

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

DIMENSION

EDICION DIGITAL - MARZO 28 - 2025



ACTIVISTA OPOSITOR CUBANO
Y EX- PRESO POLITICO ES
PERSEGUIDO POR LABOR
HUMANITARIA



MOTOS VOLADORAS !



LA IRA, CONTROL Y
CONSECUENCIAS ...



CUAL ES LA DIFERENCIA
ENTRE LAS PASTAS
ASIATICAS Y LAS
OCCIDENTALES

FARMACIA,
"DROGUERIA" O
"DRUG STORE "





Idea Original: Andres Garcia

En un pequeño pueblo rodeado de montañas vivía una niña llamada Luna, cuyo corazón era tan grande como su amor por los animales. Todos los días, después de la escuela, visitaba a Viento, un perro callejero al que alimentaba con pan duro y caricias.

Pero no todos en el pueblo eran como ella. Don Rigo, el dueño de una fábrica cercana, tenía a sus perros guardianes encadenados bajo el sol y la lluvia, sin agua ni comida suficiente. Sus aullidos de dolor se escuchaban cada noche, y aunque muchos vecinos se quejaban, nadie hacía nada por miedo.

Una tarde, Luna no aguantó más. Con lágrimas en los ojos, tomó su mochila, llenó una botella con agua y escondió trozos de pollo de la cena. Se acercó sigilosamente a la fábrica y vio a Thor, el perro más grande, con las costillas marcadas y los ojos llenos de tristeza.

—No tengas miedo —susurró Luna, acercándose—. Te ayudaré.

Pero justo entonces, Don Rigo apareció, gritando:

—¡Lárgate, mocosa! ¡Estos perros son míos y hago con ellos lo que quiera!

Luna, temblando pero firme, respondió:

— Ningún ser vivo merece sufrir. Si no los trata bien, denunciaré lo que hace.

Don Rigo se rio, pero esa noche, algo increíble sucedió. Thor, con un esfuerzo sobrehumano, rompió su cadena. Uno a uno, los demás perros lo siguieron, y juntos ladraron tan fuerte que despertaron a todo el pueblo. La gente salió de sus casas y, al ver el estado de los animales, la furia los invadió.

Al día siguiente, las autoridades llegaron. Don Rigo fue multado y los perros, llevados a un refugio. Thor, ahora fuerte y feliz, fue adoptado por Luna.

Moraleja: El silencio hace cómplices. Si ves maltrato, actúa. Los animales no tienen voz, pero nosotros sí.

PARA REFLEXIONAR...

Esto es Parte del Mundo en que Vivimos



**DILE NO !
AL MALTRATO Y ABUSO
CONTRA LOS ANIMALES.**



Animales en Experimentación

Alrededor de 192 millones de animales son usados en experimentos científicos cada año (según Humane Society International), incluyendo ratones, conejos, perros y primates.

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.



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



Consejos y "Tips" para Controlar la Ira

La ira es una emoción natural, pero si no se maneja adecuadamente, puede afectar tu salud, relaciones y bienestar. Aquí tienes estrategias prácticas y efectivas para controlarla:

1. Reconoce las Señales Físicas

Antes de explotar, el cuerpo envía señales:

- Aumento del ritmo cardíaco.
- Tensión muscular (mandíbula, puños).
- Respiración acelerada.
- Calor o sudoración.

Qué hacer: Si notas estas señales ?
Detente y Respira.

2. Técnica de Respiración 4-7-8

Un método rápido para calmar el sistema nervioso:
Inhala por 4 segundos.
Aguanta la respiración 7 segundos.
Exhala por 8 segundos.
repite 3 veces.

3. Posterga la Reacción (Regla de los 10 segundos)

Antes de gritar o actuar, pregúntate:
"Esto importará dentro de 10 días?"
"Vale la pena perder el control?"

Beneficio: Reduce impulsos destructivos.

4. Usa el "Tiempo Fuera"

Aléjate físicamente de la situación.
Ve a otro lugar, camina o escucha música.
Frase útil: "Necesito un momento, luego hablamos."

5. Cambia el Pensamiento (Reestructuración Cognitiva)

La ira surge por interpretaciones. Intenta:
"No lo hizo para molestarme, quizás no se dio cuenta."
"Este error tiene solución, no es el fin del mundo."

6. Ejercicio Físico (Descarga la Energía)

El movimiento libera endorfinas: Correr, boxear (a un saco), nadar o saltar cuerda.

Yoga o Tai Chi para ira crónica.

7. Evita Desencadenantes Comunes, Hambre o cansancio (¡Come y duerme bien!).

Alcohol o exceso de cafeína (aumentan la irritabilidad).

Personas tóxicas (aprende a poner límites).

8. Usa Humor (Sin Sarcasmo)

Reír alivia la tensión. Ejemplo:
"En serio? ¡Este día parece una comedia absurda!"

Evita: Burlas hacia otros (empeoraría las cosas).

9. Escribe o Dibuja tu Ira

Lleva un "diario de emociones".
Dibuja garabatos intensos y luego rómpelos.

10. Busca Ayuda si es Necesario. Si la ira es frecuente o violenta:.

Terapia cognitivo-conductual (TCC).
Grupos de manejo de ira.
Médico (podría haber causas hormonales).

Frases para Recordar

- * "La ira es un ácido que hace más daño al recipiente que lo guarda que a lo que se vierte." — Mark Twain.
- * "Controlar tu ira no es reprimirla, es entenderla y redirigirla."

Bonus: Técnica del Cubo de Hielo

Si sientes que estallarás:
Toma un cubo de hielo.
Apriétalo fuerte en tu mano hasta que se derrita.
El dolor frío distrae tu cerebro de la ira.

Cuál probarás primero?

La clave es practicar estos métodos antes de que la ira crezca. ¡Tú puedes dominarla!

Consecuencias Físicas de la Ira en el Cuerpo

La ira no solo afecta emocionalmente, sino que también genera impactos físicos reales debido a la activación del sistema de estrés (lucha o huida). Estas son las principales consecuencias:

1. Efectos Inmediatos (Durante el

Enojo)

Aumento de adrenalina y cortisol:
Presión arterial alta (riesgo de picos peligrosos).

Taquicardia (palpitaciones aceleradas).

Tensión muscular:

Mandíbula apretada (puede causar bruxismo).

Dolor de cuello/hombros (contracturas).

Respiración alterada:

Hiperventilación (mareos o visión borrosa).

2. Consecuencias a Mediano Plazo (Si la Ira es Frecuente)
Sistema cardiovascular:

Mayor riesgo de infartos (según la American Heart Association).
Arterias dañadas por inflamación crónica.

Sistema digestivo:

Acidez estomacal o gastritis (el estrés aumenta ácidos gástricos).

Síndrome de intestino irritable (colon espástico).

Sistema inmunológico:

Defensas bajas (el cortisol debilita la inmunidad).

3. Riesgos a Largo Plazo (Ira Crónica o Reprimida)

Envejecimiento prematuro:
Arrugas profundas (por tensión facial constante).

Daño celular (estrés oxidativo).

Problemas neurológicos:

Menor capacidad de concentración (el hipocampo se afecta).

Mayor riesgo de derrames cerebrales (por presión arterial alta sostenida).

Dolor crónico:

Migrañas (por vasoconstricción).

Fibromialgia (asociada a emociones no gestionadas).

4. Datos Científicos Alarmantes

Un estudio de Harvard reveló que personas con ira explosiva tienen 3 veces más riesgo de infarto en las 2 horas posteriores a un episodio.

La ira reprimida se vincula a mayor incidencia de cáncer (por supresión del sistema inmunitario).

Cómo Mitigar Estos Efectos?

Ejercicio regular: Libera endorfinas y reduce cortisol.

Técnicas de relajación: Meditación, respiración diafragmática.

Alimentación antiinflamatoria: Omega-3 (salmón), magnesio (almendras).

Terapia psicológica: Para manejo emocional (TCC o mindfulness).

Señales de que la Ira te está

Dañando Físicamente

Dolor de pecho recurrente.
Insomnio o fatiga constante.
Temblores en manos (sin causa médica).

"La ira es como agarrar un carbón caliente para tirárselo a alguien: tú eres el primero que se quema." — Buda.



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

Highly Rated by The Jewelers Board of Trade

Wholesale Prices For the General Public

qgold.com

COMO ES LA MEGA CARCEL DE EL SAVADOR CONOCIDA COMO "CECOT"

La megacárcel de El Salvador, conocida como Centro de Confinamiento del Terrorismo (CECOT), es una prisión de máxima seguridad construida por el gobierno de Nayib Bukele para recluir a pandilleros de grupos como MS-13 y Barrio 18. Aquí te detallamos cómo es y por qué es única en el mundo:

- Dónde está y cuándo se construyó?
- Ubicación: En el municipio de Tecoluca, departamento de San Vicente.
- Inauguración: 1° de febrero de 2023 (en plena "guerra contra las pandillas").
- Capacidad: 40,000 reclusos (la más grande de América Latina).
- Estructura y diseño
- Módulos blindados:
- 8 edificios con celdas de alta seguridad.
- Cada bloque tiene 32 celdas colectivas (para 100 reos cada una).
- Seguridad Extrema:
- Triple muro perimetral con alambradas electrificadas.
- Torres de vigilancia con francotiradores.
- Sensores de movimiento y drones.



- Tecnología Carcelaria:
- Sin contacto humano: Los guardias controlan todo por puertas automatizadas.
- Sin señales de celular: Bloqueo total de comunicaciones externas.
- Celdas:
- Piso de concreto (sin colchones, solo esterillas).
- Baños abiertos (sin privacidad).
- Rutina de los reos:
- Sin visitas familiares (solo video-llamadas supervisadas).
- Sin recreo al aire libre (solo 1 hora diaria en un patio techado).
- Trabajo obligatorio (como fabricar uniformes).
- Por qué es tan Polémica ?
- Derechos humanos:
- La ONU y Amnesty International denuncian hacinamiento y trato in

- humano.
- El gobierno argumenta que es "autodefensa" contra el terrorismo pandillero.
- Resultados según el Gobierno:
- Reducción de homicidios (de 100 a menos de 5 por mes en 2024).
- Pandilleros no pueden operar desde prisión (antes extorsionaban desde las cárceles).
- Comparación con otras prisiones
- Prisión / País Capacidad /Nivel de seguridad
- CECOT / El Salvador .
- Capacidad para 40,000 prisioneros
- Máxima (sin contacto humano)
- ADX Florence / EE.UU.

- Capacidad para 400 prisioneros
- Nivel de Seguridad: Supermax (aislamiento total)
- Black Dolphin/ Rusia:
- Capacidad para 700 prisioneros
- Para los peores criminales
- Datos impactantes
- Costo: \$100 millones (financiado con fondos públicos).
- Tiempo de construcción: 6 meses (récord mundial para una megacárcel).
- Famosos internos: Líderes históricos de MS-13 (como "El Crook" o "El Sicopata").
- Funciona realmente?
- A favor: El Salvador pasó de ser el país más violento a uno de los más seguros de Latinoamérica.
- En contra: Expertos advierten que no resuelve las causas sociales de las pandillas.
- ¿Te sorprende este modelo de prisión? Es el símbolo más fuerte de la política "mano dura" de Bukele.
- ¿Crees que otros países deberían copiarlo?



201-402-4696

414 38th St, Union City, NJ 07087

www.lacasonanjanj.com

MONDAY THROUGH FRIDAY LUNCH SPECIALS FROM \$10.95

HOME OR OFFICE DELIVERY WITH

OR ORDER DIRECTLY ON LACASONANJ.COM

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

Menu: lacasonanjanj.com

FREE DELIVERY

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

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

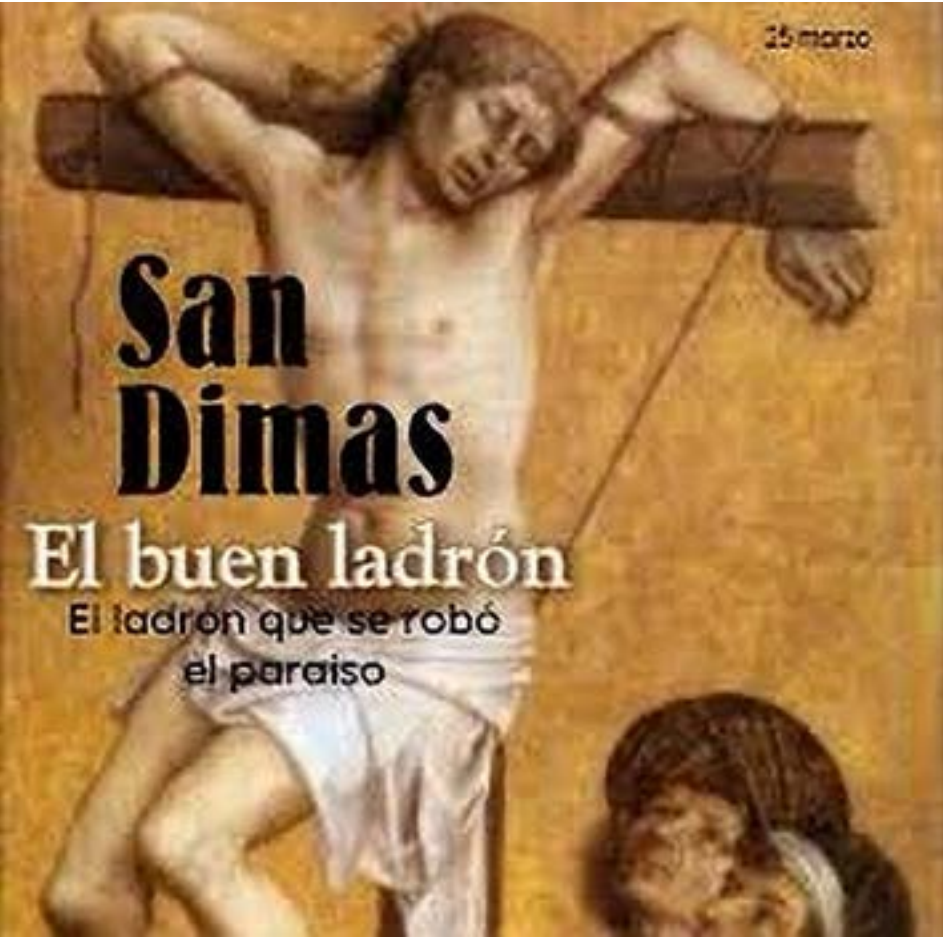
**BRIAN P. STACK
CIVIC ASSOCIATION**

811 West Street • Union City, NJ 07087

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



**FREE
TIBET**



Historia se San Dimas

Historia de San Dimas: El "Buen Ladrón" Crucificado junto a Jesús San Dimas, conocido como el "Buen Ladrón", es una figura clave en la tradición cristiana por su arrepentimiento en los últimos momentos de su vida. Aquí está su historia: **Quién fue San Dimas?**

Nombre real: Dimas (en griego, Δυσμάς, Dismás). Significado: Su nombre podría derivar del griego "dysme" (ocaso/muerte) o del arameo "thoma" (gemelo). Contexto bíblico: Aparece en el Evangelio de Lucas (23:39-43) como uno de los dos ladrones crucificados junto a Jesús.

