE

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

**200 39TH STREET**  
**UNION CITY, NJ 07087**

**WE DELIVER**





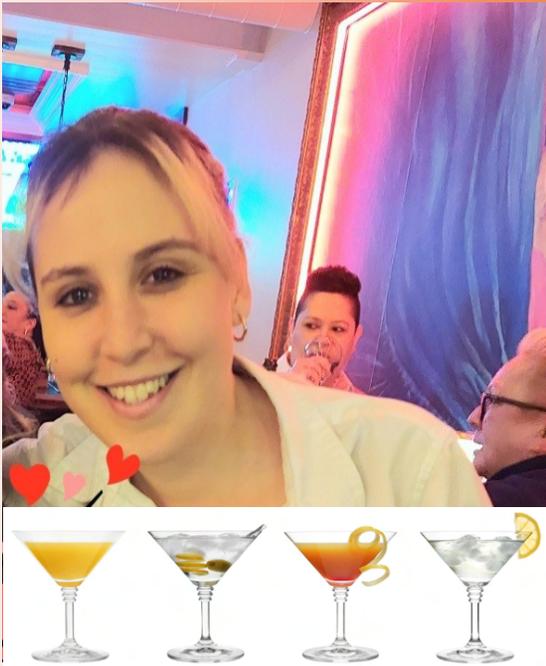


**CATERING FOR ALL OCCASIONS**  
**ASK FOR THE SPECIAL OF THE DAY**



**Laura Arteaga**  
HANDCRAFTED  
COCKTAILS

☎ 551-309-9250  
✉ [larfa3@gmail.com](mailto:larfa3@gmail.com)  
📷 laubar\_bc  
📍 NJ & NYC




**LAURA ARTEAGA**  
HANDCRAFTED  
COCKTAILS

**SERVICIO DE  
BARTENDER  
PARA TODA  
OCASION**



# Tim Walz Shocks the World With a New Stunning Display of Incompetence

**By: Prudent Politics**

*(Edited)* Ever since being announced as Harris' VP pick, Tim Walz has been in the spotlight. And his lies and horrible leadership have been exposed.

But now, Tim Walz has shocked the world with a new stunning display of incompetence.

Minnesota Governor Tim Walz, now the Democratic nominee for Vice President alongside Kamala Harris, had a moment of glaring incompetence this week that left voters shaking their heads.

In an interview with a local CBS affiliate in Macon, Georgia, Walz was asked a simple yet crucial question: What would he and Kamala Harris do to help families struggling financially?

Instead of offering concrete solutions, Walz fumbled through a series of unrelated talking points, showcasing the Harris-Walz campaign's glaring lack of a plan.

The question posed to Walz should have been an easy one. With inflation skyrocketing, families across America are desperately seeking leadership that can offer real relief. But when asked for specifics on how he and Harris plan to help these struggling families, Walz's response was nothing short of a disaster.

Rather than addressing the economic pain that everyday Americans are feeling, Walz offered a laundry list of proposals that either had nothing to do with inflation or were already part of Trump's legacy.

Walz's response started with an attempt to connect with middle-class families by claiming he and Kamala Harris understood their struggles. "I tell them Kamala Harris and I know something about it being middle-class folks. Our family sit at the table trying to pay the bill," he said.

It was a patronizing and out-of-touch statement from someone who has spent most of his adult life in politics, not dealing with the harsh realities facing average Americans. His vague attempt at empathy quickly dissolved into a series of unrelated talking points that showed just how disconnected he and Harris are from the actual concerns of the American people.

Instead of addressing the elephant in the room—inflation—Walz offered a response that read like a laundry list of Democrat pet proj-



ects. He started by talking about home ownership, saying: "I think that's why Kamala Harris has put out a plan — especially around home ownership — making sure we're building 3 million more affordable homes, making sure we're making the down payment assistance there."

But what does building homes have to do with families struggling to pay their bills now? Home ownership is a worthy goal, but for families living paycheck to paycheck, dealing with skyrocketing grocery prices and utility bills, it's not a solution that helps them today.

In fact, under the Biden-Harris administration, housing prices have surged, making home ownership less attainable for many Americans. Building homes is a long-term policy initiative, not an immediate answer to the inflationary crisis crippling the American middle class.

Walz then pivoted to another unrelated issue: lowering drug prices. While that sounds good on the surface, Walz conveniently forgot to mention that President Donald Trump had already taken significant steps to lower drug prices during his administration.

The Harris-Walz campaign is taking credit for initiatives they didn't even start, and what's worse, they're falsely claiming it as a solution to an economic problem they've made worse.

Walz's inability to offer a direct, meaningful response to the question of inflation isn't just a slip-up. It's a clear indication that the Harris-Walz ticket has no concrete plan to fix the economic mess they've helped create. Instead of offering solutions, Walz delivered a series of tired Democrat talking points that don't even begin to address the real concerns of Americans.

Trump's tariffs were part of a broader economic policy designed to put America first, securing jobs for American workers and ensuring that American industries weren't being undercut

by foreign competitors. Yet, Walz chose to distort the truth in a pathetic attempt to smear Trump, hoping that voters wouldn't know the difference.

In reality, Biden and Harris have kept many of Trump's tariffs in place and even increased some, recognizing their necessity. But instead of being honest, Walz and Harris are opting to spread falsehoods, hoping to distract from their own policy failures.

Walz's incoherent response during the interview is emblematic of the broader Harris-Walz campaign. It's a campaign of empty promises, half-truths, and blatant lies. They claim to care about the middle class, but their policies have only made life harder for everyday Americans. From inflation to housing prices to rising crime, the Harris-Walz ticket has shown that they are out of touch with the real needs of the American people.

It's not just that Walz didn't have an answer in the moment—it's that he couldn't have an answer, because he and Kamala Harris don't have a plan. They can offer all the long-term proposals they want, but none of it addresses the immediate struggles families are facing under their leadership.

What we saw in that interview wasn't just a candidate stumbling over his words—it was a candidate revealing the utter lack of vision, leadership, and competence that he and Kamala Harris bring to the table. And if this is the best they have to offer, Americans should be very concerned about what the future holds under their leadership.

As the 2024 election approaches, voters are being presented with a clear choice. On one hand, you have the Harris-Walz ticket—a duo that can't even answer simple questions about the economy, let alone offer real solutions. On the other hand, you have candidates like Donald Trump, who not only have a track record of putting America first but also have a clear vision for how to restore the economic prosperity that has been lost under Biden and Harris.

The American people deserve leaders who understand their struggles and have the courage to take bold action to address them. Tim Walz and Kamala Harris have proven that they are not those leaders. It's time for a change. America can't afford four more years of empty promises and failed policies.

LAUREL

ORIGENES Y PROPIEDADES



El laurel, conocido científicamente como *Laurus nobilis*, es una planta perenne originaria de la región del Mediterráneo. Ha sido venerada y utilizada desde la antigüedad, tanto en la cocina como en la medicina.

Orígenes e Historia

El laurel tiene una rica historia que se remonta a la mitología griega y romana. En la mitología griega, el laurel estaba asociado con Apolo, el dios de las artes y la poesía.

Según la leyenda, la ninfa Dafne fue transformada en un laurel para escapar de Apolo, quien luego adoptó la planta como su símbolo.

En la antigua Roma, las coronas de laurel eran un símbolo de triunfo y honor, utilizadas para coronar a em-

peradores y generales victoriosos.

Usos Culinarios

El laurel es un condimento esencial en la cocina mediterránea. Sus hojas, tanto frescas como secas, se utilizan para aromatizar guisos, estofados, salsas, escabeches y adobos. Es importante no freír las hojas de laurel, sino hidratarlas para liberar todo su aroma. Se recomienda retirarlas antes de servir la comida, ya que morder una hoja de laurel no es muy agradable.

Propiedades Medicinales

El laurel también tiene propiedades medicinales. Se utiliza para facilitar la digestión y reducir la formación de gases, lo que lo hace ideal para platos pesados. Además, una infusión de laurel puede ayudar a abrir el apetito y mejorar la digestión después de las comidas. Contiene ácidos grasos insaturados, minerales como manganeso, calcio, fósforo, potasio y magnesio, así como ácido fólico y vitaminas B6 y C.

¿Cómo se Cultiva el Laurel?

Cultivar laurel es relativamente sencillo y puede hacerse tanto en el jardín como en macetas. Aquí

tienes una guía básica para su cultivo:

1. Elección del Lugar y Preparación del Suelo

**Ubicación:** El laurel prefiere lugares soleados o con sombra parcial. Es importante protegerlo de vientos fuertes.

**Suelo:** Necesita un suelo bien drenado. Si el suelo es pesado, puedes mejorarlo añadiendo arena para facilitar el drenaje.

2. Plantación

**Plántulas o Esquejes:** Puedes comprar plántulas en un vivero o propagar el laurel a partir de esquejes. Para los esquejes, corta una rama de unos 8 cm de largo, retira las hojas inferiores y sumerge el extremo en hormona de enraizamiento antes de plantarlo en una mezcla de arena y musgo.

**Transplante:** Si decides plantar en el jardín, hazlo en primavera. Si es en maceta, asegúrate de que tenga buen drenaje y usa una mezcla de tierra ligera.

3. Riego y Mantenimiento

**Riego:** Riega moderadamente, permitiendo que la tierra se seque entre riegos. Los laureles en maceta necesitan riegos más

frecuentes.

**Fertilización:** Aplica fertilizante orgánico o rico en nitrógeno durante los meses cálidos. Una vez que el laurel esté bien establecido, puedes reducir la frecuencia de fertilización.

4. Poda y Cosecha

**Poda:** Puedes podar el laurel en cualquier época del año para darle forma y controlar su tamaño. La poda también ayuda a mantener la planta saludable.

**Cosecha:** Las hojas de laurel pueden cosecharse en cualquier momento una vez que el árbol esté establecido. Es mejor recogerlas temprano en la mañana para conservar su sabor aromático.

5. Control de Plagas y Enfermedades

**Plagas:** El laurel es generalmente resistente, pero puede ser atacado por cochinillas y pulgones. Estos pueden tratarse con remedios ecológicos.

Cultivar laurel no solo es gratificante por sus usos culinarios y medicinales, sino que también añade un toque ornamental a tu jardín o hogar.

**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

**nations benefits**

**OTC network accepted**

**Empire Over-the-Counter Health Products**

• GIFTS • GIFT CARDS • RELIGIOUS ITEMS • PET SUPPLIES

**FREE LOCAL PRESCRIPTION DELIVERY**

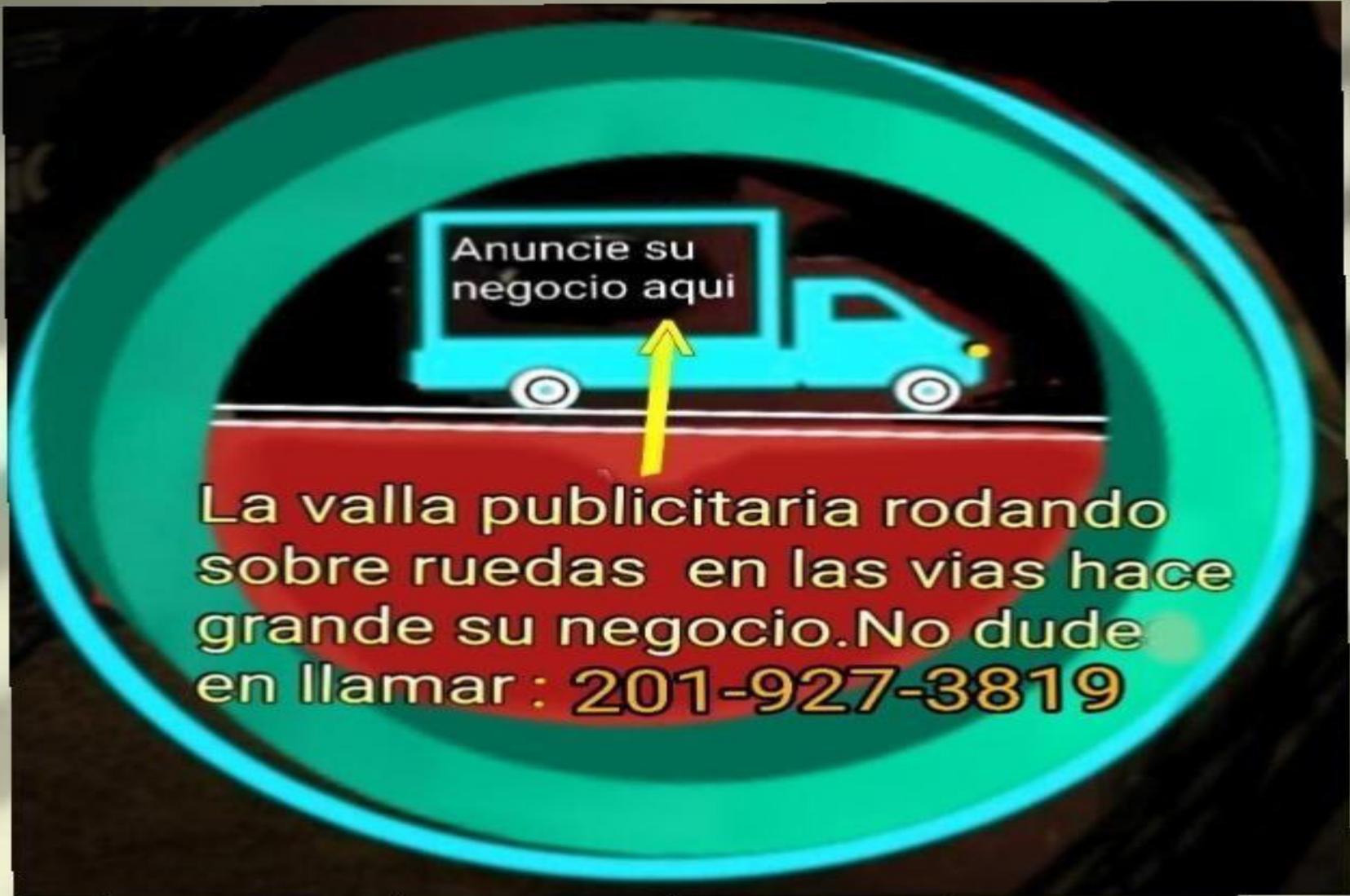
**ups**

- 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



**DELMONACO**   
ADVERTISEMENT, LLC

"Your dream in communication"

**DELMONACO**   
ADVERTISEMENT, LLC

**Services:**

Printing - Jingles - Billboard Truck

Contact us Right now!

