

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

DIMENSION

EDICION DIGITAL - ABRIL 28 - 2025



F35

EL SEÑOR DE LOS CIELOS



EL ORO

TODLO LO QUE DEBES DE SABER

ORIGENES Y CURIOSIDADES



PENA DE MUERTE O CADENA PERPETUA

Que Opinas Tu ?



ORIGEN DE LA DEMOCRACIA

Que es y de Donde Viene



RELATO TRISTE DE LA VIDA DE UNA NIÑA LLAMADA MAYA ...

El basurero de Puerto Sombrío no era un lugar, sino un monstruo. Un gigante de metal podrido y humo gris que devoraba todo lo que la ciudad ya no quería. Entre sus fauces, entre bolsas rotas y jeringas oxidadas, vivía Maya, una niña de siete años que no recordaba el sonido de su propia voz.

El frío y los números

Maya contaba las cosas para no olvidar que existía: 12 eran los perros flacos que la seguían. 3 las veces que había encontrado un zapato izquierdo que casi le quedaba. Infinitas las noches en las que soñaba con una sopa caliente que nunca llegaba.

Su madre, una sombra tosiendo bajo un plástico, le decía: "No llores, Maya. El hambre duele menos si cierras los ojos". Pero una tarde, la toz de su madre se volvió silencio, y entonces Maya entendió el número más importante:

1. Ella estaba completamente sola.

La Muñeca Rota

Entre la basura, Maya rescató una muñeca sin brazos, la cabellera enredada como la suya. La llamó Lila y le hablaba en susurros:

—Tú y yo somos iguales... nadie nos extrañará si desaparecemos—.

Una noche, un camión de residuos arrojó un cargamento nuevo. Entre los escombros brilló algo: un espejo roto. Maya se miró por primera vez en años y no reconoció esos ojos hundidos, esa piel pegada a los huesos. Rompió a llorar, pero hasta sus lágrimas sabían a ceniza.

La Luz que no era para Ella

Más allá del basurero, la ciudad bri-

llaba. Maya veía luces amarillas en las ventanas, niños abrigados riendo. Una vez, se atrevió a acercarse a una panadería. El olor a pan fresco le hizo doler el estómago. La dueña la vio y gritó: —¡Fuera, ratita de la basura!—.

Maya corrió y tropezó. Al caer, Lila rodó por el suelo. Un coche pasó sobre ella, aplastándola para siempre.

El Último Tesoro

El invierno vino con niebla y lluvia ácida. Maya, tiritando bajo una lona, encontró un libro mojado. Aunque no sabía leer, las ilustraciones mostraban un cielo lleno de estrellas.

—¿Tú crees que allá arriba también hay basura?— le preguntó a uno de los perros, que lamó su mano sucia.

Esa noche, el frío se volvió demasiado profundo. Maya abrazó el libro contra su pecho y miró el cielo. Por primera vez en su vida, vio una estrella. Cerró los ojos imaginando que era un regalo solo para ella.

A la mañana siguiente, los recolectores encontraron su cuerpo pequeño. Nadie lloró. Nadie buscó a "la niña del basurero". Pero esa misma tarde, alguien tiró un telescopio roto entre los desechos. Y si alguien lo hubiera mirado con atención, habría visto que apuntaba directamente a la estrella más brillante.

Epílogo

Dicen que en Puerto Sombrío a veces se ve una luciérnaga verde revoloteando entre la basura. Los niños del lugar juran que, si la sigues, te lleva a un sitio donde las muñecas tienen brazos, las sopas están calientes y las estrellas... esas nunca se apagan.

Es un relato duro, pero quería honrar las historias reales que a menudo ignoramos.

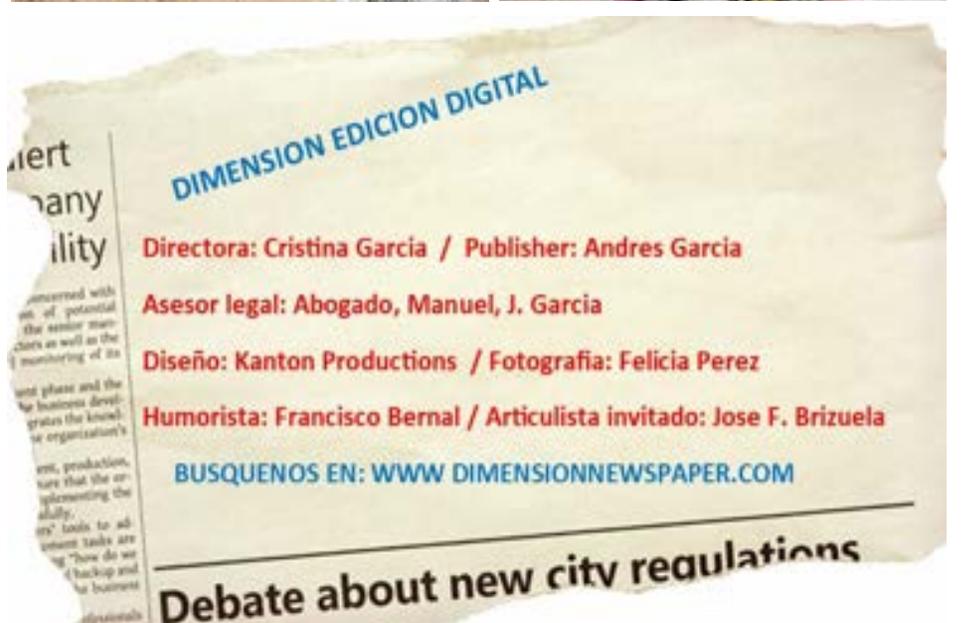
PARA REFLEXIONAR... Esto es Parte del Mundo en que Vivimos



POR QUE UN NIÑO TIENE QUE VIVIR EN LA BASURA ?



NO MAS ! TOMA CONCIENCIA !



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.



 **(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**





Podria inventarse una pastilla o inyeccion que elimine la calorías del cuerpo humano ?

La idea de una "pastilla o inyección que elimine calorías" suena revolucionaria, pero desde el punto de vista científico y fisiológico, es extremadamente compleja (y por ahora, inviable). Aquí un análisis detallado:

Por qué es tan difícil crear algo así?

Las calorías no son un "objeto" que se pueda eliminar:

Son unidades de energía almacenadas en moléculas como grasas, carbohidratos y proteínas.

El cuerpo las usa para funciones vitales (respirar, moverse, pensar).

El cuerpo humano no tiene un "interruptor" para expulsar calorías:

La energía se quema (metabolismo) o se almacena (grasa).

No hay un órgano o vía para "eliminarlas" sin procesarlas.

Riesgos graves para la salud:

Si bloqueas la absorción de calorías (ej. fármacos como el Orlistat), provoca efectos secundarios severos (diarrea, déficit de vitaminas).

Eliminar calorías sin control podría causar hipoglucemia, fallo orgánico o incluso la muerte.

Tecnologías existentes (y sus límites)

Inhibidores de absorción:

Orlistat (Xenical): Bloquea la digestión de grasas, pero solo evita ~

30% de las calorías grasas (con efectos adversos).

Acarbosa: Reduce absorción de carbohidratos, pero no es eficaz para perder peso significativo.

Fármacos que aumentan el metabolismo:

Semaglutida (Wegovy) y Tirzepatida (Zepbound): Actúan en el cerebro para reducir el apetito, pero no "eliminan" calorías.

Enzimas experimentales:

Estudios con lipasas modificadas (para descomponer grasas) aún están en fase inicial y son riesgosas.

Por qué no existe (ni existirá pronto)?

La energía no se destruye: Según las leyes de la termodinámica, las calorías deben transformarse (quemarse, almacenarse o excretarse).

El cuerpo prioriza supervivencia: Cualquier intento de "eliminar calorías" sin pasar por el metabolismo alteraría funciones críticas.

Efectos secundarios: Pérdida muscular, daño hepático o desnutrición serían inevitables.

Alternativas Realistas (2024)

Fármacos que reducen el apetito: Semaglutida (Wegovy) y Tirzepatida (Zepbound).

Implantes de estimulación gástrica:

En investigación.

Terapias génicas: Para regular el metabolismo (aún en laboratorio).

No hay —ni habrá a corto plazo— una "inyección mágica" que elimine calorías sin consecuencias. La solución sigue siendo dieta equilibrada, ejercicio y avances controlados en medicación.

ALGUNAS CURIOSIDADES

La persona que más calorías ha consumido en un día

Competidores de eating contests:

En 2020, el campeón Joey Chestnut consumió ~20,000 kcal en 10 minutos (75 perros calientes).

Para quemarlo, necesitarías correr 7 maratones seguidos (¡o 200 horas de yoga!).

Las comidas más calóricas del mundo

* La mantequilla clarificada (ghee): 900 kcal/100g.

* El aceite de coco: 862 kcal/100g.

* La pizza Deep Dish de Chicago: Tiene hasta 3,000 kcal por porción!

Sabías que las "calorías" no son cosa de comida?

Originalmente, la caloría es una unidad de energía térmica: se define como la energía necesaria para elevar 1 gramo de agua de 14.5°C a 15.5°C.

En nutrición, usamos kilocalorías (kcal) (1 kcal = 1,000 calorías), pero por costumbre las llamamos "calorías".



LA CASONA
CUBAN AND SALVADORIAN CUISINE
RESTAURANT
EST. 2002

LA CASONA

RESTAURANT

CUBAN AND SALVADORIAN CUISINE



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

El país con la mayor cantidad de reservas de oro en el mundo es Estados Unidos, con aproximadamente 8.133 toneladas de oro almacenadas (según datos del Consejo Mundial del Oro, 2023).

Top 5 países con más reservas de oro:

- Estados Unidos – 8.133 toneladas (Fort Knox, Reserva Federal)
- Alemania – 3.359 toneladas (Banco Federal de Alemania)
- Italia – 2.452 toneladas (Banco de Italia)
- Francia – 2.437 toneladas (Banco de Francia)
- Rusia – 2.333 toneladas (Banco Central de Rusia)

Datos Curiosos:

- * China es el mayor productor de oro anual, pero no tiene las mayores reservas oficiales.
- * Venezuela tiene una de las reservas más grandes de Latinoamérica, pero ha vendido parte para pagar deudas.

El oro de EE.UU. está guardado en lugares ultra-seguros como Fort Knox y la Reserva Federal de Nueva York.

Si te refieres al país con más producción minera de oro, el líder es China, seguido por Australia, Rusia



y Canadá.

POR QUE EL ORO ES TAN COSTOSO

El oro es uno de los metales más valiosos del mundo, y su alto precio se debe a una combinación de factores históricos, económicos, científicos y culturales. Aquí las razones principales:

1. Escasez y dificultad para extraerlo
El oro es extremadamente raro en la corteza terrestre (se estima que todo el oro extraído en la historia cabría en tres piscinas olímpicas). Su extracción es costosa y compleja: se necesitan toneladas de mineral para obtener unos pocos gramos.
2. No se corrompe ni se desgasta
Es inmune al óxido, no reacciona con el agua o el aire (a diferencia

del hierro o la plata).

Puede enterrarse durante milenios y seguirá siendo oro puro.

3. Valor histórico como dinero y símbolo de poder

Civilizaciones como Egipto, Roma y los Incas lo usaron como moneda y objeto de culto.

En el siglo XIX, el patrón oro respaldó las economías globales (hoy ya no, pero sigue siendo una reserva de valor).

4. Demanda industrial y tecnológica

Se usa en electrónica (smartphones, computadoras) por su conductividad y resistencia.

La industria espacial lo emplea en satélites por su capacidad para reflejar radiación.

5. Cultura y psicología humana

Es símbolo de lujo y estatus (joyería, arte, trofeos).

En crisis económicas, la gente compra oro como “refugio seguro” (mientras las monedas se devalúan, el oro mantiene su valor).

6. Los bancos centrales lo acumulan

Países como EE.UU., Alemania o China guardan miles de toneladas como respaldo financiero.

Podría dejar de valer tanto?

Es improbable, porque:

* No hay un sustituto igual (el platino o la plata no tienen sus propiedades únicas).

* Su demanda sigue creciendo (especialmente en tecnología).

* La minería no puede satisfacer el ritmo de consumo.

Dato curioso: El oro viene del espacio: se formó en colisiones de estrellas de neutrones y llegó a la Tierra en meteoritos hace millones de años.

Dónde ver el Precio del Oro en Tiempo Real?

Sitios como Kitco, Bloomberg o LBMA (London Bullion Market Association) ofrecen seguimiento diario.

Nota: El oro es volátil. Si planeas invertir, considera diversificar y estudiar tendencias a largo plazo.

La Tinajita PIZZERIA CUBANA
www.LaPizzaCubana.com

ESPAGUETI SPAGHETTI

- Napolitanos \$7
- Jamón \$8.50
- Chorizo Spanish Sausage \$8.50
- Camarones Shrimps \$9
- Langosta Lobster \$15
- Pollo Chicken \$9.50

LASAÑA LASAGNA

- Jamón o Picadillo Ham or Ground Beef \$8.50

PAN DE AJO GARLIC BREAD 3 X \$1.50

APERITIVOS APPETISERS

- Empanadas Turnovers \$2.50
- Alitas Pollo Chicken Wings \$7
- Alitas Papitas Wings and Fries \$9
- Papas Rellenas Stuffed Potato \$2.50
- Carne, Pollo, Queso o Guayaba Beef, Chicken, Cheese or Guava
- Con o Sin Picante Spicy or Mild
- Crema Queso Cream of Cheese \$6.50
- Crema Aurora Cream Aurora \$6.50
- Crema Virginia Cream Virginia \$6.50
- Chicken Tenders \$7
- Papitas Fritas French Fries \$3.50
- Croquetas Jamón Ham Croquettes \$1

JUGOS | JUICES

- Naranja Orange \$6.50
- Naranja (sin azúcar) Orange (no sugar) \$7
- Limonada Lemonade \$4

BATIDOS | SHAKES \$6

- Manny | Manny Fresa | Strawberry
- Suavebata | Sourcup
- Mango | Mango
- Trigo | Wheat
- Chocolate | Chocolate
- Mora | Blackberry
- Maracuyá | Passion Fruit

POSTRES DESSERTS

- Flan Custard \$4
- Tres Leches 3 Milks Cake \$5
- Tiramisú Tiramisu \$5

La Tinajita PIZZERIA CUBANA
www.LaPizzaCubana.com

PIZZA FAMILIAR (Masa Cubana o Italiana) LARGE PIZZA (Cuban or Italian Dough)

- Napolitana Cheese \$14
- Hawaiana Hawaiian \$20
- Cangrejo Crab \$24
- Langosta Lobster \$38
- Pollo Chicken \$20
- Tocino Bacon \$20
- Chorizo Spanish Sausage \$20
- Jamón Ham \$20
- Atún Tuna \$22
- Ajies Peppers \$20
- Pepperoni Pepperoni \$20
- Cebolla Onions \$20
- Hongos Mushrooms \$20
- Extras Extra Toppings \$2.50
- Piña Pineapple \$18
- Camarones Shrimps \$22
- Mixta Mixed \$22
- Vegetales Veggies \$20

PIZZA CUBANA PERSONAL | SMALL PAN PIZZA

- Langosta Lobster \$14
- Cangrejo Crab \$9
- Pepperoni Pepperoni \$7.50
- Chorizo Spanish Sausage \$7.50
- Vegetales Veggies \$8
- Napolitana Cheese \$6
- Hawaiana Hawaiian \$7.50
- Camarones Shrimps \$9
- Jamón Ham \$7.50
- Pollo Chicken \$8
- Tocino Bacon \$7.50
- Ajies Peppers \$7.50
- Piña Pineapple \$7.50
- Cebolla Onions \$7.50
- Hongos Mushrooms \$7.50
- Mixta Mixed \$8.50
- Atún Tuna \$8.50
- Extras Extra Toppings \$0.75
- SLICE DE QUESO Cheese Slice \$3

WE DELIVER! 201-867-4566

Servicio GRATIS de Preparación de Impuestos

11 DE FEBRERO – 30 DE ABRIL

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

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

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

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

Nuevamente, si usted sabe de alguien que necesite de este servicio, por favor refiéralo a la Asociación Cívica de Brian P. Stack al (551) 354-9800 o (551) 354-9803. Cuando llame por favor ofrezca su nombre completo, dirección y número de teléfono. Un miembro del personal de la Asociación Cívica se pondrá en contacto con usted para otorgarle una cita. Para finalizar, permítame recordarle que mi Asociación Cívica ofrece innumerables servicios al público de forma gratuita tales como inmigración y naturalización en conjunto a una gama de diversos servicios sociales.

Estamos orgullosos de ofrecerle estos servicios.

Su Amigo,



Brian P. Stack

ARCHIVO ELECTRONICO DISPONIBLE



MARTES Y JUEVES
1-7 P.M.

SÁBADOS
9 A.M. - 2 P.M.

Traído a usted por el

BRIAN P. STACK
CIVIC ASSOCIATION

811 West Street • Union City, NJ 07087

PARA SOLICITAR CITA, LLAME AL:
(551) 354-9800 o (551) 354-9803



FREE TIBET

El Camarlengo (o Camerlengo en italiano) es uno de los cargos más importantes dentro de la estructura de gobierno de la Iglesia Católica y el Vaticano, especialmente durante el período de sede vacante (cuando no hay Papa). Aquí te explico su rol clave:

Qué Hace el Camarlengo?

Administrador temporal del Vaticano:

Cuando el Papa muere o renuncia, el Camarlengo se convierte en el jefe interino de la Santa Sede hasta la elección del nuevo Pontífice.

Gestiona los asuntos financieros y administrativos, pero no tiene poder espiritual (no puede tomar decisiones doctrinales).

Protege los bienes de la Iglesia:

Sella el apartamento papal y documentos secretos.

Supervisa que ningún bien del Vaticano sea alterado o malversado durante la transición.

Organiza el Cónclave:

Junto con el Colegio Cardenalicio, prepara la elección del nuevo Papa.

Es quien anuncia oficialmente la muerte del Papa y verifica el proceso de votación.

El primer Camarlengo (o Camerlengo) del que se tiene registro histórico fue Cencio Savelli, quien ocupó el cargo bajo el pontificado del Papa Clemente III (1187–1191). Sin embargo, su rol se consolidó formalmente como una figura clave durante el período de sede vacante (cuando no hay Papa) en el siglo XIII, bajo el Papa Gregorio X (1271–1276), quien estableció normas más claras para el cónclave tras el caótico interregno de 1268–1271.

Datos clave sobre Cencio Savelli:

También fue Papa: Más tarde se convirtió en Honorio III (1216–1227), conocido por aprobar la Regla de San Francisco de Asís.

Recopiló el "Liber Censuum": Un registro financiero de los ingresos de la Santa Sede, precursor de la administración moderna del Vaticano.

Evolución del cargo:

En sus orígenes, el Camarlengo era un alto funcionario financiero de la corte papal.

Su papel como custodio interino del Vaticano durante la sede vacante se definió en las constituciones apostólicas "Ubi periculum" (1274) y "Vacante Sede Apostolica" (1904).

Datos Curiosos:



Símbolo de su cargo: Lleva un martillo de plata para romper el Anillo del Pescador (sello papal) tras la muerte del Papa, evitando falsificaciones.

Famosos Camarlengos: El cardenal Jean-Louis Tauran anunció "Habemus Papam" cuando fue elegido Francisco (2013).

Duración del cargo: Normalmente es un cardenal nombrado por el Papa, pero su papel central solo se activa en sede vacante.

Quién es el actual Camarlengo?

Desde 2019, el cardenal Kevin Farrell (irlandés-estadounidense) ocupa el puesto.

Sabías que...? Durante el cónclave, el Camarlengo es quien quema las papeletas de votación, produciendo el famoso humo blanco o negro que anuncia si hay nuevo Papa.

CURIOSIDADES DEL CONCLAVE

El cónclave (del latín cum clave, "bajo llave") es el proceso secreto y altamente ritualizado mediante el cual los cardenales eligen al nuevo Papa. Aquí te revelo los detalles más fascinantes y misteriosos de este procedimiento, lleno de simbolismo y tradiciones centenarias:

1. El Juramento de Secreto

Los cardenales deben jurar guardar silencio absoluto sobre las deliberaciones.

La violación del secreto conlleva la excomunión automática (latae sententiae).

2. Reclusión en la "Ciudad del Vaticano"

Los cardenales se encierran en la Capilla Sixtina y se aíslan del mundo exterior:

Las Ventanas se Sellan.

Se instalan interferidores para bloquear señales electrónicas (desde 2005).

Los alojamientos son en la Casa Santa Marta, con estrictas normas de convivencia.

3. El Ritual de las Papeletas

Cada voto se escribe a mano en una papeleta con la frase: "Eligo in Summum Pontificem..." ("Elijo como Sumo Pontífice a...").

Las papeletas se doblan dos veces y se depositan en un cáliz sobre el altar.

4. La Quema de los Votos

Tras cada votación (2 al día), las papeletas se queman en una estufa especial:

Humo negro (con paja húmeda): No hay elección.

Humo blanco (con productos químicos): ¡Nuevo Papa elegido!