Su papel en la Crucifixión

Según la Biblia: Dos ladrones fueron crucificados con Jesús: Dimas (el bueno) y Gestas (el malo). Gestas se burló de Jesús: "¿No eres tú el Mesías? Sálvate a ti mismo y a nosotros". Dimas, en cambio, lo defendió: "Nosotros sufrimos justamente, pero Él no ha hecho nada malo". Le dijo a Jesús: "Acuérdate de mí cuando llegues a tu Reino". Jesús le respondió: "Hoy estarás conmigo en el Paraíso" (única persona canonizada directamente por Cristo).

Tradiciones y leyendas

Aunque la Biblia no da más detalles, otras fuentes (como el Evangelio apócrifo de Nicodemo) añaden datos: Posible encuentro previo: Algunas leyendas dicen que la Sagrada Familia huyó a Egipto y fue asaltada por Dimas, pero él se conmovió al ver al Niño Jesús y los dejó ir. Patrón de los arrepentidos: Se le considera protector de los moribundos, ladrones reformados y presos. **Veneración y Culto**

Festividad: 25 de marzo (junto al "Mal Ladrón", Gestas). Patronazgos: Presos y condenados a muerte. Funerales y buen morir. Ciudad de San Dimas (California, EE.UU.) lleva su nombre. Reliquias: En Italia (Bolonia) y Alemania se conservan supuestos restos. Representación en el Arte Se le muestra crucificado al lado derecho de Jesús (mientras Gestas está a la izquierda). Símbolos: Cruz, rostro arrepentido, a veces con una aureola. Reflexión teológica San Dimas es un símbolo de: La misericordia divina (Dios perdona hasta en el último momento). El arrepentimiento sincero. La salvación por fe, no por obras. ¿Sabías que...? Es el único santo canonizado sin milagros, solo por la promesa de Jesús. En algunas prisiones, los reclusos rezan a San Dimas pidiendo redención. (Fuentes: Biblia, tradición católica y evangelios apócrifos).

www.LaPizzaCubana.com

ESPAGUETI SPAGHETTI

Napolitanos Napolitans \$7

Jamón Ham \$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

APERITIVOS APPETISERS

Empanadas Turnovers \$2.50

Alitas Pollo Chicken Wings \$7

Alitas Papitas Wings & 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

Chicken Tenders \$7

Papitas Fritas French Fries \$3.50

Croquetas Jamón Ham Croquettes \$1

Crema Queso Cream of Cheese \$6.50

Crema Aurora Cream Aurora \$6.50

Crema Virginia Cream Virginia \$6.50

POSTRES DESSERTS

Flan Custard \$4

Tres Leches 3 Milks Cake \$5

Tiramisú Tiramisu \$5

JUGOS | JUICES

Naranja Orange \$6.50

Naranja (Sin Hielo) Orange (No Ice) \$7

Limonada Lemonade \$4

BATIDOS | SHAKES

Mamery | Mamery \$6

Fresa | Strawberry

Guanabana | Guava

Mango | Mango

Trigo | Wheat

Chocolate | Chocolate

Mora | Blackberry

Maracuyá | Passion Fruit

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

Mixta Mixed \$22

Vegetales Veggies \$20

Atún Tuna \$22

Ajíes Peppers \$20

Cebolla Onions \$20

Hongos Mushrooms \$20

Pepperoni Pepperoni \$20

Extras Extra Toppings \$2.50

Piña Pineapple \$18

Camarones Shrimps \$22

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

Ajíes 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

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

Mixta Mixed \$22

Vegetales Veggies \$20

Atún Tuna \$22

Ajíes Peppers \$20

Cebolla Onions \$20

Hongos Mushrooms \$20

Pepperoni Pepperoni \$20

Extras Extra Toppings \$2.50

Piña Pineapple \$18

Camarones Shrimps \$22

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

Ajíes 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

MAYOR & SENATOR
BRIAN STACK

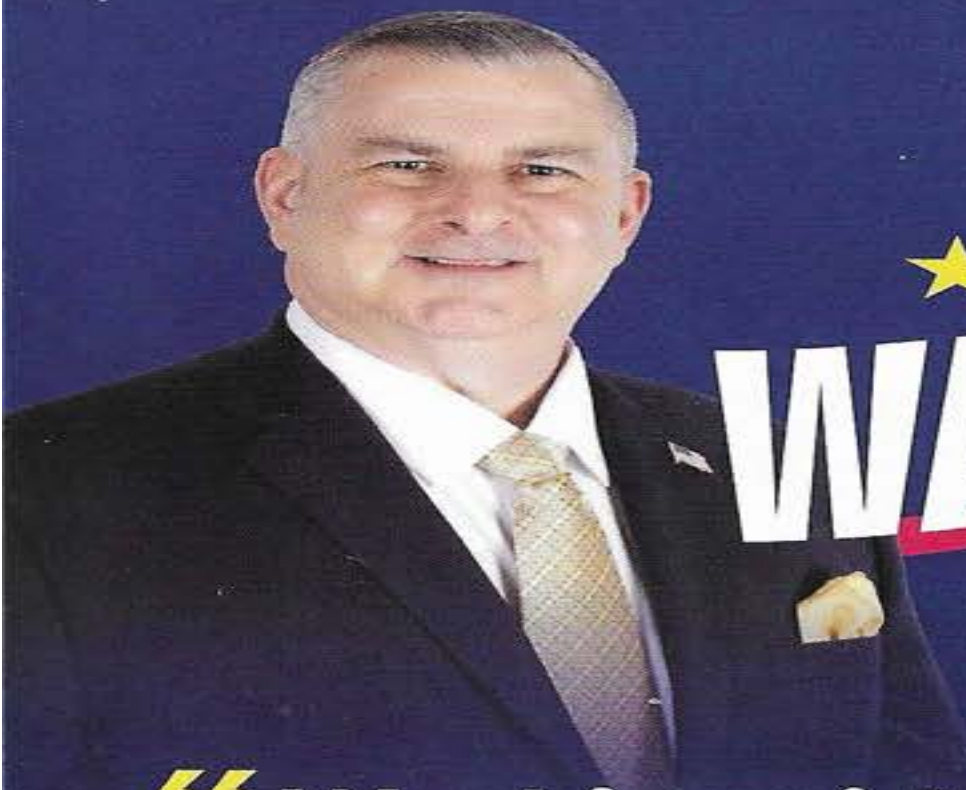
SUPPORTS



★ 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. ”**

QUIEN ES LA CANTANTE NATALIA JIMENEZ ?

Natalia Jiménez, La poderosa voz española de la balada y el pop latino

Natalia Jiménez es una cantante y compositora española reconocida por su potente voz y su éxito en géneros como la balada, pop latino y ranchera. Aquí tienes todo lo que debes saber sobre ella:

Datos claves

Nombre completo: Natalia Jiménez Sánchez.

Fecha de nacimiento: 29 de diciembre de 1981 (Madrid, España).

Géneros: Balada, pop latino, ranchera, mariachi.

Fama inicial: Vocalista de La 5ª Estación (2001–2010).

Carrera solista: Desde 2011.

Trayectoria musical

1. Éxito con La 5ª Estación

Grupo que la lanzó a la fama con hits como:

"El Sol No Regresa" (balada pop).

"Me Muero" (pop-rock emotivo).

"Niña Bonita" (romántico).

Vendieron más de 3 millones de discos y ganaron premios Grammy



Latinos.

2. Como solista (2011–actualidad)

Álbum debut: Natalia Jiménez (2011), con éxitos como "Por Ser Tu Mujer".

Influencia mexicana: Grabó álbumes de rancheras y mariachi (México de Mi Corazón).

Colaboraciones: Con artistas como Marc Anthony, Juan Gabriel y Alejandro Fernández.

3. Reconocimientos

* Premio Grammy Latino (2012)

por "Mejor Álbum Vocal Pop Femenino".

* Premio Lo Nuestro y Billboard Latin Music Awards.

* Estilo musical

Voz: Potente, emotiva y con gran alcance (mezzosoprano).

Temas: Amor, desamor, empoderamiento femenino.

Fusión: Combina baladas españolas con sonidos mexicanos (mariachi, ranchera).

Por qué es Famosa?

Transición exitosa de grupo a solista (algo difícil en la industria).

Versatilidad: Canta baladas, pop, rancheras y hasta reggaetón.

Presencia en TV: Jurado en La Voz México y Pequeños Gigantes USA.

Discografía destacada

Álbum / Año / Género:

* Natalia Jiménez / 2011 / Pop-Balada

* Creo en Mí / 2013 / Pop / Ranchera

* México de Mi Corazón / 2016

Mariachi

* Sinceramente / 2023 / Balada/Pop

Dónde está ahora? (2025)

Gira internacional: Presentando su último álbum "Raíces y Alas" (mezcla de baladas y folclor español-mexicano).

Redes sociales: Activa en Instagram (@nataliajimenez), donde compaja música y vida familiar.

Influencia: Sigue siendo un referente para nuevas cantantes como Cami o Nathy Peluso.

Frase célebre

"No canto para ser perfecta, canto para transmitir emociones."

Mi Bella Islita RESTAURANT

Puerto Rican, Cuban and Dominican Cuisine

DELIVERY AVAILABLE
10:00 AM TO 8:00 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

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	Paelia Marinera / Seafood Platter
--	---------------------------	------------------------------	----------------------	---------------------	--------------------	-------------------	--------------	--------------------------------	---------------------------	------------------------------	--------------------------------	------------------------------	---------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------	------------------------------	---	----------------------------------	--------------------------------	--	--	-------------------------------	-------------------------	--------------------------------------	-----------------------------------



Kash Patel: "Cada Seis Minutos y Medio una Mujer o Niño es Violado en Estados Unidos"

El nuevo director del FBI denuncia la explosión del crimen violento, el abandono de las víctimas y la necesidad de devolver la credibilidad a las instituciones.

El pasado 23 de marzo, Kash Patel ofreció su primera entrevista como director del FBI en el programa de Trey Gowdy en Fox News, y lo hizo con un mensaje claro: el Buró debe dejar de estar al servicio de una agenda política y volver a servir al pueblo estadounidense. A lo largo de la conversación, Patel describió con crudeza el panorama de inseguridad que azota al país y las medidas urgentes que se están tomando bajo la nueva administración del presidente Donald Trump.

"Una crisis de seguridad nacional": la violencia desatada en EE.UU. Patel no se guardó cifras ni verdades incómodas. Aseguró que Estados Unidos atraviesa una verdadera crisis de seguridad nacional que ha sido normalizada por la clase política y los medios. "Cada siete minutos, un ciudadano estadouni-

dense muere por sobredosis. Cada seis minutos y medio, una mujer o un niño es violado. Dos veces por hora, alguien es asesinado", advirtió. "Ese nivel de crimen violento está fuera de control. Y eso es una crisis de seguridad nacional".

Para los fieles católicos, estas cifras no pueden pasar desapercibidas. Revelan un deterioro moral y social que afecta especialmente a los más vulnerables: niños, mujeres y familias. La Iglesia, que ha sido defensora constante de la dignidad

humana, no puede permanecer indiferente ante una cultura que tolera la muerte de inocentes por drogas o la trata de personas como si fueran datos estadísticos más.

Despolitizar el FBI y Devolverlo al Pueblo

Desde su llegada al cargo, Patel ha insistido en que el FBI debe dejar de estar al servicio de intereses ideológicos. "Quise mantenerme en silencio durante el primer mes para concentrarme exclusivamente en restaurar la confianza en las fuerzas del orden", explicó. "Tenemos que sacar la politización del FBI y recordar que reportamos al Departamento de Justicia, no a los medios,

ni a partidos políticos".

El nombramiento de Pam Bondi como Fiscal General y Todd Blanche como vicefiscal, junto con el liderazgo del presidente Trump, forman parte de esta reestructuración. "Estamos estableciendo un nuevo fundamento para el FBI, uno que sirva realmente al pueblo estadounidense", afirmó.