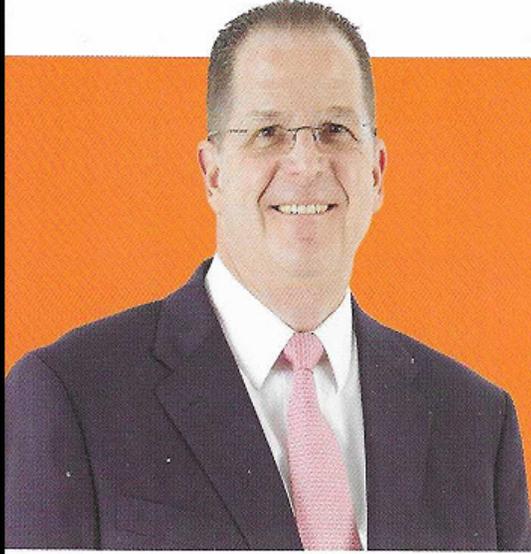
**(201)9273819**

Angelo Del Mónaco, Director

[delmonacoadvertisement@aol.com](mailto:delmonacoadvertisement@aol.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!**



## Por que las Puertas de las Casas en Ucrania Abren Hacia Afuera

Las puertas de las casas en Ucrania suelen abrir hacia afuera principalmente por razones de seguridad y eficiencia. Aquí hay algunas razones específicas:



**Seguridad en caso de emergencia:** En situaciones de emergencia, como incendios, es más fácil y rápido evacuar un edificio si las puertas abren hacia afuera. Esto evita que las personas se amontonen y bloqueen la salida.

**Ahorro de espacio:** Las puertas que abren hacia afuera no ocupan espacio interior, lo cual es especialmente útil en casas pequeñas o apartamentos donde el espacio es limitado.

**Resistencia al viento:** En áreas con fuertes vientos, las puertas que abren hacia afuera son menos propensas a ser forzadas por el viento, ya que el marco de la puerta ayuda a mantenerla cerrada.

**Prevención de robos:** Las puertas que abren hacia afuera son más difíciles de forzar desde el exterior, lo que proporciona una capa adicional de seguridad contra robos.

## Aspectos Interesantes de la Arquitectura en Ucrania?

La arquitectura en Ucrania es rica y diversa, reflejando su historia y cultura. Aquí hay algunos aspectos interesantes:

**Iglesias Ortodoxas:** Las iglesias ortodoxas ucranianas son conocidas por sus cúpulas doradas y coloridas, a menudo en forma de cebolla. La Catedral de Santa Sofía en Kiev es un ejemplo destacado, con su impresionante arquitectura bizantina.

**Casas tradicionales (Hutsul):** En las regiones montañosas de los Cárpatos, las casas tradicionales de los Hutsul están hechas de madera y tienen techos inclinados para soportar la nieve. Estas casas a menudo están decoradas con tallas intrincadas.

**Arquitectura Soviética:** Durante la era soviética, se construyeron muchos edificios de estilo brutalista y constructivista. Estos edificios son funcionales y a menudo tienen un aspecto austero, pero algunos también incorporan elementos decorativos únicos.

**Modernismo y Art Nouveau:** En ciudades como Lviv y Odessa, se pueden encontrar ejemplos de arquitectura modernista y Art Nouveau. Estos edificios suelen tener fachadas ornamentadas y detalles elegantes.

**Edificios contemporáneos:** En las últimas décadas, Ucrania ha visto un auge en la construcción de edificios modernos y rascacielos, especialmente en Kiev. Estos edificios a menudo combinan elementos tradicionales con diseños contemporáneos.

**Fortalezas y castillos:** Ucrania también cuenta con numerosas fortalezas y castillos históricos, como el Castillo de Kamianets-Podilskyi y la Fortaleza de Khotyn, que ofrecen una visión del pasado medieval del país.



## Por que las mujeres de Ucrania tienen los ojos azules

El color de los ojos, incluyendo los ojos azules, está determinado por la genética. En el caso de las personas con ojos azules, una mutación genética en el gen OCA2 es responsable.

Esta mutación ocurrió hace entre 6,000 y 10,000 años y afecta la producción de melanina en el iris.

La melanina es el pigmento que da color a nuestros ojos, piel y cabello.

En las personas con ojos azules, la cantidad de melanina en el iris es muy baja, lo que hace que los ojos se vean azules debido a la dispersión de la luz.

Es importante notar que no todas las mujeres en Ucrania tienen ojos azules, pero es un rasgo relativamente común en algunas regiones de Europa del Este debido a la prevalencia de esta mutación genética en la población.

## Curiosidades de Ucrania



Ucrania es un país con una rica historia y cultura, lleno de curiosidades interesantes. Aquí tienes algunas:

### El Túnel del Amor:

Este es un túnel natural de árboles cerca de la ciudad de Klevan. Es un lugar popular para los enamorados y fotógrafos debido a su belleza única.

### La ciudad subterránea de Odesa:

Odesa tiene una de las redes de catacumbas más grandes del mundo, con más de 2,500 kilómetros de túneles subterráneos. Estas catacumbas fueron utilizadas durante la Segunda Guerra Mundial por los partisanos soviéticos.

### El idioma ucraniano:

El ucraniano es uno de los idiomas eslavos más antiguos y tiene muchas palabras únicas que no se encuentran en otros idiomas eslavos. Además, es el segundo idioma eslavo más melódico después del italiano.

### La central nuclear de Chernóbil:

Aunque es tristemente famosa por el desastre de 1986, la zona de exclusión de Chernóbil se ha convertido en un destino turístico para aquellos interesados en la historia y la ciencia.

Este plato tradicional ucraniano, hecho a base de remolacha, es famoso en todo el mundo. Cada región de Ucrania tiene su propia versión de borsch, y es un símbolo

importante de la cocina ucraniana.

### El huevo de Pascua Pysanka:

La tradición de decorar huevos de Pascua con intrincados diseños, conocida como pysanka, es una parte importante de la cultura ucraniana. Estos huevos son considerados obras de arte y se utilizan en celebraciones religiosas y culturales.

### El Festival de Sorochynsky:

Este es uno de los festivales más grandes y antiguos de Ucrania, celebrado en el pueblo de Velyki Sorochyntsi. Es una feria tradicional que data del siglo XVIII y ofrece una muestra de la cultura, artesanía y gastronomía ucraniana.

### El Monasterio de las Cuevas de Kiev:

Fundado en 1051, este monasterio es uno de los sitios religiosos más importantes de Ucrania y es famoso por sus cuevas subterráneas que contienen momias de monjes.



## Valor de la Moneda Ucraniana

Actualmente, 1 grivna ucraniana (UAH) equivale aproximadamente a 0,024 dólares estadounidenses (USD). Si necesitas convertir a euros, 1 UAH es aproximadamente 0,02187 euros (EUR).



## Simbolos de la Bandera de Ucrania

La bandera de Ucrania está compuesta por dos franjas horizontales de igual tamaño: azul en la parte superior y amarillo en la parte inferior. Estos colores tienen un profundo significado simbólico:

**Azul:** Representa el cielo despejado.

**Amarillo:** Simboliza los extensos campos de trigo de Ucrania.

Juntos, estos colores reflejan la belleza y la riqueza de la tierra ucraniana, así como la unidad entre el cielo y la tierra.

# 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




**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



Un MRI (Imagen por Resonancia Magnética) es una técnica de obtención de imágenes médicas que utiliza un campo magnético y ondas de radio para crear imágenes detalladas de los órganos y tejidos del cuerpo.

**Campo Magnético:** El MRI utiliza un imán muy potente que crea un campo magnético fuerte. Este campo alinea los protones en los átomos de hidrógeno del cuerpo.

**Ondas de Radio:** Se envían pulsos de radiofrecuencia al cuerpo, lo que hace que los protones se desalinee temporalmente del campo magnético.

**Detección de Señales:** Cuando los pulsos de radio se detienen, los protones vuelven a alinearse con el campo magnético, liberando energía en el proceso. Esta energía es detectada por los sensores del MRI.

**Creación de Imágenes:** La información recogida por los sensores se envía a una computadora, que la procesa y crea imágenes detalladas de las estructuras internas del cuerpo.

El MRI es especialmente útil para obtener imágenes de tejidos blandos, como el cerebro, la médula espinal, los músculos y los ligamentos, y no utiliza radiación ionizante, lo que lo hace más seguro para ciertos usos.

### ORIGENES DEL MRI

El origen de la Imagen por Resonancia Magnética (MRI) se remonta a varios descubrimientos y desarrollos científicos



## ORIGENES, FUNCIONAMIENTO Y CURIOSIDADES DEL "MRI"

a lo largo del siglo XX.

### Descubrimiento de la Resonancia Magnética Nuclear

**(RMN):** En 1946, los físicos Felix Bloch y Edward Purcell descubrieron la resonancia magnética nuclear, un fenómeno que permite medir las propiedades magnéticas de los núcleos atómicos. Este descubrimiento les valió el Premio Nobel de Física en 1952.

### Desarrollo de la RMN para

**Imágenes Médicas:** En la década de 1970, Paul Lauterbur y Peter Mansfield desarrollaron técnicas de imágenes del cuerpo humano. Lauterbur introdujo el concepto de imágenes por gradiente, mientras que Mansfield mejoró la técnica para obtener imágenes más rápidas y detalladas. Ambos recibieron el Premio Nobel de Medicina en 2003 por sus contribuciones.

**Primeros Escáneres de MRI:** A finales de los años 70 y principios de los 80, se construyeron los primeros escáneres de MRI clínicos. Estos dispositivos permitieron obtener imágenes detalladas de los tejidos blandos del cuerpo sin el uso de radiación ionizante.

**Avances Tecnológicos:** Desde entonces, la tecnología de MRI ha avanzado significativamente, mejorando la resolución de las imágenes, reduciendo el tiempo de escaneo y ampliando las aplicaciones clínicas. Hoy en día, el MRI es una herramienta esencial en la medicina moderna para el diagnóstico y seguimiento de diversas condiciones médicas.

### CURIOSIDADES DEL MRI

**Nombre Original:** El MRI originalmente se llamaba Resonancia Magnética Nuclear (RMN), pero el nombre

se cambió para evitar la connotación negativa de la palabra "nuclear".

**Fuerza del Imán:** Los imanes utilizados en los escáneres de MRI son extremadamente potentes, hasta 140,000 veces más fuertes que el campo magnético de la Tierra.

**Primera Imagen:** La primera imagen de MRI de un ser humano se tomó en 1977. Este avance marcó un hito importante en la medicina.

**Ruidos Fuertes:** Durante un escaneo de MRI, se pueden escuchar ruidos fuertes y repetitivos que pueden alcanzar niveles de sonido entre 82 y 118 decibelios, similar al ruido de un martillo neumático.

**Temperaturas Extremas:** Los imanes de MRI deben ser enfriados a temperaturas extremadamente bajas, cercanas al cero absoluto, utilizando helio líquido.

**Unidad de Medida:** La fuerza de los imanes en los escáneres de MRI se mide en unidades llamadas Tesla, en honor a Nikola Tesla, quien es conocido por sus contribuciones al campo del electromagnetismo.

**Aplicaciones Especiales:** Además de las imágenes anatómicas, existen técnicas avanzadas como la resonancia magnética funcional (MRI), que mide el flujo sanguíneo en el cerebro para estudiar la actividad cerebral en tiempo real.