Desde 2018, también se usan campanadas para evitar confusiones.

5. El "Extra Omnes"

Al inicio del cónclave, un maestro de ceremonias grita "Extra omnes!" ("¡Fuera todos!"), y solo quedan los cardenales electores.

6. La Prueba del Trono

Tras la elección, el nuevo Papa es llevado a una sala pequeña ("Cuarto de las Lágrimas") para vestirse:

Se le ofrecen tres hábitos blancos (tallas S, M, L) preparados de antemano.

Según la leyenda, muchos Papas lloran aquí al comprender el peso de su cargo.

7. La Proclamación desde el Balcón

El cardenal protodiácono anuncia al mundo: "Annuntio vobis gaudium magnum: Habemus Papam!" ("¡Os anuncio un gran gozo: Tenemos Papa!").

El nuevo Papa da su primera bendición Urbi et Orbi ("a la Ciudad y al Mundo").

Datos Ocultos y Curiosidades

Último Papa elegido en 1 día: Pío XII (1939), en solo 3 votaciones.

Cónclave más largo: 3 años (1268–1271). Tras ello, se decretó el encierro forzoso.

Veto de los Reyes Católicos: Espa-

ña y Francia tenían derecho a vetar candidatos hasta 1904.

¿Sabías que...? En 1958, el humo blanco se confundió con negro, ¡y los periodistas anunciaron erróneamente que no había Papa!

La Iglesia católica tiene una estructura jerárquica bien definida, que se basa en el derecho canónico y en la tradición eclesial. A continuación, se presenta un resumen de los principales niveles de autoridad:

1. El Papa

Rol: Es el obispo de Roma, sucesor de San Pedro y cabeza visible de la Iglesia católica.

Funciones: Pastor supremo de la Iglesia.

2. Los Cardenales

Rol: Son los principales consejeros del Papa y forman el Colegio Cardenalicio.

Funciones: Elegir al Papa en un cónclave (si son electores, es decir, menores de 80 años).

Asesorar al Pontífice en el gobierno de la Iglesia.

3. Los Obispos

Rol: Sucesores de los apóstoles, responsables de una diócesis.

Tipos:

Obispo diocesano: Gobierno de una diócesis.

Arzobispo: Gobierna una arquidiócesis (más importante o histórica).

Obispo auxiliar: Ayuda al obispo diocesano sin derecho a sucesión.

Obispo coadjutor: Asiste al obispo diocesano con derecho a sucesión.

4. Los Sacerdotes

Rol: Cooperadores de los obispos en el ministerio pastoral.

Tipos:

Párroco: Responsable de una parroquia.

Vicario parroquial: Asiste al párroco.

Sacerdotes religiosos: Pertenecen a órdenes o congregaciones (franciscanos, jesuitas, etc.).

5. Los Diáconos

Rol: Ministros ordenados para el servicio, pero no para la celebración de la Eucaristía.

Tipos:

Diáconos permanentes: Pueden ser casados.

Diáconos transitorios: En camino al sacerdocio.

6. Laicos

Rol: Fieles bautizados que participan en la misión de la Iglesia.

Funciones:

Participar en la liturgia (lectores, ministros de la Eucaristía).

Servir en organizaciones católicas (Cáritas, catequesis, etc.).

RECETA A MI ESTILO
CROQUETAS DE PLATANOS
CON BACON Y QUESO.
INGREDIENTES:



Platanos maduros • queso mozzarella
 • imitacion tocino ahumado • limon con
 pimienta en polvo • crema agria
 • cilantro en hojuela • perejil en
 hojuelas • panko estilo japones.
 Aceite de oliva extra virgen para untar

Recetas a mi estilo
CROQUETAS DE PLATANO CON
QUESO Y BACON

ELABORACION: Parte#1

Pelar los platanos maduros, picarlos en rodajas como esta en la foto, majarlos con el tenedor dividir en 2 partes (los platanos que use son grandes si desea use otro mas). Agregue a ambas partes de la masa extendida una cucharadita de imitacion de bacon bits y una pizca de lemon pepper (si no tiene bacon use cualquier tipo de jamon o cualquier carne cocida y desmenuzada). Poner en el medio de ambas masas un palito de queso mozzarella , comenzar amasar formando la croqueta y



Recetas a mi estilo
CROQUETAS DE PLATANO CON
QUESO Y BACON

ELABORACION: Parte#2

empanizar con Panko al estilo japones(puede usar el de su preferencia ya sea de pan, galletas, corn flakes.,etc. Yo uso este panko porque me gustan crugientes, tambien se puede usar el com Flakes triturado para lograr igual textura.

Poner en la freidora de aire papel de aluminio o papel de hornear , unte muy bien el molde con aceite de oliva extra virgen y coloque las 2



Recetas a mi estilo
CROQUETAS DE PLATANO CON
QUESO Y BACON

ELABORACION: Parte #3

croquetas dentro de la freidora por 20 minutos a 180°C = 360F a los 10 minutos les da la vuelta para que se doren y terminen de cocinar. Sirvalas con mucho cuidado pongale por encima la crema acida en ingles sour cream y espolvoree a gusto las hojuelas de perejil y las de cilantro.

Disfrutelas como parte de un buen desayuno, una merienda o una buena comida





CUANTAS ISLAS HABITABLES EXISTEN EN EL MUNDO

El número exacto de islas habitables en el mundo no está oficialmente contabilizado, pero se estima que existen alrededor de 2.000 a 11.000 islas potencialmente habitables, dependiendo de cómo se defina "habitable". Aquí hay un desglose detallado:

Datos Claves sobre Islas Habitables
Total de islas en el mundo: 1 millón

(islas de todos los tamaños, incluyendo rocas y atolones deshabitados).

Islas habitadas actualmente: Entre 10.000 y 16.000 (según la ONU y estudios geográficos).

Islas con potencial habitable:
Con agua dulce y tierra cultivable: 2.000 a 11.000 (dependiendo del clima y recursos).

Con infraestructura mínima para vivir: 5.000 (algunas ya tienen pueblos o ciudades).

Factores que Determinan si una Isla

es Habitable

* Agua dulce: Ríos, lagos o acuíferos subterráneos.

* Tierra fértil: Para agricultura o ganadería.

* Clima estable: Sin huracanes o sequías extremas.

* Accesibilidad: Cercanía a continentes o rutas marítimas.

* Riesgos: Volcanes activos, falta de recursos o aislamiento extremo (ej. Isla de Pascua).

Ejemplos de Islas Habitables (y Pobladas)

Isla /País/ Región / Población y por qué es habitable?

Groenlandia, Dinamarca
56,000 habitantes. Agua dulce, pesca, aunque fría.

Borneo, Indonesia, Malasia
21 millones de habitantes. Selva, ríos, tierras agrícolas.

Hokkaido, Japon 5.2 millones de habitantes. Clima templado, agricultura.

Isla Victoria, Canadá 2,000 habitantes. Lagos, bosques, caza.

Tristán da Cunha, Reino Unido

250 habitantes, Volcánica pero con agua y pesca.

Islas "Habitables" pero Deshabitadas

Isla de Devon (Canadá): Tiene agua y tierra, pero es demasiado fría.

Atolón Palmyra (EE.UU.): Recursos naturales, pero sin población permanente.

Isla Pitcairn (Pacífico): Solo 50 habitantes por aislamiento.

Cómo se Cuantifican?

No hay un censo global, pero organizaciones como la NASA y National Geographic usan:

Imágenes satelitales para identificar agua y vegetación.

Datos climáticos para evaluar viabilidad.

Informes históricos de exploradores y gobiernos.

Si bien hay miles de islas con recursos para vivir, solo unas 10.000 a 16.000 están pobladas hoy. El resto podrían ser habitables con tecnología o infraestructura (ej. desalinización).

MI BELLA ISLITA RESTAURANT



Puerto Rican, Cuban and Dominican Cuisine
DELIVERY AVAILABLE
10:00 AM TO 9:00 PM



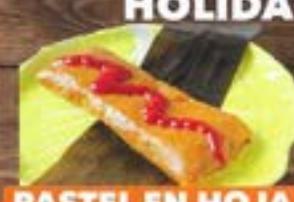
ORDER ONLINE



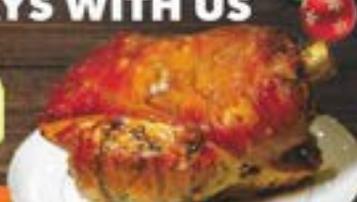
Mi Bella Islita
520 39TH ST, UNION CITY NJ 07087
WE ARE OPEN
FROM 9:00 AM TO 9:00 PM
PUBLIC PARKING SPACE AVAILABLE
(201) 866-8778
www.mibellaislitanj.com



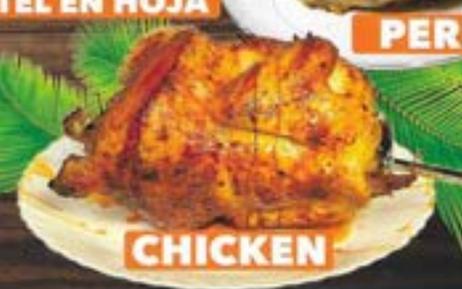
520 39TH ST • UNION CITY, NJ 07087
201-866-8778 • 201-472-8391
CELEBRATE YOUR HOLIDAYS WITH US



PASTEL EN HOJA



PERNIL



CHICKEN

201-866-8778
201-472-8391

Free Delivery

520 39TH ST • UNION CITY, NJ 07087

CATERING FOR ALL OCCASION

Arroz con Gandules / Rice w/ Pigeon Peas		
Arroz Blanco / White Rice		
Arroz Amarillo / Yellow Rice		
Moro / Rice w/ Beans		
Pernil / Roast Pork		
Rabo / Oxtail Stew		
Bacalao / Codfish		
Chivo / Goat		
Bistec Salteado / Pepper Steak		
Carne Guisada / Beef Stew		
Pollo Guisado / Chicken Stew		
Pollo al Horno / Baked Chicken		
Ensalada Verde / Green Salad		
Ensalada de Papa / Potato Salad		
Ensalada de Codo con Tuna o Jamon		
Codito w/ Tuna or Ham Salad		
Pasta (Solo) / Pasta (Plain)		
Yuca o Guineo / Cassava or Green Banana		
Platano Maduro / Sweet Plantains		
Mangu / Smashed Green Plantain		
Pasta con Pollo / Spaghetti w/ Chicken		
Chicharrón de Pollo con Hueso / Chicken Chunks		
Chicharrón de Pollo sin Hueso		
Boneless Chicken Chunks		
Costillas de Cerdo / Pork Spare Ribs		
Paella Marinera / Seafood Platter		

El debate entre pena de muerte y cadena perpetua es complejo y polarizado, ya que involucra aspectos éticos, jurídicos, religiosos y sociales. Aquí un análisis comparativo para entender sus implicaciones:

1. Definiciones Claves

Pena de muerte: Ejecución legal de un condenado por crímenes graves (homicidio, terrorismo, etc.).

Cadena perpetua: Prisión de por vida (en algunos países con posibilidad de libertad condicional tras décadas).

2. Argumentos a Favor y en Contra de la Pena de Muerte

Pros:

Disuasión: Teóricamente reduce crímenes graves (aunque estudios son contradictorios).

Justicia retributiva: Para víctimas de crímenes atroces (ej. asesinatos seriales).

Costos menores que mantener a un reo décadas en prisión (en algunos sistemas).

Contras:

Irreversibilidad: Riesgo de ejecutar inocentes (ej. 190 exoneraciones en EE.UU. desde 1973).

Ética/Religión: Violación del dere



cho a la vida (condenada por la Iglesia Católica y la ONU).

No reduce criminalidad: Países sin pena de muerte tienen tasas de homicidio similares o menores.

Cadena Perpetua

Pros:

Reversible: Permite corregir errores judiciales.

Humanitaria: Evita la "venganza estatal".

Rehabilitación posible: En sistemas con revisión de condenas.

Contras:

Altos costos: Mantener presos de por vida es caro (ej. USD 70,000/

año por reo en EE.UU.).

Riesgo de reincidencia:

Si hay liberación condicional.

3. Situación Global (Datos 2024)

Pena de muerte: Legal en 55 países (China, Irán, Arabia Saudí, EE.UU. en algunos estados).

Cadena perpetua: Usada en 149 países, incluso en naciones abolicionistas de la ejecución (ej. España, Argentina).

Tendencia: La ONU impulsa la abolición mundial de la pena capital (solo 20% de países la aplican).

4. Postura de la Iglesia Católica

En contra de la pena de muerte:

El Papa Francisco modificó el Catecismo en 2018, declarándola "inadmisibles" por atentar contra la "dignidad humana".

Cadena perpetua: Aceptada si no

excluye la "redención", pero preferible opciones rehabilitadoras.

5.Cuál es Más Efectiva?

Seguridad: No hay evidencia contundente de que la pena de muerte reduzca crímenes.

Justicia: La perpetua permite castigar sin eliminar la posibilidad de arrepentimiento.

Desde los DD.HH.: La cadena perpetua es preferible por ser reversible y más humana.

Desde la justicia retributiva: Algunas sociedades aún ven la pena de muerte como "justa" para crímenes extremos.

En promedio anual, las ejecuciones registradas por pena de muerte en el mundo oscilan entre 2,000 y 5,000 personas, según datos de organizaciones como Amnistía Internacional y el Death Penalty Information Center. Sin embargo, las cifras exactas son difíciles de precisar debido a la falta de transparencia en países como China, Corea del Norte o Irán, donde las ejecuciones suelen ser secretas o no se reportan oficialmente.

Tu postura? El debate sigue abierto, pero la tendencia global avanza hacia la abolición de la ejecución.

Dejanos saber tu opinion enviando un correo aelectronico a :

communications@dimensionnews-paper.com

Si lo deseas tu opinion sera publicada bajo tu nombre, un seudonimo o anonimamente.

Tu direccion de correos electronica permanecera privada

JenyF@shion
 787-529-3245
LLAME PARA UNA CITA
 Especialidad en Maquillaje, Peinados y Extensiones
SATISFACCION GARANTIZADA

Flowers & Tulips
 www.flowersandtulips.com
 4308 New York ave
 Union City NJ 07087
 Tel: 201-430-8443
 Events
 For any Occasions
 •weddings •baptisms
 •Sweet 16 •Parties
 •Funeral and More
We Do Deliveries!



UNION CITY POLICE

ALCALDE BRIAN P. STACK
JEFA ANTHONY FACCHINI

(201) 865-1111

EL ROBO DE PAQUETES CONSEJOS DE PREVENCIÓN

Con un aumento en las compras en línea, Unión City está experimentando un aumento en el robo de paquetes. Tómese un minuto para considerar estos útiles consejos que pueden evitar que sea víctima de esta creciente tendencia criminal.

SEGUIMIENTO
DE SU
PAQUETE

Utilice números de seguimiento y notificaciones de entrega. La mayoría de las principales empresas de envío ofrecen este servicio gratuito y pueden enviarle un mensaje de texto o correo electrónico cuando llegue su paquete.

FIRMA
POR TU
PAQUETE

Solicite la firma en la entrega si es posible. Reciba los paquetes en el lugar donde se encuentra, no donde no se encuentre. Considere recibir paquetes en su oficina o lugar de trabajo en lugar de su casa.

MANTENGA EL
PAQUETE EN LA
INSTALACIÓN DE
CORREO

Algunas empresas y transportistas ofrecen servicio de casillero o paquetes que se guardarán en el centro de distribución de entrega para su recogida.

CONSIDERAR
UNA
CAJA DE
BLOQUEO

Una caja resistente para paquetes y una cerradura inteligente con un escáner incorporado que se utiliza para abrirla. Este candado se puede utilizar con cualquier contenedor que se pueda asegurar con un candado.

SER UN
BUEN
VECINO

Pida a sus familiares, vecinos de confianza y amigos que acepten entregas en su nombre o que recojan sus paquetes.

ESTAR
ATENTOS

SI VES ALGO, DI ALGO!

DENUNCIE A LAS PERSONAS Y VEHÍCULOS SOSPECHOSOS EN SU VECINDARIO A LA POLICÍA DE UNION CITY **201 865-1111**



Curiosidades de la Gramática de la Lengua Castellana

La gramática del castellano (o español) está llena de curiosidades fascinantes, algunas heredadas del latín y otras surgidas por evolución histórica. Aquí tienes algunas de las más interesantes:

1. La "Ñ" es una Letra 100% Española.

Origen: Surgió en la Edad Media como abreviación del doble "nn" en latín (ej: "annus" → "año").

Dato extra: Es la única letra del alfabeto español que no existe en inglés.

2. La "H" es Muda, Pero No Siempre Fue Así

En latín, la H se pronunciaba (como en "homo").

En el castellano medieval, aún tenía sonido aspirado (como la "h" inglesa).

Hoy es muda, pero se conserva en palabras como "huevo" (para evitar confusión con "uevo").

3. ¿Por Qué "Guerra" se Escribe con "G" y no con "W"?

La palabra viene del germánico "werra", pero en español se adaptó con "gu" porque no existía la W en el alfabeto medieval.

4. El Misterio de los Géneros

(Por Qué

"La Sarten" pero "El Pan"?)

No hay regla fija: algunos sustantivos son femeninos en latín ("sartago" → "sartén") y otros masculinos ("panis" → "pan").
Curiosidad: "La mar" es poético, pero "el mar" es común.

5. La Única Palabra con Cinco Erres: "Ferrocarrilero"

Además, "arriba" tiene cuatro erres seguidas en su sílaba "rrir" (a-rriba).

6. El Verbo Más Largo del Español: "Esternocleidomastoideo"

Tiene 22 letras y se refiere a un músculo del cuello.

7. El Acento de "Sólo" ya no es Obligatorio

La RAE eliminó en 2010 la tilde

diacrítica en "solo" (antes "sólo"), aunque aún se acepta en casos de ambigüedad.

8. ¿Por Qué "Vaca" y "Baca" Suenan Igual pero se Escriben Distinto?

El español medieval distinguía sonido entre B (bilabial) y V (labiodental), pero con el tiempo se neutralizó.

9. La Palabra Más Corta con Todas las Vocales: "Murciélago"

Aunque muchos creen que es "ecuatorial", en realidad "murciélago" fue la primera documentada con a, e, i, o, u.

10. El Punto de la "i" y la "j" se Llama "Tilde"

Técnicamente, el punto sobre estas letras es un signo diacrítico, no parte de la letra.

Bonus: Errores Comunes que la RAE Acepta

"Murciégalo": Variante antigua de "murciélago".

"Norabuena": Además de "enhorabuena".

"Toalla" o "Toaya"?

"Toalla" (con ll) es la forma más común y extendida en el español estándar.

"Toalla" (con y) es una variante antigua o dialectal, pero también es válida según la RAE, aunque hoy es poco usada.

Ejemplos de uso correcto:

"Necesito una toalla para secarme" (forma mayoritaria).

"Pasame la toalla, por favor" (aceptado, pero menos frecuente).
Por qué existen las dos formas?

En el pasado, el sonido de "ll" y "y" era distinto en español (yeísmo vs. lleísmo), pero en la mayoría de dialectos modernos se pronuncian igual.

La RAE acepta ambas grafías, pero recomienda "toalla" por ser la más habitual.

Usa "toalla" (con ll) para evitar confusiones, ya que es la forma predominante.

Si ves "toalla" (con y), no es un error, pero suena arcaico o regional.

BASCUAS GROUP

Mercy Quesada
Real Estate Advisor
www.bascuasgroup.com

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

SOLD

EVERYONE IS AFFECTED BY SEXUAL VIOLENCE

- Every 73 seconds an American is sexually assaulted.
- Approximately 1 in 5 women experience completed or attempted rape in their lifetime.
- 1 out of every 10 rape victims are male.
- Nearly 50% of trans people are sexually assaulted in their lifetime.
- 40% of gay men and 47% of bisexual men have experienced sexual violence.

National Sexual Assault Hotline 800.656.HOPE

REPORT ABUSE OR NEGLECT

OUTSIDE OF YOUR HOME Are you being harassed or hurt online, at school or off-campus?	AT HOME Are you being hurt by an adult at home?	AT HOME Are you NOT getting taken care of at home?
--	---	--

Tell a trusted adult.

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

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

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

Existe un Sustituto Para la Sangre Humana?

Hasta ahora, no existe un sustituto completo de la sangre humana que pueda replicar todas sus funciones (transporte de oxígeno, defensas inmunitarias, coagulación, etc.). Sin embargo, hay alternativas experimentales y parciales en desarrollo. Aquí te explico los avances más relevantes:

1. Hemoglobina artificial (HBOC)

Qué es: Soluciones de hemoglobina modificada (proteína que transporta oxígeno) extraída de animales o sintetizada en laboratorio.

Ventajas: No requiere compatibilidad de grupo sanguíneo y puede almacenarse por años.

Desafíos: Efectos secundarios como hipertensión y toxicidad.

Ejemplo: Hemopure (aprobado en Sudáfrica para uso limitado).

2. Perfluorocarbonos (PFC)

Qué son: Líquidos sintéticos capaces de disolver oxígeno.