Enviar agentes al lugar donde el crimen ocurre

Uno de los cambios estratégicos más importantes es el traslado de agentes desde Washington D.C. hacia las regiones más golpeadas por el crimen. "Tenemos 11,000 empleados del FBI en un radio de 50 millas alrededor de Washington. Pero el crimen violento no ocurre allí en su mayoría. Necesitamos enviar nuestros recursos a donde realmente se los necesita", explicó Patel.

La decisión busca revertir años de centralismo burocrático y reforzar el combate al narcotráfico, la trata

de personas, los homicidios y otros delitos que afectan principalmente a comunidades en el interior del país, muchas de ellas olvidadas por los grandes centros de poder.



"Mientras me ataquen a mí y no a los agentes, estoy ganando"

Patel también abordó las críticas personales y ataques mediáticos que ha enfrentado, tanto durante su paso por el Congreso como en su designación actual. "Me han difamado más que a cualquier otro servidor público, pero no me importa. Mientras reciba los ataques yo, y no los hombres y mujeres del FBI, estaré ganando cada día", afirmó.

Como exfiscal federal, exdefensor público y figura clave en la exposición del escándalo de "Russiagate" desde el Comité de Inteligencia de la Cámara, Patel ha sido duramente atacado por sectores progresistas, que lo acusan de ser "demasiado político" para dirigir el FBI. Pero él insiste en que su único compromiso es con la verdad: "En 16 años de servicio público, siempre he puesto la misión por delante".

Una llamada de atención para los católicos

Para nuestra comunidad, lo dicho por Kash Patel no es solo una evaluación técnica del estado del país: es un grito de alarma sobre la descomposición moral que enfrenta nuestra nación. La violencia, el abuso infantil, el tráfico sexual, la pornografía, la crisis del fentanilo... todo esto no son problemas abstractos, sino realidades que destruyen hogares, dañan el alma de una nación y claman por una respuesta decidida.

Como católicos, estamos llamados a rezar, actuar y defender la verdad, pero también a apoyar a quienes, como Patel, se atreven a desafiar el sistema para proteger a los inocentes. En sus propias palabras: "Lo que importa es que la verdad sea la prioridad".

(Artículo tomado de: CatholicVote.org)

REPORT ABUSE OR NEGLECT

OUTSIDE OF YOUR HOME

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

Tell a trusted adult.

AT HOME

Are you being hurt by an adult at home?

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

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

AT HOME

Are you NOT getting taken care of at home?

For any emergencies, dial 911.
For more information on reporting child abuse, visit A2DCS.OOH

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

El proceso de reciclaje de ropa y los usos que se le dan son fundamentales para reducir el impacto ambiental de la industria textil. A continuación, te explico cómo se procesa y qué se hace con ella:

1. Proceso de Reciclaje de Ropa

El reciclaje textil sigue varias etapas, dependiendo del estado de la prenda y del material:

a) Clasificación y Selección

Las prendas donadas o recolectadas se clasifican manual o mecánicamente en categorías:

Ropa en buen estado: Se puede reutilizar directamente.

Ropa dañada pero con tejidos aprovechables: Se recicla para hacer nuevos productos.

Ropa no reusable: Se procesa para obtener fibras o se usa como material de relleno.

b) Procesamiento según el Material

Fibras naturales (algodón, lana, lino):

Se trituran para obtener fibras recicladas.

Se mezclan con fibras vírgenes para hilar nuevos tejidos.

Fibras sintéticas (poliéster, nylon):

Se funden para crear nuevos hilos.

Se pueden convertir en pellets para fabricar otros productos plásticos.

Prendas mezcladas (ej. algodón-poliéster):

Se usan métodos químicos (como hidrólisis) para separar las fibras.

c) Reutilización Directa

La ropa en buen estado se vende en tiendas de segunda mano o se envía a países en desarrollo.

Algunas marcas la revenden como "vintage" o "upcycled".

d) Transformación en nuevos productos

Las fibras recicladas se convierten en:

Nueva ropa (ej. camisetas de algodón reciclado).

Productos no textiles (aislantes, relleno de muebles, alfombras).

Material industrial (trapos de limpieza, mantas para construcción).

2. Usos de la Ropa Reciclada

Tipo de Material.

Usos Comunes

Algodón reciclado: Ropa nueva, trapos, papel, aislantes.

Poliéster reciclado: Ropa deportiva, mochilas, botellas.



Lana reciclada: Mantas, relleno de colchones, abrigos.

Mezclas textiles: Material de construcción, paneles aislantes.

3. Beneficios del Reciclaje Textil

Reduce residuos: Evita que toneladas de ropa acaben en vertederos.

Ahorra recursos: Disminuye el uso de agua, energía y químicos en la producción de nuevas prendas.

Innovación: Se crean nuevos materiales como ecopiel a base de fibras recicladas.

4. Desafíos

Fibras mezcladas: Difíciles de separar.

Calidad: Las fibras recicladas pueden ser más cortas y menos resistentes.

Contaminación: Algunos procesos químicos pueden ser dañinos si no se controlan.

La ropa reciclada puede tener una segunda vida como prendas nuevas, materiales industriales o incluso combustibles alternativos. El reto está en mejorar la tecnología de reciclaje y fomentar la economía circular en la moda.

Curiosidades de la Ropa Reciclada

La ropa reciclada tiene datos fascinantes que muchos desconocen!

Aquí te compartimos algunas curiosidades impactantes sobre este proceso:

1. Sabías que...?

Una camiseta de algodón reciclado ahorra hasta 2,700 litros de agua (lo que una persona bebe en 3 años).

El 70% de la ropa donada en Europa termina en África, donde se vende en mercados como "mitumba" (ropa de segunda mano).

Las botellas de plástico se convierten en ropa: 5 botellas PET = 1 camiseta de poliéster reciclado.

2. Datos históricos curiosos

En la Segunda Guerra Mundial, el gobierno de EE.UU. pedía a la gente que donara ropa vieja para

convertirla en uniformes militares.

Los trapos de limpieza industriales surgieron en el siglo XIX a partir de ropa desechada.

3. Innovaciones sorprendentes

Zapatillas hechas con redes de pesca: Marcas como Adidas usan nylon reciclado de redes abandonadas en el océano.

Jeans que se convierten en aislamiento para casas: La mezclilla triturada se usa como material aislante térmico.

Ropa "infinitamente reciclable":

Empresas como Worn Again desarrollan tecnología para separar y reutilizar fibras sin perder calidad.

4. ¿Qué se hace con lo que NO se puede reciclar?

Combustible alternativo: En Japón y Suecia, la ropa no reciclable se quema para generar energía.

Material de construcción: En India, se mezclan retazos con cemento para crear ladrillos resistentes.

5. El lado oscuro del reciclaje textil

Solo el 1% de la ropa se recicla nuevos textiles (el resto se downcyclo o se tira).

El "greenwashing" en la moda:

Algunas marcas dicen ser "sostenibles" pero solo reciclan un pequeño porcentaje de sus colecciones.

Bonus: Un caso real increíble

La medallista olímpica estadounidense Allyson Felix compitió en los Juegos de Tokio 2020 con zapatillas hechas de tela reciclada y basura del mar.

DEL MONACO BIKES

Para comprar la bicicleta

DEL MONACO BIKES (201)-927-3819

delmonacoadvertisement@aol.com

SI LE GUSTA PRACTICAR EL CICLISMO

ANGELO DEL MONACO
LA LLEVANDO
COMENZO MI AMOR AL
CICLISMO A LOS 8 AÑOS Y
CON MUCHA TENACIDAD
ENTRE PRIMEROS RECIBIDOS
LOGRO ALCANZAR ESTAR
EN EL LIBRO DE RECORDS
GUINNESS. SE DESTACA
TAMBIEN POR GRAN
HUMANITARIO.
DIRECTOR PUBLICITARIO
Y DE MI SU BICICLETA!

CRÓNICA PARA EL TIEMPO

Autor: Andres Garcia



*Quiero clavar el sol en la ventana,
parar la sombra que se alarga en la tarde,
guardar en frascos el aroma del día que muere
y el instante exacto en que la vida despeg
como un avión de papel hacia el olvido.*

*Pero el tiempo es un perro con sed,
bebe los charcos de mis planes,
los destroza sin previo aviso,
muerde los bordes del almanaque y
deshoja los calendarios a ladridos.*

*Invento rituales inútiles,
cuento segundos bajo la lluvia,
memorizo grietas en un muro
como si pudiera detener el tiempo con un conjuro
mientras las manecillas se burlan,
pequeñas serpientes devorando su cola.*

*Quiero tener poderes de dioses por un minuto!
Congelaré la nieve antes de que toque el suelo,
resucitaré la flor marchita en el jarrón,
y le pondre nombres a las nubes
antes de que el viento las rompa.*

*Pero la noche cae sin pedir permiso,
y yo, con los bolsillos llenos de horas rotas,
nunca aprendo a soltar amarras,
el tiempo no es un animal que se doma,
es solo fuego que nos devora
y nos hace reflejar sombras al pasar.*

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



**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



Medical Supplies
Religious Items
Pet Supplies
Gift Cards

Hablamos Espanol

FREE LOCAL PRESCRIPTION DELIVERY



POR QUE A LAS FARMACIAS SE LES LLAMA DROGUERIA O "DRUG STORE "

El término "droguería" o "drug store" para referirse a farmacias tiene un origen histórico y lingüístico interesante, relacionado con la evolución de estos establecimientos y el significado original de la palabra "droga". Aquí te explico las razones:

1. Origen de la palabra "droga"

"Droga" proviene del neerlandés antiguo "droge" (seco), referido a hierbas y plantas medicinales deshidratadas.

En el siglo XIV, el término pasó al francés ("drogue") y luego al español, asociado a ingredientes medicinales de origen vegetal.

Originalmente, "droguería" era el lugar donde se vendían estas sustancias (hierbas, especias, productos químicos y medicamentos).

2. Las boticas y las droguerías en la historia

En la Edad Media y el Renacimiento, las boticas (farmacias antiguas) preparaban remedios con drogas vegetales (como opio, quinina o be



lladona).

Las droguerías surgieron como comercios que vendían materias primas para medicinas, perfumería y productos químicos.

Con el tiempo, las farmacias modernas absorbieron estas funciones, pero en algunos países el nombre "droguería" persistió.

3. El caso de los "drug stores" (EE. UU. y otros países)

En inglés, "drug" originalmente significaba "medicamento" (no solo sustancias ilegales).

Los "drug stores" (siglo XIX) eran tiendas que vendían:

- * Medicamentos.
- * Productos de higiene.
- * Artículos varios (como refrescos, golosinas y periódicos).

Hoy, cadenas como Walgreens o CVS conservan el nombre de "drug store", aunque son farmacias modernas con venta de productos variados.

4. ¿Por qué en algunos países se usa "droguería" y en otros "farmacia"?

España y Latinoamérica:

"Farmacia" se usa para establecimientos regulados que venden medicamentos con receta.

"Droguería" suele referirse a tiendas de productos químicos, limpieza o perfumería (sin venta de medicamentos fuertes).

Estados Unidos:

"Pharmacy" (farmacia) es la sección de medicamentos dentro de un "drug store".

Francia e Italia:

"Pharmacie" / "Farmacia" (para medicamentos).

"Droguerie" / "Drogheria" (para productos de limpieza y belleza).

5. Curiosidades

En el siglo XIX, muchas "droguerías" vendían cocaína y opio de forma legal (antes de su regulación).

Algunas "droguerías" antiguas evolucionaron en tiendas de conveniencia (como las estadounidenses que añadieron fuentes de sodas).

En Colombia y Venezuela, "droguería" aún se usa como sinónimo de farmacia, mientras que en Argentina es más común "farmacia".

El término "droguería" o "drug store" refleja una época en que estos locales vendían drogas medicinales (en el sentido original). Con los años, la palabra "droga" adquirió connotaciones negativas (por las sustancias ilegales), pero el nombre se mantuvo en el ámbito farmacéutico por tradición.

HACEMOS TRANSFERENCIAS DE CUALQUIER FORMATO

NO PIERDAS TUS RECUERDOS

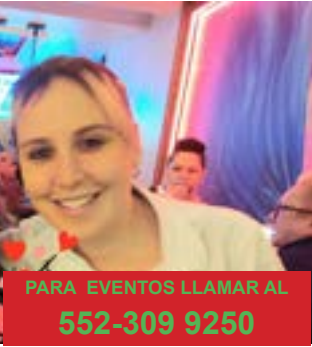


201- 920 - 4072

Puede dejar su mensaje y se le devuelve la llamada

**OFERTA
ESPECIAL**

DESCUENTO POR VOLUMEN



RECETAS DE TRES COCTELES CON LICOR ZAMBUCA

El Zambuca es un licor italiano con un sabor intenso a anís, similar al Sambuca, y es perfecto para cócteles con un toque dulce y aromático. Aquí tienes tres recetas de cócteles que lo incluyen:

ZAMBUCA FLAMINGO *(Cóctel clásico con un toque cítrico)*

Ingredientes:

- * 45 ml de Zambuca
- * 30 ml de vodka
- * 15 ml de jugo de limón fresco
- * 10 ml de jarabe simple
- * Hielo
- * Rodaja de limón (para decorar)



Preparación:

En una coctelera, mezcla el Zambuca, vodka, jugo de limón y jarabe simple con hielo. Agita bien y cuela en una copa de cóctel enfriada. Decora con una rodaja de limón.
Nota: Si quieres un toque más fresco, añade unas hojas de menta.