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

**OFFICE HOURS**

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

**FREE PARKING  
LOT AVAILABLE**

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



**TOTAL CARE**  
PHYSICAL THERAPY & SPORTS MEDICINE

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



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



**TOTAL CARE PHYSICAL  
THERAPY & SPORTS  
MEDICINE**

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



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

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

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

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

**MOST INSURANCE  
PLANS ACCEPTED**

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

**HABLAMOS ESPAÑOL**

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





El condenado a muerte espera la hora de ejecución, cuando llega el sacerdote:

- Hijo, traigo la palabra de Dios para ti.

- Pierde el tiempo Padre. Dentro de poco voy a hablar con Él personalmente. ¿Algún encargo?

—¿De que murió?

—¿Recuerdas que manejaba demasiado rápido su moto?

—Si

—¿Y que nunca usaba casco?

—Si

—Pues, le mordió una serpiente.



**Saludo multicultural**

- Saludo de un español a un chino:

- ¡Hola!

- Y el chino le contesta: las doce y treinta.

**Por: Francisco Bernal**

¡Sí, señor, aquí tiene una!

- La ve el comisario y le expresa:

- ¡Vaya! ¿De verdad quiere que la encontremos?

JAJAJAJA

JAJAJAJA

**Confusión Automotriz**

- Se encuentran dos chinos:

- El otro día me compré un coche nuevo.

- ¿Ah sí?

- Sí, mila, es ese de ahí.

- ¿Y qué marca es?

- Un Alfa

- ¿Lomeo?

- Lo meas y te lombo el cuello, pol cochino.

JAJAJAJA

**Transformación religiosa**

- Mi mujer me hizo creyente

- ¿Y eso?

- ¡Yo no creía en el infierno hasta que me casé con ella...!

JAJAJAJA

**El Barrendero riende**

¿Quién es la persona que más se ríe?

- El barrendero, porque siempre va riendo.

JAJAJAJA

**Similitud arrocera**

- ¿En qué se parecen las bodas y los divorcios?

- Pues en el arroz. Porque cuando sales de la iglesia todo es arroz. Y cuando sales del juzgado todo es pa'ella!

JAJAJAJA

**Despedida laboral**

- ¿Sabes que el jefe se ha muerto?

- Sí, pero quisiera saber quién fue el que falleció con él.

- ¿Por qué lo dices?

- ¿No leíste la nota de duelo que puso la empresa...

"...y con él se fue un gran trabajador..."?

JAJAJAJA

—María, ¿cuánto es 4 por 4? —  
Empate.

JAJAJAJA

**Denuncia desopilante**

- Va un señor a la comisaría y le dice el comisario:

- Señor comisario, vengo a denunciar la desaparición de mi esposa.

- ¡Muy bien, señor! El comisario pide todos los datos de la mujer y luego dice: ¿Tiene alguna foto?

“¿Qué hace una vaca pensando? Leche concentrada”.

JAJAJAJA

¿Qué hace una abeja en el gimnasio? ¡Zum-ba!

JAJAJAJA

¿Por qué los pájaros no usan ropa?

¡Porque ya tienen plumas!

# SU SEGURIDAD ES NUESTRA PRIORIDAD #1

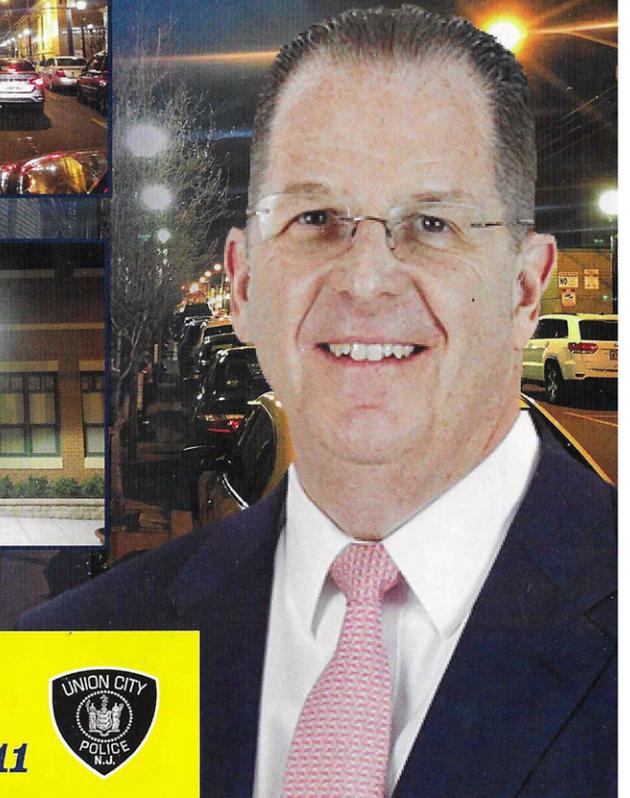
Si ve algo sospechoso, llame  
al Departamento de Policía  
de Union City.

# 201-865-1111



**Ve Algo - Diga Algo**

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



"Flash of Genius" (titulada "Destellos de Genio" en español) es una película biográfica dirigida por Marc Abraham y protagonizada por Greg Kinnear. La película narra la historia real de Robert Kearns, el inventor del limpiaparabrisas intermitente, y su lucha legal contra la industria automovilística estadounidense para obtener el reconocimiento por su invento

### Críticas

**Espinof:** La crítica de Espinof destaca la actuación de Greg Kinnear y la dirección de Marc Abraham en su ópera prima. La película se centra en la batalla de Kearns contra gigantes como Ford y Chrysler, quienes se apropiaron de su invento sin darle crédito. La crítica menciona que, aunque la historia puede parecer un tanto paradójica al criticar el sistema corporativo mientras promueve el sueño americano, la película logra transmitir la obsesión de Kearns por

la justicia.

**SensaCine:** SensaCine le da una calificación de 2.0 sobre 5, considerándola "pasable". La crítica señala que, aunque el tema puede no ser muy estimulante, la película se enfoca en la vida convencional de Kearns y su lucha por el reconocimiento de su invento. La actuación de Greg Kinnear es destacada como un punto fuerte de la película.

**Cine.com:** Cine.com también resalta la historia de Kearns y su larga batalla con la industria del automóvil. La película muestra cómo su lucha por el reconocimiento tuvo un alto precio personal y profesional.

En general, "Flash of Genius" es una película que aborda temas de justicia, perseverancia y el impacto de las grandes corporaciones en los inventores individuales.

**Aquí tienes algunas curiosidades sobre la película**

### "Flash of Genius":

Basada en hechos reales: La película narra la historia de Robert Kearns, el inventor del limpiaparabrisas intermitente, y su lucha legal contra la industria automotriz estadounidense, especialmente contra Ford.

**Inspiración del invento:** Se dice que la idea del limpiaparabrisas intermitente surgió después de que Kearns sufriera una lesión en el ojo durante su noche de bodas, lo que le dificultaba ver claramente a través del parabrisas cuando llovía.

**Elenco destacado:** Greg Kinnear interpreta a Robert Kearns, y Lauren Graham a su esposa, Phyllis. Otros actores notables incluyen a Dermot Mulroney y Alan Alda.

**Larga batalla legal:** Kearns pasó muchos años luchando en los tribunales para que se reconociera su invención y se le compensara adecuadamente. Finalmente, ganó el caso y recibió una indemnización significativa.

La película destaca la perseverancia y la lucha por la justicia, mostrando cómo un individuo puede enfrentarse a grandes corporaciones y ganar, simbolizando el "sueño americano"

La película "Flash of Genius" tuvo un presupuesto estimado de \$20 millones para producirla tuvo un recaudación de \$4,802,953 a nivel mundial, de los cuales \$4,442,377 fueron en el mercado doméstico y \$360,576 en el mercado internacional.

En la actualidad dicha película continúa recibiendo ingresos por con-

ceptos de transmisión "streaming" y derechos de compra de algunas compañías líderes en el mercado de "videos on demand".

La película "Flash of Genius" se filmó principalmente en Hamilton y Toronto, Ontario. Además, algunas escenas, como la presentación de la nueva línea de autos de Ford con el limpiaparabrisas intermitente, se rodaron en el Queen Elizabeth Theatre en Vancouver, Columbia Británica.

La película "Flash of Genius" recibió opiniones mixtas del público y la crítica.

**Aquí algunos puntos destacados:**  
**Actuación de Greg Kinnear:** Muchos elogiaron la actuación de Greg Kinnear en el papel de Robert Kearns, destacando su capacidad para transmitir la perseverancia y la lucha del personaje.

**Historia inspiradora:** La trama basada en hechos reales fue apreciada por su mensaje de lucha contra las grandes corporaciones y la búsqueda de justicia.

**Críticas a la narrativa:** Algunos críticos mencionaron que la película podía ser un poco lenta y que la narrativa no siempre mantenía el interés del espectador.

**Recepción en FilmAffinity:** En FilmAffinity, la película tiene una calificación de 6.1 sobre 10, basada en las opiniones de los usuarios.

En general, aunque no fue un gran éxito de taquilla, la película encontró su audiencia entre aquellos interesados en historias de lucha y perseverancia.

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**



**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.**

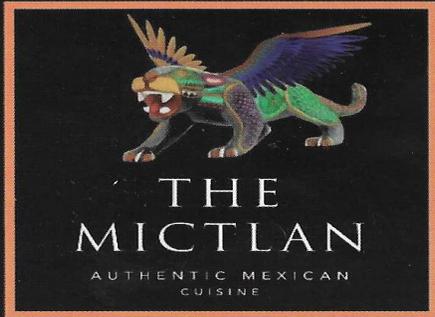
## **JUNTA DE EDUCACION DE UNION CITY**

**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**

# 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 48<sup>TH</sup> STREET  
UNION CITY NJ 07086  
201-520-9175**



Están relacionados con las almejas y las ostras, y son muy apreciados tanto por su carne como por sus conchas decorativas.

**Características:**

**Estructura:** Tienen dos conchas en forma de abanico que se abren y cierran para moverse.

**Hábitat:** Se encuentran en todos los océanos del mundo, principalmente en aguas poco profundas.

**Alimentación:** Filtran el agua para alimentarse de plancton y otras partículas pequeñas.

**Uso en la Gastronomía:**

**Carne:** La carne de las vieiras es blanca, tierna y de sabor suave. Se puede consumir cruda (aunque no se recomienda por posibles toxinas) o cocida.

**Preparaciones Comunes:** Se pueden saltear en mantequilla, empanizar, freír, cocinar al horno o incluso preparar en sopas y ensaladas.

**Curiosidades:**

**Movimiento:** A diferencia de muchos otros bivalvos, las vieiras pueden nadar rápidamente abriendo y cerrando sus conchas.

**Ojos:** Tienen una serie de ojos simples alrededor del borde de sus mantos, lo que les permite detectar depredadores.

Aquí tienes recetas para

**cocinar vieiras (scallops):**

**Vieiras con Ajo, Mantequilla y Perejil:**

**Ingredientes:** Vieiras, mantequilla, ajo, perejil.

**Preparación:** Derrite la mantequilla en una sartén, añade el ajo picado y cocina hasta que esté dorado. Agrega las vieiras y cocina por unos 2-3 minutos por cada lado.

Espolvorea con perejil picado antes de servir.

**Vieiras al Horno con Tocino:**

**Ingredientes:** Vieiras, tiras de tocino, paprika.

**Preparación:** Envuelve cada vieira con una tira de tocino y asegúralo con un palillo. Coloca las vieiras en una bandeja para hornear, espolvorea con paprika y hornea a 200°C (400°F) por unos 15-20 minutos.

**Vieiras a la Plancha sobre Puré de Coliflor:**

**Ingredientes:** Vieiras, aceite, mantequilla, coliflor.

**Preparación:** Cocina las vieiras en una sartén caliente con aceite por unos 3 minutos por cada lado, añadiendo mantequilla al final. Sirve sobre un puré de coliflor.



**OB/GYN ASSOCIATES OF NORTH JERSEY**

Sandra Giron, MD  
Bryan Pablo, MD  
Helen.Yuan, MD  
Rocio Villeda Gonzalez, MD  
David Kinraich, DO

[axiawh.com](http://axiawh.com)

Glenpointe Centre West  
500 Frank W. Burr Boulevard  
Suite 110  
Teaneck, NJ 07666  
P: (201) 968-1800  
F: (866) 868-3834

1005 Clifton Avenue  
Suite 205  
Clifton, NJ 07013  
P: (862) 238-8100  
F: (866) 868-3834

158 14th Street  
Hoboken, NJ 07030  
P: (201) 623-3999  
F: (866) 868-3834

7400 Bergenline Avenue  
North Bergen, NJ 07047  
P: (201) 869-5488  
F: (866) 868-3834



CLEAR CHANNEL

UNITED AGAINST  
HUMAN TRAFFICKING

LET THEM BE HEARD

1-888-3737-888

NATIONAL HUMAN TRAFFICKING  
RESOURCE CENTER HOTLINE





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

### Cuba Recorta el Gramaje del Pan Subsidiado por falta de Harina

**El Gobierno de Cuba anunció el 12 de septiembre la reducción del gramaje del pan subsidiado asignado en la canasta básica por familia debido a la escasez de harina en la isla, de acuerdo con un reporte del medio estatal Granma.**

(EDITADO DE CNN):

El Gobierno de Cuba anunció el 12 de septiembre la reducción del gramaje del pan subsidiado asignado en la canasta básica por familia debido a la escasez de harina en la isla, de acuerdo con un reporte del medio estatal Granma.

