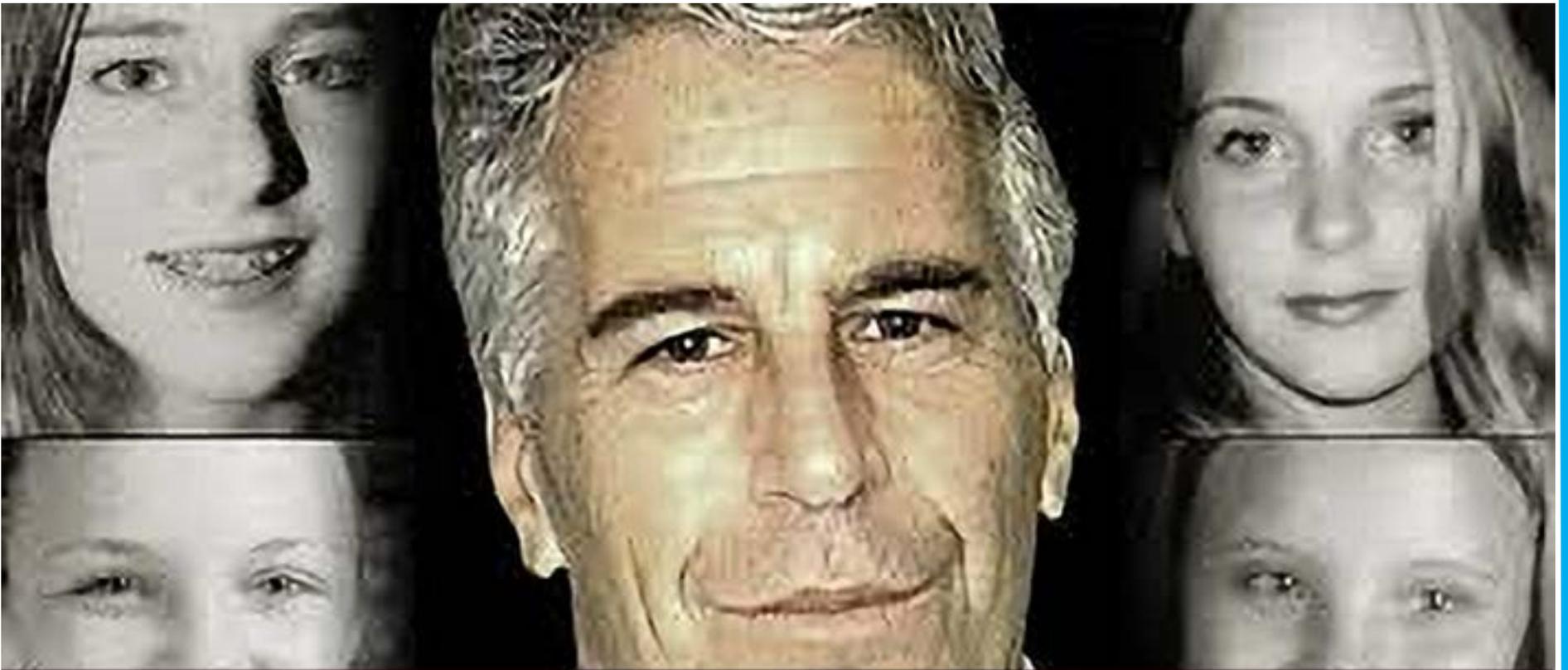


"No estoy de acuerdo con lo que dices, mas daria mi vida defendiendo el derecho que lo puedas seguir diciendo."

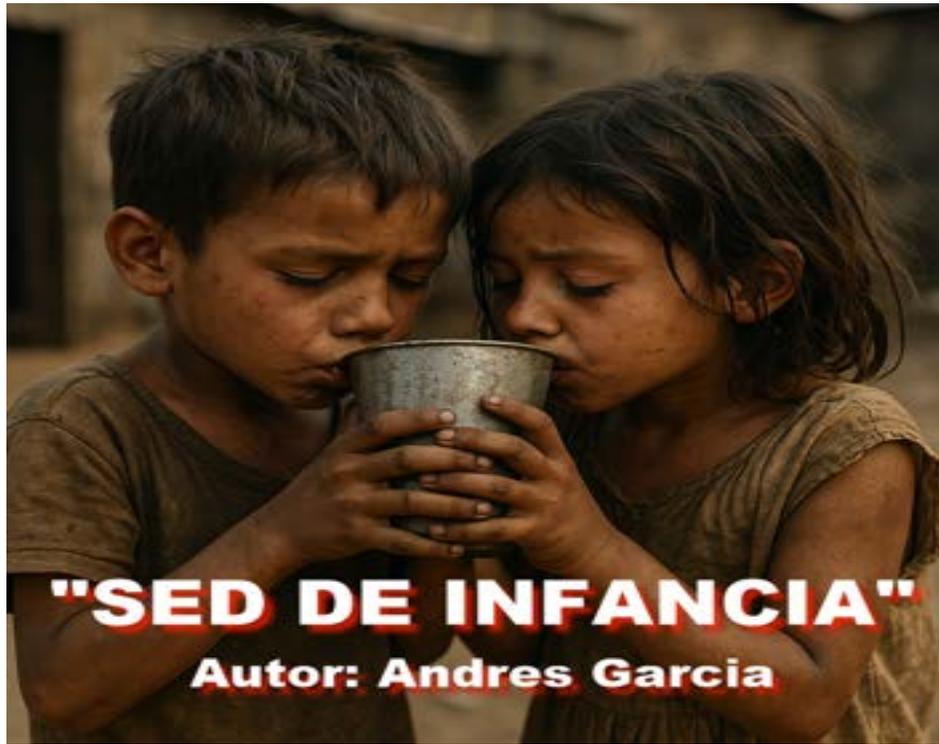
DIMENSION

EDICION DIGITAL - MAYO 22 - 2025



EL CASO EPSTEIN, NUNCA SE SABRA LA VERDAD...





"SED DE INFANCIA"

Autor: Andres Garcia

1. El Amanecer en el Desierto

Carlitos despertó con los labios agrietados. El aire ya estaba caliente, aunque el sol apenas comenzaba a ascender sobre el horizonte. Afuera, el viento arrastraba finas capas de polvo rojizo que se colaban por las rendijas de la choza. Su hermanita, Lucía, dormía a su lado, respirando con dificultad. El bebé, envuelto en un trapo húmedo — último recurso de su madre para aliviar el calor—, lloriqueaba débilmente.

—Carlitos —susurró su madre desde la puerta, donde ya estaba de pie con su rebozo cubriéndose del sol— Hoy tienes que ir temprano, el asintió, sabiendo lo que eso significaba.

Los días en que llegaba tarde al pozo, solo encontraba barro reseco y las miradas cansadas de las otras mujeres del pueblo.

2. El Camino del Agua

Con el bidón vacío balanceándose en su espalda, Carlitos comenzó a caminar. Las piedras quemaban sus pies a través de las suelas gastadas de sus sandalias. A lo lejos, el paisaje era una extensión infinita de tierra agrietada y arbustos marchitos.

Pasó junto a Don Ramón, el viejo del pueblo, sentado frente a su casa como siempre. —¿Otra vez, chamaco? —preguntó con voz áspera.

—Sí, señor —respondió Carlitos, sin detenerse.

Don Ramón solía contar historias de cuando el río aún corría, hace décadas, pero para Carlitos, esas eran solo leyendas.

3. La Espera Bajo el Sol

Cuando llegó al pozo, ya había una fila. Mujeres con niños en brazos, ancianas con cántaros en la cabeza, todos esperando su turno. Carlitos se sentó en el suelo, protegiéndose del sol bajo la sombra de un árbol muerto.

A su lado, una niña más pequeña que él jugaba con una muñeca de trapo.

—¿Tienes sed? —le preguntó Carlitos, ella asintió. Él sacó de su bolsillo un trapo húmedo que su madre le había dado y lo exten-

dió hacia ella, la niña lo chupó con avidez.

4. El Regreso

El sol estaba en su punto más alto cuando finalmente le tocó su turno.

El pozo apenas tenía un hilo de agua lodosa, pero era suficiente para llenar su bidón a medias. Con cuidado, lo cargó sobre su cabeza y comenzó el camino de regreso.

Cada paso era más pesado. El calor le nublaba la vista, y el peso del agua le dolía en los hombros. Pero no podía derramar ni una gota.

5. La Promesa Rota

Al pasar por el lugar donde meses atrás los hombres de la ONG habían cavado, vio el hoyo abandonado, lleno de basura y tierra seca. Recordó cómo todos habían celebrado cuando llegaron las máquinas, cómo su padre había dicho: "Pronto tendremos agua en casa".

Pero las máquinas se fueron, y el pozo nunca llegó.

6. La Noche sin Alivio

De vuelta en casa, su madre vertió el agua en un balde, separando una parte para cocinar y otra para beber. Carlitos mojó sus labios con el dedo humedecido, sintiendo el sabor a tierra.

Afuera, el cielo se tiñó de rojo. En la radio de pilas, un locutor hablaba de tormentas en otras regiones, de ríos desbordados. Carlitos miró al cielo, como hacía todas las noches, preguntándose cómo sería la lluvia.

7. El Sueño

Esa noche, soñó con un río. El agua era clara y fría, y corría entre sus dedos sin escaparse. Se reía, chapoteaba, bebía hasta saciarse.