MOSQUITO NEGRO *(Versión con Zambuca y café)*

Ingredientes:

- * 30 ml de Zambuca
- * 30 ml de licor de café (como Kahlúa)
- * 30 ml de vodka
- * Hielo
- * Granos de café (para decorar)



Preparación:

Mezcla todos los ingredientes en una coctelera con hielo. Agita bien y sirve en un vaso bajo (old fashioned) con hielo. Decora con unos granos de café.
Variante: Puedes servirlo flameado (prende fuego al Zambuca por unos segundos antes de mezclar).

ZAMBUCA SOUR *(Un cóctel ácido y aromático)*

Ingredientes:

- *45 ml de Zambuca
- * 20 ml de jugo de limón fresco
- * 15 ml de clara de huevo (o sustituto vegano)
- * 10 ml de jarabe simple
- * Amargo de angostura (2 gotas)
- * Hielo



Preparación:

En una coctelera, mezcla todos los ingredientes sin hielo (dry shake) para emulsionar la clara. Añade hielo y agita nuevamente con fuerza. Cuela en una copa de cóctel y decora con unas gotas de amargo de angostura.
Toque extra: Si tienes un soplete, carameliza un poco de azúcar en la superficie para darle un acabado espectacular.



HISTORIA, ORIGEN Y CURIOSIDADES DEL LICOR SAMBUCA

El Sambuca es un licor italiano de sabor intenso a anís, dulce y aromático, conocido por su tradición en la cultura de los digestivos y por su icónica presentación con granos de café. A continuación, te contamos su historia, origen y algunas curiosidades.

Origen e Historia

Antecedentes en el Mundo Antiguo

El anís ya era utilizado por egipcios, griegos y romanos por sus propiedades digestivas y su sabor aromático. Los árabes destilaban licores similares al actual Sambuca, llamados "arak" (un aguardiente de anís).

Nacimiento del Sambuca Moderno (Siglo XIX)

La versión moderna del Sambuca se originó en Italia en el siglo XIX, específicamente en Civitavecchia (región del Lacio). El primer productor comercial fue Luigi Manzi, quien en 1851 creó un licor de anís llamado "Sambuca Manzi", nombrado así en referencia al "sambuco" (saúco en italiano), aunque curiosamente, el sambuca no contiene saúco, sino anís estrellado y otras hierbas. Otra teoría sugiere que el nombre proviene del árabe "zammut", que era una bebida anisada servida en barcos mercantes.

Popularización en el Siglo XX

En los años 50 y 60, el Sambuca ganó fama en Roma, especialmente en el bar "Caffè Greco", donde se servía con granos de café. Se convirtió en un símbolo de la "dolce vita" italiana, asociado a la elegancia y al after-dinner.

Cómo se elabora?

El Sambuca se produce mediante la destilación de alcohol neutro con anís estrellado (y a veces otras hierbas como regaliz, hinojo o flores de saúco). Luego se endulza con azúcar (alrededor de 350 g por litro), lo que le da su característico sabor dulce. Existen dos tipos principales: Sambuca blanca (transparente, la más común) y Sambuca negra (con regaliz, menos dulce).

Curiosidades del Sambuca

La Tradición de la "Mosca" (Con Mosquitos)

En Italia, es común servir el Sambuca con tres granos de café (llamados "mosche", moscas en italiano).
Simbolismo: Representan salud, prosperidad y felicidad.
Leyenda: Se dice que un empresario romano los añadió para atraer clientes.

El Ritual del "Sambuca Incendiata"

Una forma espectacular de servirlo es prendiéndole fuego brevemente para caramelizar el azúcar y liberar aromas. Se apaga soplando y luego se bebe de un trago ("shoot").
Digestivo y Café: En Italia, el Sambuca se toma después de comer para ayudar a la digestión con o sin agua. Al añadir agua helada, el licor se vuelve lechoso (efecto "louche", como en el absenta), debido a los aceites esenciales del anís.
Celebridades y Sambuca: Frank Sinatra y la actriz Anita Ekberg popularizaron el Sambuca en los años 60. En la película "La Dolce Vita" (1960), el ambiente de los bares romanos donde se servía Sambuca quedó inmortalizado.
Por qué es tan popular? Su sabor dulce y aromático lo hace versátil en cócteles. Es un símbolo de la cultura del aperitivo italiano. Su presentación con fuego y café lo vuelve un licor espectacular y lleno de rituales. Hoy, marcas como Molinari, Luxardo y Ramazzotti son algunas de las más famosas en su producción.



El Hotel Volador en Perú es una experiencia única y emocionante que combina aventura, lujo y vistas impresionantes. Se trata de una cápsula suspendida en el aire, similar a una habitación de hotel, que permite a los huéspedes disfrutar de una noche en las alturas con vistas panorámicas de paisajes espectaculares. Aquí te cuento más detalles:

¿Qué es el Hotel Volador?

Es una cápsula transparente y segura, suspendida en el aire mediante un sistema de cuerdas y arneses.

Está diseñada para ofrecer una experiencia de glamping (acampada glamorosa) en las alturas, con todas las comodidades de un hotel de lujo.

La cápsula está equipada con una cama cómoda, mantas térmicas, iluminación y ventanas transparentes

para disfrutar de las vistas.

Ubicación en Perú

El Hotel Volador se encuentra en Sacred Valley (Valle Sagrado), cerca de Cusco, una de las regiones más bellas y místicas de Perú.

El Valle Sagrado es conocido por sus paisajes montañosos, ruinas incas y rica cultura andina.

Experiencia del Hotel Volador

Aventura en las alturas:

Los huéspedes son elevados lentamente hasta una altura de varios metros sobre el suelo, donde la cápsula permanece suspendida durante la noche.

La experiencia es segura y está supervisada por expertos en montañismo y seguridad.

Vistas impresionantes:

Desde la cápsula, se pueden disfrutar vistas panorámicas de las montañas, valles y cielos estrellados del Valle Sagrado.

Al amanecer, el paisaje se llena de colores increíbles.

Comodidades:

La cápsula está equipada con

una cama cómoda, mantas térmicas para el frío y luces LED.

Incluye cena gourmet y desayuno, que se sirven en la cápsula o en el suelo, dependiendo del clima.

Seguridad:

La experiencia es supervisada por profesionales y cumple con todos los estándares de seguridad.

Los huéspedes reciben instrucciones detalladas antes de subir a la cápsula.

Quién Puede?

El Hotel Volador es ideal para parejas, aventureros y amantes de la naturaleza.

No se recomienda para personas con miedo a las alturas o condiciones médicas que puedan verse afectadas por la elevación.

Precios y reservas

El costo varía dependiendo de la temporada y los servicios incluidos.

Es recomendable reservar con

anticipación, ya que es una experiencia muy demandada.

Información:

(51) 084-201253

(51) 951373240

info@naturavive.com

CURIOSIDADES

El Hotel Volador es una de las experiencias más innovadoras en turismo de aventura en Perú.

Combina la emoción de estar suspendido en el aire con la comodidad de un hotel de lujo.

Es una excelente opción para celebrar ocasiones especiales, como aniversarios o propuestas de matrimonio.

Si buscas una experiencia única e inolvidable en Perú, el Hotel Volador es una opción increíble que te permitirá conectarte con la naturaleza y disfrutar de vistas espectaculares desde las alturas. ¡Una aventura que no olvidarás!



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

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

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

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

Logos: Windows, HP, DELL, IBM, TOSHIBA, COMPAQ, Intel, AMD, Sony, VAIO, acer, Gateway, ASUS, Apple, IPC Certified Technician

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

PHONE 201-926-9775

GARANTIA 100% SATISFACCION GARANTIZADA

TÉCNICOS CERTIFICADOS



SERVICIO DE
BARTENDER
PARA TODA
OCASION





 **(201) 553 - 1636**



JOYERIA FRANKLIN

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

HORARIO

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



Origen y Curiosidades del Jazz

El jazz es un género musical fascinante con un origen rico y una historia llena de curiosidades. Aquí te cuento sobre sus raíces y algunos datos interesantes:

Origen del Jazz

El jazz surgió a finales del siglo XIX y principios del XX en los Estados Unidos, específicamente en la ciudad de Nueva Orleans, Luisiana. Sus raíces se encuentran en la fusión de varias tradiciones musicales:

Influencias africanas:

Los esclavos africanos llevaron consigo ritmos, percusiones y tradiciones musicales que se mezclaron con la cultura local.

Elementos como la improvisación, los ritmos sincopados y los "blue notes" (notas con un sonido ligeramente alterado) son clave en el jazz. **Música europea:**

La música clásica europea, los himnos religiosos y las marchas militares también influyeron en la formación del jazz.

Instrumentos como el piano, el clarinete y la trompeta fueron adapta-



dos a los nuevos sonidos.

Espirituales y blues:

Los espirituales afroamericanos y el blues, con sus letras emotivas y estructuras simples, sentaron las bases para el jazz.

Cultura criolla:

En Nueva Orleans, la mezcla de culturas africanas, europeas y caribeñas creó un ambiente único donde el jazz pudo florecer.

El jazz se desarrolló en lugares como bares, clubes y calles, y se popularizó gracias a músicos como Buddy Bolden, considerado uno de los primeros grandes jazzistas.

Curiosidades del Jazz

Improvisación como esencia:

La improvisación es uno de los pilares del jazz. Los músicos crean melodías y solos en el momento, lo que hace que cada interpretación sea única.

El primer disco de jazz:

En 1917, la Original Dixieland Jass Band grabó "Livery Stable Blues", considerado el primer disco de jazz de la historia.

Louis Armstrong, el embajador del jazz:

Louis Armstrong no solo fue un trompetista brillante, sino que también popularizó el jazz a nivel mundial. Su estilo de canto scat (improvisación vocal con sílabas sin sentido) es icónico.

El jazz y la prohibición:

Durante la era de la prohibición en Estados Unidos (1920-1933), los clubes clandestinos (speakeasies) se convirtieron en centros de jazz,

Subgéneros del Jazz:

El jazz ha evolucionado en muchos estilos, como el Dixieland, swing, bebop, cool jazz, free jazz y jazz fusión. Cada uno tiene características únicas.

El jazz y los derechos civiles:

Durante el movimiento por los derechos civiles en los años 50 y 60, el jazz se convirtió en un símbolo de libertad y resistencia. Artistas como Nina Simone y John Coltrane usa-

ron su música para expresar protesta y esperanza.

El jazz en el cine:

Películas como "Whiplash" (2014) y "La La Land" (2016) han llevado el jazz a nuevas generaciones, aunque no siempre de manera fiel a sus raíces.

Instrumentos poco comunes:

Además de los instrumentos tradicionales como el saxofón, la trompeta y el contrabajo, el jazz ha incorporado instrumentos como el theremín, el vibráfono e incluso la guitarra eléctrica.

El jazz en el espacio:

En 1977, la NASA incluyó una grabación de jazz en el disco de oro de las sondas Voyager, que fue enviado al espacio para representar la cultura humana. La pieza elegida fue "Melancholy Blues" de Louis Armstrong.

Festivales de jazz:

Festivales como el Montreal Jazz Festival (Canadá) y el New Orleans Jazz & Heritage Festival (Estados Unidos) atraen a miles de amantes del jazz cada año.

El jazz y la moda:

El jazz influyó en la moda de los años 20, con vestidos brillantes, trajes elegantes y sombreros de ala ancha, reflejando la energía y el estilo de la era del jazz.

El jazz como lenguaje universal:

El jazz ha trascendido fronteras y se ha fusionado con músicas tradicionales de todo el mundo, creando estilos como el jazz flamenco, jazz afrocubano y jazz manouche (gitano).

El jazz es más que un género musical: es una expresión cultural que refleja la historia, la lucha y la creatividad de las comunidades que lo crearon. Su capacidad para evolucionar y adaptarse lo ha convertido en una forma de arte atemporal y universal.

THE MICTLAN



THE MICTLAN
AUTHENTIC MEXICAN CUISINE

ORDER FREE PICK UP & DELIVERY THROUGH
OUR WEBSITE

WWW.THEMICTLAN.COM

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

CATERING AVAILABLE

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





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.



Curiosidades del Mes de Abril.

1. El nombre "abril" viene de Aphrodite (Afrodita)

Los romanos dedicaron este mes a Venus (Afrodita en griego), diosa del amor y la fertilidad.

Otra teoría sugiere que deriva del latín "aperire" (abrir), por ser la época en que brotan las flores.

2. El Día de los Inocentes... pero en abril

En muchos países (como España e Hispanoamérica), el 28 de diciembre es el Día de los Inocentes (como el April Fools' Day).

Pero en Portugal, Italia y Francia, las bromas se hacen el 1° de abril. En Francia lo llaman "Poisson d'Avril" (Pez de Abril), y la gente pega pescaditos de papel en la espalda.

3. Abril, el mes más cruel (según T.S. Eliot)

El poeta escribió en "The Waste Land":

"April is the cruellest month" ("Abril es el mes más cruel"), porque revive la vida... pero también los dolores ocultos.

4. Nacieron (y murieron) genios en abril

* Shakespeare nació y murió en abril (23 de abril de 1564 y 1616).

* Leonardo da Vinci nació el 15 de abril de 1452.

* Miguel de Cervantes murió el 22

de abril de 1616 (¡el mismo día que Shakespeare, pero no el mismo día real por el calendario juliano vs. gregoriano!).

5. La conexión con el espacio

El Titanic se hundió el 15 de abril de 1912.

Yuri Gagarin se convirtió en el primer humano en el espacio el 12 de abril de 1961.