La directora general de Política Industrial del Ministerio de la Industria Alimentaria (Minal), Anayra Cabrera Martínez, señaló que el cambio no es “una modificación definitiva” y añadió que la decisión se tomó “para no afectar la producción y que el pan llegue a todos por igual”. El pan subsidiado que cuesta un tercio de centavo de dólar pasa de 80 gramos a 60 gramos, según Granma. Esto significa una reducción de 20 gramos.

La funcionaria subrayó que se desplegará desde la Oficina de Inspección del Minal un control para velar por el cumplimiento de la calidad del producto, añade el medio estatal.

### En el Zoológico de 26 en La Habana hay más empleados que animales

(From : 14/Ymedio)

Los avestruces, los flamencos y otras aves murieron por una epidemia el año pasado.

Cebras flacas, hipopótamos verdes por las algas y leones famélicos por la escasez es la fauna que sobrevive en el Zoológico de 26, en la barriada de Nuevo Vedado, La Habana. Las familias que con el último impulso del verano todavía se asoman a la entrada del lugar salen espantadas por el mal estado de las instalaciones y de los propios animales, que se acercan a los visitantes en busca de comida.

“Aquí hay más trabajadores que animales en las jaulas. Todo está vacío”, se queja Susana, una habanera que, a falta de otras opciones, decidió traer esta semana a su hijo al zoológico “antes de que avance el curso escolar”. Desde el borde del estanque, el niño de unos 11 años deja caer, lejos de la mirada de adultos, en la boca del único hipopótamo del parque un trozo de chocolate.

“Ese animal, que por lo general ignora a la gente o no le gusta relacionarse, cuando alguien se pone en la cerca viene buscando comida. Todos tienen hambre”, dice la madre, alejando al hijo del estanque por miedo al espécimen. Sabiendo que no habrá más merienda, el hipopótamo, a cuya piel se adhiere como un abrigo el limo verde que cubre el agua, se vuelve a sumergir.

Las pocas personas que se acercaban al parque salían decepcionadas. Las pocas personas que se acercaban al parque salían decepcionadas

/ 14ymedio

“En 2022, yo vine con el niño, pero había muchos más animales. Ahora los cuidadores te dicen que sí, que hay, que mires bien el agua. Pero es imposible que haya seres vivos en ese líquido apestoso y denso donde se supone que están los cocodrilos”, analiza Susana mientras camina hacia la poceta de la especie. En efecto, tres reptiles asoman la cabeza en el pantano. A su alrededor, flotan latas de refresco y trozos de nailon.

De los mamíferos quedan, además del hipopótamo, dos búfalos –remojados también en aguas verdosas–, cinco leopardos, cuatro leones que muestran las costillas, un oso que se resiste a ser visto y seis primates que alargan los brazos fuera de las jaulas pidiendo algo de comer. “Esos monos están a punto de ponerse a trabajar y saltarse la cadena evolutiva para conseguir comida”, dice entre irónica y molesta Susana al ver a los animales.

Las ardillas rojas, que suben por los árboles, otros cuadrúpedos parecidos a las mofetas y cuyo

cartel identificativo no se sabe adónde fue a parar, y dos cebras flacas componen el resto del plantel.

En cuanto a las aves, “no hay avestruz, no hay nada. Pájaros no hay aquí. El año pasado hubo una epidemia por una migración de aves y todos se murieron. Ya no hay avestruz ni pájaros rosados de esos”, zanja una trabajadora, que no logra dar con la palabra “flamenco”. Con plumas, y escasas, solo quedan cinco buitres que miran con gula al resto de los animales, cuya muerte y carroña los alimentarían por varias semanas.

Los monos alargaban las manos pidiendo comida

“Lo único que ha sobrevivido en este zoológico han sido esos pobres buitres, que son más fuertes que el sol de agosto, y están acostumbrados a pasar mucho tiempo sin comer”, explica Susana. “No es mentira que se han quedado sin especies. Recuerdo que esa vez que vine había un toro marrón que mugía mucho, y del grupo de venados solo queda uno”, recuerda.



**SUMMER  
PROMO  
\$50 Off**



**Todos los contratos para  
decoraciones y otros  
servicios tendrán \$50 off  
Durante todo el verano**

**Importante**

**El Evento puede ser celebrado  
en cualquier fecha del año.**



**LLAMA YA Y RESERVA**

**551-347-6544**

**@decoeventos\_natura\_official**

**Natura D'ecoeventos f**



## Ingredientes

### Para la cazuela:

- 1/2 libra de salchicha de cerdo a granel
- 1 barra (1 libra) de pan con canela y pasas, en cubos
- 6 huevos grandes
- 1 1/2 tazas de leche al 2%
- 1 1/2 tazas de crema media y media
- 1 cucharadita de extracto de vainilla
- 1/4 cucharadita de canela molida
- 1/4 cucharadita de nuez moscada molida

### Ingredientes:

- 1 taza de nueces, picadas
- 1 taza de azúcar morena, envasada
- 1/2 taza de mantequilla, ablandada
- 2 cucharadas de jarabe de arce

### Instrucciones

- Paso 1 -** Engrase una fuente para hornear de 13x9 pulgadas.
- Paso 2 -** En una sartén grande, cocine la salchicha mientras la desmenuza, a fuego medio, hasta que ya no esté rosada, aproximadamente de 4 a 6 minutos. Ecurrir el exceso de grasa.
- Paso 3 -** Combine el pan y la salchicha en la fuente para hornear preparada.
- Paso 4 -** En un bol grande bate los huevos, la leche, la nata, la vainilla, la canela y la nuez moscada hasta que se mezclen.
- Paso 5 -** Vierta la mezcla de huevo sobre el pan, luego refrigere, tapado, durante al menos 8 horas y hasta toda la noche.
- Paso 6 -** Precalienta el horno a 350 grados F.
- Paso 7 -** Saca la cazuela del frigorífico y déjala reposar mientras el horno se calienta.
- Paso 8 -** En un tazón pequeño, bata las nueces, el azúcar moreno, la mantequilla y el jarabe de arce hasta que estén bien combinados.
- Paso 9 -** Deje caer la mezcla de cobertura a cucharadas sobre la cazuela.
- Paso 10 -** Hornea la cazuela, destapada, hasta que esté dorada y al insertar un cuchillo en el centro salga limpio, unos 35-45 minutos.
- Paso 11 -** Deja reposar la cazuela durante 5 minutos.
- Paso 12 -** Servir

# “LA CAZUELA DEL AMANECER”

Deliciosa Receta de las Abuelas del Viejo Oeste Americano...



**NATIONAL REHAB**

**HOTLINE**

**866-210-1303**

*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

**JenyF@shion**

**787-529-3245**

**LLAME PARA UNA CITA**

Especialidad en Maquillaje, Peinados y Extensiones

**SATISFACCION GARANTIZADA**

Domesticar hipopótamos no es una tarea viable ni segura. Los hipopótamos son animales salvajes y extremadamente territoriales, conocidos por su naturaleza agresiva. Compararlos con tener un tigre en casa no es exagerado<sup>1</sup>. Además, son uno de los mamíferos más peligrosos de África, capaces de alcanzar velocidades de hasta 35 km/h en tierra y con una mordida lo suficientemente fuerte como para partir un cuerpo humano.

Aunque pueden parecer tranquilos cuando están en el agua, su comportamiento puede ser impredecible y peligroso. Por estas razones, no se recomienda intentar domesticar hipopótamos.

Los hipopótamos tienen una historia evolutiva fascinante. Se cree que los hipopótamos y las ballenas comparten un ancestro común semiacuático que se separó de los artiodáctilos hace aproximadamente 60 millones de años<sup>1</sup>. Este grupo ancestral se dividió en dos ramas hace unos 54 millones de años: una rama evolucionó en los cetáceos (ballenas y delfines), mientras que la otra se convirtió en los antracotéridos, una familia de mamíferos cuadrúpedos que se parecían a hipopótamos más delgados.

Los hipopótamos actuales, conocidos científicamente como *Hippopotamus amphibius*, son grandes mamíferos semiacuáticos que habitan en el África subsahariana. Aunque su nombre significa “caba-llo de río” en



griego, sus parientes vivos más cercanos son las ballenas y los delfines.

### ¿Cómo se comunican los hipopótamos?

Los hipopótamos tienen una forma de comunicación bastante interesante y compleja. Utilizan una variedad de sonidos, incluyendo gruñidos, resoplidos y silbidos, que pueden escucharse a largas distancias. Uno de los sonidos más característicos es el “bocinazo sibilante” (wheeze honk), que es emitido principalmente por los machos dominantes.

Estos sonidos no solo sirven para la comunicación entre individuos, sino que también ayudan a mantener la cohesión social dentro de los grupos y a reducir la agresividad entre vecinos. Los hipopótamos pueden reconocer las vocalizaciones de otros individuos, lo que les permite identificar a sus congéneres y responder de

manera menos agresiva a las llamadas de un vecino en comparación con las de un extraño.

Además de los sonidos, los hipopótamos también utilizan el contacto físico y el comportamiento visual para comunicarse. Por ejemplo, abren sus enormes bocas como una señal de amenaza o dominancia.

### Algunas curiosidades fascinantes sobre los hipopótamos:

**Tamaño y Peso:** Los hipopótamos son los terceros mamíferos terrestres más grandes del mundo, después de los elefantes y los rinocerontes. Pueden pesar entre 2,600 y 3,200 kilogramos.

**Piel Resistente:** La piel de un hipopótamo es extremadamente gruesa, con un espesor de hasta 15 cm, lo que les proporciona una gran protección contra depredadores y heridas.

**Sudoración Roja:** Los hipopótamos no sudan como los humanos.

En su lugar, segregan un líquido aceitoso de pigmento rojo que actúa como protector solar y antibiótico natural.

**Hábitos Acuáticos:** Aunque pasan gran parte del día en el agua para mantenerse frescos, no son buenos nadadores. En lugar de nadar, se impulsan desde el fondo del agua.

**Dieta:** Son herbívoros y pueden consumir hasta 36 kilogramos de hierba en una noche. A pesar de su tamaño, su ingesta de alimentos es relativamente baja.

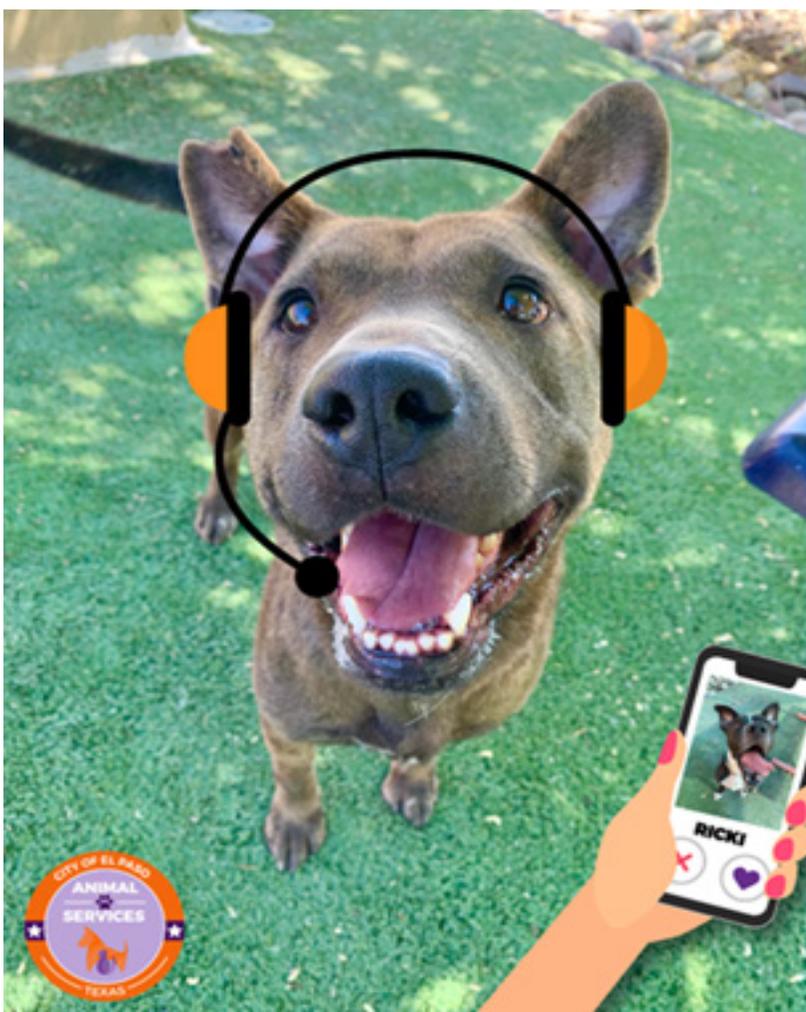
**Comunicación:** Los hipopótamos se comunican mediante una variedad de sonidos, incluyendo gruñidos y resoplidos. También pueden vocalizar tanto dentro como fuera del agua.