Usos: Se han probado en emergencias o cirugías, pero no reemplazan la sangre real.

Limitaciones: No transportan nutrientes ni cumplen funciones inmunológicas.



3. Sangre cultivada en laboratorio

Investigación: Científicos están creando glóbulos rojos a partir de células madre. En 2022, Reino Unido realizó el primer ensayo clínico con sangre artificial cultivada.

Objetivo: Tratar a pacientes con grupos sanguíneos raros o enfermedades como la anemia falciforme.

Por qué es Tan Difícil Crear Sangre Artificial?

La sangre humana tiene más de 4,000 componentes (células, plaquetas, plasma, etc.).

Funciones como la coagulación o la respuesta inmune son extremadamente complejas de replicar.

Dato curioso: Durante la Guerra de Vietnam, EE.UU. probó PFCs en soldados, pero los resultados fueron mixtos.

Alternativas actuales

Mientras la sangre artificial no sea una realidad, se depende de:

* Donaciones voluntarias.

* Sangre sintética para entrena-

miento médico (como SynthoRed, un simulador).

Cómo la ciencia está usando CRISPR para modificar la sangre

La tecnología CRISPR-Cas9 (un "corta y pega" genético) está revolucionando el tratamiento de enfermedades sanguíneas y la mejora de transfusiones. Aquí los avances más prometedores:

1. Curar enfermedades genéticas de la sangre

Anemia falciforme y beta-talasemia:

En 2023, la UE aprobó Casgevy, la primera terapia CRISPR para estas enfermedades.

Cómo funciona: Se extraen células madre del paciente, se edita el gen defectuoso (como HBB) y se reinfunden.

Resultados: Pacientes ya no necesitan transfusiones regulares.

Hemofilia: Ensayos para corregir mutaciones en los genes F8 o F9 (responsables de la coagulación).

2. Sangre universal

Proyecto "BloodPharma": Científicos usan CRISPR para modificar glóbulos rojos y eliminar antígenos (A/B), creando sangre tipo O- universal.

Beneficio: Compatible con cualquier receptor, solucionando esca-

sez.

3. Resistencia a infecciones

Editando el gen CCR5 (el mismo que hace resistente al VIH) en células sanguíneas para proteger contra virus.

Desafíos de los bancos de sangre

A pesar de los avances, los bancos

enfrentan problemas críticos:

1. Escasez de donantes

Solo 3% de la población dona sangre regularmente (requiere ~40,000 donaciones diarias en EE.UU.).

Grupos raros: Como el Bombay (hh), casi imposible de encontrar.

2. Caducidad y almacenamiento
Glóbulos rojos: Duran 42 días refrigerados.

Plaquetas: Solo 5 días a temperatura ambiente.

3. Contaminación y errores
Riesgo de infecciones (hepatitis, malaria) en zonas con pocos controles.

Errores de compatibilidad (1 en 14,000 transfusiones).

4. Desigualdad global
África sufre el 50% de las muertes por falta de sangre, mientras que Europa tiene excedentes.

(Fuentes: NIH, Nature, British NHS).

SUGARMAN'S DRUG STORE

Taking care of your health over 100 years

OUR SERVICES

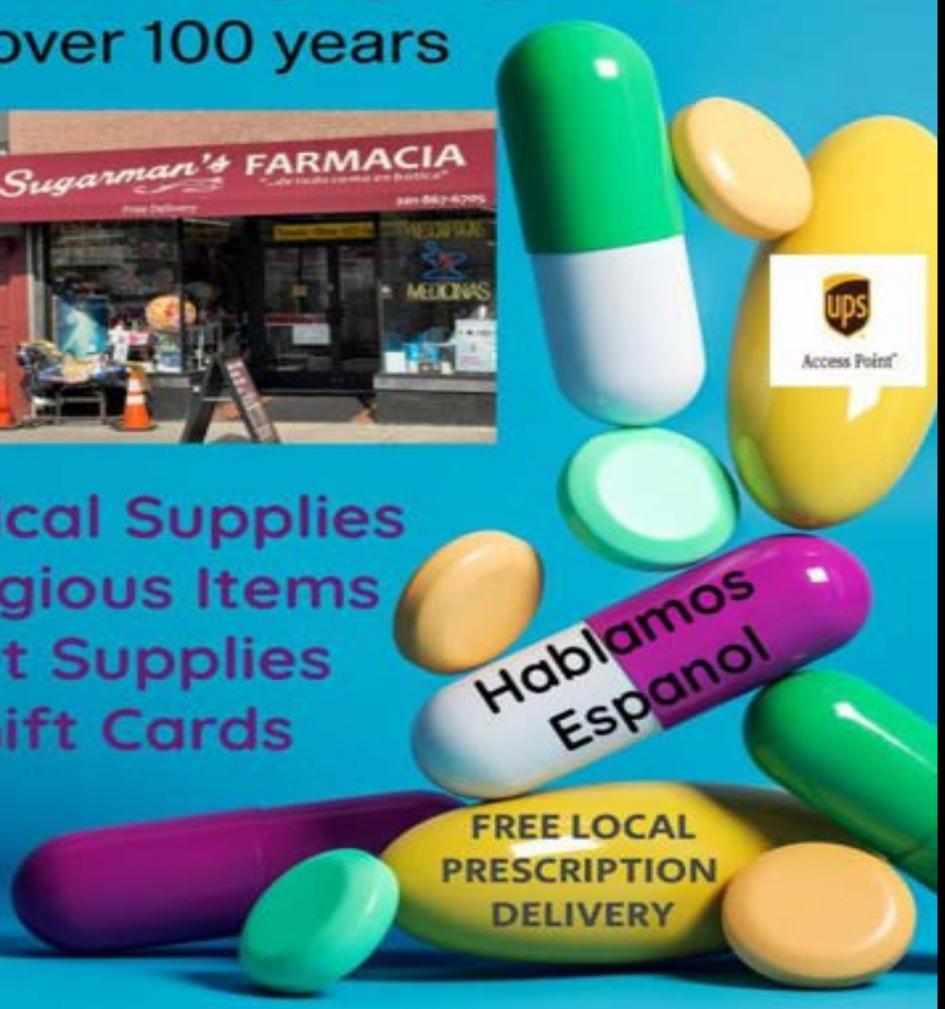
- ONE ON ONE PERSONAL SERVICE WITH OUR PHARMACISTS
- PRESCRIPTIONS READY IN MINUTES
- FREE BLOOD PRESSURE CHECK
- MOST INSURANCES ACCEPTED

OTC CARDS ACCEPTED

OTC NETWORK
United Healthcare
Clover health
Empire



Medical Supplies
Religious Items
Pet Supplies
Gift Cards



Hablamos Espanol

FREE LOCAL PRESCRIPTION DELIVERY

GABRIELA BERNAT
VANESSA RODRIGUEZ
Doctors Of Pharmacy

4207 BERGENLINE AVENUE,
UNION CITY, NJ 07087

201-867-6705
201-867-3758

SUGARMANSRX@GMAIL.COM
WWW.SUGARMANSRX.COM

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



A Strong Future for New Jersey Starts in June

Vote for Leadership That Delivers for All of Us

As a proud public servant and a voice for our community, I ask that you join me in supporting leaders who will continue to fight for the values that matter most to New Jersey families. This June, we have the chance to elect leaders who will prioritize progress, opportunity, and justice.



Mikie SHERRILL
For Governor of New Jersey

Mikie Sherrill is the experienced, compassionate leader New Jersey needs. As a Navy veteran, former prosecutor, and dedicated public servant, she understands the importance of bringing people together and getting things done. Mikie is committed to creating a safer, stronger, and more equitable New Jersey for every family. With Mikie Sherrill in the Governor's office, New Jersey will continue to thrive.



Gabriel RODRIGUEZ
For Assembly - NJ's 33rd District

Gabriel Rodriguez is a tireless advocate for our community and a leader who will make a real difference. His dedication to improving our schools, fighting for workers' rights, and enhancing public safety aligns perfectly with our values.



Larry WAINSTEIN
For Assembly - NJ's 33rd District

Larry Wainstein has the experience and determination to build a stronger, more prosperous district. A longtime advocate for small businesses, public safety, and education reform, Larry understands the real concerns of our constituents. He's committed to delivering results that will uplift every community.



Jimmy DAVIS
For Hudson County Sheriff

Jimmy Davis is a seasoned leader with a deep commitment to public safety and justice for all. As a lifelong resident of Hudson County, Jimmy has the experience and vision to ensure our neighborhoods remain safe and secure. His focus on transparency, accountability, and community partnerships will create a Sheriff's office that works for everyone.

Your Vote Matters • VOTE JUNE 10, 2025

PAID FOR BY RODRIGUEZ & WAINSTEIN FOR ASSEMBLY



QUE PAIS ES EL FAVORITO PARA GANAR LA PROXIMA COPA DEL MUNDO DE FUTBOL SOCCER

La próxima Copa Mundial de la FIFA (2026), que se jugará en EE.UU., México y Canadá, está generando un emocionante debate sobre los favoritos. Basado en el rendimiento reciente, plantillas y proyecciones, estos son los países mejor posicionados:

Argentina: El actual campeón (2022) y gran candidato
Por qué:

Tiene a Lionel Messi (aunque para 2026 tendrá 39 años, su liderazgo es clave).

Jóvenes talentos como Enzo Fernández, Julian Álvarez y una sólida estructura.

Mentalidad ganadora reciente (Copa América 2021, Mundial 2022).

Francia: La máquina competitiva.

Por qué:

Subcampeona en 2022 y campeona en 2018.

Generación dorada: Kylian Mbappé (en su prime), Eduardo Camavinga, William Saliba.

Profundidad en todas las posiciones (el mejor banquillo del mundo).

Inglaterra: Sed de gloria después de 60 años

Por qué:

Jude Bellingham (Balón de Oro potencial), Harry Kane, Phil Foden.

Equipo joven y con experiencia en torneos (subcampeones en Euro 2020).

Brasil: Siempre favorito

Por qué:

Vinicius Jr., Rodrygo, Endrick

(la nueva generación).

Historial mundialista (5 títulos) y urgencia por borrar el fracaso de 2022.

España: La renovación exitosa
Por qué:

Jóvenes como Gavi, Pedri y Lamine Yamal.

Estilo de posesión que domina partidos.

Outsiders Peligrosos:

Alemania: Con nueva generación (Jamal Musiala, Florian Wirtz).

Portugal: Si Cristiano Ronaldo juega un rol secundario y brillan Bruno Fernandes y Rafael Leão.

Países Bajos: Siempre competitivos con jugadores como Frenkie de Jong.

Factores clave para 2026:

Formato inédito: 48 equipos (más partidos, mayor desgaste).

Clima y sedes: Partidos en ciudades como Dallas (calor extremo) o Vancouver (césped artificial).

Lesiones: El calendario de clubes está saturando a las estrellas.

Pronóstico conservador:

Francia y Argentina son los más equilibrados, pero Brasil o Inglaterra podrían dar la sorpresa.

PAIS QUE HA GANADO EN MAS OCASIONES LA COPA MUNDIAL DE LA FIFA (1930-2022):

Brasil: 5 títulos Años: 1958, 1962, 1970, 1994, 2002.

Curiosidad: El único equipo que ha participado en todas las ediciones del Mundial.

El posible resultado de la guerra entre Rusia y Ucrania sigue siendo incierto y depende de factores militares, políticos y económicos en constante evolución. Sin embargo, analizando las tendencias actuales (junio 2024), estos son los escenarios más probables:

1. Escenario más probable: "Guerra prolongada con desgaste mutuo" Rusia mantiene ventaja en recursos humanos y armamento, pero su avance es lento (ejemplo: toma de Bajmut en 2023 costó 9 meses y miles de bajas).

Ucrania depende del apoyo militar occidental (EE.UU., UE), pero sufre escasez de tropas y retrasos en envíos de armas (como los misiles ATACMS o F-16).

Resultado: Un estancamiento militar con pequeñas ganancias territoriales para Rusia, pero sin victoria decisiva. Posible "acuerdo congelado" (como el conflicto en Corea).

2. Escenario favorable a Ucrania:

"Contraofensiva exitosa con apoyo occidental"
Requeriría:



Mayor suministro de armas (misiles de largo alcance, cazas F-16 operativos).

Debilitamiento interno ruso (protestas, sanciones económicas más duras).

Objetivo: Recuperar Crimea o el corredor terrestre a Mariúpol (cortando la logística rusa).

3. Escenario favorable a Rusia: "Colapso ucraniano por falta de apoyo"

Si Occidente reduce su ayuda (por fatiga política o cambios electorales, como en EE.UU.), Ucrania podría:

Perder más territorios (como Jersón o Zaporíyia).

Aceptar negociaciones forzadas con cesiones territoriales.

Factores clave que decidirán el resultado:

Sanciones a Rusia: ¿Logran asfixiar su economía a largo plazo?

Fuerza aérea: Los F-16 ucranianos (esperados en 2024) podrían cambiar el equilibrio.

Moral de tropas: Rusia usa presos y mercenarios; Ucrania sufre desgaste humano.

Predicción realista (2024-2025):

Rusia no puede ocupar toda Ucrania, pero podría consolidar un 20% del territorio (Donetsk, Lugansk, Crimea).

Ucrania no recuperará todo sin ayuda masiva, pero evitará una derrota total.

Fin negociado: Una tregua temporal, sin paz formal, como en Corea (1953).

Quién "Ganaría"?



La guerra ya es una tragedia humanitaria, y su final dependerá más de la política que del campo de batalla.

JIMMY DAVIS FOR SHERIFF

Born and raised in Bayonne, Jimmy graduated from local schools and attended St. John's University. He worked in NYC's financial district, and in 1986 he chose to serve his community as a Bayonne police officer, eventually rising to the rank of captain.

Jimmy's vast experience in law enforcement included his service in the Hudson County Prosecutor's homicide division and eventually brought him to to his most recent assignment leading a special crimes unit and working alongside prosecutors from several counties, the FBI, U.S. Treasury Dept. and Department of Justice.

Vote Democrat Jimmy Davis for Sheriff ★ Tuesday, June 10 ★ @hudsoncountynjsheriff

JIMMY DAVIS IS PROUDLY ENDORSED BY DEMOCRATS:



**MAYOR/SENATOR
BRIAN STACK**



**COUNTY EXECUTIVE
CRAIG GUY**



**MAYOR
ALBIO SIRES**



**MAYOR
RICHARD TURNER**

As our County Sheriff, Jimmy Davis will bring a **fresh perspective to the office** as he works every day to:

- **Be a real partner in Hudson County**
- **Eliminate unnecessary waste** and overtime costs to cut bloated budgets and save taxpayers money
- **Aggressively enact the Vision Zero action plan** to eliminate all traffic fatalities and severe injuries, while increasing safe, healthy mobility for all
- Enforce all laws to make our roads safe

Current Hudson County Sheriff Frank Schillari is running against the county Democratic Party for an **unprecedented fifth term.**

During Frank Schillari's almost three decades of leadership at the Sheriff's Office, his taxpayer-funded budget has skyrocketed.

WITH FRANK SCHILLARI IN CHARGE, THE HUDSON COUNTY SHERIFF'S OFFICE BUDGET HAS INCREASED BY OVER 63% FROM \$25M TO OVER \$39M IN JUST THE LAST FIVE YEARS!

Advertencia

!!! LOS JEFES POLÍTICOS NO QUIEREN QUE VOTE!!!

Por favor, permítame explicarlo

Estimado/a Amigo/a,

Me comunico con ustedes para pedir solo unos minutos de su tiempo, y lo hago con un sentido de urgencia.

Como quizás ya sepan, las Elecciones Primarias del 10 de junio se acercan rápidamente. Es un momento crítico para elegir un candidato a Gobernador, dos miembros de la Asamblea General de Nueva Jersey y el Alguacil del Condado.

La maquinaria política liderada por el alcalde de North Bergen, Nicholas Sacco, y sus aliados lanzará una campaña negativa contra los candidatos que estoy apoyando, tal como lo han hecho en el pasado. ¡NO SE DEJEN ENGAÑAR!

Puedo hablar desde mi propia experiencia sobre los años de acoso e intimidación hacia mi familia, mi equipo, mis seguidores e incluso los residentes de nuestro distrito senatorial por parte de los cómplices de esa maquinaria política. Guardé silencio, tratando de llevarme bien y esperando que todo terminara. ¡PERO NO HA TERMINADO!

Es lamentable que sienta la necesidad de enviar esta carta, pero reconozco las poderosas y engañosas fuerzas a las que nos enfrentamos, especialmente con los millones de dólares que gastarán para ganar a cualquier costo. Preferiría dedicar mi tiempo a gobernar y ayudar a los residentes, como lo hago todos los días de la semana. Pero no puedo seguir tolerando este acoso.

Lo más preocupante es que su estrategia es atacar con negatividad rápidamente y con la mayor frecuencia posible contra sus oponentes. Su objetivo final es hacer que el proceso electoral sea tan desagradable, personal y ofensivo que desanime a los residentes a votar.

Nuestros oponentes quieren crear un ambiente en el que solo sus seguidores vayan a las urnas. Por eso no fomentan que todos voten: no confían en ustedes porque no pueden controlarlos.

¿De verdad creen que es una coincidencia que la maquinaria política de Sacco nunca haya permitido lugares de Votación Anticipada en North Bergen? La Votación Anticipada ha estado disponible desde 2021. Todos los demás municipios del condado de Hudson tienen lugares de Votación Anticipada. El único que no los tiene es North Bergen. Piensen en por qué sucede eso.

Esto tiene que acabar de una vez por todas. Tenemos la oportunidad de enviar un mensaje contundente a los jefes políticos hambrientos de poder rechazando a los candidatos títeres que promocionan antes de cada elección, solo para que desaparezcan después.

Si quieren funcionarios electos que trabajen fuerte como yo por ustedes, siete días a la semana, entonces únense a mí. Entiendo que algunas personas puedan sentirse nerviosas, temiendo represalias de estos jefes políticos, pero recuerden: cuando votan, ya sea en la máquina o por correo, su voto es absolutamente confidencial. Nadie sabrá por quién votaron.

Por favor, únense a mí en apoyar a Mikie Sherrill para Gobernadora, Gabriel Rodríguez y Larry Weinstein para la Asamblea, y Jimmy Davis para Sheriff. Mikie, Gabe, Larry y Jimmy comparten mi visión de poner los servicios a los constituyentes en primer lugar, para ustedes, sus familias y sus vecinos.

No duden en llamarme en cualquier momento. Estoy aquí para ustedes, los siete días de la semana.

Su Amigo,

Brian P. Stack
Cell: 201-376-1942



WARNING

The Political Bosses Do Not Want You To Vote!!!

Please Allow Me To Explain

Dear Friend,

I'm reaching out to ask for just a few minutes of your time, and I do so with a sense of urgency.

As you may already know, the June 10th Primary Election is fast approaching. It's an important time to choose a nominee for Governor, two members of the New Jersey General Assembly and County Sheriff.

The political machine led by North Bergen Mayor Nicholas Sacco and his allies will run a negative campaign against the candidates that I am supporting, just like they have done in the past. DO NOT BE FOOLED!

I can speak from personal experience about the years of harassment and bullying of my family, staff, supporters, and even the residents of our Senate district from the henchman of the political machine. I stayed quiet, trying to get along and hoping it would stop. BUT IT HASN'T!

It's unfortunate that I even feel the need to send this letter, but I recognize the powerful and deceptive forces we're up against, especially with the millions of dollars they will spend to win at any cost! I'd much rather spend my time governing and helping residents, as I do every day of the week. But I can't continue to tolerate this harassment any longer.

What's even more concerning is that their strategy is to go negative quickly and as often as possible against their opponents. The ultimate goal is to make the election process so ugly, personal, and offensive that it discourages residents from voting.

Our opponents want to create an environment where only their supporters show up at the polls. This is why they don't encourage everyone to vote - they don't trust you because they can't control you.

Do you really think it's just a coincidence that Sacco's political machine has never allowed early voting locations in North Bergen? Early Voting has been available since 2021. Every other municipality in Hudson County has Early Voting locations. The only one that doesn't is North Bergen. Think about why that is.

This has to stop, once and for all. We have an opportunity to send a strong message to the power-hungry political bosses by rejecting the puppet candidates they advertise before every election, only to disappear afterward.

If you want elected officials who work as hard as I do for you, seven days a week, then please join me! I understand some people may feel nervous, fearing retribution from these political bosses, but remember -- when you vote, whether in the machine or by mail, your vote is absolutely confidential. No one will know how you voted.

Please join me in supporting Mikie Sherrill for Governor, Gabriel Rodríguez and Larry Weinstein for Assembly, and Jimmy Davis for Sheriff. Mikie, Gabe, Larry and Jimmy share my vision of putting constituent services first - for you, your family, and your neighbors.

Please don't hesitate to call me anytime - I'm here for you, seven days a week.