El transbordador Columbia despegó por primera vez un 12 de abril de 1981.

6. Abril, el mes de las lluvias y los diamantes

Su piedra natalicia es el diamante (símbolo de fuerza y pureza).

Su flor es el clavel o la margarita (dependiendo del país).

7. ¿Sabías que abril no siempre fue el cuarto mes?

En el calendario romano primitivo, el año empezaba en marzo... ¡y abril era el segundo mes!

Cuando se añadieron enero y febrero, abril pasó a ser el cuarto.

8. Festividades únicas

* Día de la Tierra (22 de abril): Creado en 1970 para concienciar sobre el medio ambiente.

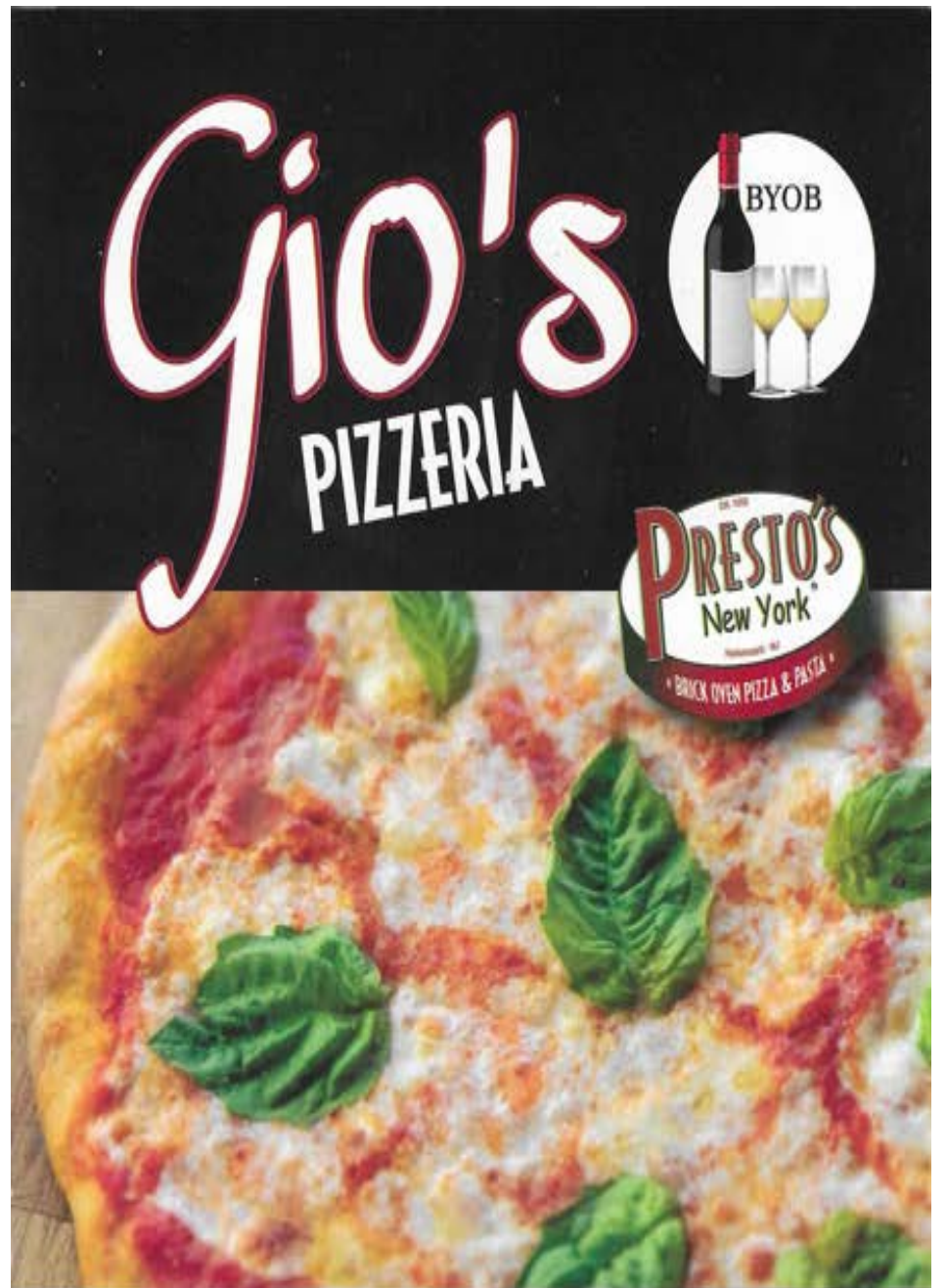
* Día Internacional del Libro (23 de abril): En honor a Cervantes y Shakespeare.

9. Abril en el zodiaco

Aries (hasta el 19) y Tauro (del 20 en adelante).

10. La maldición de abril en los negocios

En Wall Street, existe el dicho "Sell in May and go away" ("Vende en mayo y vete"), porque abril suele ser el último mes "seguro" antes de la volatilidad estival.



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

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



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

OFFICE HOURS

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

FREE PARKING LOT AVAILABLE

4801 Broadway,
Union City, NJ 07087

(201) 751-5000

(201) 751-5010

info@totalcare-pt.com

totalcare-pt.com



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



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



TOTAL CARE PHYSICAL THERAPY & SPORTS MEDICINE

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



WELCOME TO TOTAL CARE PHYSICAL THERAPY & SPORTS MEDICINE

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

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

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

MOST INSURANCE PLANS ACCEPTED

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

HABLAMOS ESPAÑOL

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

QUE ES LA QUINOA ?

La quinoa (o quinua) es un pseudocereal originario de la región andina de Sudamérica, principalmente cultivado en países como Perú, Bolivia, Ecuador y Chile. Aunque comúnmente se la considera un grano, en realidad es la semilla de una planta llamada *Chenopodium quinoa*, que pertenece a la misma familia que las espinacas y la remolacha.

Características Principales de la Quinoa:

Alto valor nutricional:

Es rica en proteínas de alta calidad, ya que contiene todos los aminoácidos esenciales, lo que la convierte en una excelente fuente de proteína vegetal.

Es rica en fibra, vitaminas (como las del complejo B y vitamina E) y minerales (como hierro, magnesio, fósforo y zinc).

No contiene gluten, por lo que es ideal para personas celíacas o con sensibilidad al gluten.

Usos culinarios:

Se puede cocinar y usar de manera similar a otros granos como el arroz o el cuscús.

Es versátil y se utiliza en ensaladas, sopas, guisos, hamburguesas vegetales, postres e incluso como desayuno.

Tiene un sabor suave y ligeramente a nuez, que combina bien con muchos ingredientes.

Tipos de Quinoa:

Quinoa blanca: La más común, con un sabor suave y textura esponjosa.

Quinoa roja: Tiene un sabor más terroso y mantiene mejor su forma después de la cocción.

Quinoa negra: Menos común,



con un sabor más dulce y una textura crujiente.

Beneficios para la salud: Ayuda a controlar el peso debido a su alto contenido de fibra y proteínas, que promueven la saciedad.

Contribuye a la salud cardiovascular gracias a su contenido de grasas saludables, como los ácidos grasos omega-3 y omega-6.

Es una excelente opción para dietas vegetarianas o veganas por su alto contenido de proteínas completas.

Preparación:

Antes de cocinarla, es importante enjuagarla bien bajo agua fría para eliminar la saponina, una sustancia natural que puede darle un sabor amargo.

Se cocina en agua o caldo durante 15-20 minutos, hasta que las semillas se abran y liberen su germen blanco.

La quinoa es considerada un "súper alimento" por su perfil nutricional completo y su versatilidad en la cocina. Además, su cultivo es sostenible y resistente a condiciones climáticas adversas, lo que la convierte en un alimento

importante para la seguridad alimentaria en muchas regiones del mundo.

Curiosidades de la Quinoa

La quinoa está llena de curiosidades interesantes!!

1. No es un cereal, ¡es un pseudocereal!

Aunque se consume como un grano, la quinoa es técnicamente la semilla de una planta de la familia *Chenopodium quinoa*. Pertenece a la misma familia que las espinacas y la remolacha, pero su uso culinario es similar al de los cereales.

2. Fue cultivada por los incas

La quinoa era un alimento básico en la dieta de los incas, quienes la consideraban un regalo sagrado de los dioses. La llamaban "chisaya mama", que significa "la madre de todos los granos".

3. Resistente a condiciones extremas

La quinoa es una planta muy resistente que puede crecer en condiciones climáticas adversas, como suelos pobres, altitudes elevadas (hasta 4,000 metros sobre el nivel del mar) y con poca agua. Esto la convierte en un cultivo ideal para zonas áridas o montañosas.

4. Fue declarada "Año Internacional de la Quinoa"

En 2013, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) declaró el Año Internacional de la Quinoa para reconocer su valor nutricional y su potencial para combatir el hambre en el mundo.

5. Contiene proteínas completas

La quinoa es uno de los pocos alimentos vegetales que contiene todos los aminoácidos esenciales, lo que la convierte en una fuente de proteína completa. Esto es especialmente importante para dietas vegetarianas o veganas.

6. No contiene gluten

La quinoa es naturalmente libre de gluten, lo que la hace ideal para personas con celiaquía o sensibilidad al gluten.

7. Se enjuaga antes de cocinar

Las semillas de quinoa están cubiertas por una sustancia llamada saponina, que tiene un sabor amargo y puede ser tóxica en grandes cantidades. Por eso, siempre se recomienda enjuagarla bien antes de cocinarla.

8. Existen más de 3,000 variedades

Aunque las más conocidas son la quinoa blanca, roja y negra, en realidad existen más de 3,000 variedades de quinoa, cada una con características únicas de sabor, textura y color.

9. Fue un alimento prohibido

Durante la conquista española en América del Sur, los colonizadores prohibieron el cultivo de quinoa porque estaba asociado con rituales indígenas. Sin embargo, su cultivo sobrevivió en zonas remotas.

10. Es un alimento espacial

La NASA ha considerado la quinoa como un alimento ideal para los astronautas debido a su alto valor nutricional, su facilidad de preparación y su larga vida útil.

11. Simboliza la fertilidad

En algunas culturas andinas, la quinoa se asocia con la fertilidad y la abundancia. En ceremonias tradicionales, se arroja quinoa al aire como símbolo de prosperidad.

12. Se usa en cosméticos

Además de ser un alimento, la quinoa se utiliza en la industria cosmética por sus propiedades hidratantes y nutritivas. Se encuentra en productos como champús, cremas y mascarillas.

13. Es un cultivo sostenible

La quinoa es un cultivo ecológico y sostenible, ya que requiere menos agua que otros cereales y ayuda a regenerar suelos pobres.

14. Tiene un día internacional

Cada 16 de noviembre se celebra el Día Internacional de la Quinoa, en honor a su importancia cultural y nutricional.

La quinoa no solo es un alimento nutritivo y versátil, sino que también tiene una historia fascinante y un impacto significativo en la cultura y la agricultura. ¡Es un verdadero tesoro de la naturaleza!

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

Truly amazing things happen here...



Como Encontrar un Telefono Samsung con el Volumen en "Off"

Encontrar un teléfono Samsung Galaxy S9 Plus con el volumen apagado puede ser un desafío, pero hay varias opciones que puedes probar:

1. Usar la función "Encontrar mi móvil" de Samsung

Accede a **"Find My Mobile"** desde otro dispositivo o computadora.

Inicia sesión con la misma cuenta de Samsung que usas en tu Galaxy. Selecciona tu dispositivo en la lista.

Usa las opciones disponibles:

Hacer sonar el teléfono: Aunque el volumen esté apagado, el teléfono sonará al máximo volumen.

Rastrear ubicación: Verás la ubicación aproximada del dispositivo en un mapa.

Bloquear o borrar datos: Si no puedes recuperarlo, puedes proteger tu información.

2. Usar Google Find My Device

Ve a **"Find My Device"** desde otro dispositivo o computadora.

Inicia sesión con la misma cuenta de Google vinculada a tu Samsung. Selecciona tu dispositivo.

Usa las opciones:

Reproducir sonido: El teléfono sonará aunque el volumen esté apagado.

do.

Ver ubicación: Muestra la ubicación en tiempo real.

Bloquear o borrar datos: Útil si no puedes recuperarlo.

3. Usar una aplicación de terceros Si tenías instalada una aplicación de rastreo como Cerberus o Prey, accede a su plataforma para localizar el teléfono.

4. Revisar lugares comunes

Busca en lugares donde sueles dejar el teléfono, como bolsillos, cargadores o entre cojines.

5. Llamar desde otro teléfono

Si el teléfono no está en modo silencioso, llama desde otro dispositivo para escuchar si vibra.

6. Usar SmartThings (si está configurado)

Si tienes la aplicación SmartThings instalada y configurada, puedes usarla para rastrear el dispositivo.

7. Contactar a tu operador

Si no puedes encontrarlo, contacta a tu operador para bloquear el dispositivo y proteger tu información.

Consejos adicionales

Asegúrate de tener activadas las funciones de rastreo en tu teléfono.

Mantén siempre tu cuenta de Samsung y Google actualizada y segura.



MAYOR / SENATOR
BRIAN P. STACK
SUPPORTS

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

LA MARIN
CLEANING SERVICES

APARTMEN HOUSE OFFICE

201-466-8836



La posibilidad de que un asteroide destruya la Tierra es un tema que ha capturado la imaginación de muchas personas, especialmente gracias a películas y libros de ciencia ficción. Sin embargo, desde un punto de vista científico, la respuesta es más matizada. Aquí te explico los detalles:

1. ¿Puede un asteroide destruir la Tierra?