**Agresividad:** Son conocidos por ser uno de los animales más peligrosos de África, responsables de más muertes humanas que muchos otros animales salvajes.

**Vida Social:** Viven en grupos llamados “escuelas” que pueden incluir hasta 30 individuos, liderados generalmente por un macho dominante.

**Reproducción:** Las crías nacen en el agua y pueden pesar alrededor de 45 kilogramos al nacer.

**Colmillos Valiosos:** Los colmillos de los hipopótamos son muy buscados por los cazadores debido a que no pierden su blancura con el tiempo y son más costosos que los del elefante.



**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

# CIUDAD DE UNION CITY

# AUTORIDAD DE ESTACIONAMIENTOS

506-518 38th STREET (azotea), Union City, NJ • T: 201.348.5836  
 Horario de atención: Lunes 8am – 6pm • Martes - Viernes 8am – 4pm • Sábado 8am - 12pm  
[www.ucpanj.org](http://www.ucpanj.org)

## AVISO A LOS RESIDENTES

### INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE EL ESTACIONAMIENTO

Estimados residentes, la Autoridad de Estacionamiento no ha aumentado las tarifas de estacionamiento en muchos años; sin embargo, los costos no se han mantenido estables y continúan aumentando. En este momento, para mantenernos al día con la inflación, necesitamos implementar un modesto aumento en las tarifas de estacionamiento.

A partir del **1 de Septiembre de 2024**, la Autoridad de Estacionamiento implementará los siguientes cambios en las tarifas y costos administrativos:

#### TARIFA PARA EL PERMISO DE ESTACIONAMIENTO

**Permiso de estacionamiento residencial**  
 Primer vehículo gratis; \$3.00, segundo vehículo;  
 \$6.00, tres o más vehículos

**Permiso de visitante**  
 Los primeros 2 permisos, gratuitos; 3er Permiso \$50.00; 4to Permiso \$100.00

**Permiso de visitante diario**  
 \$3.00

**Permiso de negocio/empleador**  
 \$75.00 por año, por permiso

**Permiso Temporario**  
 \$20.00 (El permiso es válido por 30 días)

**Lote de Estacionamiento Municipal Garaje**  
 Tarifa \$90.00 por mes

**Estacionamiento Municipal**  
 Tarifa mensual \$100.00 por mes

**Garaje Municipal**  
 Tarifa mensual \$150.00 por mes

**Bolsas para Parquímetro**  
 \$20.00 por día

**Bolsas para parquímetros de proveedores**  
 \$150.00 por mes

**Tarifas de parquímetros**  
 \$0.25 por veinte (20) minutos

#### REQUISITOS PARA OBTENER UN PERMISO DE ESTACIONAMIENTOS EN UNION CITY

**Residencial:** Debe ser residente de Union City y proveer una registración del vehículo del estado de New Jersey y su licencia de conducir. Ambos documentos deben de estar bajo el mismo nombre y reflejar una dirección de Union City. La tarjeta de seguro del vehículo debe ser proveída si el vehículo es un lease (arrendado).

**Visitante:** Todos los residentes de Union City tienen derecho a dos (2) permisos de visitante gratis por vivienda. El aplicante debe proveer una identificación con foto y dos pruebas de dirección que no excedan 60 días de la fecha de la transacción, de la siguiente lista:

- Factura de electricidad
- Factura de cable
- Factura de agua
- Estado de cuenta de banco
- Factura de impuestos de la propiedad (si es propietario de la vivienda)
- Contrato de arrendamiento
- Título de la propiedad (si es propietario de la vivienda)

#### NORMAS DE FUNCIONAMIENTO (Gracia de 2 horas de 7am a 10pm)

10pm - 7am - Permiso es requerido en toda la ciudad (durante la noche)

Distrito de Negocios 12am - 7am - Permiso requerido;

Distritos de Negocios incluyen:

- (A) la calle 5 hasta la calle 22 en Summit Ave.;
- (B) la calle 32 de Nueva York Ave a Kennedy Blvd.;
- (C) la calle 15 hasta la calle 49 en Bergenline Avenue

Todos los residentes de 62 años de edad o más se beneficiarán por cortesía de los permisos de estacionamiento residencial

Permiso de Estacionamiento Residencial es requerido para parquímetros después de las 6pm

**\*\* Personas que no tengan permiso se les permitirá estacionar por un máximo de 2 horas. Las multas por violación de estacionamiento residencial se pagarán o escucharán en la Corte Municipal de U.C.**

**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



El queso Gouda tiene una historia fascinante que se remonta al siglo XII. Originario de la ciudad de Gouda, en la provincia de Holanda Meridional, Países Bajos, este queso se hizo popular rápidamente debido a la abundancia de leche de alta calidad de las vacas locales.

El nombre "Gouda" no se debe a que el queso se produjera en esa ciudad, sino porque se comercializaba allí. En la Edad Media, Gouda obtuvo derechos de mercado exclu-

sivos para la venta de queso, lo que permitió que todos los quesos de la región se llevaran al mercado de Gouda para ser vendidos.

El proceso de elaboración del queso Gouda ha evolucionado con el tiempo, pero sigue siendo un símbolo de la rica herencia cultural y gastronómica de los Países Bajos.

El queso Gouda tiene varias variedades que se diferencian principalmente por su tiempo de maduración

y algunos ingredientes adicionales.

**Aquí algunas de las más conocidas:**

**Joven (Jonge Gouda):** Este queso se madura durante 4 semanas. Tiene un sabor suave y una textura cremosa, ideal para sándwiches y ensaladas.

**Maduro (Belegen Gouda):** Con una maduración de 8 a 16 semanas, este queso tiene un sabor más pronunciado y una textura un poco más firme. Es perfecto para tablas de quesos.

**Viejo (Oude Gouda):** Este queso se madura durante 6 meses a un año. Tiene un sabor fuerte y una textura más dura y quebradiza. Es excelente para rallar sobre platos o disfrutar solo.

**Muy Viejo (Overjarige Gouda):** Con más de un año de maduración, este queso tiene un sabor muy intenso y una textura muy dura. Es ideal para degustar con vinos fuertes.

**Gouda con Comino (Komi-jnekaas):** Esta variedad incluye semillas de comino, lo que le da un sabor especiado y único. Es muy popular en los Países Bajos.

**Gouda Ahumado:** Este queso se ahuma para darle un sabor distintivo y profundo. Es delicioso en sándwiches o como aperitivo.

Cada una de estas variedades ofrece una experiencia de sabor única.

El queso Gouda ahumado es muy versátil y se puede disfrutar de muchas maneras. Aquí tienes algunas ideas para sacarle el máximo provecho:

**En Sándwiches y Paninis:** El sabor ahumado del Gouda se complementa muy bien con carnes como el jamón o el pavo. Añade algunas verduras frescas y un poco de mostaza para un sándwich delicioso.

**En Tablas de Quesos:** Combina el Gouda ahumado con otros quesos, frutas frescas, frutos secos y un buen vino. Su sabor distintivo lo hace destacar en cualquier tabla de quesos.

**Fundido:** El Gouda ahumado se derrite muy bien, por lo que es perfecto para preparar quesadillas, pizzas o incluso macarrones con queso.

**Como Aperitivo:** Corta el queso en cubos y sírvelo con galletas saladas o pan tostado. Puedes añadir un poco de miel o mermelada para un contraste de sabores.

**En Ensaladas:** Ralla o corta en cubos el Gouda ahumado y añádelo a tus ensaladas para darles un toque especial. Combina muy bien con ingredientes como nueces, manzanas y espinacas.

**A la Parrilla:** Si tienes una parrilla, prueba a calentar ligeramente el queso Gouda ahumado.

Esto intensificará su sabor y lo hará aún más delicioso.



**AREAS DE  
NJ & NY**

**COCTELES EXOTICOS**

## MAI TAI

### Ingredientes:

- \*30 ml de ron blanco
- \*30 ml de ron oscuro
- \*15 ml de curaçao de naranja
- \*15 ml de almíbar de orgeat (jarabe de almendra)
- \*10 ml de jugo de lima fresco
- \*Hielo
- \*Rodaja de lima y ramita de menta para decorar



### Instrucciones:

Llena una coctelera con hielo.  
Añade todos los ingredientes y agita bien.  
Cuela la mezcla en un vaso lleno de hielo.  
Decora con una rodaja de lima y una ramita de menta.

## PISCO SOUR

### Ingredientes:

- \*60 ml de pisco
- \*30 ml de jugo de limón
- \*20 ml de jarabe de goma
- \*1 clara de huevo



Hielo

Gotas de amargo de Angostura para decorar

### Instrucciones:

Mezcla el pisco, jugo de limón, jarabe de goma y la clara de huevo en una coctelera con hielo.  
Agita vigorosamente hasta que la mezcla esté espumosa.  
Cuela en un vaso corto y añade unas gotas de amargo de Angostura.

## MOJITO DE MARACUYÁ

### Ingredientes:

- \*45 ml de ron blanco
- \*1 maracuyá (fruta de la pasión)
- \*10 hojas de menta
- \*2 cucharaditas de azúcar
- \*30 ml de jugo de limón
- \*Agua con gas
- \*Hielo



\*Ramita de menta y rodaja de maracuyá para decorar

### Instrucciones:

En un vaso, mezcla las hojas de menta, el azúcar y el jugo de limón.  
Añade la pulpa de la maracuyá y el ron blanco.  
Llena el vaso con hielo y completa con agua con gas.  
Decora con una ramita de menta y una rodaja de maracuyá.

## EL BAR DE LAU

## QUE HACE FALTA PARA SER UN BARTENDER PROFESIONAL

### 1. Educación Básica

**Diploma de Escuela Secundaria:** Aunque no es obligatorio tener un título universitario, es recomendable tener al menos un diploma de escuela secundaria o un GED.

### 2. Formación en Bartending

**Escuela de Bartending:** Asistir a una escuela de bartending puede enseñarte las bases de la mezcla de bebidas y el servicio seguro de alcohol. Aunque no es un requisito, puede darte una ventaja competitiva.

### 3. Experiencia Práctica

**Trabajar como Barback:** Comenzar como barback te permite aprender directamente de bartenders experimentados y familiarizarte con el entorno del bar.

**Ganar Experiencia:** Trabajar en roles relacionados, como camarero, puede ayudarte a adquirir experiencia y avanzar hacia un puesto de bartender.

### 4. Habilidades Claves

**Servicio al Cliente:** Ser amable y comunicativo es esencial para interactuar con los clientes y asegurar una buena experiencia.

**Conocimiento de Bebidas:** Familiarízate con una amplia variedad de cócteles y bebidas, así como con las técnicas de mezcla.

**Gestión del Tiempo:** Ser capaz de manejar múltiples pedidos y trabajar eficientemente bajo presión.

**Atención al Detalle:** Asegurarte de que cada bebida se prepare correctamente y cumpla con los estándares de calidad.

### 5. Certificaciones y Licencias

**Certificación de Manipulación de Alcohol:** Dependiendo de tu ubicación, puede ser necesario obtener una certificación para servir alcohol legalmente.

### 6. Redes y Desarrollo Profesional

**Participar en Eventos:** Asistir a eventos y talleres de bartending puede ayudarte a mejorar tus habilidades y conocer a otros profesionales del sector.

**Mantente Actualizado:** La industria de la coctelería está en constante evolución, así que es importante mantenerse al día con las nuevas tendencias y técnicas.

### 7. Práctica Constante

**Practicar tus Habilidades:** La práctica constante es clave para perfeccionar tus técnicas y mejorar tu velocidad y precisión.

## Existe el "Sobreviviente Designado" en el Gobierno de USA ?

Sí, en el gobierno de Estados Unidos existe la figura del "sobreviviente designado" (o "sucesor designado"). Este es un miembro del Gabinete que se encuentra en un lugar seguro y no revelado durante eventos importantes donde se reúnen el presidente y otros líderes principales del país, como el discurso del Estado de la Unión.

El propósito de esta práctica es garantizar la continuidad del gobierno en caso de un evento catastrófico que elimine a los líderes presentes. Si ocurriera tal evento, el sobreviviente designado asumiría la presidencia de manera interina.

### ¿Cómo se elige al sobreviviente designado?

El proceso de selección del sobreviviente designado en Estados Unidos es bastante específico. Aquí te explico cómo se lleva a cabo:

#### Selección por el Presidente:

El presidente de los Estados Unidos elige al sobreviviente designado de entre los miembros del

Gabinete. Esta selección se hace antes de eventos importantes donde se reúnen los principales líderes del país.