Your friend,

Brian P. Stack
Cell: 201-376-1942



END FOR BY RODRIGUEZ AND WEINSTEIN FOR ASSEMBLY

**EN JUNIO 10 VOTA POR
LOS CANDIDATOS QUE
APOYA EL ALCALDE DE
UNION CITY Y SENADOR
ESTATAL BRIAN P.
STACK.
VOTA POR UN
FUTURO MEJOR !**

LLEGARAN A DESAPARECER LOS CINES ?

¿Desaparecerán los cines? La respuesta no es un simple sí o no, pero el modelo tradicional de salas de cine está evolucionando (y algunos aspectos podrían extinguirse). Aquí un análisis basado en tendencias y datos:

Razones por las que los cines PODRÍAN disminuir (o transformarse)

1. Competencia con el streaming

Netflix, Disney+, HBO Max estrenan películas directamente en sus plataformas (ej: The Irishman, Dune: Parte Dos tuvo ventana simultánea).

Pandemia aceleró el cambio:

En 2020, el consumo en casa creció un 70% (Motion Picture Association).

2. Altos costos

Entradas caras: En EE.UU., el precio promedio es 16.08 USD (2024) frente a los 10.53 USD (2024) de un plan mensual de streaming.

Palomitas y snacks: Representan el 40% de las ganancias de un cine, pero su precio ahuyenta a muchos.

3. Cambio de hábitos

Generaciones jóvenes prefieren contenido bajo demanda (TikTok, YouTube) o experiencias interactivas (videojuegos, metaverso).

El "evento social" del cine ya no es único: redes sociales y juegos online ocupan ese espacio.

Razones por las que los cines NO desaparecerán (totalmente)

1. Experiencia inigualable
Pantallas IMAX, Dolby Atmos, 4DX: Tecnologías que el hogar no puede replicar (a menos que seas millonario).

Estrenos exclusivos: Algunas películas (ej: Avatar 3, Avengers) mantendrán ventanas de exclusividad en cines.

2. Nostalgia y cultura

Ir al cine sigue siendo un ritual social (citas, amigos, estrenos de sagas).

Festivales como Cannes o Sundance mantienen viva la magia del cine como arte.

3. Reinención de las salas

Cines de lujo: Butacas reclinables, servicio a la mesa (ej: Alamo Drafthouse).

Eventos especiales: Conciertos, eSports, transmisiones de ópera (Met Opera).

Cines boutique: Enfocados en filmes independientes o clásicos.



Datos clave (2024)

Ganancias globales de cines: 32 mil millones de dolares (pre-pandemiaeran 42 mil millones).

Países con más resistencia: India, Corea del Sur y México mantienen alta asistencia.

Nuevos mercados: Arabia Saudí está construyendo salas masivas (antes prohibidas).

Cómo serán los cines en 2030?

Menos salas tradicionales, pero más



experiencias premium (realidad virtual, interacción).

Películas "híbridas": Estrenos simultáneos en cines y streaming (con precios dinámicos).

Cines como "parques temáticos": Con atracciones basadas en franquicias (ej: Harry Potter, Star Wars).

Los cines no desaparecerán, pero se reducirán y transformarán. Sobrevivirán como experiencias de nicho (lujo, tecnología, comunidad), mientras que las salas estándar irán decayendo.

Irás al cine en 10 años? Dependerá de si logran ofrecer algo que tu pantalla no pueda igualar.

BONO LAS PELICULAS MAS

TAQUILLERAS EN LA HISTORIA DEL MUNDO

Aquí tienes la lista de las películas más taquilleras de la historia (ajustadas por inflación y en bruto), con datos actualizados a 2024:

Top 10 Películas Más Taquilleras de Todos los Tiempos (Bruto, sin ajuste por inflación)

Avatar (2009) – \$2.923 mil millones (incluye reestrenos).

Avengers: Endgame (2019) –

\$2.799 mil millones.

Avatar: The Way of Water (2022) –

\$2.320 mil millones.

Titanic (1997) – \$2.264 mil millones (incluye reestrenos).

Star Wars: Episodio VII - El despertar de la Fuerza (2015) – \$2.071 mil millones.

Avengers: Infinity War (2018) –

\$2.052 mil millones.

Spider-Man: No Way Home (2021) –

\$1.922 mil millones.

Jurassic World (2015) – \$1.671 mil millones.

The Lion King (2019, live-action) –

\$1.663 mil millones.

Barbie (2023) – \$1.442 mil millones (la película más taquillera dirigida por una mujer).

Top 5 Ajustado por Inflación. (Comparación histórica real)

Si ajustamos los precios de las entradas a valores actuales, el ranking cambia radicalmente:

Gone with the Wind (Lo que el viento se llevó, 1939) – \$3.8 mil millones.

Avatar (2009) – \$3.3 mil millones.

Titanic (1997) – \$3.2 mil millones.

Star Wars: Episodio IV (1977) – \$3.1 mil millones.

Avengers: Endgame (2019) – \$2.9 mil millones.

Nota: "Gone with the Wind" mantiene el récord por su impacto cultural y años en cartelera (¡se reestrenó 9 veces!).

Récords por Género o Mercado

Película animada más taquillera: **Frozen II (2019)** – \$1.450 mil millones.

Película de no habla inglesa más taquillera: **The Battle at Lake Changjin (China, 2021)** – \$913 millones.

Mayor apertura en un fin de semana: **Avengers: Endgame (\$1.2 mil millones en 3 días).**

Datos Curiosos

James Cameron dirige 3 de las 5 películas más taquilleras (Avatar, Titanic, Avatar 2).

Barbie (2023) superó a Super Mario Bros como la película basada en una marca más exitosa.

Solo 6 películas han cruzado los \$2 mil millones (todas son de Disney, excepto Avatar).

Por qué estas películas triunfaron?

Efecto "evento cultural": Estrenos como Endgame o Avatar se vivieron como experiencias globales.

Tecnología innovadora: Avatar impulsó el 3D; Titanic combinó romance y efectos épicos.

Nostalgia + franquicias: Marvel, Star Wars y Jurassic Park aprovecharon fanbases consolidados.





La vida es un misterio profundo que nos invita a reflexionar sobre su sentido, su fragilidad y su belleza.

Aquí comparto algunas reflexiones que pueden inspirarte:

1. La vida es un regalo, pero también un desafío

No elegimos nacer, pero sí podemos elegir cómo vivir. Cada día es una oportunidad para amar, crecer y dejar huella.

Las dificultades no son castigos, sino lecciones que nos fortalecen.

2. El tiempo es nuestro recurso más valioso

No podemos recuperar el tiempo perdido, pero sí aprovechar el presente.

La vida no se mide por los años, sino por los momentos que nos ha-

cen sentir vivos.

3. El amor da sentido a la existencia

Amar y ser amados es lo que más nos humaniza.

Las personas son lo único que realmente llevamos de esta vida.

4. La muerte nos recuerda lo frágil que somos

Pensar en la finitud no debe angustiarnos, sino motivarnos a vivir con propósito.

Como decía San Agustín: "Nadie tiene vida eterna en esta tierra, pero todos podemos dejar algo eterno en ella".

5. La felicidad no es una meta, sino un camino

No está en el éxito, el dinero o el placer, sino en la paz interior, la gratitud y las pequeñas cosas.

Como enseñaba San Francisco: "Es dando que se recibe, es perdonando que se es perdonado, es muriendo que se resucita a la vida eterna".

6. Todos tenemos una misión
La vida no es casualidad; cada uno tiene un propósito único.

Descubrirlo requiere silencio, oración y escucha del corazón.

¿Y tú? ¿Qué reflexiones te ha dejado tu propia vida?

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

"Cada uno recoge lo que siembra"
Buda

LA MARIN
CLEANING SERVICES

APARTMEN HOUSE OFFICE

201-466-8836

Vivian Giraldo

APRN

(305) 497-4007

directimago1@gmail.com



EL ALCALDE / SENADOR **BRIAN P. STACK** APOYA

Un Futuro Fuerte para Nueva Jersey Comienza en Junio

Vote por un Liderazgo que Trabaja para Todos Nosotros

Como un orgulloso servidor público y una voz para nuestra comunidad, les pido que me acompañen en apoyar a los líderes que continuarán luchando por los valores que más importan a las familias de Nueva Jersey. Este junio, tenemos la oportunidad de elegir a líderes que priorizarán el progreso, la oportunidad y la justicia.



Mikie SHERRILL

Para Gobernadora de Nueva Jersey

Mikie Sherrill es la líder experimentada y compasiva que Nueva Jersey necesita. Como veterana de la Marina, exfiscal y dedicada servidora pública, entiende la importancia de reunir a las personas y lograr resultados. Mikie está comprometida a crear un Nueva Jersey más seguro, más fuerte y más equitativo para cada familia. Con Mikie Sherrill en la oficina del Gobernador, Nueva Jersey continuará prosperando.



Gabriel RODRIGUEZ

Para la Asamblea - Distrito 33 de Nueva Jersey

Gabriel Rodríguez es un incansable defensor de nuestra comunidad y un líder que hará una verdadera diferencia. Su dedicación para mejorar nuestras escuelas, luchar por los derechos de los trabajadores y mejorar la seguridad pública está perfectamente alineada con nuestros valores.



Larry WAINSTEIN

Para la Asamblea - Distrito 33 de Nueva Jersey

Larry Wainstein tiene la experiencia y determinación para construir un distrito más fuerte y próspero. Un defensor de largo tiempo de las pequeñas empresas, la seguridad pública y la reforma educativa, Larry entiende las preocupaciones reales de nuestros constituyentes. Está comprometido a entregar resultados que elevarán a cada comunidad.



Jimmy DAVIS

Para Sheriff del Condado de Hudson

Jimmy Davis es un líder experimentado con un profundo compromiso con la seguridad pública y la justicia para todos. Como residente de toda la vida del Condado de Hudson, Jimmy tiene la experiencia y visión para garantizar que nuestros vecindarios sigan siendo seguros. Su enfoque en la transparencia, la responsabilidad y las asociaciones comunitarias creará una oficina del Sheriff que trabaje para todos.

Los Orígenes de la Democracia:

De la Antigua Grecia a las Revoluciones Modernas

La democracia, como sistema político basado en la participación ciudadana, tiene sus raíces en la Antigüedad clásica, pero evolucionó a lo largo de siglos hasta llegar a las formas que conocemos hoy.

1. La Democracia en la Antigua Grecia (Siglo V a.C.)

Atenas: La cuna de la democracia ¿Cuándo? Surgió alrededor del 508-507 a.C., impulsada por Clístenes tras derrocar a la tiranía.

Características:

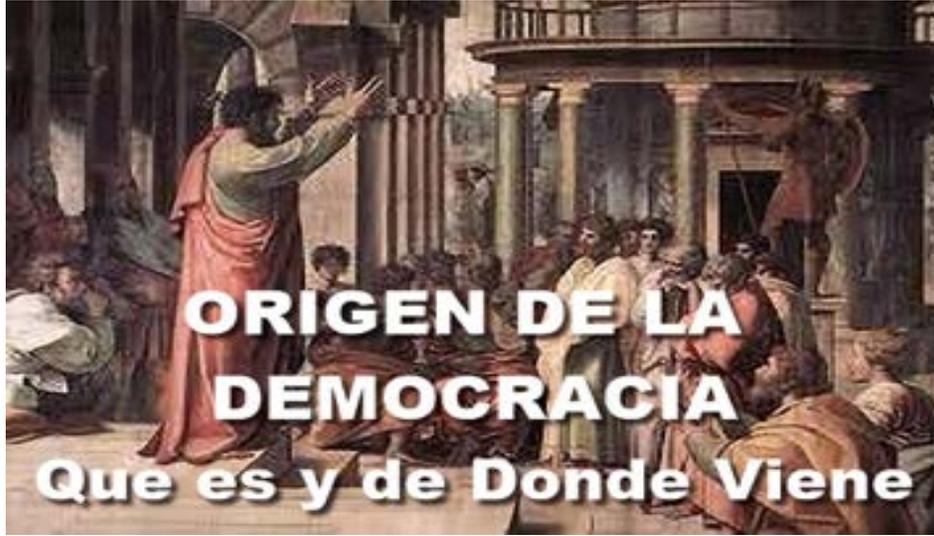
Gobierno del pueblo (demos = pueblo, kratos = poder): Solo participaban ciudadanos atenienses varones libres (excluía mujeres, esclavos y extranjeros).

Asamblea (Ekklesia):

Reunía a unos 40,000 ciudadanos (aunque solo unos 6,000 asistían regularmente).

Votaban leyes, declaraban guerras y elegían magistrados.

Sorteo de cargos públicos: Para evitar corrupción (ejemplo: los miembros de la Boulé, un consejo de 500 ciudadanos).



Ostracismo: Votación para exiliar a políticos corruptos o peligrosos.

Limitaciones: Era una democracia directa, pero muy exclusiva (solo el 10-20% de la población tenía derechos).

2. Influencias Romanas y Medievales

La República Romana (509 a.C. - 27 a.C.)

No era una democracia pura, pero introdujo elementos clave:

Separación de poderes (Senado, magistrados, asambleas).

Derechos civiles (como la Lex Hortensia, que daba poder a los plebeyos).

Edad Media: Parlamentos y Cartas Magnas

1215: Carta Magna (Inglaterra): Limitó el poder del rey y sentó bases para el constitucionalismo.

Islandia (Alþingi, 930 d.C.): Considerado uno de los primeros parlamentos europeos.

3. La Revolución Moderna de la Democracia

Revoluciones del Siglo XVIII-XIX
Revolución Gloriosa (1688, Inglaterra): Estableció la monarquía parlamentaria.

Independencia de EE.UU. (1776): Primera constitución democrática moderna.

"Gobierno del pueblo, por el pueblo, para el pueblo" (Abraham Lincoln).

Revolución Francesa

(1789):

Declaración de los Derechos del Hombre y del Ciudadano.

Abolió privilegios feudales e impulsó el voto (aunque aún restringido).

Democracia en el Siglo XX-XXI
Sufragio universal: Las mujeres lograron votar recién en el siglo XX (Nueva Zelanda, 1893; España, 1931; Suiza, 1971).

Democracia representativa: Mayoría de países adoptan sistemas con elecciones periódicas y división de poderes.

Fue Atenas la Unica Democracia Antigua?

No. Otras culturas tuvieron sistemas participativos:

India (s. VI a.C.): Las sanghas budistas y jainistas votaban decisiones.

Confederación Iroquesa (Norteamérica, s. XII): Sistema de consejos tribales con representación.

La democracia no nació de un día para otro, sino que fue un proceso histórico con avances y retrocesos.

Desde las asambleas griegas hasta los sistemas actuales, su esencia sigue siendo la misma: el poder de la ciudadanía.

MONACO BIKES

Para comprar la bicicleta

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

SI LE GUSTA PRACTICAR EL CICLISMO

ANGELO DEL MONACO
LA LEYENDA
COMENZO SUS PRIMEROS
PINTOS POR SU AMOR AL
CICLISMO A LOS 8 AÑOS Y
CON ARDUA TENACIDAD
ENTRE PRIMEROS LOGROS
LOGRO ALCANZAR ESTAR
EN EL LIBRO DE RECORDS
GUINNESS. SE DESTACA
TAMBIEN POR OTRAS
HABILIDADES.
DIRECTOR PUBLICITARIO
Y DE ASESORIA BICICLETAS.

DONATE YOUR CAR

Support Our Veterans

Help Our Heroes

VIETNAM VETERANS OF AMERICA

Your Car Donation Supports Our Dedicated Veterans and Their Families

HELP OUR VETS

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

Call Today **1-800-458-0151**
Or Donate Online: CarsToHelpVets.org



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

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, escanee la solicitud y envíela por correo electrónico a obarrios@ucboe.us. También puede dejarlo en persona en el Centro Eugenio María de Hostos para la Educación de la Primera Infancia en 2200 Kennedy Blvd., de lunes a viernes, de las 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



Public Schools

BUILDING COMMUNITY AND PROVIDING OPPORTUNITY FOR THE CHILDREN OF UNION CITY

Registration for Early Childhood Education Program Is Now Open



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

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

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

To enroll your child, kindly download the application on our website at www.ucboe.us, scan the application, and email it to obarrios@ucboe.us. You may also drop it off in person at the Eugenio Maria de Hostos Center for Early Childhood Education at 2200 Kennedy Blvd., Monday through Friday, from 8:30 a.m. to 2:30 p.m., for all children ages three, four, or five years old only. (PLEASE DO NOT GO TO CENTRAL REGISTRATION on Palisade Avenue.)

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

Please follow the application instructions carefully before submitting your application.

Follow Us:

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

Assistant to the Superintendent
Diane Capizzi

TODO EN COMPUTADORAS

COMPUWORLD

COMPUTER SERVICE CENTER
ALL BRANDS - LAPTOPS, DESKTOPS & MOBILE DEVICES

ALFREDO H. BUSTAMANTE
Computer Specialist
f: 201-926-9775
e: compuworld07093@gmail.com

COMPUWORLD
COMPUTER SERVICE CENTER
ALL BRANDS - LAPTOPS, DESKTOPS & MOBILE DEVICES

IPC Certified Technician

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

PHONE 201-926-9775

GARANTIA 100% SATISFACCIÓN GARANTIZADA

TÉCNICOS CERTIFICADOS

VISITA NUESTRA
PAGINA EN FACEBOOK
"DIMENSION DIGITAL"

rna
fashion & beauty

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



La respuesta depende de varios factores, pero en general, mezclar dos perfumes diferentes puede dar buenos resultados si se hace con cuidado. Sin embargo, también hay riesgos de que las fragancias choquen y el resultado no sea agradable.

Cuándo funciona:

Perfumes con notas complementarias: Si ambos perfumes comparten familias olfativas similares (por ejemplo, dos fragancias amaderadas, cítricas o florales), es más probable que combinen bien.

Uno Más Ligero y Otro más Intenso:

Puedes aplicar un perfume resco (como uno cítrico o acuático) como base y otro más dulce o especiado en puntos estratégicos.

Capas estratégicas: Aplica uno en la piel y el otro en la ropa, o uno en las muñecas y otro en el cuello para evitar una mezcla abrumadora.

Cuándo NO funciona:

Si ambos perfumes son muy intensos (por ejemplo, dos orientales dulces o dos amaderados potentes), pueden saturar y crear un olor confuso.

Si tienen notas contrastantes muy fuertes (como un perfume floral muy dulce con uno amaderado seco), podrían no armonizar.

Trucos para probar:

Haz una prueba en una tira de papel o en tu piel antes de aplicártelos juntos.

Usa uno como base y otro como acento (por ejemplo, un frescor cítrico de día y un toque de vainilla o pachulí por la noche).

No exageres con las cantidades (1-2 sprays de cada uno suelen ser suficientes).

Ejemplos de combinaciones que suelen funcionar:

Cítrico + Floral (ej.: un perfume con bergamota + otro con jazmín).
Amaderado + Especiado (ej.: sán-

dalo + cardamomo o vainilla).
Fresco + Dulce (ej.: notas marinas + un toque de caramelo ligero).

Si te animas a experimentar, empieza con perfumes que ya conozcas y ve ajustando. ¡El mundo de las fragancias es muy personal y a veces las mezclas más inesperadas pueden sorprenderte!

LOS PERFUMES DE MUJER MAS CAROS DEL MUNDO

Los perfumes más caros del mundo son verdaderas obras de arte en frascos, creados con ingredientes excepcionalmente raros, procesos artesanales y presentaciones de lujo con precios que pueden superar los \$100,000 USD:

Clive Christian "No. 1" Imperial Majesty:

Precio: ~\$215,000 USD (solo 10 frascos existentes).

Detalles:

Contiene jazmín de la India y rosa de Bulgaria de grado absoluto.

El frasco es de oro de 18k y diamantes, con un collar de perlas. Duración legendaria (+12 horas).

DKNY "Golden Delicious"

Precio: ~\$1 millón USD (frasco de cristal con oro de 24k y 2,909 diamantes).

Notas: Manzana verde, champaca y orquídea.

Baccarat "Les Larmes Sacrées de Thebes" (House of Baccarat)

Precio: ~\$6,800 USD por 30 ml.

Notas: Incienso, mirra y flores blancas.

Frasco: Cristal Baccarat tallado a mano.

Chanel "Grand Extrait" (N°5)

Precio: ~\$4,200 USD por 30 ml.

Detalles: Versión ultraconcentrada del clásico, en frasco de colección.

Hermès "24 Faubourg" en edición limitada:

Precio: ~\$15,000 USD (frasco bañado en plata y nácar).

Respuesta

Actualizada a 2024:

Actualmente, hay 195 países oficialmente reconocidos en el mundo, según la Organización de las Naciones Unidas (ONU). Pero el número puede variar según el criterio que se use. Aquí el desglose:

1. Países miembros de la ONU

193 países: Todos son estados soberanos reconocidos internacionalmente (ejemplos: México, Francia, Japón).

2 observadores permanentes:

Vaticano (Santa Sede): Estado independiente pero no miembro pleno.
 Palestina: Reconocido por 139 países, pero con estatus de observador.

3. Territorios con reconocimiento limitado o disputado

Taiwán: Funciona como un país



independiente, pero China reclama soberanía. Solo 12 países lo reconocen oficialmente (2024).