Depende del tamaño y la velocidad del asteroide: Un asteroide pequeño (menos de 50 metros de diámetro)

probablemente se desintegraría en la atmósfera, causando poco daño.

Un asteroide mediano (entre 50 y 1.000 metros) podría causar daños significativos a nivel regional, como el evento de Tunguska en 1908, que arrasó una zona boscosa en Siberia.

Un asteroide grande (más de 1.000 metros) podría tener consecuencias globales, como cambios climáticos severos, tsunamis o incluso una extinción masiva, similar al impacto que acabó con los dinosaurios hace

66 millones de años.

Destrucción total de la Tierra

Para destruir completamente la Tierra, se necesitaría un asteroide de un tamaño extremadamente grande, algo que es muy poco probable. La Tierra es un cuerpo masivo y rocoso, y un impacto, por grande que sea, no la haría "desaparecer". Sin embargo, sí podría causar una catástrofe global que haría la vida en el planeta extremadamente difícil.

2. ¿Qué asteroides son una amenaza real?

La NASA y otras agencias espaciales monitorean constantemente los Objetos Cercanos a la Tierra (NEOs, por sus siglas en inglés). Hasta ahora, no se ha identificado ningún asteroide lo suficientemente grande como para destruir la Tierra en un futuro previsible.

El asteroide más preocupante en la actualidad es Bennu, que tiene una probabilidad muy baja (1 en 2.700) de impactar la Tierra en el siglo XXII. Aunque Bennu es grande (unos 500 metros de diámetro), no sería capaz de destruir el planeta, aunque sí causaría daños significativos.

3. ¿Qué se está haciendo para prevenir un impacto?

Detección y monitoreo: Programas como el Catalina Sky Survey y la misión NEOWISE de la NASA están dedicados a identificar y rastrear asteroides potencialmente peligrosos.

Misiones de defensa planetaria:

La misión DART (Double Asteroid Redirection Test) de la NASA probó con éxito en 2022 la capacidad de desviar un asteroide cambiando su trayectoria. Este tipo de tecnología podría usarse en el futuro para proteger la Tierra.

Colaboración internacional: Organizaciones como la ONU y agencias espaciales de todo el mundo trabajan juntas para desarrollar estrategias de defensa planetaria.

Aunque un asteroide no podría destruir la Tierra por completo, un impacto de un objeto lo suficientemente grande sí podría causar una catástrofe global. Afortunadamente, las probabilidades de que esto ocurra son bajas, y los avances en tecnología y monitoreo nos permiten estar mejor preparados que nunca.

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

CARMONA
 REALTY GROUP LLC

Antonio Gutierrez
 305.215-4501
 tonyghomes@aol.com

www.tonygutierrez.com

Trump Firmará una Orden Ejecutiva para Abolir el Departamento de Educación

Menos regulaciones, más libertad: La administración Trump toma medidas decisivas para devolver el control de la educación a las familias y los estados. Sin embargo, necesitará la aprobación del Congreso para eliminar el departamento por completo.

Desde el inicio de su administración, Donald Trump dejó en claro su objetivo de transformar radicalmente el sistema educativo de Estados Unidos. La reforma del Departamento de Educación no fue una idea improvisada, sino una misión bien definida para reducir la influencia federal y devolver el control a los estados, las familias y las comunidades locales.

Uno de los pilares de esta estrategia fue Linda McMahon, una de las aliadas más firmes de Trump, quien siempre defendió un gobierno más eficiente y menos intrusivo. McMa-



hon, quien dirigió la Administración de Pequeñas Empresas (SBA), compartía la visión del presidente de que la educación en EE.UU. estaba atrapada en una maraña de regulaciones y burocracia que sofocaba la innovación y el aprendizaje.

Trump y McMahon impulsaron políticas destinadas a limitar el poder del Departamento de Educación, promoviendo que las decisiones educativas se tomaran a nivel estatal y local. Entre estas medidas se destacaron la descentralización del sistema educativo y la expansión de

opciones como los vales escolares y las escuelas chárter, ofreciendo a los padres más alternativas para la educación de sus hijos.

En múltiples ocasiones, Trump expresó su rechazo a un sistema educativo dominado por burócratas en Washington, insistiendo en que los padres y las comunidades deberían tener la última palabra en la formación de los niños. Esta postura se alineaba con su filosofía general de gobierno: menos regulación, menos intervención y más libertad individual.

McMahon también enfatizó la necesi-

dad de revisar el papel del Departamento de Educación, argumentando que muchas de sus funciones eran redundantes o podían manejarse mejor a nivel estatal. Esta visión contrastaba directamente con la de quienes defienden un sistema centralizado, pero reflejaba la determinación de la administración Trump de poner fin al control excesivo del gobierno federal sobre las escuelas del país.

Las reformas propuestas por la administración Trump no solo buscaban cambiar las reglas, sino transformar la manera en que se concibe la educación en Estados Unidos. En lugar de un sistema dominado por mandatos desde Washington, su visión apostaba por la autonomía, la competencia y la libertad de elección.

El mensaje fue claro: la educación no debe estar en manos de burócratas, sino de aquellos que realmente conocen y entienden las necesidades desde los estudiantes. Y esa siempre fue la intención de Linda McMahon y del gobierno de Trump: devolver el poder a las familias y garantizar que cada niño tenga acceso a una educación de calidad sin la interferencia del gobierno federal.



PET POISON HELPLINE®

800.213.6680

www.petpoisonhelpline.com

DON'T LEAVE AN ANIMAL IN A HOT CAR!



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




ALFREDO'S

Tires & Auto Repair

AIR CONDITIONING



Special **\$99.00 AND UP**



CALEFACCION

MECANICA GENERAL

ELECTRICIDAD

AJUSTES & FRENOS

MANTENIMIENTO

VENTA DE LLANTAS




alfrde57@gmail.com

alfredoautorepair.com

201.864.1749

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

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.

Síganos en:



Facebook: Union City Schools



Twitter: @schools_uc



Instagram: Union City Schools



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



LA VIDA DE LA PALOMAS

Las palomas son aves fascinantes que han convivido con los humanos durante miles de años. Su vida, comportamiento y características varían según la especie, pero aquí te doy una visión general sobre su vida:

1. Esperanza de vida:

En estado salvaje, las palomas suelen vivir entre 3 y 5 años, aunque algunas pueden alcanzar los 10-15 años si las condiciones son favorables.

En cautiverio, con cuidados adecuados, pueden vivir hasta 15-20 años o más.

2. Hábitat:

Las palomas son aves muy adaptables y se encuentran en casi todo el mundo, especialmente en zonas urbanas, rurales y costeras.

Prefieren áreas donde puedan encontrar alimento y refugio, como plazas, edificios, acantilados o árboles.

3. Alimentación:

Son omnívoras y su dieta incluye

semillas, granos, frutas, insectos y restos de comida humana.

En ciudades, a menudo se alimentan de migas, pan y otros restos que encuentran en parques y calles.

4. Reproducción:

Las palomas son monógamas y forman parejas de por vida.

Pueden reproducirse varias veces al año, especialmente en climas cálidos.

La hembra pone 1 o 2 huevos por nidada, y ambos padres se turnan para incubarlos durante 17-19 días.

Los pichones abandonan el nido después de 4-6 semanas.

5. Comportamiento:

Son aves sociales que suelen vivir en bandadas.

Tienen un fuerte instinto de orientación, lo que las convierte en excelentes mensajeras (las palomas mensajeras pueden encontrar su hogar desde distancias de hasta 1.000 km).

Son conocidas por su característico arrullo, un sonido que usan para comunicarse y cortejar.

6. Depredadores:

En la naturaleza, las palomas son presa de aves rapaces (halcones, águilas), gatos, zorros y serpientes.

En áreas urbanas, los principales peligros son los automóviles, los depredadores domésticos (como gatos) y la contaminación.

7. Relación con los humanos:

Las palomas han sido domesticadas desde hace miles de años para usarlas como mensajeras, en competencias o como mascotas.

En algunas culturas, son símbolos de paz, amor o espiritualidad.

Sin embargo, en ciudades, a menudo son consideradas una plaga debido a su gran población y los problemas de higiene que pueden causar.

CURIOSIDADES

Las palomas tienen una visión excelente y pueden ver colores que los humanos no perciben.

Fueron utilizadas durante las guerras mundiales para enviar mensa

jes cruciales.

Diversidad de especies:

Existen más de 300 especies de palomas en todo el mundo, desde la común paloma bravía hasta especies exóticas como la paloma coronada o la paloma frutal.

Récords impresionantes:

Una paloma mensajera llamada Armando fue vendida en una subasta por 1,4 millones de dólares en 2019, convirtiéndose en la paloma más cara de la historia.

Inteligencia notable:

Las palomas son capaces de reconocerse en un espejo, una habilidad que solo poseen unos pocos animales.

También pueden aprender tareas complejas, como distinguir entre diferentes obras de arte o reconocer palabras escritas.

En resumen, las palomas son aves inteligentes, adaptables y con una vida interesante, aunque a menudo pasan desapercibidas en nuestro día a día.



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

**NEW JERSEY
Bill to Provide
Retroactive Property Tax
Exemption for 100%
Disabled Veterans
Advances**

(TRENTON) — The Assembly State and Local Government Committee on Thursday advanced Bill A941, which would provide a retroactive property tax exemption for veterans declared 100% disabled. The legislation, sponsored by Assemblymen Roy Freiman, Christopher Tully, and Julio Marengo, would address administrative delays that prevent some disabled veterans from receiving their property tax exemption.

“Veterans have made sacrifices for our country that we can never truly repay,” said Assemblyman Freiman (D-Hunterdon, Mercer, Middlesex, and Somerset). “This bill is a critical step in addressing the financial struggles of disabled veterans, guaranteeing they receive the benefits they’ve earned—without the unnecessary delays that have too often kept them from getting the support they deserve.”

Under the bill, municipalities would be required to return all property taxes collected on the veteran's pro

perty after the effective date of the disability determination by the United States Department of Veterans' Affairs. Additionally, the State would then reimburse municipalities for the returned amount.

“By implementing this exemption, we would provide immediate financial relief to countless veterans, ensuring they are no longer burdened by property taxes during the period they were entitled to the exemption,” said Assemblyman Tully (D-Bergen).

“New Jersey's veterans have earned this benefit, and it's crucial that we act swiftly to avoid any delays in them receiving it.”

Currently, the average time to complete a disability claim with the Department of Veterans' Affairs is approximately 140 days. Once approved, a veteran typically receives their first disability payment within 15 days of the decision. However, state and municipal records may not reflect the updated status of disabled veterans until at least the next quarter.

Bill A941 seeks to address this delay by providing a retroactive property tax exemption, ensuring that veterans receive the benefits they are entitled to without undue financial burden.



Jflrenovations LLC.

DISEÑADOR DE INTERIORES Y EXTERIORES

Electricidad, Plomería, Instalaciones de

Accesorios Electricos en General

Telefono: 787-530-3285

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



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

JOSÉ DANIEL FERRER Y LA "UNPACU" YA REPARTEN AYUDA HUMANITARIA A MÁS DE 2.000 PERSONAS VULNERABLES

En tan sólo dos meses, y desde el primer día que José Daniel Ferrer salió de prisión, el 16 de enero de 2025, la UNPACU ha distribuido 14.045 servicios de ayuda humanitaria (entre desayunos, comidas, cenas y atención médica) a más de 2.000 beneficiarios únicos distintos, alcanzando a un ritmo creciente de más de 400 personas diarias. Como respuesta, el régimen incomprensiblemente reprime y persigue esta actividad y, lo que es peor, el régimen amenaza y detiene a sus vulnerables beneficiarios.

El régimen incomprensiblemente reprime y persigue esta actividad y, lo que es peor, a sus vulnerables beneficiarios. Este informe revela toda una vida de activismo humanitario del líder social José Daniel Ferrer, eje de su accionar desde su inicio en el activismo en 1991 y causante de su persecución.

1. La labor humanitaria de José Daniel Ferrer desde 1991

José Daniel Ferrer inició su activismo en la labor humanitaria en el llamado "Período Especial", cuando contaba con 20 años de edad. En mayo de 1991, era evidente que Cuba estaba inmersa de lleno en un período de colapso económico y

la población ya estaba sufriendo la hambruna resultado de la deriva político-económica del régimen, que hacía irremediable el agravamiento de la crisis tras la caída de la Unión Soviética.

José Daniel ideó una manera de dar de comer a sus familiares y creó, junto a sus hermanos, una iniciativa de pesca en el embalse llamado Canasta. Pronto empezaron a ver resultados y, de disponer de un pequeño bote de remos, pasaron a disponer de hasta 10 botes y un promedio de 35 pescadores que pescaban con muchos centenares de metros lineales de redes con las que constantemente salían a faenar.

La iniciativa suministraba el sustento de las 35 familias de los pescadores y el superávit tras esta primera labor social, en torno al 30% del total, lo destinaban a suministrar alimentos a miles de personas en situación de vulnerabilidad, hasta abril de 1997, cuando la cooperativa de pesca sufrió el vandalismo y la persecución de la Seguridad del Estado debido al impacto positivo en los miles de beneficiarios en toda la zona (Palmarito de Cauto, Palma Soriano, Santiago de Cuba).