**Rotación:** No hay un criterio fijo para la selección, y a menudo se rota entre los miembros del Gabinete. Esto asegura que diferentes personas tengan la oportunidad de ser el sobreviviente designado.

**Lugar Seguro:** Una vez seleccionado, el sobreviviente designado es llevado a un lugar seguro y no revelado durante el evento. Este lugar está preparado para garantizar su seguridad en caso de una emergencia.

**Juramento:** El sobreviviente designado debe estar preparado para asumir la presidencia de manera interina si ocurre un evento catastrófico. Esto incluye estar listo para tomar el juramento presidencial si es necesario.

Este procedimiento es una medida de precaución para asegurar la continuidad del gobierno en situaciones extremas.



**PET POISON HELPLINE®**

**800.213.6680**

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

## DONATE YOUR CAR

Support Our Veterans

Help Our Heroes

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](http://CarsToHelpVets.org)

# 988

## LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS



Read Diverse Books

FOLLOW US: @bookhavenbooks



**Book Haven BOOKS**

AMPLIFYING DIVERSE STORIES  
Latina Owned Online Bookstore

[WWW.BOOKHAVENBOOKS.COM](http://WWW.BOOKHAVENBOOKS.COM)

TODO EN COMPUTADORAS

## COMPUWORLD

COMPUTER SERVICE CENTER

ALL BRANDS - LAPTOPS, DESKTOPS & MOBILE DEVICES

ALFREDO H. BUSTAMANTE  
Computer Specialist

f: 201-926-9775  
e: [compuworld07093@gmail.com](mailto:compuworld07093@gmail.com)

## COMPUWORLD

COMPUTER SERVICE CENTER

ALL BRANDS - LAPTOPS, DESKTOPS & MOBILE DEVICES



IPC Certified Technician

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

PHONE 201-926-9775

GARANTIA 100% SATISFACCION GARANTIZADA

TÉCNICOS CERTIFICADOS

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 2024 para ser elegibles.

Para inscribir a su hijo/a, por favor descargue la solicitud en nuestro sitio web en [www.ucboe.us](http://www.ucboe.us), escanee la solicitud y envíela por correo electrónico a [obarrios@ucboe.us](mailto: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 8:30 a.m. a las 2:30 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:

**Facebook:** Union City Schools **Twitter:** @schools\_uc **Instagram:** Union City Schools

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 after-care (wrap-around services) is based on family income.

Students must be three, four, or five years of age by September 1, 2024, to be eligible.

To enroll your child, kindly download the application on our website at [www.ucboe.us](http://www.ucboe.us), scan the application, and email it to [obarrios@ucboe.us](mailto:obarrios@ucboe.us). You may also drop it off at the Eugenio Maria de Hostos Center for Early Childhood Education at 2200 Kennedy Blvd., Monday through Friday, from 8:30 a.m. to 2:30 p.m. for all children ages three 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. So quickly, so please don't wait to register your child today.

Please follow the application instructions carefully before submitting your application.

Follow Us:

**Facebook:** Union City Schools **Twitter:** @schools\_uc **Instagram:** Union City Schools

**UNION CITY BOARD OF EDUCATION**

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

Joseph Isola, *Trustee*  
Fr. Aro Nathan, *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

*Asst. Superintendent*  
Su...  
Di...



## Los Pecados del Padre

Por: Luis F. Brizuela Cruz

Este noviembre en los Estados Unidos habrá un sufragio que podría definir el futuro de toda la humanidad. Antes de proseguir, debemos reconocer que esta frase ha sido repetida a través del tiempo y puede haber sido o no profética, dependiendo de los acontecimientos ocurridos después de sus diversos pronunciamientos. Sin embargo, en esta ocasión y debido a la complejidad y volatilidad total del mundo en que vivimos, en lo que ocurra “democráticamente” política -o ilícitamente- en la elección para Presidente de los Estados Unidos el 5 de noviembre del 2024, están en juego quizás algunas décadas de estabilidad y esperanza o el comienzo definitivo del último cataclismo universal.

La desconsoladora realidad es que los cambios beneficiosos para la humanidad suelen portar un efecto temporal, mientras que aquellos que

perjudican el progreso de la misma arrastran consecuencias duraderas y en muchas ocasiones irreversibles.

Radica aquí, por consiguiente, el destructivo factor de causa y efecto que dejan detrás los pecados de los padres.

El actual embovecimiento de por lo menos la mitad de la sociedad estadounidense (entiéndase demografía legal e ilegal) con las ideas marxistas y más modernamente el desconcertante movimiento “woke” (despertar con lagañas), no es un augurio muy alentador para los tiempos que se aproximan. Las generaciones X, Milenios, Z y Alpha están dejando legados complejamente dañinos para las generaciones que seguirán; las cuales tendrán que lidiar hasta con su propia redefinición, además de todos los laberínticos desafíos que desde ahora ya les aguardan en

su andar.

Pero, ¿Por qué esta histórica fascinación con todo aquello que románticamente encuentra pretexto bajo el concepto de “socialismo” y que no es más que la degradación de los principios innatos de la humanidad? ¿Cómo se explica que sociedades avanzadas, intelectual y materialmente, sucumban ante este opio perverso que distorsiona costumbres y corroe valores?

Lo que acontece en los Estados Unidos de América actualmente no dista tanto del proceso micro cósmico que nosotros los cubanos atravesamos y cuyas consecuencias habremos de pagar por el resto infinito de los tiempos. Me parece estar viendo la sonrisa cínica e incrédula de parte de muchos que están leyendo este ensayo, pensando que no existe tal comparación. Sin embargo, fueron precisamente muchos de estos personajes (algunos ya en su cuarta edad) los protagonistas de nuestra fatídica novela tantas décadas atrás. Se asomaron en aquel entonces a la ventana de las promesas equitativas que ofrecía un tipejo que de hecho contradecía su propia idiosincrasia y desertaron patria y bienestar para contribuir a la desintegración de una sociedad pujante y sustancialmente prometedora. Así de pujante y prometedora era tal sociedad, que estos protagonistas habrían de triunfar en la diáspora, cuando ingresaron como exiliados en otras sociedades similares a la que ellos ayudaron a destruir. Todo para regresar en completo círculo a sus fantasías de juventud y aparearse aho-

ra a filosofías parientes de la que causara tanta pena y dolor a varias generaciones de cubanos. Todo para ser partícipes tantos años después de otra fechoría cifrada perpetuamente en el pergamino del tiempo.

El deterioro comienza, inadvertidamente, en el momento que una generación -o la fusión de varias- se sume a ideologías enfermizas que podrán ser esplendorosas en su superficie, pero que llevan en su médula el cáncer que roerá todo futuro.

Los descendientes de estas generaciones nunca terminarán de pagar por estos errores, particularmente en el lugar físico de la infamia inicial. Cuba es la absoluta manifestación de esta horrible realidad, una Pompeya en ruinas y cubierta ya para siempre por la ceniza que ha dejado el castro comunismo.

Este noviembre la sociedad estadounidense confronta una decisión que pesará, de una forma u otra, en el porvenir no solo de la joven y ya adulturada nación, sino que por inevitable consecuencia afectará para bien o para mal al resto del planeta. Si prevalecen en el sufragio el sentido común y la cordura habrá un alivio, a lo sumo temporal. De imponerse la idiotéz y la irracionalidad marxista, la hecatombe final de la humanidad se divisará en el horizonte.

Y no será precisamente que no habrá vida mas allá de la vida, pero los pecados de los padres marcarían para siempre cada paso angustioso de sus hijos, nietos, bisnietos y tataranietos; atrapados todos en escaseces morales y materiales y en aterradores conflictos bélicos que ya nunca cesarían

## EL USO DE LOS ARANCELES EN LA POLITICA

Los aranceles son una herramienta clave en la política comercial de muchos países. Se utilizan principalmente para proteger la industria nacional, generar ingresos para el gobierno y, en algunos casos, como medida de represalia contra otros países.

Propósitos de los Aranceles:

### Protección de la industria nacional:

Al imponer aranceles a productos importados, se encarecen estos productos, lo que puede hacer que los productos nacionales sean más competitivos en precio.

Generación de ingresos: Los aranceles pueden ser una fuente importante de ingresos para el gobierno.

### Medidas de represalia:

En respuesta a aranceles impuestos por otros países, un país puede imponer sus propios aranceles como medida de represalia.

Impacto de los aranceles:

### Inflación de precios:

Los aranceles pueden aumentar los precios de los productos



importados, lo que puede llevar a una inflación general de precios. Reducción del comercio: Pueden disminuir el volumen de comercio entre países, afectando las relaciones comerciales internacionales.

### Cambios estructurales:

Pueden provocar cambios en la estructura económica de un país, favoreciendo ciertos sectores sobre otro.

### Cómo funcionan los aranceles en el contexto de una guerra comercial.

En una guerra comercial, los aranceles se utilizan como una herramienta estratégica para ejercer presión económica sobre otro país. Aquí te explico cómo funcionan en este contexto:

### Imposición de aranceles:

Un país puede imponer aranceles elevados a los productos importados de otro país. Esto encarece esos productos en el mercado nacional, lo que puede reducir su demanda y afectar negativamente a los exportadores del país objetivo.

### Medidas de represalia:

El país afectado puede responder imponiendo sus propios aranceles a los productos del país que inició la guerra comercial. Esto puede llevar a un ciclo de represalias, donde ambos países continúan aumentando los aranceles.

### Impacto económico:

Los aranceles elevados pueden llevar a un aumento de los precios para los consumidores y a una disminución del comercio entre los países involucrados. Las empresas que dependen de materiales importados pueden ver aumentados sus costos de producción, lo que puede afectar su com-

petitividad.

**Negociaciones:** A menudo, las guerras comerciales llevan a negociaciones entre los países involucrados. Los aranceles pueden ser utilizados como una herramienta de negociación para obtener concesiones en otras áreas, como la protección de la propiedad intelectual o la apertura de mercados.

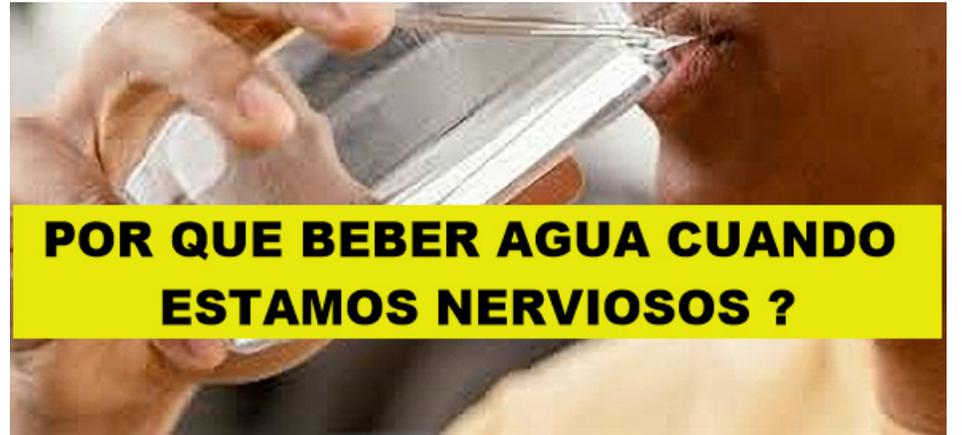
### Desviación del comercio:

Las empresas pueden buscar mercados alternativos para evitar los aranceles, lo que puede cambiar las rutas comerciales globales y afectar a otros países no involucrados directamente en la guerra comercial.

Un ejemplo reciente de guerra comercial es la disputa entre Estados Unidos y China, donde ambos países impusieron aranceles a cientos de miles de millones de dólares en productos del otro, afectando a diversas industrias y llevando a negociaciones prolongadas.

**rma**  
fashion & beauty

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



**POR QUE BEBER AGUA CUANDO ESTAMOS NERVIOSOS ?**

Cuando una persona está nerviosa, es común que sienta la necesidad de tomar agua. Esto puede deberse a varias razones:

**Deshidratación y Ansiedad:** La deshidratación puede aumentar los niveles de ansiedad. Beber agua ayuda a mantener el cuerpo hidratado, lo que puede reducir la sensación de ansiedad.

**Respuesta Fisiológica:** El cuerpo, al estar nervioso, puede experimentar sequedad en la boca. Tomar agua alivia esta sensación y puede proporcionar una sensación de calma inmediata.

**Mecanismo de Enfriamiento:** Beber agua puede ayudar a regular la temperatura corporal, lo que es útil cuando una persona está nerviosa y puede estar sudando más de lo habitual.

**Distracción:** Tomar agua puede servir como una distracción momentánea, ayudando a la persona a concentrarse en algo diferente a lo que le está causando nerviosismo.

**Curiosidades de Sentir Sed**

**Mecanismo de Supervivencia:**

La sed es una señal del cuerpo para alertarnos sobre la necesidad de hidratación. Es un mecanismo crucial para la supervivencia, ya que el agua es esencial para casi todas las fun-

ciones corporales.