Pero al despertar, solo estaba el mismo calor, el mismo bidón vacío esperándolo. Y otra vez, Carlitos caminó...

EPILOGO

En algún lugar del mundo, un niño abre un grifo y el agua cae, abundante y limpia. En otro, Carlitos sigue recorriendo kilómetros bajo el sol, preguntándose si algún día su sed tendrá fin.

PARA REFLEXIONAR...

Esto es Parte del Mundo en que Vivimos



TOMA CONCIENCIA SOBRE LA ESCASEZ DE AGUA EN EL PLANETA Y SU IMPACTO EN LA POBLACION INFANTIL.



NIÑOS Y ESCASEZ DE AGUA

700 niños mueren cada día por enfermedades relacionadas con la falta de agua potable y el saneamiento.

DIMENSION EDICION DIGITAL

Directora: Cristina Garcia / Publisher: Andres Garcia

Asesor legal: Abogado, Manuel, J. Garcia

Diseño: Kanton Productions / Fotografia: Felicia Perez

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

BUSQUENOS EN: WWW.DIMENSIONNEWSPAPER.COM

Debate about new city regulations

BRIAN P. STACK

ALCALDE DE UNION CITY Y SENADOR ESTAL, NJ

*Los
Intereses
del
Pueblo
son lo
Primero..*

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



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

NO PAGADO CON DINERO DE LOS CONTRIBUYENTES.

Biden Enfrenta Diagnóstico de Cáncer de Próstata Avanzado en Medio de Tensiones Políticas

En un giro impactante que trasciende las divisiones partidistas, el expresidente Joe Biden, de 82 años, ha sido diagnosticado con un cáncer de próstata agresivo en etapa metastásica, según reveló el reconocido médico Marc Siegel en declaraciones a medios estadounidenses. El diagnóstico, que muestra diseminación a los huesos, presenta un pronóstico complejo con una tasa de supervivencia a cinco años del 30-40%.

Detalles Clínicos del Caso

Detección: Hallado mediante examen físico (no a través de PSA elevado, lo que sugiere detección tardía).

Gravedad: Metástasis ósea confirmada, lo que implica dolor crónico, fatiga y riesgo de fracturas.

Tratamiento: Combinación de terapia hormonal (Lupron/Casodex), radioterapia paliativa y posible prostatectomía.

Desafío: Los efectos secundarios (debilidad, pérdida de masa muscular) son particularmente riesgosos para un octogenario.

"Es sorprendente que haya llegado a esta etapa avanzada, considerando su acceso a medicina de élite", admitió Siegel, cuestionando posibles fallas en su seguimiento médico previo.

Trump Rompe el Molde con Reacción Humanitaria

En un gesto que contrasta con la habitual polarización política, el expresidente Donald Trump emitió un comunicado conciliador:

"Melania y yo elevamos nuestras oraciones por Biden en este momento difícil. La salud trasciende ideologías".

Este posicionamiento, inusual en la política actual, ha sido interpretado como un llamado a priorizar la empatía sobre la rivalidad, incluso frente a adversarios históricos.

Reflexiones Más Allá de lo Personal

El caso reabre debates urgentes: **Edad y Liderazgo:** ¿Deben existir límites de edad para cargos de alto



estrés?

Transparencia Médica: La obligación de divulgar condiciones de salud en figuras públicas.

Cultura Política: Cómo equilibrar rendición de cuentas con humanidad ante crisis personales.

Un Momento para la Unidad Transitoria

Mientras Biden inicia su batalla contra la enfermedad —que incluirá quimioterapia según fuentes cercanas—, el país enfrenta una paradoja: cómo criticar legados políticos sin deshumanizar a quienes los encarnan.

"La compasión no borra los errores, pero recuerda que hasta los poderosos son mortales", reflexionó el analista político David Brooks en el NYT.

Este diagnóstico, más que un evento médico, se ha convertido en un espejo de la madurez colectiva de una nación fracturada. La pregunta ahora es si Estados Unidos sabrá responder con la misma altura mostrada —inesperadamente— por su más polarizante expresidente.

FALLO DEL SISTEMA MÉDICO PRESIDENCIAL: ¿CÓMO SE PASÓ POR ALTO EL

CÁNCER AVANZADO DE BIDEN?

El reciente diagnóstico de cáncer de próstata metastásico en el expresidente Joe Biden ha expuesto graves deficiencias en el protocolo médico presidencial de Estados Unidos, considerado históricamente como el gold standard en atención médica preventiva. A sus 82 años, y tras décadas de acceso a cuidados de élite, ¿cómo es posible que su cáncer se detectara solo en fase IV con metástasis ósea? Expertos señalan un fracaso sistémico que demanda investigación urgente.

Las Fallas Clave del Sistema PSA:

Exámenes Omitidos o Malinterpretados?

El antígeno prostático específico (PSA) es el primer indicador de alerta.

Biden, como expresidente, debía someterse a pruebas anuales obligatorias según protocolos del Centro Médico Militar Nacional Walter Reed.

Inconsistencia: El Dr. Siegel reveló que el diagnóstico vino de un "examen físico", no de PSA elevado. ¿Se ignoraron resultados previos?

Brecha en los Chequeos

Anuales

Los reportes médicos públicos de Biden (2021-2023) no mencionaron anomalías prostáticas.

Sin embargo, cánceres agresivos suelen mostrar síntomas en 3-5 años. ¿Hubo negligencia en las revisiones?

El Factor Edad: Riesgo Subestimado

Hombres mayores de 65 años tienen 60% más probabilidad de desarrollar cáncer prostático.

Biden, al ser paciente de alto riesgo, requería biopsias preventivas, no solo PSA.

Comparativa con Otros Presidentes

Presidente R. Reagan 74 años de edad. Cáncer de Colon /Temprana (endoscopia rutinaria)

G. W. Bush: 68 años de edad. Melanoma / Preventiva (chequeo dermatológico).

J. Biden: 82 años de edad. Próstata (metastásico) Tardía (síntomas físicos)

Consecuencias Políticas y Legales

Auditorías pendientes: El Comité de Supervisión de la Cámara ya exige revisar los registros médicos de Biden.

Responsabilidad del equipo: Los médicos de la Casa Blanca (2021-2024) podrían enfrentar demandas por mala praxis.

Impacto en seguridad nacional: Un presidente con cáncer avanzado en ejercicio habría representado un riesgo sistémico.

Lecciones para el Futuro

Exámenes obligatorios con imágenes (MRI/PSMA PET-CT) para líderes mayores.

Transparencia médica total, sin ediciones políticas.

Límites de edad con evaluaciones geriátricas para cargos de alto estrés.

Fue un Error Médico... o Algo Más?

Mientras algunos atribuyen el caso a incompetencia, otros especulan sobre un posible encubrimiento para evitar debates sobre su capacidad durante su mandato.

La verdad deberá esclarecerse en audiencias públicas.



Senador Estatal
Brian P. STACK

SU VOTO

Marca La Diferencia

La Importancia de Participar en las Elecciones



Estimado/a amigo/a,

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

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

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

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

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

Atentamente,

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

EL EQUIPO DE BRIAN STACK



Candidata para
Gobernador
Mikie SHERRILL



Re-Elija
Asambleísta
Gabriel RODRIGUEZ



Candidato para
la Asamblea
Larry WAINSTEIN



Candidato
para Alguacil
Jimmy DAVIS

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

El culantro y el cilantro son hierbas aromáticas utilizadas en la cocina, pero son plantas diferentes con características distintivas. Aquí te explico sus principales diferencias:

1. Nombre científico y familia

Cilantro (Coriandrum sativum): Pertenece a la familia Apiaceae (como el perejil y el eneldo).

El cilantro, también conocido como perejil chino

Culantro (Eryngium foetidum):

Pertenece a la misma familia (Apiaceae), pero es de un género distinto.

2. Apariencia Cilantro:

Hojas pequeñas, redondeadas y delicadas, similares al perejil.

Tallos delgados y verdes.

Se consume principalmente las hojas frescas.

Culantro:

Hojas largas, dentadas y más duras (parecidas a las de un diente de león o una espina).

Crece en roseta y tiene un tallo central.

Se usan tanto las hojas como los tallos.

3. Sabor y aroma

Cilantro:

Aroma fresco y cítrico, con un toque ligeramente picante.

Algunas personas perciben un sabor jabonoso debido a compuestos genéticos.



Culantro:

Sabor más intenso, amargo y picante que el cilantro.

Aroma fuerte y persistente, por lo que se usa en menor cantidad.

4. Uso Culinario

Cilantro:

Común en la cocina mexicana, india, tailandesa y mediterránea.

Se usa fresco en salsas, guacamole, ceviche y currys.

Culantro:

Popular en el Caribe, Centroamérica, Sudamérica y Asia.

Se usa en sopas, guisos, sofritos y adobos (como en la cocina puertorriqueña o dominicana).

Soporta mejor la cocción que el cilantro.

5. Disponibilidad

Cilantro: Más fácil de encontrar en supermercados a nivel mundial.

Culantro: Más común en mercados latinos, caribeños o asiáticos.

RESUMEN

Característica Cilantro (Coriandrum sativum) Culantro (Eryngium foetidum)

Hojas Pequeñas, redondeadas, Alargadas, dentadas

Sabor Fresco, cítrico, intenso amargo, picante.

Uso en cocina: Crudo (ensaladas, salsas) Cocido (guisos, sopas)

Disponibilidad Mundial.