En 2003, entra por primera vez en prisión, donde pasó 8 años y 5 meses en prisión, hasta 2011, por haber participado en la recolecta de firmas para el Proyecto Varela, momento histórico conocido como la "Primavera Negra de Cuba". Entró de nuevo en prisión en 2019, con 48 años;



y fue condenado a 4 años y medio de privación de libertad, subsidiada con "Libertad limitada" por la presión de Naciones Unidas y la Unión Europea. Fue detenido de nuevo cuando intentaba participar en las protestas del 11 de julio de 2021, y fue excarcelado el 16 de enero de 2025 mediante un acuerdo realizado entre la Iglesia Católica y el régimen de Cuba.

Su apoyo social no se limita a los períodos en los que ha estado excarcelado. Durante sus años de condena en prisión descubrió las enormes carencias de medicamentos, alimentos y vitaminas entre los presos, y decidió desarrollar en prisión su labor humanitaria realizando repartos de alimentos, medicinas y vitaminas a los presos en peores condiciones, apoyado por amigos y organizaciones en el exterior.

José Daniel Ferrer (derecha), junto a su hermano Luis Enrique Ferrer (izquierda)

2. Labor humanitaria actual (2025)

Cuando José Daniel Ferrer salió de prisión el día 16 de enero de 2025 encontró una avalancha de cientos de personas que venían a agradecer el trabajo que durante años había realizado en Santiago de Cuba.

Las condiciones de salud y físicas de las personas que acudían alertó a José Daniel a tal grado que, desde el primer día y en contra de sus propios planes de realizar una serie de viajes, empezó a realizar servicios humanitarios por la población.

Aunque empezó atendiendo ese mismo día a 16 personas, ya el jueves siguiente dieron 196 servicios de atención social (65 desayunos, 105 almuerzos y 26 pacientes del consultorio médico). El total de beneficiarios que se han ido sumando ha alcanzado los 2.098 beneficiarios distintos hasta el 14 de marzo de 2025.

3. Comedor humanitario: desayuno,

almuerzos y cenas

El servicio de comedor social no sólo se presta a los que acuden a la sede. Personas postradas en la cama, enfermas, también envían familiares y allegados que les hacen llegar los alimentos que recogen en la sede de la UNPACU. Desde madres solteras con varios hijos que viven en condiciones extremas de necesidad, a personas enfermas, ancianos, o adictos al alcohol que no superan su enfermedad y corren peligro de muerte por la falta de alimentación adecuada, el abanico de personas que acuden a la sede es muy diverso y siempre se atiende a todos

El día comienza en la UNPACU desde temprano, con la compra de alimentos, la recepción de proveedores y la movilización en la sede de Altamira, superando las amenazas e impedimentos que la policía política ejecuta contra proveedores, transportistas y todo aquel que desde temprano colabora con la UNPACU. Numerosos comerciantes han sufrido multas arbitrarias y amenazas de la policía política para impedirles que vendan productos y presten servicios a la UNPACU.

El incremento del servicio de desayunos humanitarios, no obstante, es notable y se ha consolidado con el servicio de desayunos a 2.875 beneficiarios en un período de 58 días.

El almuerzo es la comida del día que más afluencia tiene. En concreto, en la sede de la UNPACU, en el período comprendido entre el jueves 16 de enero de 2025 hasta el viernes día 14 de marzo de 2025, se ha suministrado el almuerzo a un total de 8.010 personas, distribuidas de la siguiente manera:

La intensa afluencia de personas para la cena es tal que tanto la familia Ferrer como los activistas de la UNPACU no han dejado de dar el servicio de comedor social también durante la caída de la tarde y noches.

El comedor social de cenas ha alcanzado a un total de 1.965 beneficiarios entre en el período comprendido entre el jueves 16 de enero de 2025.

El régimen cubano detesta y le tiene un tremendo pavor al suministro de estos servicios humanitarios a la población.

(Editado de "Prisoners Defenders")

#LibertadParaLosPresosPolíticos

⤴

LIZANDRA GONGORA

Presos Políticos
37 AÑOS

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

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**

ALFREDO'S

Tires & Auto Repair

AIR CONDITIONING

Special \$99.00 AND UP

CALEFACCION

- MECANICA GENERAL
- ELECTRICIDAD
- AJUSTES & FRENOS
- MANTENIMIENTO
- VENTA DE LLANTAS

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



El promedio de matrimonios que cumplen 50 años de casados varía según el país, la cultura y las condiciones socioeconómicas. En general, se estima que solo un pequeño porcentaje de los matrimonios llega a celebrar sus bodas de oro (50 años de matrimonio). Esto se debe a factores como la esperanza de vida, las tasas de divorcio y los cambios en las dinámicas sociales.

Por ejemplo, en países como Estados Unidos o España, se calcula que alrededor del 5-7% de los matrimonios alcanzan los 50 años de casados. Este porcentaje ha disminuido en las últimas décadas debido al aumento de divorcios y uniones más tardías.

En resumen, aunque no hay una cifra exacta global, se considera que menos del 10% de los matrimonios llegan a cumplir 50 años juntos.

CUAL ES EL PAIS CON MENOS DIVORCIOS EN EL MUNDO

El país con menos divorcios en el mundo varía según las estadísticas y los años analizados, pero tradicionalmente, las naciones con bajas tasas de divorcio suelen ser aquellas con fuertes valores culturales, religiosos o sociales que fomentan la estabilidad matrimonial. Uno de los países que históricamente ha tenido una de las tasas de divorcio más bajas es India.

Otros países con bajas tasas de divorcio incluyen:

Chile: Aunque ha aumentado en los últimos años, sigue siendo relativamente bajo en comparación con otros países.

Vietnam: Donde el divorcio no es común debido a valores culturales y familiares fuertes.

Sri Lanka: Influenciado por tradiciones culturales y religiosas.

Es importante tener en cuenta que las tasas de divorcio pueden variar con el tiempo y dependen de factores como las leyes, la cultura y las condiciones socioeconómicas

NATIONAL REHAB

HOTLINE

866-210-1303

988

LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS



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





El Parque Nacional de las Cavernas del Río Camuy
Un Tesoro Subterráneo de Puerto Rico

El Parque Nacional de las Cavernas del Río Camuy, ubicado en el noroeste de Puerto Rico, es uno de los sistemas de cuevas más impresionantes del mundo. Conocido por sus majestuosas formaciones rocosas, ríos subterráneos y una biodiversidad única, este parque es un destino imperdible para los amantes de la naturaleza, la aventura y la geología. A continuación, te contamos todo lo que necesitas saber sobre este fascinante lugar.

Historia y Formación

Las Cavernas del Río Camuy se formaron hace millones de años debido a la erosión del agua sobre la roca caliza, creando un sistema de cuevas que se extiende por más de 268 acres. El río Camuy, el tercer río subterráneo más grande del mundo, es el responsable de esculpir estas maravillas naturales.

El parque fue descubierto oficialmente en 1958 y abrió al público en 1986. Desde entonces, se ha convertido en uno de los atractivos turísticos más importantes de Puerto Rico, atrayendo a miles de visitantes cada año.

Qué Ver y Hacer en el Parque

Cueva Clara:

Es la cueva más famosa del parque y la principal atracción para los visitantes. Aquí podrás admirar impresionantes estalactitas, estalagmitas y columnas, formadas a lo largo de miles de años.

El punto culminante es el "Sumidero de Empalme", un enorme hundimiento natural que permite la entrada de luz solar, creando un espectáculo visual único.

Río Camuy

Durante el recorrido, podrás ver el río Camuy fluyendo a través de las cuevas. Este río subterráneo es una maravilla natural que sigue esculpiendo las cavernas hasta el día de hoy.

Cueva Espiral:

Aunque no está abierta al público, esta cueva es una de las más profundas del sistema y es famosa por su forma en espiral.

Senderos y Miradores

El parque cuenta con senderos bien mantenidos que te llevan a través de la exuberante vegetación tropical. Desde los miradores, podrás disfrutar de vistas panorámicas del paisaje kárstico de la zona.

Experiencia Educativa

El parque ofrece visitas guiadas con expertos que explican la geología, la historia y la ecología de las cavernas. Es una excelente oportunidad para aprender sobre la formación de las cuevas y la importancia de su conservación.

Biodiversidad

El Parque Nacional de las Cavernas del Río Camuy no solo es un paraíso geológico, sino también un refugio para una gran variedad de especies. En sus cuevas habitan murciélagos, insectos y crustáceos adaptados a la vida en la oscuridad. En la superficie, el bosque tropical alberga aves, reptiles y una flora exuberante.

Datos Prácticos para Visitantes

Horario: El parque está abierto de miércoles a domingo, de 8:30 a.m. a 4:00 p.m. (verifica los horarios antes de visitar, ya que pueden cambiar).

Entrada: El costo de entrada es de aproximadamente 18 Dolares para adultos y 12 para los niños aunque los precios están sujetos a cambios

Recomendaciones

- * Usa calzado cómodo y antideslizante, ya que las cuevas pueden estar húmedas y resbaladizas.
- * Lleva ropa ligera y repelente

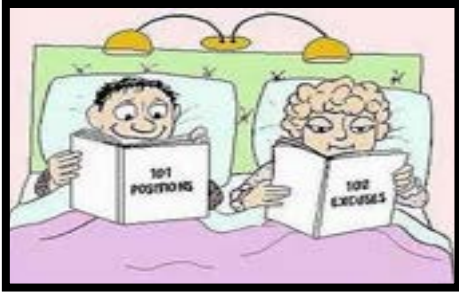
- de insectos.
- * No está permitido tocar las formaciones rocosas, ya que los aceites de la piel pueden dañarlas.
- * Lleva una cámara para capturar las vistas impresionantes, pero ten en cuenta que el uso de flash puede estar restringido.

Importancia Ecológica y Cultural

El Parque Nacional de las Cavernas del Río Camuy no solo es un atractivo turístico, sino también un sitio de gran importancia ecológica y cultural. Las cuevas son un recordatorio de la riqueza natural de Puerto Rico y la necesidad de proteger estos ecosistemas únicos.

Además, las cavernas tienen un significado cultural para los taínos, los indígenas de la isla, quienes las utilizaban como refugio y lugar ceremonial.

El Parque Nacional de las Cavernas del Río Camuy es una ventana al mundo subterráneo, donde la naturaleza ha creado un paisaje de belleza incomparable. Ya sea que te apasione la aventura, la geología o simplemente disfrutar de la naturaleza, este parque te dejará maravillado. ¡No olvides añadirlo a tu lista de lugares por visitar en Puerto Rico!



Chiste de café:

¿Qué le dice una taza de café a otra?
“¡Nos vemos en la cafetera!”

Por: **Francisco Bernal**

Chiste de computadora:

¿Por qué la computadora se fue al psicólogo?
¡Porque tenía demasiados bytes de ansiedad!



Chiste de matemáticas:

¿Por qué el libro de matemáticas estaba triste?
¡Porque tenía demasiados problemas!

JAJAJAJA

Chiste de pan:

¿Qué le dice un pan a otro?
“¡No me hagas reír, que me parto!”



JAJAJAJA

Chiste de luz:

¿Qué hace una bombilla en el gimnasio?
¡Darse luz!

Chiste de libro:

¿Qué hace un libro en una fiesta?
¡Pasar las páginas!



JAJAJAJA

Chiste de cebra:

¿Qué le dice una cebra a otra?
“¿Soy yo o hace calor de rayas?”

Chiste de sándwich:

¿Qué le dice un sándwich a otro?
“¡No me presiones, que me desarmo!”



JAJAJAJA

Chiste de árbol:

¿Qué hace un árbol cuando se va de vacaciones?
¡Hojas!

Chiste de bicicleta:

¿Por qué la bicicleta no puede mantenerse en pie?
¡Porque está dos-rodillas!

JAJAJAJA

Chiste de reloj:

¿Qué le dice un reloj a otro?
“¡No te preocupes, siempre hay tiempo!”

JAJAJAJA

Chiste de cama:

¿Qué le dice una cama a otra?
“¡No me metas en tus líos!”

JAJAJAJA

Chiste de lápiz:

¿Qué le dice un lápiz a otro?
“¡Deja de sacar punta!”



Chiste de luna:

¿Qué le dice la luna al sol?
“¡Deja de copiarne, siempre estás detrás de mí!”

UNION CITY BOARD OF EDUCATION

Union City
Public Schools

BUILDING COMMUNITY AND PROVIDING OPPORTUNITY FOR THE CHILDREN OF UNION CITY

UNION CITY SCHOOLS RAISE MORE THAN \$15,000 FOR CHARITY

Building character and caring for others are important parts of education in Union City Schools. Our approach entails educating students on core ethical values such as respect, justice, civic virtue and citizenship, and responsibility to self and others.

That’s why the Board of Education is so proud to recognize the contributions of students, parents/guardians, educators and staff who have given so generously to two recent major fundraising efforts.

Together, we have raised more than \$15,000 for the American Red Cross cancer initiative and to help those affected by the Los Angeles wildfires.

Our thanks go out to Director of Community Relations Mercedes Joaquin for leading our annual fundraising efforts and to everyone who participated in these worthwhile endeavors.



Board of Education President Ydalia Genao and Board Member Joseph Isola (to her left) present checks to the American Red Cross.

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

Gracias!

Stay Connected With Us!

TAKE A & TAG US ON SOCIAL MEDIA

YOU ORDER IS TRULY APPRECIATED!

THANK YOU FOR SUPPORTING OUR SMALL BUSINESS!