**Regulación Cerebral:** El cerebro juega un papel clave en la regulación de la sed. Cuando los niveles de agua en el cuerpo disminuyen, el cerebro envía señales que nos hacen sentir sed.

Esto ayuda a mantener el equilibrio hídrico.

**Sed y Ejercicio:** Durante el ejercicio intenso, el cuerpo pierde agua a través del sudor, lo que puede aumentar la sensación de sed. Es importante beber agua antes, durante y después del ejercicio para mantenerse hidratado.

**Sed y Alimentos Salados:** Consumir alimentos con alto contenido de sal puede aumentar la sensación de sed. Esto se debe a que el cuerpo necesita más agua para equilibrar los niveles de sodio en la sangre.

**Sed Excesiva (Polidipsia):** Sentir una sed excesiva puede ser un síntoma de condiciones médicas como la diabetes. En estos casos, es importante consultar a un profesional de la salud.

**Peces y Sed:** Curiosamente, algunos peces también sienten sed y beben agua. Los peces de agua salada, por ejemplo, beben agua constantemente para compensar la pérdida de agua debido a la alta salinidad de su entorno.

**DEL MONACO BIKES**

Para comprar la bicicleta

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

SI LE GUSTA PRACTICAR EL CICLISMO

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

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...**



 **(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**





Nayib Armando Bukele Ortiz, nacido el 24 de julio de 1981 en San Salvador, es un político y empresario salvadoreño. Actualmente, es el presidente de El Salvador, cargo que ocupa desde el 1 de junio de 2019.

**Primeros Años y Carrera Empresarial**

Bukele proviene de una familia de ascendencia árabe palestina. Su padre, Armando Bukele Kattán, fue un destacado empresario y líder comunitario. Nayib comenzó su carrera empresarial a una edad temprana, dirigiendo varias empresas familiares, incluyendo una distribuidora de motocicletas y una agencia de publicidad.

**Carrera Política**

Bukele inició su carrera política en el Frente Farabundo Martí para la Liberación Nacional (FMLN). En 2012, fue elegido alcalde de Nuevo Cuscatlán y, en 2015, alcalde de San Salvador. Durante su mandato como alcalde, se destacó por proyectos de modernización y revitalización urbana.

**Presidencia**

En 2019, Bukele se postuló para

la presidencia bajo la bandera del partido Gran Alianza por la Unidad Nacional (GAN) y ganó con una mayoría significativa, convirtiéndose en el primer presidente en décadas que no pertenece a los partidos tradicionales ARENA o FMLN. Su administración ha sido conocida por su enfoque en la seguridad pública y el uso de redes sociales para comunicarse directamente con la ciudadanía.

**Vida Personal**

Bukele está casado con Gabriela Rodríguez desde 2014 y tienen dos hijas, Layla y Aminah

**Cómo ha Abordado los Problemas de Seguridad en El Salvador.**

Desde que Nayib Bukele asumió la presidencia de El Salvador en 2019, ha implementado varias medidas para abordar los problemas de seguridad, especialmente la violencia de las pandillas, que ha sido un problema persistente en el país.

**Estado de Emergencia**

En marzo de 2022, tras un aumento en la violencia de las pan-

dillas, Bukele declaró un estado de emergencia que suspendió ciertos derechos básicos. Este estado de emergencia ha sido extendido múltiples veces y ha permitido a las autoridades realizar arrestos masivos y redadas indiscriminadas en barrios de bajos ingresos. Hasta la fecha, más de 81,000 personas han sido arrestadas bajo estas medidas.

**Mega Prisión**

Para manejar el aumento en la población carcelaria, el gobierno inauguró una nueva mega prisión conocida como el "Centro de Confinamiento del Terrorismo", con capacidad para 40,000 detenidos. Esta instalación ha sido utilizada para albergar a miles de presuntos pandilleros.

**Resultados**

Las medidas de Bukele han resultado en una disminución significativa de la violencia de las pandillas, incluyendo homicidios y extorsiones.

**Futuro de la Seguridad**

Bukele ha expresado que espera que los avances en seguridad sean sostenibles sin la necesidad de un estado de emergencia continuo. Su administración estima que quedan entre 8,000 y 9,000 pandilleros activos, y planea levantar el estado de emergencia una vez que este número se reduzca aún más

**ORIGENES DE LA VIOLENCIA EN EL SALVADOR**

La violencia en El Salvador tiene raíces profundas y complejas,

que se remontan a varios factores históricos, sociales y económicos.

**Guerra Civil (1980-1992)**

Uno de los principales orígenes de la violencia en El Salvador es la guerra civil que tuvo lugar entre 1980 y 1992. Este conflicto enfrentó al gobierno militar, apoyado por Estados Unidos, contra el Frente Farabundo Martí para la Liberación Nacional (FMLN), un grupo guerrillero de izquierda.

La guerra dejó alrededor de 75,000 muertos y miles de desaparecidos, y generó un ambiente de violencia y desconfianza que persiste hasta hoy.

**Pandillas y Deportaciones**

Las pandillas, como la Mara Salvatrucha (MS-13) y el Barrio 18, surgieron en Los Ángeles en la década de 1980 entre comunidades de inmigrantes salvadoreños que huían de la guerra civil. Con el tiempo, muchos de estos pandilleros fueron deportados a El Salvador, donde encontraron un país devastado por la guerra y con pocas oportunidades económicas.

Esto facilitó la expansión de las pandillas y su influencia en el país.

**Exclusión Social y Económica**

La exclusión social y económica también ha jugado un papel crucial en la perpetuación de la violencia. La falta de oportunidades laborales, la pobreza y la desigualdad han llevado a muchos jóvenes a unirse a las pandillas como una forma de obtener ingresos y protección.

Además, la falta de acceso a servicios básicos y educación ha exacerbado estos problemas.





**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

# GOBIERNO DE BIDEN SANCIONA A LAS DICTADURAS O LAS PREMIA ?

Por: Andres Garcia



## VENEZUELA

La congresista por el estado de la Florida María Elvira Salazar fustigó el viernes a la administración Biden por renovar la licencia que permite a la estadounidense Chevron explotar petróleo en Venezuela después de las controversiales elecciones presidenciales de julio, diciendo que la medida está ayudando a mantener a flote la dictadura socialista de Caracas. Salazar, quien presidió una audiencia sobre Venezuela en el subcomité del Hemisferio Occidental de la Cámara de Representantes, cuestionó a representantes del Departamento de Estado sobre la decisión, enfatizando su incongruencia en momentos en que Estados Unidos ejerce presión para obligar al gobernante Nicolás Maduro a respetar el resultado de la elección presidencial del 28 de julio.

Esta semana se reveló ante una comisión del Congreso de USA que la dictadura venezolana recibe casi un billón de dólares mensuales de cuatro concesionarias petroleras estadounidenses, encabezadas por Chevron y cuyas licencias para negociar con Venezuela acaban de ser renovadas por Biden. Además, Estados Unidos es uno de los pocos países del mundo que aún no han reconocido a Edmundo González como presidente legítimo de Venezuela.

## HAY SANCIONES REALES

### CONTRA VENEZUELA ?

El comercio entre Estados Unidos y Venezuela ha tenido cambios en los últimos años, y en 2023 se registró un aumento en el intercambio comercial:

En 2022, el comercio de bienes y servicios entre Estados Unidos y Venezuela fue de 4.300 millones de dólares, con 3.800 millones de dólares en exportaciones y 504 millones de dólares en importaciones.

En el primer semestre de 2023, el intercambio comercial entre los



dos países fue de 2.610 millones de dólares, lo que representa un aumento del 113% en comparación con el mismo período de 2022.

En 2023, el intercambio comercial entre los dos países alcanzó los 6.000 millones de dólares, más del doble que en 2022

**Estados Unidos-Venezuela:** En 2022, Estados Unidos exportó \$2,21MM a Venezuela. Los principales productos que Estados Unidos exportó a Venezuela fueron Harina de soja (\$305M), Equipo de transmisión (\$166M), y Teléfono (\$151M). Durante los últimos 5 años las exportaciones de Estados Unidos a Venezuela han tenido un decrecimiento a una tasa anualizada de 11,0%, desde \$3,97MM en 2017 a \$2,21MM en 2022.

**Venezuela-Estados Unidos:** En 2022, Venezuela exportó \$438M a Estados Unidos. Los principales productos que Venezuela exportó a Estados Unidos fueron Crustáceos procesados (\$84,1M), Alcoholes acíclicos (\$83,5M), y Cable aislado (\$70,1M). Durante los últimos 5 años las exportaciones de Estados Unidos a Venezuela han tenido un decrecimiento a una tasa anualizada de 11,0%, desde \$3,97MM en 2017 a \$2,21MM en 2022.

**COMPAÑIAS** En 2023, empresas líderes como CMPC (1,45k), Gallo Family Vineyards (544), y Woodstream (57,0) estuvieron a la vanguardia de la exportación de bienes de Venezuela a Estados Unidos. A la inversa, Cmpc Maderas Spa (737), Nosio Spa (544), y Unknown (533) se destacaron por importar productos hacia Venezuela desde Estados Unidos.

## CUBA

Por otra parte, sumamos que la dictadura cubana recibe alrededor de 3 trillones de dólares anuales

procedentes de Estados Unidos por concepto de remesas, paquetería, recargas telefónicas, trámites consulares, turismo y exportación de autos de alta gamas, además de mantener. Un flujo comercial de más de 800 millones de dólares anuales en exportaciones, principalmente pollo, comida para mascotas, bebidas alcohólicas, madera y medicinas, entre otros rubros.



## HAY BLOQUEO ?

En mayo de 2024, el Consejo Económico y Comercial EEUU-Cuba informó que La Habana importó más de 20 millones de dólares en vehículos de diverso tipo desde el territorio norteamericano entre 2023 y el primer trimestre de 2024. Este monto incluye carros nuevos y usados, motocicletas, tractores y repuestos. May 21, 2024

En 2023, empresas líderes como Chevron (12,0), Emser Tile (11,0), y Ayco Farms (9,00) estuvieron a la vanguardia de la exportación de bienes de Estados Unidos a Cuba. A la inversa, Other (11,0), Frutas Tropicales De (9,00), y Procesadora Industrial Fortaleza, (7,00) se destacaron por importar productos hacia Cuba desde Estados Unidos.

En Junio 2024 Estados Unidos exportó \$50,7M e importó \$1,45M desde Cuba, resultando en un balance comercial positivo de \$49,2M. Entre Junio 2023 y Junio 2024 las exportaciones de Estados Unidos sufrieron un incremento por \$9,36M (22,7%) desde \$41,3M hacia \$50,7M, mientras que las importaciones sufrieron un incremento por \$1,44M (22,2k%) desde \$6,5k hacia \$1,45M.

## Comercio

En Junio 2024, las principales exportaciones de Estados Unidos hacia Cuba fueron Carne de ave (\$27,3M), Fosfinaciones y fosfonatos (\$4,57M), Productos básicos no especificados en otros... (\$1,09M), Carpintería semi química (\$306k), y Contenedores de carga ferroviaria (\$158k). En Junio 2024 las principales importaciones

de Estados Unidos hacia Cuba fueron Pinturas (\$100k) y Esculturas (\$12,5k).

## Orígenes

En Junio 2024 las exportaciones de Estados Unidos fueron principalmente de Florida (\$33,4M), Georgia (\$5,51M), Texas (\$2,42M), Louisiana (\$2,32M), y Mississippi (\$2,03M), mientras que los destinos de importación fueron principalmente Texas (\$1,45M), Florida (\$0), y New York (\$0).

## Crecimiento

En Junio 2024, el incremento en las exportaciones anuales de Estados Unidos hacia Cuba son explicadas principalmente por un incremento en las exportaciones de Carne de ave (\$5,87M or 27,5%), Productos básicos no especificados en otros... (\$688k or 173%), y Carpintería semi química (\$18k or 6,24%). En Junio 2024, el incremento de las importaciones anuales de Estados Unidos desde Cuba son explicadas por un incremento en importaciones de Pinturas (\$32k or 47,1%).

## NICARAGUA



## Nicaragua-Estados Unidos:

En 2022, Nicaragua exportó \$4,09MM a Estados Unidos. Los principales productos que Nicaragua exportó a Estados Unidos fueron Oro (\$916M), Camisetas, tejidas (\$708M), y Tabaco enrollado (\$345M). Durante los últimos 5 años las exportaciones de Estados Unidos a Nicaragua han tenido un incremento a una tasa anualizada de 12,0%, desde \$1,54MM en 2017 a \$2,72MM en 2022.

**COMPAÑIAS** En 2023, empresas líderes como Kontoor Brands (573), Family Tobacco Traders (117), y Sucafina (115) estuvieron a la vanguardia de la exportación de bienes de Nicaragua a Estados Unidos. A la inversa, Other (463), Leewrangler Nicaragua Y Cia Colecti (418), y Leewrangler Nicaragua Y Compania Co (155) se destacaron por importar productos hacia Nicaragua desde Estados Unidos.