Regional

(Latinoamérica/Asia)

Si alguna receta pide culantro y no lo encuentras, puedes sustituirlo por cilantro, pero usando menos cantidad por su mayor intensidad.

Necesitas más detalles sobre cómo usarlos en alguna receta.

Escribenos a :

communications@dimensionnewspaper.com

Como bono adicional estaras recibiendo gratis las dos ediciones mensuales la revista

“DIMENSION DIGITAL “.



VISITA NUESTRA PAGINA EN FACEBOOK "DIMENSION DIGITAL"



LA CASONA RESTAURANT
CUBAN AND SALVADORIAN CUISINE



LA CASONA RESTAURANT
CUBAN & SALVADORIAN GOURMET STYLE CUISINE

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

MONDAY THROUGH FRIDAY LUNCH SPECIALS FROM \$10.95



DOWNLOAD OUR FULL MENU



HOME OR OFFICE DELIVERY WITH GRUBHUB, UBER EATS, DOORDASH

OR ORDER DIRECTLY ON LACASONANJ.COM

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

Menu: lacasonanj.com



OPENING HOURS | DELIVERY HOURS

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



NUEVO FORMATO DE BOLETA

¡SU VOTO ES MUY IMPORTANTE!

Elección Primaria – martes, 10 de junio de 2025

Estimado/a Amigo/a:

Le escribo esta carta con respecto a las elecciones primarias demócratas que se celebrarán el martes 10 de junio. En esta elección se votará por Gobernador, Asamblea, y el Sheriff del Condado de Hudson.

No puedo enfatizar lo suficiente la importancia de esta elección. Lo más importante es nuestro apoyo a **Mikie Sherrill para Gobernadora**. Mikie conoce nuestra comunidad y luchará todos los días por nosotros. Nadie trabajará más arduamente por nuestros residentes.

Ella no es una política tradicional y será accesible para nosotros. Lo más importante es que tiene un historial comprobado de trabajo a favor del pueblo. También está buscando la reelección como nuestro Asambleísta **Gabriel Rodríguez**, un joven brillante que trabaja con dedicación para lograr resultados para nuestro condado. Su compañero de carrera es **Larry Wainstein**, quien se postula como nuestro Asambleísta, y **Jimmy Davis** como nuestro candidato a Sheriff.

Ahora tiene tres maneras fáciles de votar:

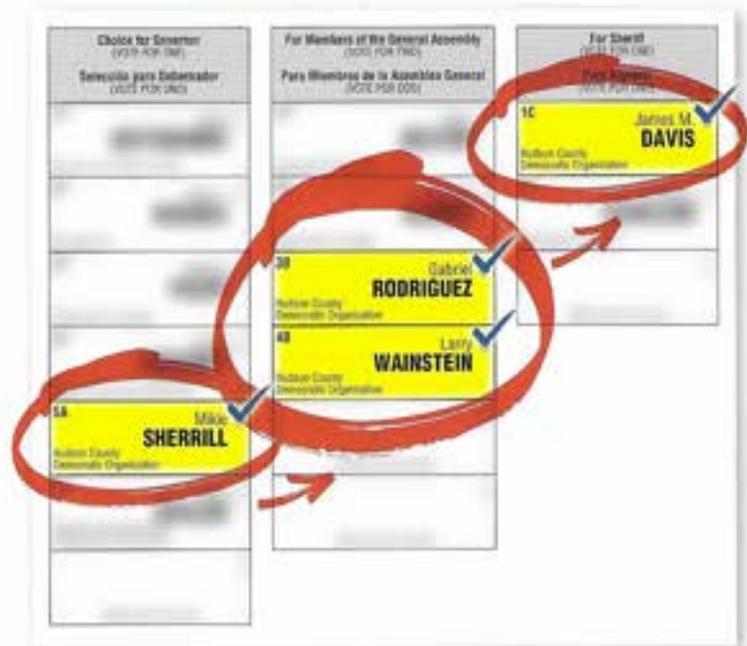
- 1 Las fechas de votación** anticipada son: 3, 4, 5, 6, 7 y 8 de junio. Nuestro distrito cuenta con 21 lugares convenientes para votar.
- 2 El Día de las Elecciones**, los centros de votación estarán abiertos de 6:00 a.m. a 8:00 p.m. y usted podrá votar en su lugar de votación habitual utilizando una máquina de votación fácil de usar.
- 3 Voto por Correo**. Por favor, comuníquese conmigo al 201.376.1942 si necesita ayuda.

Su voto es importante para nuestra comunidad y nuestro estado. Mikie, Gabe, Larry y Jimmy son nuestras voces. Por favor, no dude en llamarme en cualquier momento, los siete días de la semana, si puedo ayudarle en algo.

Su amigo,
Brian P. Stack

Brian P. Stack

Alcalde
Celular: 201-376-1942
Correo electrónico: mayorstack@ucnj.com



VOTE DEMOCRÁTA EL MARTES 10 DE JUNIO



5A

Candidata para
Gobernador
Mikie SHERRILL



3B

Re-Elija
Asambleísta
Gabriel RODRIGUEZ



4B

Candidato para
la Asamblea
Larry WAINSTEIN



1C

Candidato para
Alguacil
Jimmy DAVIS

CARPACCIO Y STEAK TARTARE

DOS DELICIAS "GOURMET" A BASE DE CARNE CRUDA

El plato francés más famoso elaborado con carne cruda es el Steak Tartare (o simplemente Tartare).

Qué es el Steak Tartare?



Consiste en carne de res cruda picada finamente (generalmente cortes tiernos como el lomo o el filete), mezclada con ingredientes como:

- * Yema de huevo cruda.
- * Cebolla o chalotas picadas.
- * Alcaparras.
- * Mostaza.
- * Salsa Worcestershire.
- * Perejil fresco.
- * Sal, pimienta y a veces tabasco.

Se sirve tradicionalmente con tostas de pan o papas fritas (frites).

Origen

Aunque su nombre sugiere una conexión con los tártaros (pueblos de Asia Central), en realidad es un plato francés-belga que se popularizó en bistrós parisinos a principios del siglo XX.

Variantes

Tartare de atún: Versión con pescado crudo, influenciada por la cocina japonesa.

Tartare de salmón: Similar al de atún, pero con salmón fresco.

En algunos lugares se prepara con caballo (especialmente en Bélgica).

Precauciones

La carne debe ser fresca y de alta calidad, preferiblemente cortada al momento.

Se recomienda que provenga de carnicerías de confianza para evitar riesgos bacterianos.

Si te gustan los sabores intensos y texturas delicadas, ¡es una experiencia culinaria única! ¿Quieres una receta auténtica para prepararlo?

Carpaccio

Otro plato francés con carne cruda (pero menos conocido) es el Carpaccio, aunque es de origen italiano y lleva láminas de carne finamen-



te cortadas, aderezadas con limón, aceite de oliva y queso parmesano.

Curiosidades del "Carpaccio y el "Steak Tartare"

El carpaccio y el steak tartare son dos platos icónicos de carne cruda, pero con historias y datos curiosos muy distintos! Aquí te dejo algunas curiosidades fascinantes sobre cada uno:

CARPACCIO: EL ARTE DE LA CARNE EN LÁMINAS

Origen veneciano

Fue inventado en 1950 en el famoso Harry's Bar de Venecia (Italia), el mismo lugar donde se creó el Bellini.

Su nombre es un homenaje al pintor Vittore Carpaccio, conocido por sus tonalidades rojizas (como el color de la carne cruda).

Originalmente era de carne de res

La receta clásica lleva filete de ternera cortado en láminas finísimas, aderezado con limón, aceite de oliva, queso parmesano y rúcula.

Hoy hay versiones con salmón, atún, venado e incluso vegetales (como remolacha o calabacín).

Se Popularizó Gracias a Una Condesa

La condesa Amalia Nani Mocenigo tenía prohibido comer carne cocida por su médico, así que el chef del Harry's Bar creó este plato para ella.

Por qué se corta tan fino?

El corte papel fino no solo es estético: ayuda a que la carne se "cocine" ligeramente con el ácido del limón o el vinagre (como en un ceviche).

Dato Gourmet:

En algunos restaurantes, el carpaccio se corta con máquina de fiambre para lograr el grosor perfecto.

STEAK TARTARE: LA LEYENDA DE LOS JINETES TÁRTAROS

Viene de los mongoles?

La leyenda dice que los guerreros tártaros (mongoles) colocaban carne bajo sus monturas para ablandarla cruda con el movimiento del caballo. ¡Pero es un mito!

En realidad, el plato es francés-belga y se popularizó en París a principios del siglo XX.

Se Servía con Ostras

En el siglo XIX, el steak à l'américaine (predecesor del tartare) se acompañaba con ostras crudas.

El huevo es Clave

La yema cruda no solo añade cremosidad: en el pasado, se creía que ayudaba a "cocinar" la carne (similar al efecto del limón en el carpaccio).

Con o sin Mostaza?

Hay dos estilos:

A la francesa: Con mostaza, alcaparras y salsa Worcestershire.

A la belga: Más simple (solo cebolla, perejil y aceite).

Versiones Curiosas

En Corea, existe el yukhoe, un tartare de res con pera y salsa de sésamo.

En Etiopía, el kitfo se hace con carne picada y especias berberé.

CUÁL ES MÁS PELIGROSO?

Ambos requieren carne fresca y

de calidad para evitar bacterias.

El carpaccio suele ser "más seguro" porque el ácido del limón desnaturaliza proteínas (como en el ceviche).