Kosovo: Reconocido por 101 países (incluyendo EE.UU. y gran parte de Europa), pero no por la ONU.

Sáhara Occidental: Reclamado por Marruecos y el Frente Polisario.

4. Casos especiales

Niue y las Islas Cook: Asociados a Nueva Zelanda, pero con autogobierno (a veces considerados "países" en tratados internacionales).
 Otros territorios no independientes: Puerto Rico (EE.UU.), Groenlandia (Dinamarca), etc., no cuentan como países soberanos.

Por qué hay confusión con el número?

Algunas fuentes incluyen Taiwán (llegando a 196).

Otras listas suman Kosovo y el Vaticano (196-197).

Mapas políticos vs. criterio de la ONU: La ONU es la referencia más aceptada.

Dato curioso: El país más nuevo es Sudán del Sur (independizado en 2011).

CUANTOS HABITANTES HAY EN EL MUNDO ?

Población mundial estimada para 2025 :

Según proyecciones de la ONU (World Population Prospects) y el Banco Mundial, se espera que la población global alcance aproximadamente: 8,100 millones de personas *(Rango estimado: 8,000 - 8,200 millones)*

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...

VISITA NUESTRA PAGINA EN FACEBOOK "DIMENSION DIGITAL"

Currently offering FREE CONSULTATION on DIAMOND options and GOLD VALUE analysis. Contact us for a private appointment. Absolutely no obligation to buy or sell.

Gold and Silver Concepts
 FINE JEWELRY SHOWROOM
 201.868.5404
 201-679-0129
 By private appointment
 Wholesale Prices For the General Public
 Highly Rated by The Jewelers Board of Trade
qgold.com

Jfirenovations LLC.
 DISEÑADOR DE INTERIORES Y EXTERIORES
 Electricidad, Plomería, Instalaciones de Accesorios Electricos en General
 Telefono: 787-530-3285

Cual es el Avion de Guerra mas Poderoso y Sofisticado del Mundo hasta el 2025

Hasta 2025, el título del avión de guerra más poderoso y sofisticado del mundo se lo disputan dos gigantes tecnológicos, cada uno con capacidades únicas:

1. Lockheed Martin F-35 Lightning II (EE.UU.)

Rol: Caza multifunción (aire-aire, aire-tierra, guerra electrónica).

Tecnología estrella:

Sensores integrados: Radar AN/APG-81 + sistema EO-DAS (360° de visión).

Sigilo: Diseño low-observable (indetectable para la mayoría de radares).

Conectividad: Comparte datos en tiempo real con otros sistemas (red F-35 como "nodo central").

Versiones:

F-35A (Fuerza Aérea).

F-35B (despegue vertical, para Marines).

F-35C (portaviones).

Debilidad: Alto costo de mantenimiento (~\$36,000 USD por hora de vuelo).

2. Chengdu J-20 Mighty Dragon (China)

Rol: Caza de supremacía aérea (enfocado en superar al F-22/F-35).

Sigilo avanzado: Diseño "canard" + materiales absorbentes de radar.

Motor WS-15 (2024): Le da supercruceiro (vuelo supersónico sin postquemador).

Misiles PL-15: Alcance de 200+ km (amenaza para aviones de apoyo enemigos).

Comparación clave:

Característica F-35 (EE.UU.) J-20 (China)

Sigilo Superior (firma radar míni-



ma) Alto, pero menos probado Armamento Versátil (bombas guiadas, misiles).

Enfocado en aire-aire.

Red de combate dominate.

(alianzas NATO)

Limitada a China/Rusia.

Producción +1,000 unidades (2025) ~250 unidades (2025)

Menciones honoríficas:

Sukhoi Su-57 (Rusia): Sigilo + misiles hipersónicos, pero producción lenta (~20 unidades en 2025).

B-21 Raider (EE.UU.) (bombardeiro sigiloso): Entrará en servicio en 2025, pero no es caza.

Futuro cercano (2025-2030):

EE.UU.: Desarrollo del NGAD (Next-Gen Air Dominance), un caza 6ª generación con IA y drones aliados.

China: Prototipo J-35 (para portaaviones) y mejora del J-20.

El F-35 sigue siendo el más versátil y probado en combate, pero el J-20 chino es su rival más serio. Si hablamos de puro poderío tecnológico, el F-35 mantiene la corona... por ahora.

Curiosidades de Impacto !

El F-35 Lightning II es uno de los aviones de combate más avanzados y polémicos del mundo. Aquí tienes algunas curiosidades

interesantes sobre este caza de quinta generación:

1. Tres versiones en una

El F-35 tiene tres variantes principales, cada una diseñada para diferentes misiones:

F-35A: Versión convencional para la Fuerza Aérea.

F-35B: Capacidad de despegue corto y aterrizaje vertical (STOVL), usado por los Marines de EE.UU. y la Royal Navy británica.

F-35C: Diseñado para portaaviones, con alas más grandes y gancho de arresto.

2. Motor más potente que algunos cohetes

Su motor Pratt & Whitney F135 es el más potente en un caza de combate, con 43,000 lbf de empuje (más que algunos cohetes espaciales pequeños).

3. Tecnología stealth "invisible"

El F-35 está diseñado para ser casi indetectable por radares enemigos gracias a su forma aerodinámica y materiales absorbentes de radar (RAM).

4. Visión de 360° con el casco

Los pilotos usan un casco con pantalla integrada que les da visión a través del avión (incluso el suelo) gracias a sensores externos.

5. Un avión "multinacional"

Es un proyecto conjunto entre EE.UU. y aliados como Reino

Unido, Italia, Países Bajos, Australia, Israel y otros. Algunos países, como Turquía, fueron expulsados del programa por conflictos políticos.

6. El programa de defensa más caro de la historia

El costo total del programa F-35 supera los \$1.7 billones (millones de millones) de dólares, incluyendo desarrollo, producción y mantenimiento.

7. Puede controlar drones

El F-35 está diseñado para actuar como nodo de comunicación y controlar enjambres de drones en combate, aumentando su capacidad de ataque.

8. Nombre en honor a dos aviones legendarios

"Lightning II" rinde homenaje al P-38 Lightning (Segunda Guerra Mundial) y al English Electric Lightning (caza británico de la Guerra Fría).

9. Tiene su propia "voz"

El F-35 incluye un sistema de alerta vocal que avisa al piloto en tiempo real con una voz femenina (apodada "Bitchin' Betty").

10. Problemas de mantenimiento

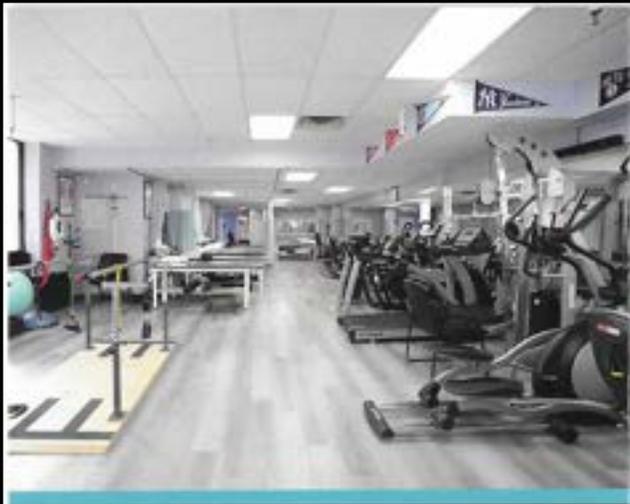
A pesar de su tecnología, el F-35 ha tenido fallos de software, sobrecalentamiento y alto costo de mantenimiento, lo que ha generado críticas.

Sabías alguno de estos datos?



El F-35 sigue siendo un avión clave para las fuerzas aéreas modernas, pero también uno de los más discutidos.





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



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

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

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

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

**MOST INSURANCE
PLANS ACCEPTED**

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

HABLAMOS ESPAÑOL

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



Encuentran Carta del Titanic Valorada en 400 Mil Dolares

WOW! La noticia sobre la carta del Titanic valorada en \$400,000 dólares es real y se remonta a un sobreviviente del desastre de 1912.

Los restos del Titanic fueron localizados el 1 de septiembre de 1985 por una expedición franco-estadounidense, liderada por Jean-Louis Michel del IFREMER y Robert Ballard de la Institución Oceanográfica de Woods Hole.

Los restos del barco están ubicados a unos 3.800 metros de profundidad en el Atlántico Norte, unos 600 km al sureste de la costa de Terranova, Canadá.

Aquí los detalles confirmados:

Qué carta es y por qué vale tanto?

Autor: Alexander Oskar Holverson, pasajero de primera clase que murió en el hundimiento (su cuerpo fue recuperado y enterrado en Nueva York).

Fecha: Escrita el 13 de abril de 1912 (¡un día antes del choque con



el iceberg!).

Contenido:

Describe la elegancia del barco: "El Titanic es el barco más grande y lujoso jamás construido".

Menciona a John Jacob Astor IV (el hombre más rico a bordo): "Astor tiene un auto a bordo y un perro".

Error histórico: Holverson escribió: "Hasta ahora, no hemos

tenido ningún accidente".

Valor: \$400,000 USD (precio alcanzado en una subasta de RR Auction en 2023).

Dónde está Ahora?

La carta fue comprada por un coleccionista privado anónimo, pero hay réplicas exhibidas en museos como el Titanic Museum Attraction (Tennessee, USA).

Cómo Sobrevivió la Carta?

Holverson la metió en un sobre sellado y se la dio a su esposa, Mary Alice Holverson, quien subió a un bote salvavidas (Bote N°8).

Mary Alice la guardó hasta su muerte en 1940. Desde entonces, ha pasado por varias subastas.

Otras reliquias del "Titanic" con valor millonario

El violín de Wallace Hartley (músico que tocó hasta el final): \$1.7 millones (2013).

Un plano del barco usado en la investigación del hundimiento: \$243,000 (2021).

Un reloj de bolsillo detenido a las 2:04 AM (hora del hundimiento): \$57,500.

Hay más Cartas Perdidas del Titanic?

Sí, pero son extremadamente raras. Solo se conocen 4 cartas escritas a bordo que sobrevivieron, todas en manos de coleccionistas.

ALFREDO'S

Tires & Auto Repair
AIR CONDITIONING

Special

\$99.00

AND UP

CALEFACCION

MECANICA GENERAL

ELECTRICIDAD

AJUSTES & FRENOS

MANTENIMIENTO

VENTA DE LLANTAS

alfre57@gmail.com

alfredoautorepair.com

201.864.1749

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

Antonio Gutierrez

305.215-4501

tonyghomes@aol.com

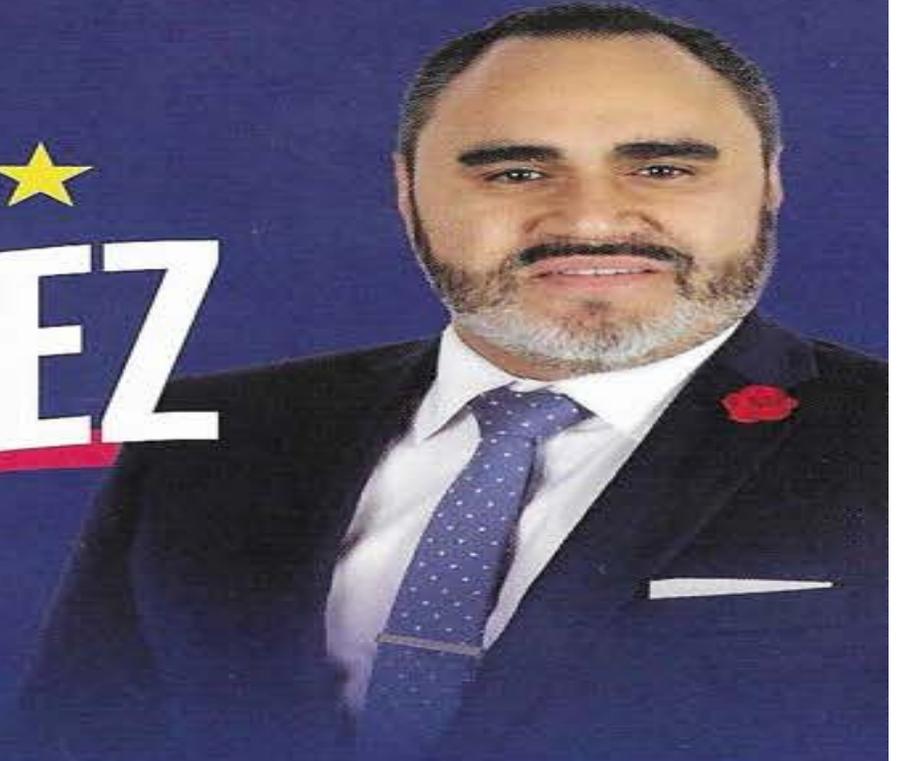
www.tonygutierrez.com

MAYOR & SENATOR
BRIAN STACK

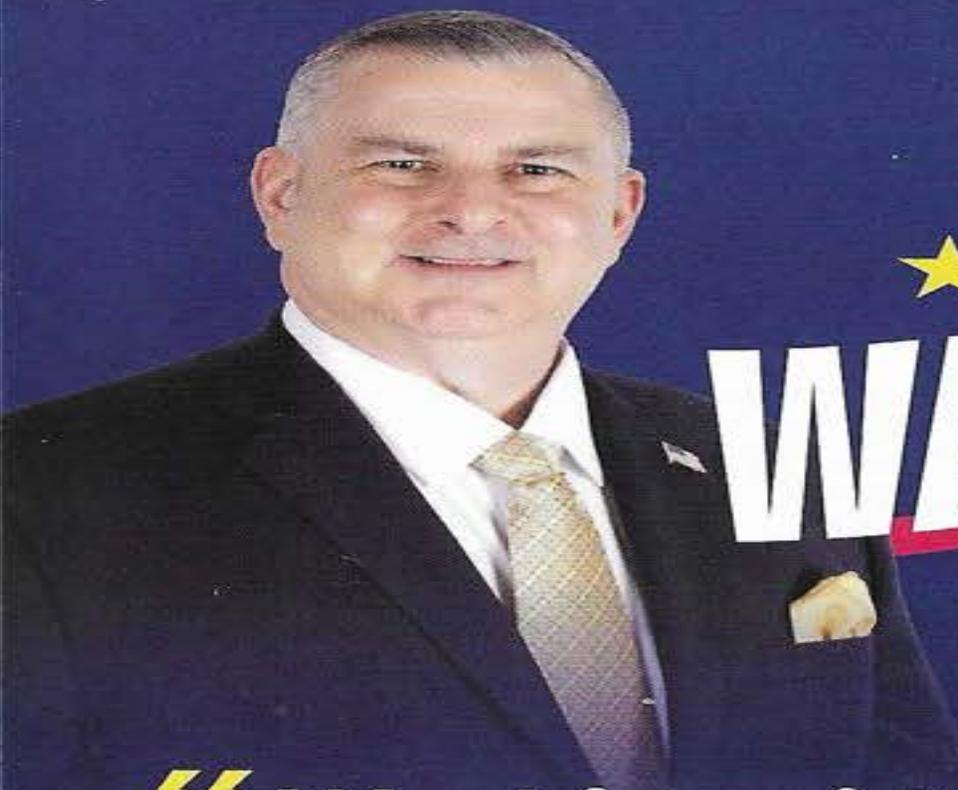
SUPPORTS



★ GABRIEL ★
RODRIGUEZ
FOR ASSEMBLY



★ LARRY ★
WAINSTEIN
FOR ASSEMBLY



“ Working side by side with
Brian Stack to deliver the
representation and services
you need and deserve. ”

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

LA VERDAD ACERCA DE LA NOTICIA DEL USO GRATIS DE INTERNET EN CUBA USANDO "STARLINK"

La noticia sobre el uso gratuito de internet en Cuba a través de Starlink ha generado mucho debate y desinformación. Aquí te explico la situación real, basada en datos OFICIALES verificados hasta junio de 2024:

Qué es Starlink?

Es un servicio de internet satelital de SpaceX (empresa de Elon Musk), que ofrece conexión de alta velocidad mediante una constelación de satélites en órbita baja. Funciona con una antena especial (terminal Starlink), pero no es gratis: requiere un pago mensual y equipo autorizado.

La Situación en Cuba:

Starlink NO está operando legalmente en Cuba:

La dictadura cubana no ha autorizado a Starlink para operar en el país (como sí ocurre en otras naciones donde el servicio es legal).

No hay acuerdos comerciales entre SpaceX y ETECSA (empresa estatal de telecomunicaciones).

Algunos cubanos han usado Starlink de forma "no oficial":

Se han reportado casos de termi-



nales Starlink entradas clandestinamente (a través de terceros países como EE.UU. o México).

Estos equipos funcionan en Cuba porque los satélites cubren la zona, pero su uso viola los términos de servicio de SpaceX (que exige activación en países autorizados).

Es Gratis? NO

Los usuarios deben pagar el equipo (entre 300-600 USD) y la suscripción mensual (alrededor de 50-120 USD), además de asumir riesgos legales.

En redes sociales circularon rumores de "Starlink gratis", pero no existe ningún plan gratuito oficial.

Algunos pueden compartir la conexión, pero no es la norma.

Posición de la Dictadura Cubana

En marzo 2024, el Ministerio de Comunicaciones de Cuba advirtió que el uso no autorizado de Starlink es ilegal y podría ser bloqueado.

ETECSA promueve su propio ser-

vicio de internet (más lento y caro: 1 GB de datos móviles cuesta aproximadamente 10 USD en un país donde el salario promedio equivale a entre 20 a 50 dólares mensuales

Por qué se Difunden Estas Noticias?

Desesperación por internet accesible: El servicio en Cuba es caro y lento (la velocidad promedio es de 3-5 Mbps, vs. +100 Mbps de Starlink).

Activismo y oposición política:

Algunos promueven Starlink como alternativa a la censura estatal.

Sensacionalismo: Medios y redes exageran casos aislados de uso clandestino.

Riesgos del Uso Clandestino de Starlink en Cuba:

Confiscación de equipos:

Las terminales son detectables y ya hubo incautaciones.

Sanciones legales:

Multas o procesos penales por "uso ilegal de espectro radioeléctrico".

Bloqueo técnico:

SpaceX podría desactivar terminales si detecta ubicación en Cuba.

Conclusión

Starlink no es gratis ni legal en Cuba hoy. Quienes lo usan lo hacen bajo riesgo, pagando costos altos y dependiendo de equipos importados de forma irregular.

La única forma de que llegue oficialmente es que Cuba y SpaceX negocien un acuerdo (como en otros países), pero no hay señales de ello. Si ves noticias que afirman lo contrario, verifica la fuente: muchos son rumores o campañas políticas.



Nadine Gasman, esposa del funcionario cubano de la OPS enjuiciado por la explotación de 20.000 cubanos en "Mais Médicos", candidata de México a dirigir la OPS

El Tribunal de Apelación retiró el 29 de marzo la inmunidad a la OPS, y la demanda en marcha contra la OPS y Joaquín Medina, esposo de Nadine Gasman, ha sido admitida a trámite.

#LibertadParaLosPresosPolíticos

↑

LIZANDRA GONGORA

Presos Políticos
37 AÑOS

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

8 NUEVOS PRESOS POLÍTICOS EN MARZO 2025: YA SON 1.152 LOS PRISIONEROS POLÍTICOS EN CUBA

El síndrome de las piernas inquietas es una afección que causa una fuerte necesidad de mover las piernas. La necesidad de moverse suele deberse a una sensación de incomodidad en las piernas. Suele ocurrir por la tarde o la noche cuando estás sentado o recostado. El movimiento alivia la molestia de forma temporal.

El síndrome de las piernas inquietas puede empezar a cualquier edad y tiende a empeorar a medida que pasan los años. Puede interrumpir el sueño, lo que interfiere en las actividades diarias. El síndrome de las piernas inquietas también se conoce como enfermedad de Willis-Ekbom.

Algunas medidas sencillas de autocuidado y cambios en el estilo de vida pueden ayudar a aliviar los síntomas. Los medicamentos también ayudan a muchas personas con el síndrome de las piernas inquietas.

Síntomas

El principal síntoma del síndrome de las piernas inquietas es la necesidad de mover las piernas. Es común experimentar lo siguiente:

Sensaciones de incomodidad que comienzan durante el descanso. Por lo general, la sensación en las piernas comienza después de haber estado acostado o sentado durante períodos prolongados. Puede ocurrir mientras estás sentado en el auto, en el avión o en el cine.

Alivio con el movimiento. La sensación del síndrome de las piernas inquietas disminuye con el movimiento. Estirarse, sacudir las piernas, pasearse o caminar puede mejorar los síntomas.

Los síntomas empeoran por la tarde. Los síntomas aparecen principalmente de noche.

Movimientos involuntarios en las piernas por la noche. El síndrome de las piernas inquietas puede estar asociado a otra afección más común que es el movimiento periódico de las piernas durante el sueño. Esta afección ocasiona que las piernas se agiten y pateen durante el sueño, posiblemente durante toda la noche.