Actualmente, no existe una medicina que elimine directamente las calorías del cuerpo humano. Las calorías son una medida de energía que el cuerpo necesita para funcionar, y se obtienen a través de los alimentos que consumimos. Para reducir el exceso de calorías, se recomienda una combinación de dieta equilibrada y ejercicio físico.

Algunas investigaciones están explorando maneras de influir en el metabolismo y la forma en que el cuerpo procesa las calorías, pero hasta ahora no hay una solución mágica. Los edulcorantes artificiales, por ejemplo, pueden reducir la ingesta calórica, pero también tienen sus propios riesgos y efectos secundarios.

El metabolismo es el conjunto de procesos químicos que ocurren en el cuerpo para mantener la vida. Estos procesos permiten que el cuerpo convierta los alimentos y bebidas que consumes en energía. El metabolismo se puede dividir en dos categorías principales:

**Catabolismo:** Este proceso descompone las moléculas grandes, como los carbohidratos, las grasas



y las proteínas, en moléculas más pequeñas para liberar energía. Por ejemplo, cuando haces ejercicio, tu cuerpo descompone el glucógeno almacenado en los músculos para obtener energía.

**Anabolismo:** Este proceso utiliza la energía liberada por el catabolismo para construir y reparar tejidos y células. Por ejemplo, después de hacer ejercicio, el cuerpo usa proteínas para reparar y construir músculo.

El metabolismo basal es la cantidad de energía que tu cuerpo

necesita para realizar funciones básicas como respirar, mantener la temperatura corporal y circular la sangre mientras estás en reposo. Factores como la edad, el sexo, la masa muscular y la genética pueden influir en tu tasa metabólica basal.

Reducir calorías puede ser más sencillo de lo que parece con algunos cambios en tu rutina diaria.

**Aquí tienes algunos consejos prácticos:**

**Elige alimentos bajos en calorías:**

Llena tu plato con frutas y verduras, que son bajas en calorías pero

ricas en nutrientes y fibra.

**Controla las porciones:** Sirve tus comidas en platos más pequeños y evita repetir porciones. Esto puede ayudarte a comer menos sin sentirte privado.

**Bebe agua en lugar de bebidas azucaradas:** Las bebidas como refrescos y jugos pueden añadir muchas calorías a tu dieta. Opta por agua, té o café sin azúcar.

**Cocina de manera saludable:** Usa métodos de cocción como asar, hornear o cocinar al vapor en lugar de freír. También puedes sustituir ingredientes altos en calorías por versiones más ligeras, como usar yogur griego en lugar de crema agria.

**Haz ejercicio regularmente:** Aumentar tu actividad física te ayudará a quemar más calorías. Incluso actividades simples como caminar o subir escaleras pueden hacer una gran diferencia.

**Planifica tus comidas y refrigerios:**

Tener un plan te ayudará a evitar comer en exceso y a elegir opciones más saludables

**ALFREDO'S**  
*Tires & Auto Repair*  
**AIR CONDITIONING**

AIR CONDITIONING  
**ASE CERTIFIED**

*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.)

**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

# Las Escuelas Públicas de *Union City*

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

## No es Demasiado Tarde

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 2024 para ser elegibles.

Para inscribir a su hijo/a, por favor descargue la solicitud en nuestro sitio web en [www.ucboe.us](http://www.ucboe.us), escanee la solicitud y envíela por correo electrónico a [samanthavalle@ucboe.us](mailto:samanthavalle@ucboe.us) y [obarrios@ucboe.us](mailto: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 8:30 a.m. a las 2:30 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:



**Facebook:** Union City Schools



**Twitter:** @schools\_uc



**Instagram:** Union City Schools

### LA JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

Ydalia M. Genao, *Presidente*

Carlos H. Vallejo, *Vice-Presidente*

Joseph Isola, *Miembro*

Fr. Aro Nathan, *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

La tasa de natalidad en Estados Unidos ha disminuido significativamente en los últimos años. Entre 2007 y 2022, la tasa de natalidad cayó de 14,3 nacimientos por cada mil personas a aproximadamente 11,1, lo que representa una reducción de casi el 23%. Esta tendencia se debe a varios factores, incluyendo el acceso a la educación y al trabajo para las mujeres, así como el uso de métodos anticonceptivos.

### ¿Por qué ha disminuido la tasa de natalidad?

La disminución de la tasa de natalidad en Estados Unidos se debe a una combinación de factores sociales, económicos y culturales:

#### Educación y Empleo de las Mujeres:

A medida que más mujeres acceden a la educación superior y a oportunidades laborales, tienden a retrasar la maternidad para enfocarse en sus car-

reras y desarrollo personal.

#### Acceso a Métodos

#### Anticonceptivos:

La disponibilidad y el uso de métodos anticonceptivos han permitido a las parejas planificar mejor sus familias y tener menos hijos.

**Costos de Crianza:** El alto costo de criar a un hijo, incluyendo educación, salud y cuidado infantil, puede disua-

dir a las parejas de tener más hijos.

**Cambios en las Prioridades:** Las prioridades y valores han cambiado, con muchas personas optando por invertir en experiencias personales y profesionales en lugar de formar familias grandes.

**Incertidumbre Económica:** Factores como la recesión económica y la incertidumbre laboral también jue-

gan un papel importante, ya que las parejas pueden sentirse menos seguras financieramente para tener hijos.

Estos factores, entre otros, han contribuido a la tendencia de disminución de la tasa de natalidad en el país.

La disminución de la tasa de natalidad tiene varias implicaciones importantes para la economía y el envejecimiento de la población:

#### Impacto en la Economía

**Fuerza Laboral Reducida:** Con menos nacimientos, habrá menos personas entrando al mercado laboral en el futuro, lo que puede llevar a una escasez de trabajadores y afectar la productividad económica.

#### Menor Crecimiento Económico:

Una población en crecimiento generalmente impulsa el consumo y la demanda de bienes y servicios. Con una tasa de natalidad más baja, el crecimiento económico puede ralentizarse.





**Carros de hidrógeno**  
**¿Realmente tienen futuro?**

## LA CONDUCCION AUTONOMA NO ES TAN SENCILLA...

### Que Vendra Despues de los Autos Electricos.

Después de los autos eléctricos, se espera que la industria automotriz evolucione hacia tecnologías aún más avanzadas y sostenibles. Aquí hay algunas tendencias y desarrollos que podrían marcar el futuro:

**Autos de Hidrógeno:** Los vehículos de celda de combustible de hidrógeno generan electricidad a partir de hidrógeno y oxígeno, emitiendo solo agua como subproducto. Estos autos tienen el potencial de ofrecer una mayor autonomía y tiempos de recarga más rápidos en comparación con los autos eléctricos.

**Autos Autónomos:** La conducción autónoma está avanzando rápidamente. Los vehículos completamente autónomos podrían transformar la movilidad, reduciendo accidentes y mejorando la eficiencia del tráfico.

### Tecnologías de Baterías Avanzadas:

Se están desarrollando nuevas tecnologías de baterías, como las baterías de estado sólido, que prometen ser más seguras, más eficientes y con mayor capacidad de almacenamiento que las baterías de iones de litio actuales.

**Movilidad Aérea Urbana:** Los vehículos voladores, como los taxis aéreos eléctricos, están en desarrollo y podrían ofrecer una solución a la congestión del tráfico en las ciudades.

### Integración con Energías Renovables:

Los autos del futuro podrían estar más integrados con las redes de energía renovable, permitiendo que los vehículos no solo consuman energía, sino que también la devuelvan a la red cuando no estén en uso.

Estas innovaciones están encaminadas a crear un sistema de transporte más limpio, eficiente y seguro.

### ¿Qué es la conducción autónoma?

La conducción autónoma se refiere a la capacidad de un vehículo para

operar y navegar sin la intervención humana. Estos vehículos utilizan una combinación de sensores, cámaras, radares y algoritmos de inteligencia artificial para percibir su entorno y tomar decisiones en tiempo real. Aquí hay algunos puntos clave sobre la conducción autónoma:



**Niveles de Autonomía:** La conducción autónoma se clasifica en cinco niveles, desde el Nivel 0 (sin automatización) hasta el Nivel 5 (automatización completa). Los niveles intermedios incluyen diversas formas de asistencia al conductor, como el control de crucero adaptativo y el mantenimiento de carril.

**Sensores y Tecnología:** Los autos autónomos están equipados con una variedad de sensores, como LIDAR (detección y rango de luz), cámaras y radares, que les permiten detectar obstáculos, señales de tráfico y otros vehículos.

**Inteligencia Artificial:** Los algoritmos de inteligencia artificial procesan los datos de los sensores para tomar decisiones de conducción, como frenar, acelerar y girar. Estos algoritmos también aprenden y mejoran con el tiempo a través del aprendizaje automático.

**Beneficios Potenciales:** La conducción autónoma promete reducir los accidentes de tráfico, mejorar la eficiencia del transporte y aumentar la accesibilidad para personas con discapacidades.

**Desafíos:** A pesar de los avances, todavía existen desafíos significativos, como la seguridad, la regulación y la aceptación pública.

Además, los vehículos autónomos deben ser capaces de manejar situaciones complejas y variadas en la carretera.

La conducción autónoma tiene el potencial de transformar la forma en que nos movemos y mejorar la seguridad y la eficiencia del transporte.

### Explícame más sobre el aprendizaje automático en autos autónomos.

El aprendizaje automático es una parte fundamental de la tecnología detrás de los autos autónomos. Aquí te explico cómo funciona y por qué es tan importante:

**Recopilación de Datos:** Los vehículos autónomos están equipados con una variedad de sensores, como cámaras, radares y LIDAR, que recopilan datos sobre el entorno, incluyendo la posición de otros vehículos, peatones y objetos en la carretera.

**Procesamiento de Datos:** Estos datos se procesan mediante algoritmos de aprendizaje automático. Estos algoritmos analizan la información en tiempo real para identificar patrones y tomar decisiones de conducción, como frenar, acelerar o girar.

**Redes Neuronales:** Los autos autónomos utilizan redes neuronales profundas, que son modelos de aprendizaje automático inspirados en el cerebro humano. Estas redes pueden aprender de grandes cantidades de datos y mejorar su rendimiento con el tiempo.

**Entrenamiento del Modelo:** Los modelos de aprendizaje automático se entrenan utilizando grandes conjuntos de datos que incluyen diversas situaciones de conducción.

Durante el entrenamiento, el modelo aprende a reconocer y reaccionar ante diferentes escenarios, como la detección de peatones o la identificación de señales de tráfico.

**Predicción y Planificación:** Una vez entrenado, el modelo puede predecir el comportamiento de otros usuarios de la carretera y planificar la ruta más segura y eficiente. Esto incluye anticipar movimientos de otros vehículos y ajustar la velocidad y la dirección en consecuencia.

**Mejora Continua:** Los sistemas de aprendizaje automático en autos autónomos están en constante mejora.

A medida que el vehículo recopila más datos de conducción, el modelo se actualiza y se vuelve más preciso y confiable.

El aprendizaje automático permite que los autos autónomos no solo reaccionen a su entorno, sino que

también aprendan y se adapten a nuevas situaciones, mejorando continuamente su capacidad para conducir de manera segura y eficiente.

### Curiosidades de los Autos de Hidrogeno

**Emisiones Limpias:** Los autos de hidrógeno solo emiten vapor de agua, lo que los hace una opción muy limpia y amigable con el medio ambiente.



**Rápida Recarga:** A diferencia de los autos eléctricos, los autos de hidrógeno pueden recargarse en aproximadamente cinco minutos.

**Autonomía:** Tienen una mayor autonomía en comparación con muchos autos eléctricos.

Por ejemplo, el Toyota Mirai puede recorrer más de 1,000 km con una sola carga.

### Tecnología de Pila de Combustible:

Funcionan mediante una pila de combustible que convierte el hidrógeno en electricidad para alimentar el motor.

**Seguridad:** Aunque el hidrógeno es muy volátil, los autos de hidrógeno están diseñados con estrictas medidas de seguridad para evitar fugas y otros riesgos.

**Historia:** Un físico argentino, Juan Carlos Bolcich, desarrolló uno de los primeros autos a hidrógeno en 1996, utilizando un Renault 9 modificado.

### Cuanto Podria Costar Comprar un Auto de Hidrogeno

Comprar un auto de hidrógeno puede ser bastante caro en comparación con los autos convencionales. Los precios suelen oscilar entre 70,000 y 76,000 euros (aproximadamente 75,000 a 82,000 dólares)<sup>12</sup>. Sin embargo, en algunos lugares, como España, existen planes de ayuda como el Plan MOVES III, que pueden ofrecer descuentos de hasta 7,000 euros.





**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 Sabado.



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

Contact us 

[info@internationalopticalwny.com](mailto:info@internationalopticalwny.com)  
[internationalopticalwny.com](http://internationalopticalwny.com)



**International Optical**

6219 Bergenline Avenue  
West New York, NJ 07093

[info@internationalopticalwny.com](mailto: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.