El tartare tradicional no usa ácido, por eso en algunos países se sirve parcialmente congelado para reducir riesgos.

CURIOSIDAD FINAL

En 2008, un estudio reveló que los amantes del steak tartare tienen mayor tolerancia al riesgo (¡no solo gastronómico, sino en la vida cotidiana!).

Te atreverías a probarlos?

Si quieres una receta paso a paso de alguno de los dos escríbenos a:

communications@dimension-newspaper.com

Con gusto te enviaremos diferentes recetas y además comenzarás a recibir completamente gratis las dos ediciones mensuales de "DIMENSION DIGITAL"



VISITA NUESTRA PAGINA EN FACEBOOK "DIMENSION DIGITAL"



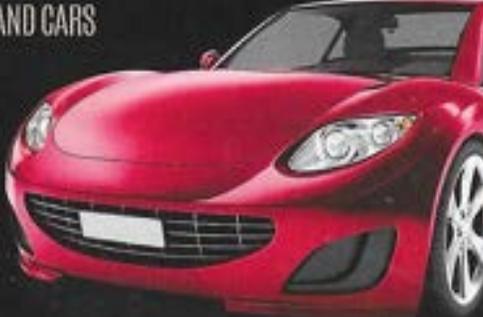
CTR Auto Body LLC

SPECIALIST IN PAINTING, COLLISION AND INSURANCE CLAIMS

FIBER GLASS, AUTO GLASS FOR TRUCK AND CARS

Ph: (201) 590-8959 / (201) 927-2146
Fax: 201-590-8960
ctrresolution4u@yahoo.com

418 Golden Lane, Union City NJ, 07087





CHOOSE THE RIGHT

SPECIALIST IN PAINTING, COLLISION, INSURANCE CLAIMS, TOWING SERVICES AND COMPUTER ESTIMATES

WE WORK WITH ALL INSURANCE COMPANIES!!!



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!



En 2025, varias cantantes de baladas siguen destacando en la escena musical internacional, combinando trayectorias consolidadas con nuevas promesas. Aquí tienes algunas de las más famosas:

Cantantes Consagradas (Clásicas y en Activo)

Celine Dion – A pesar de sus problemas de salud en 2023-2024, sigue siendo un ícono de las baladas románticas ("My Heart Will Go On", "Because You Loved Me").

Whitney Houston (Legado) – Aunque fallecida, su influencia perdura, y hologramas o tributos la mantienen vigente.

Adele – Tras su regreso en 2023 con "30", sigue siendo la reina de las baladas emotivas ("Easy on Me", "Hello").

Laura Pausini sigue en la cima con

giras y nuevas versiones.

Nuevas y Relevantes en 2025

Tini Stoessel – Aunque más pop, ha incursionado en baladas acústicas ("Cupido", "La Loto").

Rosalía – En 2024-2025 lanzó baladas flamencas influenciadas por el folklore español.

Karol G – Tras su etapa reggaetonera, sorprendió con baladas como "Amargura" (versión acústica).

Danna Paola – Con baladas pop como "Sodio" y "XT4S1S", sigue sonando fuerte.

Revelación en Baladas 2024-2025

Sofía Reyes – Su álbum "Milamores" incluye baladas pop con toques latinos.

Natalia Lacunza (España) – Joven promesa con baladas indie melancólicas.

Mención Especial: **K-Pop Baladas**

IU (Lee Ji-eun) – La reina de las baladas coreanas sigue dominando con su voz emotiva.

TAEYEON (SNSD) – Sus solos como "Fine" o "Four Seasons" son éxitos globales.

Quién Está Sonando Más en 2025?

Tendencias: Las baladas acústicas y fusión (flamenco, R&B) están en auge.

Redes sociales: Artistas como Dvicio

o Morat (aunque son grupos) colaboran con cantantes femeninas en baladas virales.

Si buscas "la voz femenina de baladas del momento", Adele, Rosalía y TINI son las más escuchadas, pero Danna Paola y Natalia Lacunza están ganando terreno.

Datos Curiosos

La balada más larga del mundo "The Rise and Fall of Bossanova" dura 13 horas (creada para un récord Guinness).

Por qué se Lllaman "Baladas"?

Viene del italiano ballare ("bailar"), aunque hoy son canciones lentas. En sus inicios, se acompañaban con danza.

La balada más Versionada

"Hallelujah" de Leonard Cohen tiene más de 300 versiones (Jeff Buckley, Pentatonix, etc.).

Un éxito por Accidente

"My Heart Will Go On" (Celine Dion) casi no se incluye en Titanic. James Cameron la rechazó al principio.

Secretos de las Baladas Románticas

El poder de los "gritos" emotivos. Whitney Houston grabó el famoso final de "I Will Always Love You" en una sola toma.

La nota más alta en una balada

Mariah Carey llega a G#7 en "Emo-

tions" (casi imposible de cantar).

Baladas que Salvan Vidas

En 2011, "Someone Like You" (Adele) redujo los suicidios en Reino Unido, según un estudio.

Récords y Curiosidades Modernas

La balada más streamed: "Thinking Out Loud" (Ed Sheeran) superó los 3 mil millones en Spotify. El "efecto llanto": Científicos descubrieron que las baladas activan la misma zona cerebral que el dolor emocional.

Balada o Bolero?

Muchas canciones llamadas "baladas" en Latinoamérica (ej: "Bésame Mucho") son técnicamente boleros.

Baladas en Español:

Datos Únicos

La balada más robada: "Amor Eterno" (Juan Gabriel) se canta en funerales hasta en Japón.

Una Balada Presidencial

En 1994, el presidente argentino Carlos Menem grabó un disco de baladas ("Carlos Menem canta para usted").

Bonus: ¿Sabías que Freddie Mercury compuso "Love of My Life" (Queen) en 10 minutos.

La balada "Total Eclipse of the Heart" (Bonnie Tyler) originalmente era una canción de vampiros. En Corea, las baladas son tan populares que hay programas de TV solo dedicados a ellas.

La Tinajita PIZZERIA CUBANA
www.LaPizzaCubana.com

ESPAGUETI SPAGHETTI

- Napolitanos Napolitanos \$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

PAN DE AJO GARLIC BREAD 3x \$1.50

APERITIVOS APPETISERS

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

JUGOS | JUICES

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

BATIDOS | SHAKES \$6

- Mazey | Strawberry Fresa | Strawberry Smoothie | Smoothie
- Mango | Mango Trigo | Wheat Chocolate | Chocolate Mora | Blackberry Maracuyá | Passion Fruit

POSTRES DESSERTS

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

La Tinajita PIZZERIA CUBANA
www.LaPizzaCubana.com

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

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

PIZZA CUBANA PERSONAL | SMALL PAN PIZZA

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

WE DELIVER! 201-867-4566



TURQUÍA

Que Tipo de Gobierno Existe en Turquía

Turquía tiene un sistema presidencialista con características híbridas que combinan elementos democráticos y autoritarios, bajo el liderazgo dominante de Recep Tayyip Erdoğan. Aquí un desglose detallado:

1. Estructura Formal (Según la Constitución)

República presidencialista: Desde el referéndum de 2017, Turquía abandonó el sistema parlamentario y adoptó un modelo donde el presidente es jefe de Estado y de gobierno, con amplios poderes.

Sin primer ministro: El cargo fue eliminado. El presidente nombra directamente a su gabinete.

División de poderes (en teoría):

Ejecutivo: Presidente + vicepresidentes.

Legislativo: Asamblea Nacional (600 diputados).

Judicial: Tribunales independientes (pero en la práctica, sometidos al ejecutivo).

2. Realidad Política Actual (Autoritarismo Competitivo)

Dominio de Erdoğan: Lleva en el poder desde 2003 (primero como PM, luego como presidente). Reelegido en 2023 en elecciones cuestionadas por sesgo mediático y uso de recursos estatales.

Control sobre Instituciones:

Medios: 90% de medios progubernamentales (RSF lo clasifica como ("no libre").

Judicatura: Purga masiva tras el intento de golpe de 2016 (4,000 jueces destituidos).

Fuerzas armadas: Antiguo contrapeso al poder, ahora bajo control presidencial.

Represión a oposición: Ejemplo: alcalde de Estambul, Ekrem İmamoğlu, condenado a prisión en 2022 por "insultar a funcionarios".

3. Sistema Electoral

Elecciones cada 5 años (presidenciales y legislativas).

Umbral del 7%: Partidos que no superan este porcentaje pierden representación (favorece al AKP de Erdoğan).

Denuncias de fraude: En 2023, la OSCE reportó "uso desproporcionado de recursos estatales" por el oficialismo.

4. Características de Turquía (Realidad).

Autoritarismo

Prensa: Censura y autocensura.

Líder único prolongado: Erdoğan (20+ años)

5. Es Turquía una Democracia?

Según The Economist (2023): Clasificada como "régimen híbrido" (ni democracia plena ni dictadura).

Freedom House: Puntaje 32/100 ("no libre").

Clave: Existe oposición y elecciones, pero con sesgo sistémico a favor del oficialismo.

Conclusión

Turquía es formalmente una república presidencialista, pero en la práctica funciona como un régimen autoritario con fachada electoral, donde Erdoğan concentra poder ejecutivo, influye en el legislativo y controla el judicial. Un modelo cercano al de Rusia o Hungría, pero con raíces históricas laicas (herencia de Atatürk) que aún generan tensiones internas.