La gente suele describir los síntomas del síndrome de las piernas inquietas como sensaciones intensas y desagradables en las piernas o los pies. Suelen ocurrir en ambos lados del cuerpo. Es menos común que estas sensaciones se presenten en los brazos.

Estas sensaciones se sienten den-



tro de las piernas en vez de en la piel. Se describen de la siguiente manera:

- * Cosquilleo
- * Hormigueo
- * Tirones
- * Sensación pulsátil
- * Dolor
- * Picazón
- * Choque eléctrico

A veces las sensaciones del síndrome de las piernas inquietas son difíciles de explicar. Las personas con síndrome de las piernas inquietas no suelen describir la afección como un calambre o entumecimiento muscular. Sin embargo, es frecuente que la describan como un deseo intenso de mover las piernas.

Es común que los síntomas mejoren y empeoren. A veces, los síntomas desaparecen por períodos y, luego, vuelven a aparecer.

Cuándo consultar al médico

Habla con el profesional de atención médica si presentas síntomas del síndrome de las piernas inquietas. El síndrome de las piernas inquietas puede interferir en el sueño, causar somnolencia durante el día y afectar la calidad de vida.

Solicite una consulta

Causas

Por lo general, el síndrome de las piernas inquietas no tiene causa conocida. Los investigadores sospechan que la afección puede deberse a un desequilibrio de la dopamina, sustancia química del cerebro. La dopamina envía mensajes para controlar el movimiento muscular.

Factor hereditario

A veces el síndrome de las piernas inquietas es hereditario, especialmente si la afección comienza antes de los 40 años. Los investigadores han identificado sitios en los cromosomas donde pueden estar presentes los genes para el síndrome de

las piernas inquietas.

Embarazo

El embarazo o los cambios hormonales pueden empeorar los síntomas del síndrome de las piernas inquietas. Algunas personas contraen el síndrome de las piernas inquietas por primera vez durante el embarazo, especialmente durante el último trimestre. Sin embargo, los síntomas suelen desaparecer después del parto.

Factores de riesgo

El síndrome de las piernas inquietas puede manifestarse a cualquier edad, incluso durante la niñez.

La afección es más común a medida que avanza la edad. También es más común en las mujeres que en los hombres.

Usualmente, el síndrome de las piernas inquietas no está relacionado con una enfermedad grave subyacente. Sin embargo, a veces sucede junto con otras afecciones, como las siguientes:

Neuropatía periférica.

En ocasiones, este daño a los nervios de las manos y los pies se debe a enfermedades crónicas, como la diabetes y el trastorno de consumo de alcohol.

Deficiencia de hierro.

Una deficiencia de hierro, que es la cantidad insuficiente de hierro en el organismo, puede causar o empeorar el síndrome de las piernas inquietas. Las personas con antecedentes de sangrados estomacales o intestinales pueden tener deficiencia de hierro.

La deficiencia también puede afectar a las personas que tienen menstruaciones abundantes o que donan sangre con frecuencia.

Insuficiencia renal. Si tienes insuficiencia renal, también puedes tener deficiencia de hierro, a menudo con anemia. Cuando los riñones no

funcionan correctamente, las reservas de hierro en la sangre pueden disminuir. Esto, junto con otros cambios en la química del cuerpo, puede causar o empeorar el síndrome de las piernas inquietas.

Afecciones de la médula espinal.

Los daños o las lesiones de la médula espinal se relacionaron con el síndrome de las piernas inquietas.

Si recibiste anestesia en la médula espinal, como bloqueo espinal, también aumenta el riesgo de desarrollar el síndrome de las piernas inquietas.

Enfermedad de Parkinson

Las personas que tienen la enfermedad de Parkinson y que toman medicamentos llamados agonistas dopamínicos tienen un mayor riesgo de presentar el síndrome de las piernas inquietas.

Complicaciones

Los síntomas del síndrome de las piernas inquietas pueden ser leves o tener graves repercusiones en la vida de las personas. Muchas personas con el síndrome de las piernas inquietas tienen dificultad para dormir o permanecer dormidas.

Los síntomas graves del síndrome de las piernas inquietas pueden afectar la calidad de vida y generar depresión. No poder dormir puede derivar en somnolencia diurna excesiva, pero el síndrome de las piernas inquietas puede dificultar dormir la siesta.

El SPI es un trastorno crónico que varía en intensidad, pero con un enfoque adecuado—desde cambios en el estilo de vida hasta tratamiento médico—se pueden controlar los síntomas y mejorar la calidad de vida. Si sospechas que padeces este síndrome, no dudes en consultar a un especialista.

Tratamiento y Manejo

Medidas de Autocuidado:

- * Ejercicio moderado (evitar excesos antes de dormir).
- * Masajes y baños calientes para relajar los músculos.
- * Reducir cafeína, alcohol y tabaco.
- * Establecer una rutina de sueño regular.
- * Tratamiento Médico

En casos severos, se pueden recetar:

- * Suplementos de hierro (si hay deficiencia).
- * Medicamentos dopaminérgicos (como pramipexol o ropinirol).
- * Fármacos para el dolor neuropático (en ciertos casos).

Natura
D'ECORACIONES

HACEMOS REALIDAD EL
EVENTO DE TUS
SUEÑOS

**SALÓN PARA BODAS Y
EVENTOS**

OFRECEMOS

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

MARLYS HERNANDEZ
TEL: +1 (551)-347-6544

📍 NORTH BERGEN/NEW JERSEY

QUE OBTENDRÁ

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

SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES

CUAL FUE EL PRIMER INVENTO SIGNIFICATIVO DE LA HUMANIDAD

El primer invento significativo de la humanidad es difícil de precisar con exactitud, pero muchos historiadores y arqueólogos coinciden en que la herramienta de piedra tallada (el hacha de mano o "bifaz") fue uno de los avances más revolucionarios de la prehistoria.

Cuándo y quién lo inventó?

Fecha aproximada: Hace unos 2,6 millones de años, durante el Paleolítico Inferior.

Creadores: Los primeros homínidos, probablemente Homo habilis ("hombre hábil"), considerados los primeros fabricantes de herramientas.

Por qué fue tan importante?

Primera tecnología humana: Marcó el inicio de la capacidad de modificar el entorno para sobrevivir.

Uso múltiple: Servía para cortar, raspar, cavar y cazar, mejorando la alimentación y protección.

Base para futuros inventos: Fue el precedente de todas las herramientas posteriores, desde lanzas hasta máquinas complejas.

Otros inventos tempranos clave:

El fuego controlado (~1,5 millones de años atrás): Revolucionó la dieta y protección.

La rueda (~3500 a.C.): Aunque mucho más tardía, transformó el transporte y la mecánica.

Si bien no fue un "invento" en el sentido moderno, la herramienta de piedra tallada simboliza el momento en que la humanidad comenzó a usar la tecnología para dominar su entorno.

Fuentes: Estudios arqueológicos de yacimientos como Olduvai (Tanzania) y teorías de investigadores como Louis Leakey.

Gabriel Rohaidy
Medicare Plans
Licensed Agent
Se Habla Español

4114 Bergenline Ave
Union City NJ 07087
rohaidyg@yahoo.com
201 725-2214

MEDICARE PLANS

United Healthcare	Aetna
Clover	Horizon

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 **\$50**
USING THE CODE: **GRACIAS**

@hermanitasdesign WWW.HERMANITASDESIGN.COM

Read Diverse Books

FOLLOW US:
@bookhavenbooks

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

Coffee & Deli Time

(201) 758-7775

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

3615 Palisade Ave. Union City

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

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



¿Quién Inventó la Mayonesa? Orígenes y Curiosidades

La mayonesa es una de las salsas más populares del mundo, pero su origen sigue siendo un tema de debate entre historiadores. La teoría más aceptada la vincula con la ciudad de Mahón, en Menorca (España), en el siglo XVIII.

1. La teoría más famosa: La batalla de Mahón (1756)

Durante la Guerra de los Siete Años, las tropas francesas al mando del Duque de Richelieu conquistaron Mahón (Menorca).

Según la leyenda, los cocineros franceses, al no encontrar crema para hacer una salsa, improvisaron con huevo y aceite de oliva, creando lo que llamaron "mahonnaise" (por Mahón).

Otra versión dice que los españoles ya preparaban una salsa similar llamada "aioli bo", y los franceses la adaptaron.

2. Otras teorías sobre su origen

Francia: Algunos creen que la salsa ya existía en la cocina francesa con el nombre "bayonnaise" (por Bayona).

Antigüedad: Hay registros de emulsiones de huevo y aceite en la Roma clásica, pero no exactamente iguales.

3. Curiosidades de la mayonesa

Primera receta escrita: Aparece en un libro francés de 1806 ("Le Cuisinier Impérial").

Popularización: Se extendió por Europa en el siglo XIX, llegando a EE.UU., donde en 1905 se empezó a vender en frascos.

Uso global: Hoy es esencial en hamburguesas, ensaladilla rusa, sushi y hasta en la arepa venezolana.

Mayonesa casera vs. industrial:

La versión industrial (como Hellmann's o Kraft) usa pasteurización para evitar salmonela.

4. Quién la Comercializó Primero? Richard Hellmann (1912, (New York)

fue pionero en venderla en tarros, creando la marca Hellmann's.

En España, Mahonesa (de Menorca) sigue siendo una variedad tradicional con más aceite de oliva.

Aunque su origen exacto es disputado, la mayonesa nació en el Mediterráneo y se convirtió en un ícono mundial. ¡Hoy hasta existe mayonesa de wasabi, trufa y hasta vegana!

Sabías que en algunos países se usa como remedio para el pelo maltratado? ¡La mayonesa lo hace todo!

Top 10 países que más mayonesa consumen (per cápita o en volumen total):

Rusia – Uno de los mayores consumidores, donde la mayonesa es un ingrediente clave en muchos platos tradicionales.

Estados Unidos – Gran consumo debido a su uso en hamburguesas, sándwiches y ensaladas como la ensalada de papa y de col.

Chile – Es el país latinoamericano que más mayonesa consume per cápita, usada en completos (hot dogs chilenos) y otros platos.

Alemania – Se utiliza mucho en ensaladas y como acompañamiento.

Japón – Popular en sándwiches, sushi (como en el "mayo sushi") y otros platos fusion.

Francia – Aunque la mayonesa casera es tradicional, también se consume mucha mayonesa industrial.

Polonia – Alto consumo en ensaladas y como aderezo.

Bélgica y Países Bajos – Se usa frecuentemente con papas fritas y snacks.

México – Creciente consumo en tortas, tostadas y botanas.

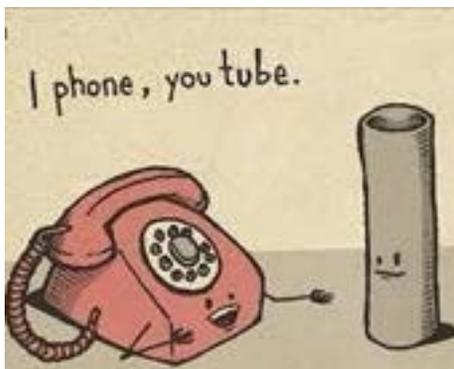
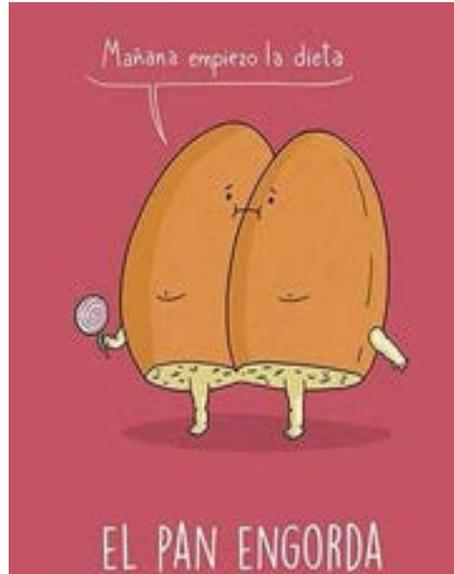
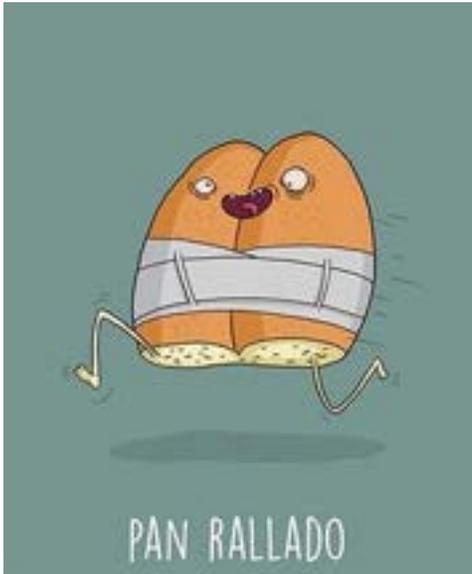
España – Utilizada en ensaladilla rusa y como acompañamiento en bocadillos.

Datos Interesantes:

Rusia tiene uno de los consumos per cápita más altos, con marcas como "Sloboda" y "Maheev" dominando el mercado.

Chile consume alrededor de 3 kg per cápita al año, uno de los índices más altos del mundo.

En Japón, la mayonesa Kewpie (más dulce y suave) es extremadamente popular.



Un neutrón va a un restaurante y al terminar de comer le pregunta al camarero:

-¿Cuánto es?

-Para usted nada, sin carga.



Chistes de pareja y vida cotidiana

Por: **Francisco Bernal**

—Curl de salmón.

JAJAJAJA

Esposa: “¿Te gustaría celebrar nuestro aniversario en un lugar donde no hayamos estado nunca juntao?”

Esposo: “¡Claro!... ¿La cocina?”

JAJAJAJA

—¿Por qué los hombres no pueden mentir bien?

—Porque ninguna mujer les cree que “solo fueron 5 minutos” en el baño.

JAJAJAJA

—Doctor, mi esposo cree que es una gallina.

—¿Y por qué no lo trajo antes?

—¡Porque necesitábamos los huevos!

JAJAJAJA

—¿Sabes cuál es la diferencia entre un novio y un esposo?

—El novio te lleva a comer sushi. El esposo te dice: “Hay atún en la alacena”.

JAJAJAJA

Chistes con doble sentido (pero elegantes)

—¿Qué le dijo un semáforo a otro?

—“No me mires, ¡me estoy cambiando!”

JAJAJAJA

—¿Por qué los libros de matemáticas siempre están deprimidos?

—Porque tienen demasiados problemas.

JAJAJAJA

—Señor, ¿por qué lleva un pan debajo del brazo?

—Es que mi psicólogo me dijo que necesito un “sustituto emocional”.

JAJAJAJA

—¿Qué hace un pez en el gimnasio?

Chistes de trabajo y profesiones

—¿Cuál es el colmo de un electricista?

—Tener mala corriente.

JAJAJAJA

—¿Por qué el arqueólogo se divorció?

—Porque su esposa lo tomó por antediluviano.

JAJAJAJA

—¿Qué le dijo un abogado a otro?

—“Seamos honestos... pero no tanto”.

JAJAJAJA

—¿Cómo se llama el perro de un chef?

—Salsamero.

JAJAJAJA

Chistes de cultura general

—¿Qué le dijo un cuadro a otro?

—“¡En este marco nos vemos bien!”

JAJAJAJA

—¿Por qué Shakespeare solo escribía de noche?

—Porque de día trabajaba en una taberna.

JAJAJAJA

—¿Cuál es el animal más romántico?

—El cocodrilo, porque siempre está lagrimeando.

JAJAJAJA

—¿Qué le dijo un árbol a un libro?

—“¡Deja de hojearme!”

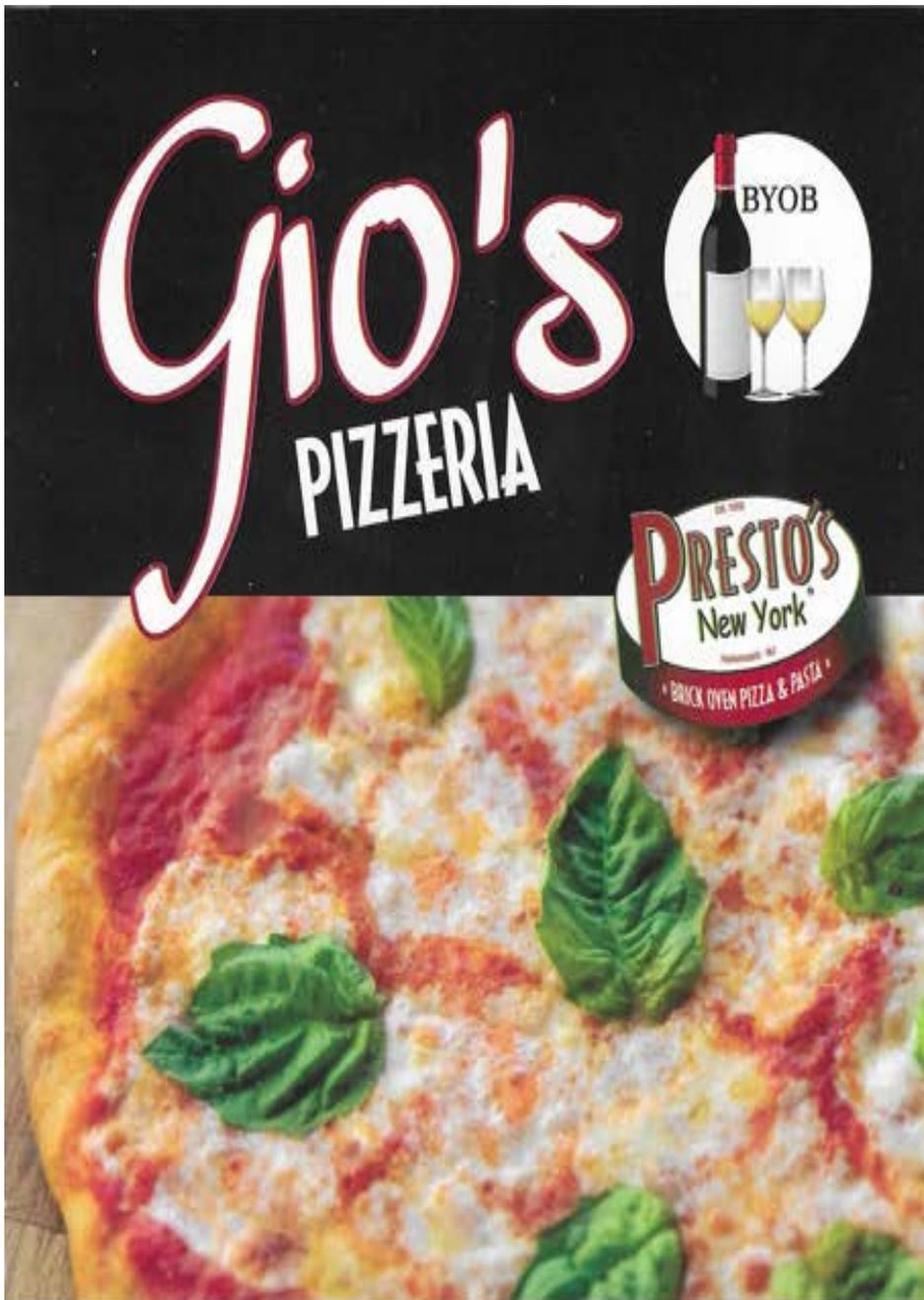
JAJAJAJA

Chistes Absurdos

—¿Sabes por qué los fantasmas no mienten?

—Porque se les transparenta todo.

JAJAJAJA



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



CURIOSIDADES DEL MES DE MAYO

El mes de mayo está lleno de curiosidades históricas, culturales y científicas.

Origen del nombre

Proviene de la diosa romana Maia, asociada a la fertilidad y la primavera (en el hemisferio norte). En japonés se llama "Satsuki", relacionado con el arroz y la siembra.

Curiosidades Históricas

Mayo, el mes de las revoluciones:

- * Revolución de Mayo (Argentina, 1810): Inició el proceso independentista.
- * Mayo del 68 (Francia): Protestas estudiantiles que cambiaron la sociedad europea.
- * Día del Trabajo (1° de mayo): Conmemora la huelga de Chicago (1886).

Eventos Clave:

- * 2 de mayo de 1808: Levantamiento contra Napoleón en Madrid (famosa pintura de Goya).
- * 29 de mayo de 1953: Primera ascensión al Everest (Hillary y Norgay).

Tradiciones y Supersticiones

- * "Mayo, mes de las flores": En muchas culturas se celebran festivales como:
- * Feria de las Flores (Medellín, Co-

lombia).

* Chelsea Flower Show (Londres, exposición de jardinería).

Supersticiones

En la Edad Media, se creía que casarse en mayo traía mala suerte (por asociación con rituales paganos).

"Lavarse la cara con rocío de mayo": Una tradición europea para conservar la belleza.

Datos Científicos

Lluvia de estrellas Eta Acuáridas (4-6 de mayo): Restos del cometa Halley visibles en el cielo.

Mayo es el mes del cerebro: Campañas mundiales para concienciar sobre salud mental.

Cultura Pop

"May the 4th" (Star Wars): Juego de palabras con "May the Force be with you".