ALWAYS GRATEFUL, IRIS + ROSALINDA

ENJOY 15% OFF YOUR NEXT ORDER OVER \$25

USING THE CODE: GRACIAS

@hermanitasdesign WWW.HERMANITASDESIGN.COM



SCAN ME



Gabriel Rohaidy
Medicare Plans

Licensed Agent
Se Habla Espanol

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

201 725-2214

MEDICARE PLANS

United Healthcare Aetna
Clover Horizon



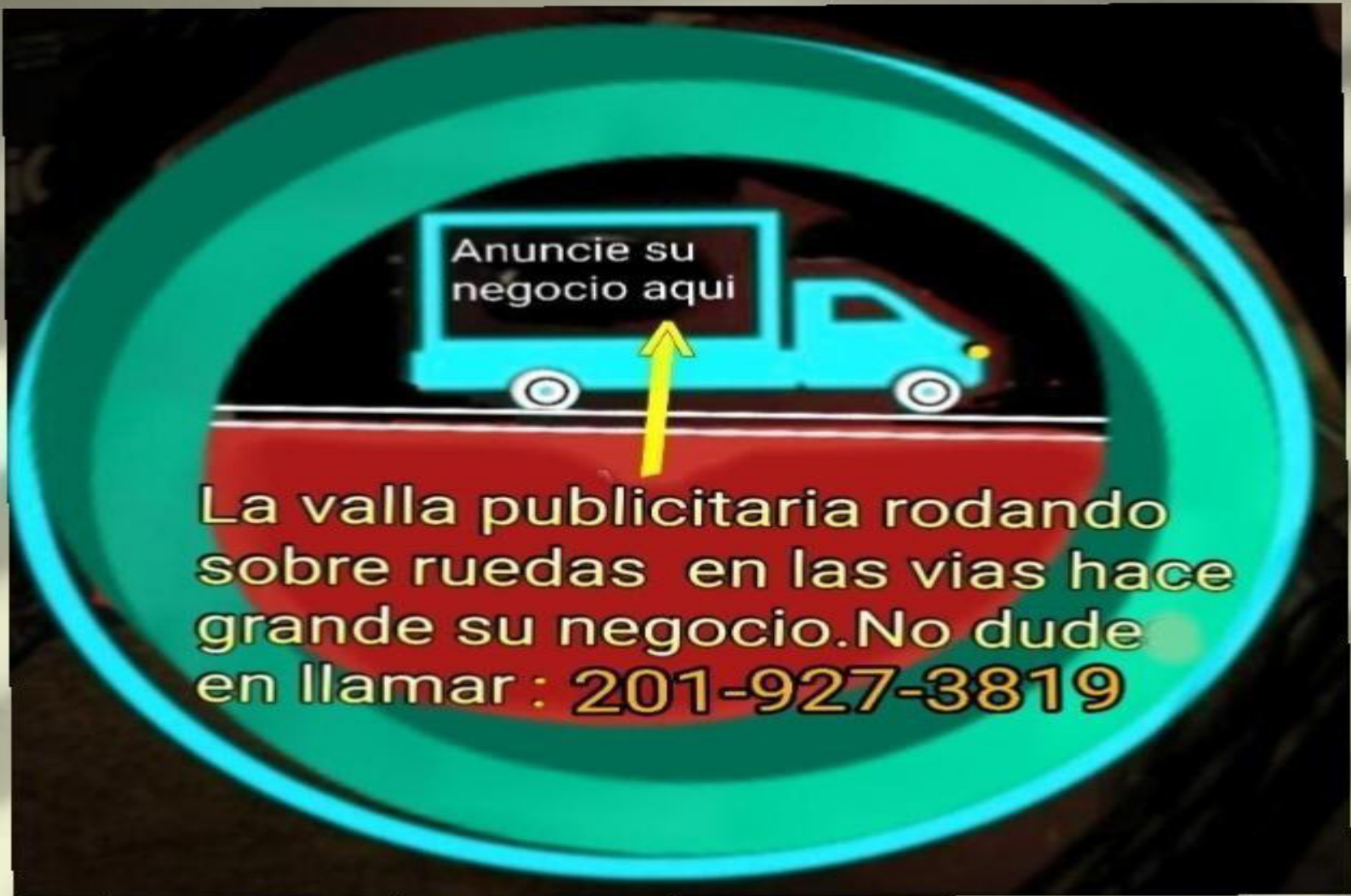
Read
Diverse
Books

FOLLOW US:
 @bookhavenbooks

Book Haven
BOOKS

AMPLIFYING DIVERSE STORIES
Latina Owned Online Bookstore

WWW.BOOKHAVENBOOKS.COM



DELMONACO 
ADVERTISEMENT, LLC

"Your dream in communication"

DELMONACO 
ADVERTISEMENT, LLC

Services:

Printing - Jingles - Billboard Truck

Contact us Right now!

(201)9273819

Angelo Del Mónaco, Director

delmonacoadvertisement@aol.com



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**

Vote por Rodríguez & Wainstein

Elección Primaria • martes, 10 de junio

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



Las pastas asiáticas y las occidentales difieren en varios aspectos, desde los ingredientes y técnicas de preparación hasta su textura, sabor y uso culinario. Aquí te explicamos las principales diferencias:

1. Ingredientes principales:

Pastas occidentales:

Están hechas principalmente de sémola de trigo duro (trigo candéal) y agua, aunque algunas variedades incluyen huevo.

Ejemplos: espagueti, fettuccine, penne, lasaña, ravioli, etc.

Pastas asiáticas:

Se elaboran con una variedad de ingredientes, como arroz, trigo, al

midón de frijol mungo, harina de trigo sarraceno o incluso batata.

Ejemplos: fideos de arroz, udon, soba, ramen, fideos de cristal (celofán), etc.

2. Textura y forma:

Pastas occidentales:

Suelen tener una textura más firme y elástica (al dente) cuando se cocinan correctamente.

Las formas son variadas, desde largas y delgadas (espagueti) hasta cortas y huecas (penne).

Pastas asiáticas:

La textura varía mucho según el tipo. Por ejemplo: Los fideos de arroz son suaves y translúcidos.

Los udon son gruesos y masticables.

Los soba son finos y tienen un sabor a nuez debido al trigo sarraceno.

Las formas también son diversas, desde fideos planos (como los de ramen) hasta redondos y delgados (como los fideos de cristal).

3. Sabor:

Pastas occidentales:

Tienen un sabor neutro, lo que las hace versátiles para combinar con una amplia variedad de salsas e ingredientes.

Pastas asiáticas:

Algunas tienen sabores distintivos debido a sus ingredientes. Por ejemplo:

Los fideos soba tienen un sabor a nuez.

Los fideos de arroz son más suaves y absorben bien los sabores de las salsas.

Los fideos de huevo (como los de ramen) tienen un sabor más rico.

4. Uso culinario:

Pastas occidentales:

Se sirven principalmente con salsas a base de tomate, crema, pesto o aceite de oliva, y suelen ser el plato principal.

Ejemplos: espagueti a la boloñesa, lasaña, carbonara, etc.

Pastas asiáticas:

Se utilizan en una amplia variedad de platos, desde sopas hasta salteados.

Ejemplos: Ramen: fideos en cal

do con toppings.

Pad Thai: Fideos de arroz salteados con salsa tamarindo.

Sopa de fideos udon: Fideos gruesos en caldo.

Fideos fríos: Como los naengmyeon coreanos.

5. Cocción:

Pastas occidentales:

Se cocinan en agua hirviendo con sal y se sirven "al dente".

Pastas asiáticas:

Algunas requieren remojo previo (como los fideos de arroz), mientras que otras se cocinan directamente en agua o caldo.

En algunos casos, como los fideos de ramen, se cocinan rápidamente y se sirven en caldo caliente.

6. Cultura y tradición:

Pastas occidentales:

Están fuertemente asociadas con la cocina italiana, aunque son populares en todo el mundo.

Pastas asiáticas:

Forman parte integral de la cocina de países como China, Japón, Corea, Tailandia y Vietnam, y están ligadas a tradiciones y festividades específicas.

En resumen, mientras que las pastas occidentales suelen ser más uniformes en términos de ingredientes y textura, las pastas asiáticas ofrecen una gran diversidad de sabores, texturas y usos culinarios, reflejando la riqueza de las culturas de Asia. ¡Ambas son deliciosas y tienen su lugar en la gastronomía mundial!

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





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!

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 únase 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, únase 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



Stack, Political Bosses, Ed.indd 2

25031 12/20/24

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



Stack, Political Bosses, Ed.indd 1

25031 12/20/24

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 !

MOTOS DE HOVERSURF

Las motos de Hoversurf! Esa empresa está haciendo cosas increíbles en el mundo de los vehículos voladores. Hoversurf es conocida por sus motos voladoras eléctricas y drones personales, que combinan tecnología de drones con motocicletas para crear vehículos que pueden despegar y aterrizar verticalmente (VTOL).

Algunos Detalles Claves Sobre sus Modelos más Populares:

Modelos destacados de Hoversurf: Hoversurf S3 2019:

Es una moto voladora eléctrica diseñada para uso personal. Puede volar a una altura de hasta 5 metros (16 pies). Velocidad máxima de alrededor de 96 km/h (60 mph). Tiempo de vuelo: aproximadamente 10-25 minutos, dependiendo del peso y las condiciones. Precio: Alrededor de \$ 150.000 USD

Scorpion 3:

Un dron híbrido entre moto y quadróptero. Diseñado para ser más estable y seguro. Ideal para uso recreativo o incluso aplicaciones militares/rescate. Precio: También en el rango de los \$150,000 USD.

¿Por qué son tan Caras?

Tecnología avanzada: Usan motores eléctricos, baterías de alta capacidad y sistemas de estabilización complejos.

Materiales ligeros y resistentes, como fibra de carbono y aleaciones de alta calidad.

Desarrollo innovador: Son productos pioneros en el mercado de vehí

Si estás buscando algo más económico, podrías explorar drones personales o hoverboards, aunque no son lo mismo que una moto voladora

CARACTERISTICAS Y CURIOSIDADES DE LAS MOTOS HOVERSURF

Las motos de Hoversurf son una maravilla de la ingeniería moderna y combinan lo mejor de la tecnolo-



gía de drones con el diseño de motocicletas. Aquí te dejo las características principales y algunas curiosidades que las hacen únicas:

Características Principales:

Diseño futurista:

Las motos Hoversurf tienen un aspecto que parece sacado de una película de ciencia ficción, con un chasis ligero y un sistema de rotores integrado.

Están hechas de materiales como fibra de carbono y aleaciones ligeras para maximizar la eficiencia en vuelo.

Propulsión eléctrica:

Funcionan con motores eléctricos, lo que las hace más silenciosas y ecológicas en comparación con los vehículos de combustión.

Usan baterías de litio de alta capacidad, aunque el tiempo de vuelo aún es limitado (entre 10 y 25 minutos).

Sistema de estabilización:

Incorporan tecnología de drones para mantener el equilibrio y la estabilidad durante el vuelo.

Algunos modelos tienen modos de vuelo automático para principiantes.

Capacidad de despegue y aterrizaje vertical (VTOL):

No necesitan pistas largas para despegar o aterrizar, lo que las hace versátiles en entornos urbanos o rurales.

Altura y velocidad:

Pueden volar a alturas de hasta 5 metros (16 pies) en versiones comerciales, aunque los prototipos experimentales han alcanzado mayores alturas.

Velocidad máxima de alrededor de 96 km/h (60 mph).

Control intuitivo:

Algunos modelos se controlan con un joystick o incluso con el movimiento del cuerpo, similar a una

moto tradicional.

CURIOSIDADES

Inspiración en películas:

Las motos Hoversurf se asemejan mucho a las motos voladoras que aparecen en películas como Star Wars o Blade Runner. De hecho, ¡son un sueño hecho realidad para los fanáticos de la ciencia ficción!

Uso militar y de rescate:

Hoversurf ha colaborado con agencias gubernamentales y militares para desarrollar versiones de sus motos voladoras para misiones

aviación y seguridad.

Precio elevado:

Aunque son increíbles, su precio ronda los \$150,000 USD, lo que las hace inaccesibles para la mayoría de las personas. Sin embargo, se espera que los costos bajen en el futuro a medida que la tecnología se masifique.

Prototipos Extremos:

Hoversurf ha desarrollado prototipos que pueden alcanzar alturas de hasta 1,000 metros y velocidades superiores a los 200 km/h, aunque estos no están disponibles comercialmente.

Inspiración para otras Empresas:

Hoversurf ha inspirado a otras compañías a desarrollar vehículos voladores similares, lo que está impulsando la industria de la movilidad aérea personal.

¿Quién Puede Usarlas?



de rescate, vigilancia y transporte rápido en terrenos difíciles.

Regulaciones y seguridad:

Debido a su naturaleza innovadora, las motos voladoras enfrentan desafíos legales en muchos países. Hoversurf trabaja con autoridades para cumplir con las normativas de

Por ahora, están dirigidas a entusiastas de la tecnología, pilotos experimentados y aplicaciones profesionales (como rescate o vigilancia).

Se espera que en el futuro sean más accesibles para el público en general.





Horario :
10 AM - 5 PM Lunes
10 AM - 6 PM Martes
10 AM - 6 PM Miércoles
10 AM - 5 PM Jueves
10 AM - 7 PM Viernes
10 AM - 5 PM Sábado
Cerrado el Domingo
Disponibilidad del doctor :
Martes, Miércoles, Viernes y
Sábado.



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

Contact us →

info@internationalopticalwny.com
internationalopticalwny.com



International Optical

6219 Bergenline Avenue
West New York, NJ 07093

info@internationalopticalwny.com

Llámenos o envíenos un mensaje de texto:

(201) 430-3735 (Teléfono)

(862) 419-6620 (Mensaje de texto)

Sr. Héctor Rodríguez, Óptico

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



Dra. Jessica Serra, Optometrista

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