En la era digital, nuestros datos son el nuevo "oro". Desde redes sociales hasta apps de bancos, cada clic, like o búsqueda queda registrado. Pero ¿quién controla esta información?, ¿cómo se usa?, y ¿qué riesgos implica? Aquí un análisis profundo.

* Qué datos personales recopilan las empresas?

No solo son tu nombre y correo. Las plataformas recolectan:

* Datos explícitos:

Nombre, edad, ubicación (lo que tú ingresas en formularios).

Historial de compras (Amazon, Mercado Libre).

Fotos y mensajes privados (Facebook, WhatsApp).

* Datos implícitos (los más invasivos):

Huella digital: Patrones de tecleo, hora de uso del celular.

Reconocimiento facial: Fotos etiquetadas en redes o cámaras públicas.

Metadatos: Con quién hablas, cuánto tiempo, desde dónde (aún en chats "encriptados").

Hábitos de navegación: Webs visitadas, tiempo en cada página (Google, cookies).

¿Quién Accede a Estos Datos?

1. Empresas tecnológicas

Google y Facebook: Rastrear tu actividad incluso fuera de sus plataformas (píxeles de seguimiento).

TikTok: Polémica por su conexión con servidores en China (¿datos al gobierno?).

Bancos y seguros: Analizan tu comportamiento para ofrecerte créditos o subir primas.

2. Gobiernos y Agencias

Leyes como la PATRIOT Act (EE.UU.): Acceso a datos "por seguridad nacional".

China y su sistema de crédito social: Usan reconocimiento facial para vigilar ciudadanos.

3. Hackers y Mercados Negros

Filtraciones masivas: En 2021, datos de 533 millones de usuarios de Facebook se filtraron en un foro.

Suplantación de identidad: Con solo tu teléfono y dirección, pueden vaciar cuentas bancarias.

* Riesgos de la pérdida de privacidad
Manipulación publicitaria: Anuncios hiperpersonalizados que influyen en decisiones (ej: elecciones políticas).
Discriminación algorítmica: IA que rechaza currículums por edad, género o raza.
Extorsión y doxxing: Exponer datos



privados para amenazar (común en redes como 4chan).

* Cómo proteger tus datos?

Para usuarios comunes:

Usa navegadores privados: Brave, Firefox + extensiones como uBlock

Origin.

Revisa permisos de apps: ¿Por qué TikTok necesita acceso a tus contactos?

Autenticación en dos pasos (2FA): Evita el 99% de hackeos.

Congela tu crédito: En EE.UU./México, evitan fraudes con tu identidad.

Para nivel avanzado:

VPNs confiables: ProtonVPN, Mullvad (nada de "gratis").

Correos encriptados: ProtonMail, Tutanota.

OS alternativos: Linux para evitar spyware de Windows/macOS.

* Qué dice la ley?

GDPR (Europa): Multas millonarias si empresas no protegen datos.

Ley de Protección de Datos (México/Latam): Aún débil en aplicación.

California Consumer Privacy Act (CCPA): Permite pedir a empresas que borren tus datos.

Problema: Las leyes van detrás de la tecnología. Mientras, empresas como Meta (Facebook) ganan \$100 mil millones al año vendiendo publicidad basada en tus datos.

El Futuro:

Privacidad o Control Total?

Web3 y blockchain: Prometen devolver el control al usuario (pero son técnicas aún).

Apple vs. Facebook: La batalla por el rastreo (iOS 14.5 dejó elegir si compartir datos).

Metaverso: ¿Nuevo nivel de vigilancia? (gafas de realidad virtual rastrean movimientos oculares).

Vivimos en la paradoja de querer tecnología conveniente pero privacidad absoluta. Mientras, gobiernos y corporaciones siguen expandiendo su poder sobre nuestros datos.

Estás dispuesto a cambiar comodidad por seguridad?

Comparativa:

¿Qué país protege más la privacidad en 2024?

La protección de datos personales varía drásticamente según el país, dependiendo de sus leyes, cultura digital y nivel de vigilancia estatal.

Aquí un ranking comparativo basado en legislación, transparencia gubernamental y prácticas corporativas.

Top 5 Países con Mejor Protección de Privacidad

1. Suiza

Leyes: No es parte de la UE, pero tiene el Federal Data Protection Act (FADP) más estricto que el GDPR.

Ventajas:

Neutralidad histórica: menos vigilancia estatal.

Multas altas por filtraciones (hasta CHF 250,000).

Desventaja: Almacenamiento de datos financieros (bancos suizos cooperan con investigaciones internacionales).

2. Islandia

Leyes: Adopta el GDPR y suma su propia ley de privacidad.

Ventajas:

Prohibición de vigilancia masiva.

Refugio para medios libres (ej: WikiLeaks usó servidores aquí).

3. Estonia

Leyes: GDPR + sistema de e-governance con cifrado avanzado.

Ventajas:

Ciudadanos controlan quién accede a sus datos estatales.

Identidad digital segura (tarjeta ID con blockchain).

4. Alemania

Leyes: GDPR + regulaciones locales estrictas.

Ventajas:

Multas récord (ej: €1.2B a Meta en 2023).

Cultura anti-vigilancia (tras el historial de la Stasi).

5. Canadá

Leyes: PIPEDA (similar al GDPR, pero menos poder de multa).

Ventajas:

Prohíbe la venta de datos sin consentimiento explícito.

Resistencia a compartir datos con EE.UU. (ej: Microsoft almacena datos de canadiense en su territorio).

Países con Riesgo Alto de Vigilancia

1. China

Sistema de crédito social: Usa reconocimiento facial y datos de redes sociales para puntuar ciudadanos.

Leyes: Empresas deben compartir datos con el gobierno (Ley de Ciberseguridad).

2. EE.UU.

Problemas:

Sin ley federal de privacidad (solo estatales como CCPA en California).

PRISM (NSA): Vigilancia masiva revelada por Edward Snowden.

Empresas como Google/Facebook venden datos a terceros.

3. Rusia

Ley de soberanía digital: Datos de ciudadanos rusos deben almacenarse en servidores locales.

Yarovaya Law: Obliga a empresas a dar acceso a comunicaciones cifradas al gobierno.

4. India

Leyes ambiguas: Permiten al gobierno exigir datos de usuarios sin orden judicial.

Aadhaar: Base de datos biométrica con filtraciones recurrentes.

Ranking Global (Resumen)

Posición	País	Puntos clave
1°	Suiza	Leyes estrictas + neutralidad política
2°	Islandia	GDPR + santuario de datos
3°	Estonia	Identidad digital cifrada
4°	Alemania	Multas millonarias a empresas
5°	Canadá	PIPEDA + rechazo a vigilancia extranjera

1° Suiza: Leyes estrictas + neutralidad política

2° Islandia: GDPR + santuario de datos

3° Estonia: Identidad digital cifrada

4° Alemania: Multas millonarias a empresas.

5° Canadá: PIPEDA + rechazo a vigilancia extranjera

Últimos Lugares

China/EE.UU./Rusia Vigilancia masiva y leyes pro-gobierno

Factores Clave en la Comparativa

Legislación: ¿Existe una ley tipo GDPR? ¿Hay multas por mal uso de datos?

Vigilancia estatal: El gobierno espía a sus ciudadanos? (ej: China vs. Suiza).

Transparencia corporativa: ¿Facebook/Google cumplen normas locales?

Historial de filtraciones: ¿Ha habido hackeos masivos? (ej: India con Aadhaar).

Tendencias Globales

Europa lidera gracias al GDPR.

Latinoamérica mejora: Brasil (LGPD) y Argentina (Ley 25.326)

avanzan, pero falta fiscalización.

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



Curiosidades de la Gramática Española que te Sorprenderán

El español es un idioma lleno de rarezas, contradicciones y datos fascinantes que ni los nativos suelen notar. Aquí tienes algunas curiosidades gramaticales que demuestran lo rica (y a veces loca) que es nuestra lengua.

Letras y Sonidos Extravagantes

1. La "Ñ" es 100% española

Es la única letra del alfabeto español que no existe en latín. Surgió en la Edad Media como abreviación de "nn" (ej: anno → año).

En otros idiomas se usa "ny" (España → Spain en inglés, pero Espagne en francés).

2. La "H" muda... ¿para qué está ahí?

Palabras como huevo, hielo o horno se escriben con H por razones etimológicas (venían de la "F" latina: focum → fuego → huego → huevo).

En el siglo XVI, se pronunciaba aspirada (como en inglés house), pero luego se silenció.

3. La "U" invisible

En gue, gui, que, qui, la U no sueña... pero si lleva diéresis (ü), ¡sí cuenta!: pingüino, vergüenza.

Palabras que Rompen las Reglas

4. El único verbo con "Y" en futuro

"Yo iré, tú irás..." → El futuro de "ir" es el único verbo con Y en su conjugación (iré, irás, irá...).

5. "Presidenta" existe, pero "clienta" no.

Aunque el femenino de presidente es aceptado (presidenta), palabras como cliente, estudiante o gerente no tienen femenino oficial (se usa el masculino para ambos géneros).

6. Palíndromos perfectos

Frases que se leen igual al derecho y al revés:

"Dábale arroz a la zorra el abad".

"Anita lava la tina".

Preguntas Gramaticales sin Respuesta.

7. ¿Por qué "toballa" no existe?

Decimos toalla, pero silla, mesa y cuchara terminan en "-a". Error histórico? Nadie lo sabe.