Festival de Cannes: El prestigioso festival de cine suele celebrarse en mayo.

Clima y Naturaleza

Hemisferio norte: Primavera en pleno apogeo (floración de cerezos en Japón).

Hemisferio sur: Primeros fríos y preparación para el invierno.

Sabías que en la antigua Roma mayo era considerado un mes maldito para los matrimonios? . Por eso Junio se volvió popular para bodas!



VISITA NUESTRA
PAGINA EN FACEBOOK
"DIMENSION DIGITAL"



La valla publicitaria rodando sobre ruedas en las vias hace grande su negocio.No dude en llamar : **201-927-3819**

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

El Pistacho: Oro Verde de la Gastronomía y la Salud

El pistacho (*Pistacia vera*) es uno de los frutos secos más apreciados del mundo, conocido por su sabor único, sus beneficios para la salud y su fascinante historia. Desde la antigüedad hasta la actualidad, ha sido símbolo de prosperidad, energía y bienestar. A continuación, exploramos su origen, propiedades, curiosidades y su impacto en la cultura global.

Origen e Historia del Pistacho

1. Un Fruto Milenario

Origen geográfico: Se cree que es nativo de Oriente Medio (actuales Irán, Afganistán y Siria), donde se cultiva desde hace más de 9,000 años.

Primeras referencias:

Mencionado en la Biblia (Génesis 43:11) como un regalo valioso.

Los romanos lo introdujeron en Europa desde Siria en el siglo I d.C.

En Persia, era considerado un símbolo de riqueza y se usaba como moneda de cambio.

2. Expansión Global

Estados Unidos: Llegó en el siglo XIX, pero su cultivo masivo comenzó en los años 1970 en California, hoy el mayor productor mundial.

España: Introducido por los árabes en la Edad Media, hoy se cultiva en Castilla-La Mancha (con Denominación de Origen).

Cultivo y Producción



1. ¿Cómo crece el pistacho?

Árbol resistente: Soporta climas áridos y suelos pobres, pero necesita inviernos fríos y veranos calurosos.

Tarda en dar frutos: Un árbol tarda 5-7 años en producir pistachos y alcanza su máxima producción a los 20 años.

Cosecha peculiar: Los frutos no caen solos; se sacuden los árboles mecánicamente.

2. Principales Productores (2024)

Estados Unidos (California) – 47% de la producción mundial.

Irán – 28%.

Turquía – 12%.

China – 8%.

España – En crecimiento, especialmente en Castilla-La Mancha.

Curiosidades del Pistacho

1. El "Pistacho Sonriente" de Irán
En Irán, llaman al pistacho "sonriente" (*pesteh ehandani*) porque su cáscara semiabierta parece una sonrisa.

2. Un Fruto Real

La reina Sheba decretó que el pistacho era un alimento exclusivo para la realeza y prohibió su consumo al pueblo.

3. Colorantes Naturales.

En la antigua Persia, se usaba la cáscara del pistacho para teñir telas de color verde.

4. El Pistacho en el Espacio

Es uno de los pocos frutos secos incluidos en la dieta de los astronautas de la NASA por su alto valor nutricional.

5. ¿Por qué algunos son rojos?

En el pasado, los pistachos se teñían de rojo para ocultar manchas durante su exportación. Hoy ya no es necesario, pero en algunos países se mantiene por tradición.

Beneficios para la Salud

El pistacho es un superalimento con propiedades únicas:

1. Corazón Saludable

Rico en grasas insaturadas (omega-3 y omega-6) que reducen el colesterol malo (LDL).

2. Antioxidante Potente

Contiene más luteína y zeaxantina que otros frutos secos, protegiendo la vista.

3. Control de Peso

Aunque calórico (560 kcal/100g), su fibra y proteína sacian y reducen el picoteo.

4. Diabetes y Presión Arterial

Bajo índice glucémico y rico en potasio, ideal para diabéticos e hipertensos.

5. Afrodisíaco Natural

En la antigua Persia, se creía que aumentaba la libido y la fertilidad.

Usos en la Gastronomía

1. Dulces y Postres

Baklava (postre turco con miel y pistachos).

Helado de pistacho (típico en Italia e Irán).

2. Platos Salados

Pistacho en ensaladas (como la *fattoush* libanesa).

Mole verde (México, con salsa de pistacho).

3. Bebidas

Leche de pistacho (alternativa vegana).

Licor de pistacho (Italia y España).

Sostenibilidad y Futuro

Menos agua que otros cultivos: Requiere 1/3 del agua que necesita un almendro.

Cáscaras útiles: Se usan como biocombustible y alimento para ganado.

Nuevos mercados: China e India están aumentando su consumo.

El pistacho es mucho más que un snack: es un fruto con historia, beneficios excepcionales y versatilidad culinaria. Desde los jardines colgantes de Babilonia hasta los supermercados modernos, sigue conquistando paladares y promoviendo la salud.

Sabías que...? En California hay un "Pistachio Land" (Alamogordo, Nuevo México), una escultura gigante de un pistacho. ¡Incluso tiene su propia tienda de souvenirs!

Cuál es tu forma favorita de comer pistachos?



Gabriel Rohaidy Medicare Plans
Licensed Agent
Se Habla Español

4114 Bergenline Ave
Union City NJ 07087
rohaidyg@yahoo.com

201 725-2214

MEDICARE PLANS

United Healthcare	Aetna
Clover	Horizon

You could be a lot wealthier than you think. Let us do a completely FREE evaluation of your gold jewelry scrap. No obligation to sell. Contact us for a private appointment.



You will be AMAZED!

Gold has surpassed the \$2,900.00 mark!

ALCALDE/SENADOR BRIAN P. STACK:

LUCHAREMOS POR VIVIENDAS ASEQUIBLES PARA NUESTRA COMUNIDAD



Estimado/a amigo/a,

Es evidente que el costo de vida ha aumentado drásticamente en los últimos años. La inflación sigue afectándonos a todos, y los precios en aumento de productos esenciales como la comida y la gasolina continúan perjudicando a las familias de nuestra comunidad.

Quizás el desafío más preocupante que enfrentamos es el aumento del costo de la vivienda.

Por eso apoyo a los candidatos Mikie Sherrill, Gabriel Rodríguez, Larry Wainstein y Jimmy Davis, quienes se unirán a mí como defensores firmes del control de alquileres, la protección de los derechos de los inquilinos y la lucha contra los aumentos excesivos en las rentas. Enfrentaremos a los propietarios que ofrecen viviendas en condiciones inaceptables, llevándolos a los tribunales y exigiendo mejoras.

Además, seguimos comprometidos en luchar por financiamiento adecuado del Estado de Nueva Jersey para la construcción de viviendas asequibles. Trabajaremos para garantizar que los programas destinados a aumentar la disponibilidad de viviendas accesibles cuenten con los fondos necesarios. Debemos ser creativos en la búsqueda de soluciones para ampliar la oferta de viviendas asequibles.

La vivienda asequible es un tema muy personal para mí. Crecí en Union City, donde mi familia vivía en un apartamento con alquiler controlado. Gracias a esto, mis padres pudieron criar a dos hijos en una de las áreas más costosas del área metropolitana de Nueva York.

Seguiremos colaborando con otros funcionarios para garantizar que los residentes locales tengan acceso a las oportunidades de vivienda asequible que necesitan.

Por favor, ayúdeme a elegir un equipo fuerte que luche por la vivienda asequible en nuestra comunidad y en Nueva Jersey.

Atentamente,

Brian P. Stack
Alcalde/Senador
Cell: (201) 376-1942

EL EQUIPO DE BRIAN P. STACK



MIKIE SHERRILL

PARA GOBERNADORA



GABRIEL RODRIGUEZ

PARA LA ASAMBLEA



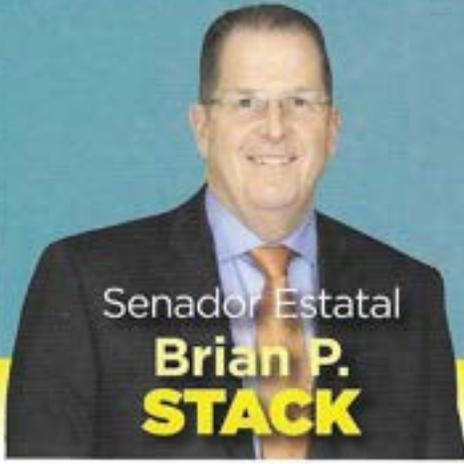
LARRY WAINSTEIN

PARA LA ASAMBLEA



JIMMY DAVIS

PARA SHERIFF



Senador Estatal
Brian P. STACK

SU VOTO

Marca La Diferencia

La Importancia de Participar en las Elecciones



Estimado/a amigo/a,

A lo largo de mi trayectoria en el gobierno y la política, he visto elecciones decidirse por solo unos pocos votos. Por eso, animo a todos los residentes a participar en el proceso electoral. Votar es un derecho sagrado que debemos valorar.

A medida que nos acercamos a las elecciones primarias del martes 10 de junio para Gobernador, la Asamblea General de Nueva Jersey y el Sheriff del Condado, le pido que tome un momento para motivar a sus amigos y familiares a votar.

Además de hacer oír su voz al emitir su voto, la participación electoral es fundamental, ya que los líderes estatales y federales revisan la asistencia a las urnas para determinar cuántos recursos y ayudas recibe nuestro distrito. Una alta participación envía un mensaje claro y contundente de que nuestra comunidad está comprometida y unida.

Así como esta elección es crucial para la selección de nuestros líderes, el proceso debe llevarse a cabo con integridad. Por ello, he solicitado al Fiscal General del Estado de Nueva Jersey que designe observadores electorales. Es fundamental garantizar que cada voto sea contado y que el proceso sea justo y transparente. Debemos enviar un mensaje claro a los líderes políticos de que no se tolerará ningún tipo de fraude.

Para finalizar, le pido que considere votar por Mikie Sherrill, Gabriel Rodríguez, Larry Wainstein y Jimmy Davis, candidatos que comparten mi compromiso con la importancia de hacer oír nuestras voces.

Atentamente,

Brian P. Stack
Senador Estatal
Celular: (201) 376-1942

EL EQUIPO DE BRIAN STACK



Candidata para
Gobernador
Mikie SHERRILL



Re-Elija
Asambleísta
Gabriel RODRIGUEZ



Candidato para
la Asamblea
Larry WAINSTEIN



Candidato
para Alguacil
Jimmy DAVIS

TU VOTO EN JUNIO 10 PARA EL EQUIPO DE BRIAN STACK !



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!

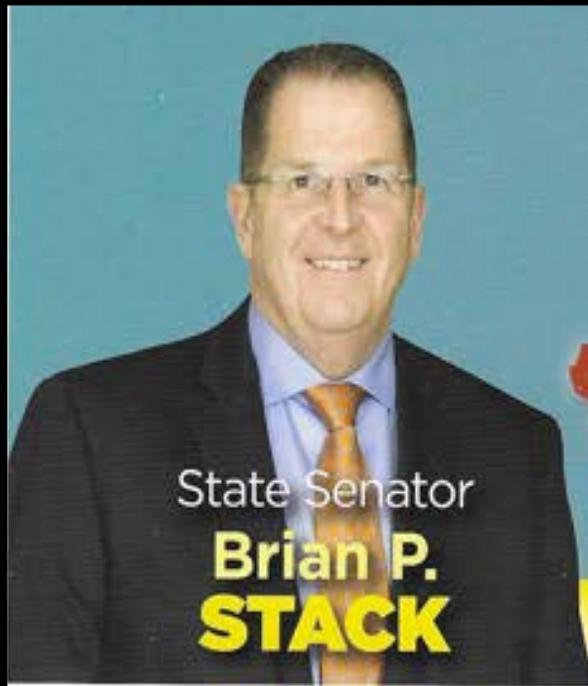
Nadie, excepto niños pequeños acompañado de sus padres, deben montar bicicletas/bicicletas electricas/motonetas en las aceras. Hemos tenido varios residentes caminando en las aceras o saliendo de sus puertas que han sido heridos gravemente despues de ser golpeados por una bicicletas/bicicletas electricas/motonetas.



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!



State Senator
Brian P. STACK

YOUR VOTE Makes a Difference



The Importance of Participating in Elections

Dear Friend,

During the course of my involvement in government and politics, I have seen elections decided by just a few votes. That is why I encourage residents to engage in the election process! Voting is a sacred right that should be valued.

As we approach the Tuesday, June 10th Primary Election for Governor, New Jersey General Assembly and County Sherriff, **I ask that you take a moment to encourage friends and family to vote.**

In addition to having your voice heard by casting your ballot, voting is important because election turnout is often reviewed by decision makers in state and federal government who decide how much we receive in terms of aid and resources in our district. A strong turnout sends a loud message that our community is engaged and has a collective voice.

Just as this election is important in terms of selecting leadership, this process must have integrity. **That is why I have asked the New Jersey State Attorney General to provide election monitors. We need to ensure that every vote is counted and that the process is not tainted. It is important to send a clear message to the political bosses that cheating will not be tolerated.**

In closing, I ask for your consideration in voting for Mikie Sherrill, Gabriel Rodriguez, Larry Wainstein and Jimmy Davis. They are candidates who share my opinion about the importance of having our voices heard.

Sincerely,

Brian P. Stack
State Senator
Cell: (201) 376-1942

THE BRIAN STACK TEAM



Candidate for Governor
Mikie SHERRILL



Re-Elect Assemblyman
Gabriel RODRIGUEZ



Candidato de Asamblea
Larry WAINSTEIN



Candidate for Sheriff
Jimmy DAVIS



AREAS DE NJ & NY

COCTELES CON PISCO

El Pisco, la emblemática bebida destilada de Perú y Chile, es versátil y protagonista de cócteles deliciosos. Aquí tienes tres cócteles clásicos y refrescantes preparados con Pisco:

1. PISCO SOUR (EL MÁS FAMOSO. ORIGEN PERUANO)

Ingredientes:

- * 60 ml de Pisco (quebranta o acholado, idealmente peruano).
- * 30 ml de jugo de limón fresco.
- * 20 ml de jarabe de goma (o azúcar).
- * 1 clara de huevo (opcional, para textura cremosa).
- * 3-4 cubos de hielo.
- * 2-3 gotas de amargo de angostura (para decorar).

Preparación: En una coctelera, agita el Pisco, limón, jarabe y clara de huevo sin hielo ("en seco") por 10 segundos. Añade hielo y agita vigorosamente por 15 segundos más. Cuela en una copa fría y decora con amargo de angostura.

Dato clave: En Chile se prepara sin clara de huevo y a veces con limón de Pica.

2. CHILCANO DE PISCO (REFRESCANTE Y FÁCIL)

Ingredientes:

- * 60 ml de Pisco (peruano o chileno).
- * 120 ml de ginger ale (o gaseosa de jengibre).
- * 15 ml de jugo de limón.
- * Hielo al gusto.
- * Rodaja de limón y ramita de hierbabuena (para decorar).



Preparación: Llena un vaso alto con hielo. Vierte el Pisco, el jugo de limón y mezcla suavemente. Completa con ginger ale y decora.

Variantes:

Chilcano de Maracuyá: Añade 30 ml de pulpa de maracuyá.
Chilcano de Mango: Usa puré de mango fresco.

3. PISCOLA (CLÁSICO CHILENO. SIMILAR AL CUBALIBRE)

Ingredientes:

- * 60 ml de Pisco chileno.
- * 180 ml de Coca-Cola.
- * Hielo al gusto.
- * Rodaja de limón (opcional).



Preparación:

- * Llena un vaso con hielo.
 - * Añade el Pisco y completa con Coca-Cola.
- Revuelve suavemente y decora con limón.

Dato clave: En Chile es el cóctel más popular, incluso tiene Día Nacional (15 de febrero).

Bonus : CÓCTEL CON PISCO Y FRUTAS

Algarrobina (Perú, energético):

- * 45 ml de Pisco.
- * 30 ml de algarrobina (jarabe de algarroba).
- * 1 yema de huevo.
- * 60 ml de leche evaporada.
- * Canela en polvo.

Se bate todo en licuadora y se sirve con hielo!



El Pisco es mucho más que un destilado: es un símbolo cultural con una historia fascinante y disputas entre Perú y Chile. Aquí te cuento sus orígenes, curiosidades y datos que pocos conocen:

ORÍGENES: ¿PERUANO O CHILENO?

El debate es histórico, pero la evidencia apunta a orígenes peruanos:

Siglo XVI: Los españoles llevaron uvas al Perú y comenzaron a producir vino en Ica. Como el vino no resistía los viajes a Europa, lo destilaron creando el "aguardiente de uva".

Nombre: Proviene del puerto de Pisco (Perú), desde donde se exportaba este licor. Mapas coloniales españoles (1613) ya mencionaban la zona como "Valle de Pisco".

Chile: Adoptó la producción más tarde (siglo XIX), usando uvas moscatel.

Hoy: Perú tiene Denominación de Origen (DO) desde 1991 y celebra el Día del Pisco (cuarto domingo de julio).

Chile también lo produce, pero con técnicas y uvas distintas (y sin DO internacional).

CURIOSIDADES QUE SORPRENDEN

Se Bebía en el Lejano Oeste!

En la fiebre del oro de California (1849), el Pisco Punch era el cóctel más caro de San Francisco, hecho con Pisco peruano, piña y misteriosos "ingredientes secretos".

Guerra del Pisco (siglo XX): Chile y Perú compitieron por registrar la marca "Pisco" a nivel internacional. Perú ganó en la mayoría de países, pero Chile lo comercializa como "Pisco Chileno".

NO TIENE AÑEJAMIENTO: Por ley, el Pisco peruano no se añeja en barrica (es transparente). El color ámbar proviene de uvas oscuras o barricas inertes.

EL PISCO MÁS CARO DEL MUNDO: "Tacama Crocus" (Perú), hecho con uvas quebranta, cuesta \$4,000 USD por botella.

CÓCTEL PRESIDENCIAL: Roosevelt y Hemingway eran fanáticos del Pisco Sour. En 2016, Obama lo bebió en su visita a Perú.

SIN AGUA! El Pisco peruano se destila solo una vez, sin agregar agua para bajar la graduación (38°-48° alcohol).

DIFERENCIAS CLAVE: PERU VS CHILE

Característica	Pisco Peruano	Pisco Chileno
Uvas	Quebranta, Italia, Torontel	Moscatel, Torontel
Destilación	Una sola, en alambiques de cobre	Hasta 3 destilaciones
Añejamiento	Prohibido (salvo "acholado")	Permitido en barrica
Sabor	Herbáceo, mineral	Dulce, floral

¿SABÍAS QUE...?

En el espacio: El astronauta peruano Carlos Noriega llevó Pisco en un vuelo de la NASA (1997).

Récord Guinness: En 2013, Perú preparó el Pisco Sour más grande del mundo (3,000 litros).

En la literatura: Mark Twain menciona el Pisco en su libro "Roughing It" (1872).

QUIERES UNA RECETA MÁS EXÓTICA. COMO EL PISCO PUNCH (CLÁSICO DE SAN FRANCISCO)?

ESCRIBENOS A:

comunications@dimensionnewspaper.com

Por que no Pueden haber ni Puentes ni Tuneles desde Africa a Europa ?

La ausencia de puentes o túneles que conecten directamente África y Europa se debe a una combinación de factores geográficos, técnicos, económicos, políticos y medioambientales. Aunque existen proyectos e ideas, ninguno se ha materializado hasta ahora. Aquí las razones principales:

1. Desafíos Geográficos

Estrecho de Gibraltar (España-Marruecos)

Distancia mínima: 14 km (entre Punta de Tarifa, España, y Punta Cires, Marruecos).

Profundidad: Hasta 900 metros en algunas zonas, con corrientes marinas fuertes.

Actividad sísmica: La región es propensa a terremotos (falla entre las placas euroasiática y africana).

Otras rutas (ej. Italia-Túnez)

Distancias mayores (unos 150 km) y profundidades similares o superiores.

→ Construir un túnel o puente aquí sería técnicamente más complejo que el Eurotúnel (Francia-Reino Unido, de 50 km pero menos profundo).

2. Costos Prohibitivos

Un proyecto en el Estrecho de Gibraltar se estimó en al menos 30.000 millones de euros (similar al Canal de Panamá).

Mantenimiento: Corrosión por agua



salada, riesgos sísmicos y corrientes aumentarían los costos.

Rentabilidad dudosa: El tráfico de mercancías/personas entre África y Europa ya funciona por mar y aire a menor costo.

3. Obstáculos Políticos y Sociales

Disputas territoriales: Ceuta y Melilla (enclaves españoles en África) ya generan tensiones entre España y Marruecos.

Migración irregular: Europa teme que un enlace físico facilitaría la entrada masiva de migrantes desde África.

Cooperación binacional: Requeriría acuerdo estable entre la UE y países africanos (Marruecos, Argelia, etc.), con intereses divergentes.

4. Alternativas Existentes

Ferris: Conectan España con Marruecos (ej. Tarifa-Tánger en 1 hora).

Túneles ferroviarios propuestos:

Estudios se han hecho desde los años 1970, pero sin avances concretos.