8. El misterio del género en "mar"

Puede ser masculino (el mar embravecido) o femenino (la mar salada), según el contexto poético o geográfico (en España es más común "el mar", en América varía).

9. "Voy a ir" vs. "Iré"

Por qué usamos dos veces el verbo "ir" para el futuro? ("Voy a ir"). En otros idiomas, suena redundante (en inglés: "I will go", no "I go to go").

Contradicciones divertidas

10. "La pelota roja" vs. "El balón rojo"

¿Por qué pelota es femenino y balón masculino si son sinónimos? Capricho histórico.

11. "Él" con tilde, pero "el" sin tilde

La tilde diacrítica diferencia el artículo (el libro) del pronombre (él llegó). Pero en "te" y "té", la tilde marca el significado (té = bebida).

12. "Solo" ya no lleva tilde (pero algunos lo extrañan)

La RAE eliminó la tilde en solo (antes "sólo" = solamente) en 2010, pero muchos puristas aún la usan.

Variantes Regionales Raras

13. "Vos" vs. "Tú"

En Argentina, Uruguay y Centroamérica usan "vos" en vez de "tú", con su propia conjugación: "Vos tenés" (no tú tienes).

14. "Coche", "carro" o "auto"

Depende del país:

España: coche.

México: carro.

Argentina: auto.

15. "Computador" vs. "Computadora"

Masculino en Colombia (computador), femenino en México (computadora).

Bonus: Datos para impresionar

La palabra más larga del español es "electroencefalografista" (23 letras).

"Oía" es la única palabra con tres vocales seguidas que forma sílaba (*o-í-a*).

"Reconocer" es un palíndromo perfecto.



La Primera Tabla de "Surf" de la Historia: Orígenes y Evolución

El surf es uno de los deportes acuáticos más antiguos, pero ¿cómo eran las primeras tablas? Aquí te contamos la fascinante historia de los orígenes de este objeto icónico.

Los inicios en Polinesia (siglos IV-V d.C.)

La primera evidencia del surf se remonta a la cultura polinesia, específicamente en Hawái, donde lo llamaban "he'e nalu" (deslizarse sobre las olas).

Materiales: Las tablas se tallaban a mano de troncos de árboles nativos como wiliwili, koa o ulu).

Forma: Eran pesadas, gruesas y podían medir hasta 5 metros (para la realeza) o 3 metros (para plebeyos). Sin quillas: Se controlaban con los pies y las manos.

Ejemplo famoso: Las tablas "olo" (usadas por reyes) y "alaia" (más cortas, para el pueblo).

La "modernización" en el siglo XX En 1907, el hawaiano George Freeth

(llamado "el hombre que caminó sobre el agua") popularizó el surf en California, usando tablas de madera maciza. Pero el gran cambio llegó con:

1. Duke Kahanamoku (1910-1920)

El padre del surf moderno usó tablas de secoya de más de 4 metros y 50 kg.

Sus exhibiciones en Australia y EE.UU. convirtieron el surf en un fenómeno global.

2. La revolución del diseño (1926-1946)

Tom Blake inventó la tabla hueca (madera de secoya con refuerzos

internos), reduciendo el peso a 30 kg.

Primeras quillas (1935): Inspiradas en barcos, mejoraron el control.

3. La era de la fibra de vidrio (años 50-60)

Materiales: Poliuretano + fibra de vidrio (más ligeras y maniobrables).

Pioneros: Bob Simmons (tablas aerodinámicas) y Hobie Alter (producción en masa).

La tabla más antigua conservada "Tabla de Oxnard" (c. 1870): Tallada en koa, perteneció al príncipe hawaia





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








Gabriel Rohaidy Medicare Plans

Licensed Agent
Se Habla Español

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

201 725-2214

MEDICARE PLANS

United Healthcare

Clover

Aetna

Horizon

Datos que te Sorprenderán

Junio no solo marca el inicio del verano en el hemisferio norte, sino que es un mes lleno de historia, festividades y rarezas. Aquí tienes datos fascinantes que quizá no conocías.

Origen del Nombre y Simbolismo
Por qué se llama "junio"?

Viene de la diosa romana Juno (esposa de Júpiter), protectora del matrimonio y la familia.

Otra teoría lo relaciona con "iuniores" (jóvenes), en contraste con mayo ("maiores", ancianos).

Su símbolo zodiacal

Géminis (hasta el 20/21) y Cáncer (a partir del 21).

Festividades Inusuales

Día del Asteroide (30 de junio)

Conmemora el Evento de Tunguska (1908), cuando un asteroide explotó en Siberia arrasando 2,000 km².

Día de las Redes Sociales (30 de junio)

Instaurado en 2010 para celebrar su impacto global.

La Noche de San Juan (23-24 de junio)

En España y Latinoamérica, se sal-



tan hogueras para alejar malos espíritus (ritual pagano cristianizado). Junio, mes del Orgullo LGBTQ+

Conmemora los Disturbios de Stonewall (28 de junio de 1969), inicio del movimiento moderno por los derechos LGBTQ+.

Hechos Históricos Curiosos

El primer vuelo humano (5 de junio de 1783)

Los hermanos Montgolfier realizaron el primer vuelo en globo aerostático (sin pasajeros humanos, solo animales).

La coronación de la Reina Isabel II (2 de junio de 1953)

Fue la primera coronación británica televisada (27 millones de es-

pectadores!).

El día que duró 48 horas (30 de junio de 2015)

Se añadió un "segundo intercalar" para sincronizar los relojes atómicos con la rotación terrestre.

Naturaleza y Ciencia

La "Luna de Fresa" (junio)

Nombre dado por nativos americanos a la luna llena de junio, coincidiendo con la cosecha de fresas.

El solsticio de verano (20-21 de junio)

Es el día más largo del año en el hemisferio norte (y el más corto en el sur). En Stonehenge (Inglaterra), miles celebran el amanecer.

Junio, el mes más "casamentero"

Estadísticamente, es cuando más bodas se celebran (por el buen clima en EE.UU. y Europa).

Cultura Pop y Curiosidades

Músicos icónicos que nacieron en junio

Prince (7 de junio), Paul McCartney (18 de junio), Lionel Messi (24 de junio).

El "Junio Negro" de la música

En junio de 2020, 7 clásicos de Billboard #1 cumplieron 25 años: "Waterfalls" (TLC), "This Is How We Do It" (Montell Jordan), "Gangsta's Paradise" (Coolio).

La maldición de las películas en junio

En Hollywood, se considera un mes arriesgado para estrenos blockbusters (ej: "Solo: A Star Wars Story" (2018) fue un fracaso).

Datos Random

Junio tuvo 35 días en 46 a.C.: Durante la reforma del calendario juliano.

En Argentina, junio es el mes más corto (porque es invierno y los días duran menos).

La piedra de junio es la perla, símbolo de pureza.

ALFREDO'S
Tires & Auto Repair
AIR CONDITIONING

AIR CONDITIONING
ASE CERTIFIED

Special **\$99.00** AND UP

CALEFACCION

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

QR code, phone icon, and contact info: alfrde57@gmail.com, alfredoautorepair.com, 201.864.1749

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

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

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

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

IPC Certified Technician

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

PHONE 201-926-9775

GARANTIA 100% SATISFACCION GARANTIZADA

TÉCNICOS CERTIFICADOS

POR QUE NO HA CRECIDO MAS LA INDUSTRIA DE LOS LIBROS DIGITALES

La industria de los libros digitales (e-books) ha experimentado un crecimiento significativo desde su irrupción a finales de los 2000, pero no ha alcanzado el dominio absoluto que muchos pronosticaban. Estas son las razones clave:

1. Preferencia cultural por el libro físico

Experiencia sensorial: El tacto del papel, el olor a libro nuevo y la satisfacción visual de ver el progreso físico de la lectura son difíciles de replicar digitalmente.

Coleccionismo: Muchos lectores valoran los libros como objetos decorativos o símbolos de identidad cultural.

Fatiga digital: Tras horas frente a pantallas, muchos prefieren desconectarse con un libro impreso.

Dato: Según Pew Research Center (2023), el 65% de los adultos estadounidenses prefieren libros físicos, frente a un 30% que opta por e-books.

2. Limitaciones técnicas y económicas

Precio no siempre competitivo:

Los e-books suelen costar solo un 20-30% menos que la versión impresa, pese a ahorrar costos de impresión y distribución.

DRM (Gestión de Derechos Digitales): Las restricciones de copia/compartición frustran a los usuarios. Ej.: Kindle no permite prestar libros fácilmente.

Fragilidad tecnológica: Problemas de compatibilidad entre formatos (EPUB, PDF, MOBI) y obsolescencia de dispositivos.

Ejemplo: En 2022, Amazon eliminó libros comprados por usuarios debido a disputas de licencias, generando desconfianza.

3. El mercado educativo no ha migrado del todo

Textos académicos: Diagramas, fórmulas y tablas se visualizan mejor en papel. Además, muchos profesores desconfían de fuentes digitales no verificables.

Subrayado y anotaciones: Aunque los e-books permiten notas digitales, estudios muestran que la retención es menor vs. anotar manualmente (Journal of Educational Psychology, 2021).

4. Desventajas en la experiencia de lectura

Efectos visuales: La luz azul de las pantallas causa fatiga ocular, especi-

almente en lecturas prolongadas.

Distracciones: Notificaciones, hipervínculos y multitarea reducen la inmersión lectora.

Batería y acceso: Un libro físico no se "apaga" ni depende de WiFi/electricidad.

Excepción: Los lectores con e-ink (como Kindle Paperwhite) mitigan estos problemas, pero son minoría.

5. Dinámicas de la industria editorial
Intereses de las editoriales: El libro físico genera más ganancias por la percepción de valor (un bestseller en tapa dura puede costar \$30.00 vs \$12.00 en digital).

Librerías independientes: Han resistido promoviendo el libro físico como experiencia cultural, con eventos y ediciones especiales.

Impuestos: En países como España, los e-books tienen IVA más alto que los libros físicos (21% vs. 4%).

6. Demografía lectora

Generacional: Los jóvenes (Gen Z) consumen más contenido en redes sociales o audiolibros que e-books tradicionales.

Mercados emergentes: En países con baja penetración de tarjetas de crédito o infraestructura digital, el libro físico sigue siendo más accesible.

Cifras: Solo el 15% de los libros vendidos en 2023 fueron digitales (Statista), con un crecimiento anual de apenas 2-3%.

Excepciones: Donde los e-books sí dominan

Autopublicación: Plataformas como Amazon KDP favorecen e-books por su bajo costo.

Géneros específicos: Romance, ciencia ficción y erótica tienen hasta un 50% de ventas en digital (Autor Earnings Report).

Accesibilidad: Para personas con discapacidad visual, los e-books con ajuste de fuente son clave.

Un mercado estancado, pero no muerto

Los e-books no desaparecerán, pero su crecimiento se ha topado con barreras culturales, técnicas y económicas. Para despegar, necesitarían:

Precios más bajos (ej.: suscripciones ilimitadas tipo Spotify).

Mejor experiencia de lectura (avances en e-ink y DRM flexible).

Cambio generacional (si las nuevas prioridades digitales superan el apego al papel).

El futuro? Una convivencia prolongada entre ambos formatos, con nichos donde cada uno domina.

BASCUAS GROUP

Mercy Quesada
 Real Estate Advisor
 www.bascuasgroup.com

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

DONATE YOUR CAR

Support Our Veterans

Help Our Heroes

VIETNAM VETERANS OF AMERICA

Your Car Donation Supports Our Dedicated Veterans and Their Families

HELP OUR VETS

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

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

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 RODRIGUEZ

ALCALDE
BRIAN P. STACK

ALCALDE
ALBIO SIRES

ALCALDE
RICHARD TURNER

CUBA, DESPUES DEL CARBON

Por Luis F. Brizuela Cruz

“Aquí el sol y los calores insoportables. Hoy por la mañana salí a buscar un saco de carbón que había comprado y no había quien estuviera en la calle. Era cerca, pero violento el sol y es de madre, porque gas aquí no hay. El gas se ha perdido y entonces hay que cocinar con electricidad, cuando la tienes.

De hecho, ahora estoy haciendo un potaje, aprovechando que pusieron la corriente a las 3 y poder adelantar así las cosas. La gente se levanta en la madrugada a hacer arroz, ablandar frijoles, ya te podrás imaginar. Como decía mi papá, ‘cuando la gente van a los trabajos están como pescado en nevera’, no es fácil.

Antes yo salía a caminar con mi esposa por la tarde, pero con los soles es muy violento y entonces como te cogen las seis o la siete de la noche caminando con los apagones, esto no es fácil. Pero bueno, a esto es cogerle el golpe” (Mensaje de voz de un amigo de la infancia)

“Aquí no se sabe nada. Si ponen la corriente o la quitan, si es una hora o son dos o tres horas. Primo querido, ya no tengo edad para estas torturas. Las moscas y los mosquitos están acabando. No sé por qué, pues antes no veía ni una mosca. Los fumigadores ahora son ‘por cuenta propia’ y lo que cobran es imposible pagarlo. Esto primo, hay que vivirlo para saberlo. Anoche no dormí, casi sin luz y con calor, acompañados de mosquitos. Tú crees que una anciana de 83 años pueda resistir mucho tiempo más? DISCULPA primo, pero tengo que desahogarme con alguien y fuiste el elegido. Desde la madrugada estoy sentada en un balance espantando mosquitos y moscas. Sin luz, alumbrándome con una linterna y se le acabó la carga y tengo que esperar que pongan la corriente para cargar la linterna. Esto es bonito, lo que hay es que entenderlo, primo querido” (Mensaje por texto de una prima)

“En muchos territorios del país, el precio de un saco de carbón vegetal supera los 1000 pesos cubanos, una cifra inalcanzable para muchas familias cuyo salario pro-



medio apenas sobrepasa los 4000 CUP al mes (menos de quince dólares).

Esta contradicción ha generado frustración entre la población, que ve cómo el país exporta recursos vitales mientras los ciudadanos carecen de lo básico”

(Datos extraídos de CIBERCUBA) La razón por la cual sé que fue un domingo es porque eran los días que nos visitaban los familiares en los internados de La Escuela en el Campo. La razón por la que la experiencia sigue tan vívida en mi memoria después de 55 años es porque nunca antes había visitado un bohío durante mis trece años de vida en Cuba hasta esa tarde otoñal de 1970 en el microclima de Pojabo.

Aquel domingo mis padres habían negociado el transporte con un amigo de Sancti Spiritus para venir a visitarme y poco después del mediodía mi padre pidió permiso en la oficina del internado para que me permitieran acompa-

ñarlos a visitar a unos familiares que vivían a varios kilómetros, en un clásico bohío cubano de esos tiempos, cuando aún quedaba alguna esperanza y escasos vestigios de la amena vida rural de Cuba (AC) antes de Castro. El recibimiento fue con la habitual cordialidad guajira y al rato estábamos todos sentados a la mesa saboreando un ajiaco criollo que había sido cocinado durante la mañana en la cocina de carbón de los parientes. Era mi primera vez disfrutando – fascinado- las rústicas amenidades de un mundo campestre que habría de llegar a ser también daño colateral de la plaga de destrucción y extinción que se cernía sobre Cuba.

Nuestra familia de campo había evolucionado antes de la Robolución de la leña al carbón. Las carboneras cubanas -desde las de comercio local hasta las navales vilipendiadas por el castrismo como abusos estadounidenses creados por la Enmienda Platt- se

habían proliferado y el carbón era el adelanto rural o para las familias de los barrios más pobres de pueblos y ciudades a lo largo de la isla. Donde la electricidad o el gas no habían llegado aun, el económico y fácilmente asequible carbón era la fuente de energía para cocinar o calentar agua.

El pueblo cubano, rural o urbano, no podía imaginar que aquellos adelantos elementales llegarían a ser las necesidades más vitales en la tierra que el tiempo olvidaría.

En la actualidad, familiares y amigos en Sancti Spiritus recurren a fogones de carbón en los patios para preparar sus escasos alimentos. El gas ha desaparecido y la electricidad es un tenebroso juego de azar.

La demanda imperiosa de la única forma constante de combustible ha elevado los precios, haciendo el carbón casi incosteable para muchas familias. Ya ni siquiera es un factor tan determinante como hace solo unos años tener ayuda del exterior, en forma de divisas o de provisiones.

El dinero resuelve, pero solamente cuando existen los productos, incluyendo el codiciado cisco. Los alimentos están siempre en peligro de echarse a perder por la inhabilidad de preservarlos ante la falta de refrigeración al no haber corriente eléctrica consistente. Una población desnutrida y extenuada frente a los calores agoniza, aun cuando se consigue un saco de carbón a sobreprecio, ya que hay que ir a recogerlo a pie.

Entre las fotos recibidas del presurado mortuorio de mi primo Oscarito el pasado diciembre, venía una de un fogón de carbón en el patio de su vivienda. Resulta totalmente desconsolador ver que una familia que cuenta con ayuda de afuera del país (desde los dos hemisferios) padezca tales necesidades. Y que tuviera además que darle sepultura al cabeza de familia el mismo día de su fallecimiento por la imposibilidad de mantener el cadáver, debido a la escasez de electricidad y productos de preservación.

Es casi inimaginable, pero de entonces para acá ha surgido -o se ha intensificado- un nuevo reto para nuestros familiares, amigos y para todos los cubanos en la isla cautiva. ¿Qué será de Cuba después del último tizón?



BRIAN P. STACK APOYA

MIKIE
SHERRILL

PARA GOBERNADOR



Estimado/a amigo/a,

Así como en el fútbol o el béisbol, el gobierno también es un trabajo en equipo. Necesito trabajar en conjunto con otros funcionarios públicos para asegurar que recibamos los fondos, servicios e instalaciones necesarios.

Antes de respaldar a un candidato, reviso cuidadosamente su trayectoria en el servicio público. Luego me reúno personalmente con él o ella para conversar sobre su visión para nuestra comunidad y su compromiso de ayudar a nuestros residentes.

Como usted sabrá, he decidido respaldar a Mikie Sherrill como candidata a gobernadora del Estado de Nueva Jersey. Esta no fue una decisión que tomé a la ligera.

Además de contar con una trayectoria ejemplar —incluyendo su experiencia como piloto de helicóptero en la Marina, fiscal federal y actualmente como congresista — Mikie me impresionó profundamente por su compromiso con los servicios a los constituyentes. Después de todo, el servicio público se trata de eso: de ayudar a las personas.

Mikie y yo coincidimos plenamente en nuestra manera de trabajar para ayudar a la comunidad. Ella administra su oficina congresional con un enfoque claro en priorizar las necesidades de las familias locales.