Proyectos futuros: En 2021, Marruecos y España reactivaron conversaciones

para un túnel submarino, pero sigue en fase teórica.

Por qué sí hay puentes/túneles en otros sitios?

Eurotúnel (Francia-Reino Unido): Terreno menos profundo y estabilidad geopolítica.

Puente de Øresund (Dinamarca-Suecia): Distancia corta (8 km) y aguas poco profundas.

Conclusión

No es imposible, pero hoy por hoy los retos técnicos, los costos y las tensiones políticas lo hacen inviable. Si algún día se construye, sería un hito de la ingeniería comparable al Canal de Suez o al túnel bajo los Alpes.

El puente más largo del mundo (cualquier tipo)

Nombre: Danyang-Kunshan Grand Bridge (China)

Longitud: 164.8 km (102.4 millas).

Tipo: Puente ferroviario de alta velocidad (parte del tren Beijing-Shanghái).

Inauguración: 2011 (récord Guinness).

Costo: ~\$8,500 millones USD.

Dato clave: Cruza lagos, ríos y terrenos

pantanosos; el 9% es sobre agua.

Otros puentes destacados:

Puente más largo sobre agua: Hong Kong-Zhuhai-Macau Bridge (55 km, sobre el mar de China Meridional).

Puente colgante más largo: Çanakkale 1915 (Turquía, 2,023 metros de vano central, inaugurado en 2022).

El túnel más largo del mundo

Nombre: Túnel de Base de San Gotardo (Suiza).

Longitud: 57.1 km (35.5 millas).

Tipo: Ferroviario (alta velocidad).

Inauguración: 2016.

Profundidad máxima: 2,300 metros bajo los Alpes.

Dato clave: Reduce el viaje Zurich-Milán de 4 a 2.5 horas.

Otros túneles destacados:

Túnel submarino más largo: Seikan (Japón, 53.9 km, bajo el estrecho de Tsugaru).

Túnel de carretera más largo: Lærdal (Noruega, 24.5 km, con iluminación psicodélica para evitar claustrofobia).

Curiosidades

China domina el top 10 de puentes largos (8 de 10 son chinos).

El Eurotúnel (Francia-Reino Unido) tiene 50.5 km, pero solo 38 km son submarinos.

Proyectos futuros: Arabia Saudita y Egipto planean un puente sobre el Mar Rojo (11 km), y China un túnel submarino a Taiwán (135 km).

MIKIE SHERRILL PARA GOVERNADORA DE NJ.

LOWER COSTS FOR OUR FAMILIES.

LA MISIÓN DE MIKIE SHERRILL: REDUCIR COSTOS PARA NUESTRAS FAMILIAS.

LOS ALCALDES LOCALES RESPALDAN A GABE RODRÍGUEZ Y LARRY WAINSTEIN PARA LA ASAMBLEA GENERAL DE NUEVA JERSEY

Pero Estos Mismos Alcaldes Necesitan Su Ayuda Para Lograr Que Gabe Y Larry Sean Elegidos

CONDADO DE HUDSON — Hoy, el alcalde de Union City, **Brian P. Stack**, el alcalde de West New York, **Albio Sires**, y el alcalde de Weehawken, **Richard Turner**, anunciaron su respaldo a **Gabriel Rodríguez y Larry Wainstein** para la Asamblea General de Nueva Jersey.

Gabe y Larry comprenden nuestras necesidades y lo que esperamos de nuestros representantes en Trenton para gobernar de manera eficiente nuestros municipios. Estamos comprometidos a trabajar todos los días para asegurar que Gabe y Larry sean elegidos y luchen por nosotros."

"Ahora, más que nunca, las áreas urbanas necesitan una representación fuerte en la legislatura estatal. Necesitamos financiamiento para nuestro distrito, leyes que protejan a nuestros residentes y un gobierno estatal que trabaje para la gente.

- **ALCALDE BRIAN P. STACK, UNION CITY**
- **ALCALDE ALBIO SIRES, WEST NEW YORK**
- **ALCALDE RICHARD TURNER, WEEHAWKEN**

El martes 10 de junio – Vote por **Gabriel Rodríguez y **Larry Wainstein** para la Asamblea General de Nueva Jersey**



CANDIDATO A LA ASAMBLEA LARRY WAINSTEIN

ASAMBLEÍSTA GABRIEL RODRÍGUEZ

ALCALDE BRIAN P. STACK

ALCALDE ALBIO SIRES

ALCALDE RICHARD TURNER

Vatican Faces Unprecedented Logistical Challenge as Record Number of Cardinals Gather for Conclave.

VATICAN CITY — The Vatican is preparing for a historic papal conclave following the passing of Pope Francis, with a record 135 cardinal electors set to convene in Rome to select the next leader of the Catholic Church.

Although Pope Francis upheld the rule limiting the College of Cardinals to 120 electors, his appointments ultimately expanded the voting body to its largest size in modern history. This unprecedented number has created a logistical challenge—particularly concerning accommodations at the Domus Sanctae Marthae, the Vatican residence built to house cardinals during conclaves.

A Residence Stretched Beyond Capacity

Constructed in 1996 under Pope John Paul II, the Domus Sanctae Marthae (also known as Casa Santa Marta) was designed to provide comfortable lodging for cardinals during papal elections. The five-story building, located near St. Peter’s Basilica, features



106 suites, 22 single rooms, and one apartment—totaling 129 rooms.

However, Pope Francis converted the apartment into his personal residence, and following his death, it has been sealed off, leaving it unavailable for the conclave.

The residence was a major upgrade from past conclaves, where cardinals slept on cots in temporary quarters within the Apostolic Palace, often separated only by curtains and sharing communal bathrooms.

Now, with 135 electors—seven more than available rooms—the Vatican must find a solution to house all participants. While the Domus Sanctae Marthae operates like a hotel, complete with di-

ning halls, a private chapel, and meeting spaces, it is clear that not every cardi-

Nal will have private accommodations.

Possible Solutions

During conclaves, permanent residents of the Domus—including Vatican staff, priests, and bishops—are required to vacate their rooms. Even so, the total capacity falls short of the current number of electors.

The Vatican has yet to announce its plan, but potential solutions include:

Room-sharing arrangements among cardinals.

Utilizing additional Vatican facilities to accommodate the overflow

Pope Francis’ Legacy and a

Diverse College of Cardinals

Pope Francis chose to live in the Domus Sanctae Marthae rather than the traditional papal apartments, embracing its simplicity and communal atmosphere. His tenure also saw a significant shift in the composition of the College of Cardinals, with 108 of the 135 electors appointed by him. This reflects his push for greater global representation, including cardinals from regions that previously had none.

When Will the Conclave Begin?

According to the apostolic constitution *Universi Dominici gregis* (1996), a conclave must begin no sooner than 15 days and no later than 20 days after a pope’s death—placing the likely window between May 5 and May 15, 2025.

A minor amendment by Pope Benedict XVI allows the conclave to start earlier if all electors have arrived.

As the Vatican navigates this logistical hurdle, the world watches closely, awaiting the election of the next successor of St. Peter.

(Originally reported by CV News Feed on April 24, 2025)

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



Los perros de trineo son animales fuertes, resistentes y adaptados a climas extremos, históricamente utilizados para el transporte en regiones nevadas como Alaska, Siberia y el Ártico. Estas razas destacan por su energía, inteligencia y capacidad de trabajo en equipo.

Características Principales

Resistencia al frío: Gracias a su pelaje denso y doble capa.

Alta energía: Necesitan ejercicio constante y espacio para correr.

Instinto de manada: Trabajan en equipo bajo el liderazgo de un perro guía.

Patas anchas: Diseñadas para no hundirse en la nieve.

Hocico alargado: Ayuda a calentar el aire antes de que llegue a los pulmones.

Razas Más Usadas en Trineos

1. Husky Siberiano

Origen: Siberia (Rusia).

Carácter: Amigable, sociable y muy activo.

Curiosidad: Sus ojos azules o he-

terocromáticos (uno de cada color) son icónicos.

2. Malamute de Alaska

Origen: Alaska (EE.UU.).

Carácter: Fuerte, independiente y leal.

Curiosidad: Es una de las razas más antiguas de perros de trineo.

3. Samoyedo

Origen: Siberia (Rusia).

Carácter: Juguetón, cariñoso y con una sonrisa característica.

Curiosidad: Su pelaje blanco los ayuda a camuflarse en la nieve.

4. Groenlandés (Perro de Groenlandia)

Origen: Groenlandia.

Carácter: Resistente, valiente y con gran instinto de caza.

Curiosidad: Usado por los inuit para cazar osos y focas.

5. Chinook

Origen: Nueva Inglaterra (EE.UU.).

Carácter: Equilibrado, amigable y versátil.

Curiosidad: Raza creada específicamente para tirar trineos pesados.

Curiosidades de los Perros de Trineo

La Carrera Más Famosa: El Iditarod (Alaska) es una competencia anual de 1,600 km en condiciones extremas.

Jerarquía en el Equipo: Los perros se organizan en líneas, con un "perro líder" (el más inteligente) al frente.

Velocidad Promedio: Un equipo bien entrenado puede correr a 20-30 km/h.

Heroes Históricos: En 1925, pe-

rrros como Balto y Togo salvaron a un pueblo de Alaska llevando medicinas contra la difteria ("La Carrera del Suero").

Dieta Especial: Necesitan una alimentación rica en grasas y proteínas para soportar el frío.

Ejercicio y entrenamiento. No son ideales para vivir en departamentos o con dueños sedentarios.

¿Te gustaría tener un perro de trineo? Escríbenos con tu opinión a: communications@dimensionnews-paper.com



PET POISON HELPLINE
800.213.6680
www.petpoisonhelpline.com



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



UNION CITY BOARD OF EDUCATION



Public Schools

BUILDING COMMUNITY AND PROVIDING OPPORTUNITY FOR THE CHILDREN OF UNION CITY

SEVEN JOSÉ MARTÍ STEM ACADEMY STUDENTS RECOGNIZED FOR THEIR SCIENTIFIC RESEARCH

The Union City Board of Education and Mayor and State Senator Brian P. Stack and the Board of Commissioners are proud to congratulate seven José Martí STEM Academy students whose research and writing have been published in a prestigious Columbia University academic journal.

The Columbia University Science Journal (CUSJ) showcases undergraduate excellence in scientific research. It is the Ivy League school's "premier publication for original scientific research and scholarly reviews."

The publication of these students' work is even more impressive because they are still in high school while most of those published in the magazine are college students.

The seven young scientists whose work was recognized are:

- Angelina Mathew
- Merisha Fernando
- Axel Perez
- Jose Rubio
- Emily Mathew
- Lehansa Marambage
- Carolyn Eloy

Follow Us:

- Facebook:** Union City Schools
- Twitter:** @schools_uc
- Instagram:** Union City Schools

UNION CITY BOARD OF EDUCATION

- | | | | | | | | |
|--|--------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|--|-------------------------------|--|
| <i>Ydalia M. Genao, President</i> | <i>Joseph Isola, Trustee</i> | <i>Kennedy Ng, Trustee</i> | <i>Superintendent of Schools</i> | <i>Assistant Superintendents</i> | <i>Board Secretary/ Director of Facilities</i> | <i>Business Administrator</i> | <i>Assistant to the Superintendent</i> |
| <i>Carlos H. Vallejo, Vice-President</i> | <i>Fr. Aro Nathan, Trustee</i> | <i>Alejandro Velazquez, Trustee</i> | <i>Silvia Abbato</i> | <i>John Bennetti</i> | <i>Justin Mercado</i> | <i>Anthony Dragona</i> | <i>Diane Capizzi</i> |
| | <i>Alicia Morejon, Trustee</i> | | | <i>Geraldine Perez</i> | | | |

JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

Las Escuelas Públicas de

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

SIETE ESTUDIANTES DE LA ACADEMIA STEM JOSÉ MARTÍ RECONOCIDOS POR SU INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

La Junta de Educación de Union City, el alcalde y senador estatal Brian P. Stack y la Junta de Comisionados se enorgullecen en felicitar a siete estudiantes de la Academia STEM José Martí, cuyas investigaciones y escritos se han publicado en una prestigiosa revista académica de la Universidad de Columbia.

La Revista de Ciencias de la Universidad de Columbia (CUSJ) destaca la excelencia universitaria en investigación científica. Es la principal publicación de la universidad de la Liga de Hiedra para investigación científica original y reseñas académicas.

La publicación del trabajo de estos estudiantes es aún más impresionante porque aún son estudiantes de secundaria, mientras que la mayoría de quienes publican en la revista son estudiantes universitarios.

Los siete jóvenes científicos cuyo trabajo fue reconocido son:

- Angelina Mathew
- Merisha Fernando
- Axel Pérez
- José Rubio
- Emily Mathew
- Lehansa Marambage
- Carolyn Eloy

Síguenos en:

- Facebook:** Union City Schools
- Twitter:** @schools_uc
- Instagram:** Union City Schools

LA JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

- | | | | | | | | |
|---|--------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|--|----------------------------------|--|
| <i>Ydalia M. Genao, Presidente</i> | <i>Joseph Isola, Miembro</i> | <i>Kennedy Ng, Miembro</i> | <i>Superintendente de Escuelas</i> | <i>Asistente Superintendentes</i> | <i>Secretario de la Junta/ Director de Facilidades</i> | <i>Administrador de Negocios</i> | <i>Asistente de la Superintendente</i> |
| <i>Carlos H. Vallejo, Vice-Presidente</i> | <i>Fr. Aro Nathan, Miembro</i> | <i>Alejandro Velazquez, Miembro</i> | <i>Silvia Abbato</i> | <i>John Bennetti</i> | <i>Justin Mercado</i> | <i>Anthony Dragona</i> | <i>Diane Capizzi</i> |
| | <i>Alicia Morejon, Miembro</i> | | | <i>Geraldine Perez</i> | | | |

Amazon: De una Pequeña Librería Online a un Gigante Multimillonario

1. Los inicios (1994-1997)

La idea y el Lanzamiento

Fundador: Jeff Bezos, un ejecutivo de Wall Street, vio el potencial de internet y decidió apostar por el comercio electrónico.

Nombre: Eligió "Amazon" por el río más grande del mundo, simbolizando su ambición de ser la tienda más grande.

Primera venta: En 1995, vendió un libro ("Fluid Concepts and Creative Analogies") desde su garaje en Seattle.

Modelo innovador: Ofrecía precios bajos, amplio catálogo y envíos rápidos, algo revolucionario para la época.

2. Expansión y diversificación (1998-2005): Más que libros

Amazon dejó de ser solo una librería y empezó a vender música, electrónicos, juguetes y más.

Amazon Prime (2005): Un servicio de suscripción con envíos rápidos y gratis, que fidelizó a millones de clientes.

AWS (2002-2006): Lanzó Amazon Web Services, su división de computación en la nube, que hoy es su mayor fuente de ganancias.

3. Dominio global (2006-2019): Adquisiciones y tecnología

Kindle (2007): Revolucionó la lectura con libros electrónicos.

Compras estratégicas:

* Zappos (2009, calzado).

* Whole Foods (2017, supermercados orgánicos).

* Twitch (2014, streaming de videojuegos).

* Alexa y Echo (2014): Introdujo la inteligencia artificial en los hogares.

4. Amazon hoy: Un imperio de US\$1.7 billones (2024)

Marketplace: Millones de vendedores independientes usan su plataforma.

Logística: Una red de almacenes (fulfillment centers) y reparto con drones.

Entretenimiento: Amazon Studios produce películas y series premiadas ("The Boys", "The Marvelous Mrs. Maisel").

AWS: Domina el 34% del mercado de la nube (superando a Google y Microsoft).



Claves de su éxito

Enfoque en el cliente: "El cliente siempre tiene razón" es su mantra.

Reinversión constante: Bezos priorizó crecimiento sobre ganancias a corto plazo.

Tecnología y automatización: Robots en almacenes, algoritmos de recomendación.

Diversificación inteligente: No solo vende productos, sino servicios (cloud, streaming, publicidad).

Amazon pasó de ser una simple librería online a un ecosistema global gracias a innovación, audacia y visión a largo plazo. Su historia es un ejemplo de cómo una startup puede transformar industrias enteras.

Amazon: Ingresos Anuales y Empleo (Datos Actualizados 2023-2024)

1. Ingresos Anuales de Amazon 2023: \$574.8 mil millones de dólares (crecimiento del 12% vs 2022).

AWS (Amazon Web Services): \$90.8 mil millones (el segmento más rentable).

Ventas online (Marketplace): \$220 mil millones.

Publicidad y otros servicios: \$47 mil millones.

2022: \$514 mil millones.

Tendencia: Sus ingresos crecen un ~20% anual en promedio desde 2015.

2. Beneficios (Ganancias Netas)

2023: \$30.4 mil millones (vs pérdidas en 2022 por inversiones en Rivian).

Margen de beneficio: ~5.3% (bajo comparado con otras Big Tech, por sus altos costos logísticos).

3. Empleo Generado por Amazon Empleados directos (2024): ~1.6 millones en todo el mundo (el segundo empleador privado más grande después de Walmart).

EE.UU.: ~950,000 empleados.

Resto del mundo: ~650,000 (Europa, India, Latinoamérica, etc.).

Empleos indirectos: Se estima que

su plataforma sostiene 4-5 millones más (repartidores, vendedores independientes, desarrolladores en AWS, etc.).

Curiosidades de Amazon

Aquí tienes algunas curiosidades fascinantes sobre Amazon que quizá no conocías:

1. El Primer Logo de Amazon Era un Río... Literalmente

El logo original (1995) tenía un río Amazonas dibujado con la letra "A" como montaña.

Más tarde, Bezos lo simplificó al famoso smile arrow (que va de la A a la Z, simbolizando que venden de todo).

2. Jeff Bezos Quería Llamarla "Cadabra" (Como "Abracadabra") Su abogado lo convenció de cambiar el nombre porque sonaba a "cadáver" (corpse) por teléfono.

Otros nombres considerados: "Relentless.com" (hoy redirige a Amazon).

3. El Timbre de Amazon

En los primeros años, sonaba una campana en la oficina cada vez que alguien compraba algo.

Tuvieron que desactivarla a la semana porque las ventas crecieron demasiado.

4. Amazon Vendió Su Primer Libro Desde un Garaje... Con un Martillo Bezos usó puertas de madera como escritorios para ahorrar dinero.

Hoy, ese garaje en Seattle es una atracción turística.

5. AWS (Amazon Web Services) Nació por Necesidad

Amazon desarrolló su propia nube porque no existían servidores lo suficientemente potentes para su crecimiento.

Hoy, AWS es más rentable que todo el negocio de ventas online.

6. El "Botón de Pánico" de Bezos

En las reuniones, Bezos solía preguntar: "¿Alguien ha presionado el botón de pánico?", refiriéndose a si la competencia los superaba.

7. Amazon Patentó el Fondo Blanco de las Fotos de Productos

En 2011, registró un sistema para tomar fotos con fondo blanco automático, clave para su catálogo.

8. Tienen un Almacén Secreto "Project X" para Robots

En Texas, prueban robots humanoides (Digit) y drones de reparto en un almacén ultrasecreto.

9. El "Programa de Pay to Quit"

Ofrecen \$5,000 USD a empleados de almacén que renuncien (para quedarse solo con los más comprometidos).

10. Amazon Tuvo su Propio "Black Friday" en 1999... y Fue un Desastre

Una falla técnica regaló productos a \$0.00, perdiendo millones. Desde entonces, mejoraron su infraestructura.

Bonus: El Misterio del Número 148.000

En sus informes, Amazon usa "148.000" como cifra ficticia para evitar revelar datos reales.

Razones para Invertir en Amazon (Bull Case)

1. Crecimiento Sólido y Diversificación

Ventas totales 2023: \$574.8 mil millones (+12% vs 2022).

AWS (Nube): Representa el 70% de sus ganancias y domina el 34% del mercado global (frente a Microsoft Azure y Google Cloud).

Publicidad y suscripciones (Prime, Twitch, Music): En rápido crecimiento.

2. Dominio en E-commerce y Logística

Controla ~38% del mercado de ventas online en EE.UU. (Statista, 2024).

Inversiones en drones, IA y automatización para reducir costos.

3. Potencial de IA y Tecnología

AWS está integrando herramientas de IA generativa (como Bedrock y CodeWhisperer) para competir con Microsoft y Google.

Alexa y dispositivos Echo podrían renovarse con IA avanzada.

4. Valuación Atractiva (P/E ~60 en 2024)

Aunque no es "barata", su P/E es más bajo que en años anteriores (ej. 2020: P/E ~90).

Opinión de Analistas (2024)

70% de analistas dan rating de "Comprar" (Wall Street Journal).

Precio objetivo promedio: **

200 USD vs 180 actual en julio 2024.



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
internationalopticalwny.com



International Optical

6219 Bergenline Avenue
West New York, NJ 07093

info@internationalopticalwny.com

Llámenos o envíenos un mensaje de texto:

(201) 430-3735 (Teléfono)

(862) 419-6620 (Mensaje de texto)

Sr. Héctor Rodríguez, Óptico

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



Dra. Jessica Serra, Optometrista

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