Quería enviarle esta breve nota para explicarle las razones por las cuales estoy apoyando a Mikie Sherrill para gobernadora. Si tiene alguna pregunta o inquietud, no dude en comunicarse conmigo.

Atentamente,

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

¡VOTA! MARTES 10 DE JUNIO

¡VOTA ANTICIPADO!

MARTES 3 DE JUNIO - DOMINGO 8 DE JUNIO

5A

MIKIE SHERRILL
para Gobernador

3B

GABRIEL RODRIGUEZ
para la Asamblea

4B

LARRY WAINSTEIN
para la Asamblea

1C

JIMMY DAVIS
para el Alguacil

TU VOTO EN JUNIO 10 !

Vota Anticipado Martes Junio 3 - Domingo Junio 8

FDA Restringe Refuerzos de COVID Para Población Sana por Falta de Evidencia Científica

En un giro significativo en la política sanitaria estadounidense, la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) anunció que dejará de recomendar dosis de refuerzo contra el COVID-19 de forma automática para personas sanas menores de 65 años. La decisión, publicada en el *New England Journal of Medicine*, se basa en la falta de evidencia clínica que demuestre beneficios significativos en este grupo.

Cambio en los Criterios de Aprobación

Los expertos de la FDA, incluidos el comisionado Martin Makary y el regulador de vacunas Vinay Prasad, criticaron el enfoque anterior, calificándolo de "modelo uniforme sin suficiente respaldo científico".

A partir de ahora, las farmacéuticas no podrán obtener autorizaciones basándose solo en el incremen-

to de anticuerpos; deberán presentar ensayos clínicos aleatorios que prueben mejoras concretas en la salud.

"No hay datos que demuestren que una mujer sana de 52 años, con peso normal, que ya tuvo COVID tres veces y recibió seis dosis, necesite una séptima", señalaron los autores.

La nueva política busca evitar medicalización innecesaria y priorizar la transparencia científica.

Crítica al Enfoque Paternalista

Uno de los puntos más polémicos del artículo es la denuncia de que, durante años, se mantuvo la vacunación masiva bajo la premisa de que "el público no podría entender recomendaciones diferenciadas por edad y riesgo". Makary y Prasad rechazan esta visión, argumentando que infantiliza a la población y erosiona la confianza en las instituciones.

Excepciones Para Grupos Vulnerables

La medida no aplica para mayores de 65 años ni personas con condiciones de alto riesgo (incluyendo obesidad, enfermedades crónicas o depresión).

Se estima que entre 100 y 200 millones de estadounidenses seguirán siendo candidatos a refuerzos bajo

estos criterios.

Crisis de Confianza y Caída en la Vacunación

La FDA reconoce que el escepticismo creciente hacia los refuerzos —solo el 25% de la población los ha recibido en los últimos dos años— refleja una demanda social de decisiones basadas en ciencia sólida, no en campañas de miedo o urgencia política.

Hacia un Nuevo Modelo Sanitario?

Este ajuste marca un antes y después en la gestión de la pandemia:

Es el fin de las autorizaciones aceleradas sin evidencia clínica robusta.

Priorización de Datos Transparentes Sobre Beneficios / Riesgos Reales.

"La FDA está equilibrando flexibilidad regulatoria con ciencia rigurosa", concluye el artículo. El cambio podría sentar un precedente para futuras crisis, desplazando las políticas basadas en el alarmismo hacia un enfoque más crítico y centrado.

La respuesta, sugiere la FDA, está en la ciencia, no en la política.

EVERYONE IS AFFECTED BY SEXUAL VIOLENCE

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

National Sexual Assault Hotline 800.656.HOPE

REPORT ABUSE OR NEGLECT

OUTSIDE OF YOUR HOME

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

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?

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

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

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

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

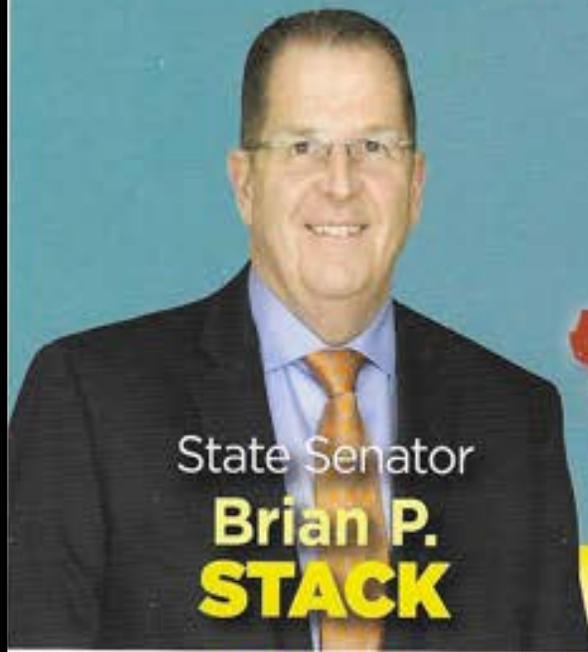
Larry Wainstein has the experience and determination to build a stronger, more prosperous district. A longtime advocate for small businesses, public safety, and education reform, Larry understands the real concerns of our constituents. He's committed to delivering results that will uplift every community.

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.

PAID FOR BY RODRIGUEZ & WAINSTEIN FOR ASSEMBLY

Your Vote Matters • VOTE JUNE 10, 2025



State Senator
Brian P. STACK

YOUR VOTE

Makes a *DIFFERENCE*



The Importance of Participating in Elections

Dear Friend,

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

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

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

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

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

Sincerely,

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

THE BRIAN STACK TEAM



Candidate for Governor
Mikie SHERRILL



Re-Elect Assemblyman
Gabriel RODRIGUEZ



Candidato de Asamblea
Larry WAINSTEIN



Candidate for Sheriff
Jimmy DAVIS



JenyF@shion

787-529-3245

LLAME PARA UNA CITA

Especialidad en Maquillaje, Peinados y Extensiones

SATISFACCION GARANTIZADA



Jfirenovations LLC.

DISENADOR DE INTERIORES Y EXTERIORES

Electricidad, Plomería, Instalaciones de Accesorios Electricos en General

Telefono: 787-530-3285

Por Qué Los Restaurantes No Usan Atún (Tuna Fish) En Sus Platos?

El atún (tuna fish) es uno de los pescados más consumidos en el mundo, pero su presencia en menús de restaurantes (especialmente fuera de sushi o ensaladas) es limitada.

Estas son las razones principales:

1. Costo y Disponibilidad

Precio volátil: El atún fresco de alta calidad (como el atún rojo o bluefin) es caro debido a la sobrepesca y alta demanda en el mercado japonés (para sushi/sashimi).

Dependencia de importaciones: Muchos países no tienen acceso directo a atún fresco, lo que encarece su uso en cocinas locales.

Alternativas más económicas: Restaurantes prefieren pescados como salmón, tilapia o merluza, con precios más estables.

Dato: El atún rojo salvaje puede superar los \$200 por kg en subastas de Tokio.

2. Desafíos Logísticos

Caducidad rápida: El atún fresco se degrada en pocos días, lo que obliga a cadenas de frío costosas.

Necesidad de congelación industrial: Para evitar parásitos (como el Anisakis), el atún debe congelarse a -20°C por 24-72 horas, un proceso complejo para pequeños restaurantes.

Problemas de almacenamiento: No todos los locales tienen espacio para guardar pescado entero o en grandes cortes.

3. Limitaciones Culinarias

Caducidad rápida: El atún fresco se degrada en pocos días, lo que obliga a cadenas de frío costosas.

Necesidad de congelación industrial: Para evitar parásitos (como el Anisakis), el atún debe congelarse a -20°C por 24-72 horas, un proceso complejo para pequeños restaurantes.

Problemas de almacenamiento: No todos los locales tienen espacio para guardar pescado entero o en grandes cortes.

Problemas de almacenamiento: No todos los locales tienen espacio para guardar pescado entero o en grandes cortes.

Problemas de almacenamiento: No todos los locales tienen espacio para guardar pescado entero o en grandes cortes.

Problemas de almacenamiento: No todos los locales tienen espacio para guardar pescado entero o en grandes cortes.

Problemas de almacenamiento: No todos los locales tienen espacio para guardar pescado entero o en grandes cortes.



Sabor intenso: El atún crudo o poco cocido (como en tataki) es popular, pero su carne se vuelve seca y fibrosa si se cocina demasiado, limitando su uso en guisos o frituras.

Competencia con el sushi: El 80% del atún de alta calidad se destina a restaurantes japoneses, dejando poco para otras gastronomías.

Cultura local: En muchos países, el atún enlatado es más común que el fresco, asociándose a comidas rápidas (ensaladas, sándwiches) y no a platos gourmet.

4. Presiones Ecológicas y Regulaciones

Sobreexplotación: El atún rojo está en peligro, y muchos chefs evitan usarlo por políticas de sostenibilidad.

Certificaciones costosas: Restaurantes que promueven pesca responsable (ej.: MSC) pagan más por atún certificado.

Prohibiciones: Algunos países restringen la pesca de ciertas especies durante temporadas.

5. Percepción del Consumidor

Desconocimiento: Muchos comensales no saben diferenciar entre tipos de atún (rojo, de aleta amarilla, bonito) y su valor.

Asociación con lo "barato": El atún enlatado tiene una imagen de producto básico, no premium.

Alergias: Es uno de los pescados que más alergias alimentarias provoca.

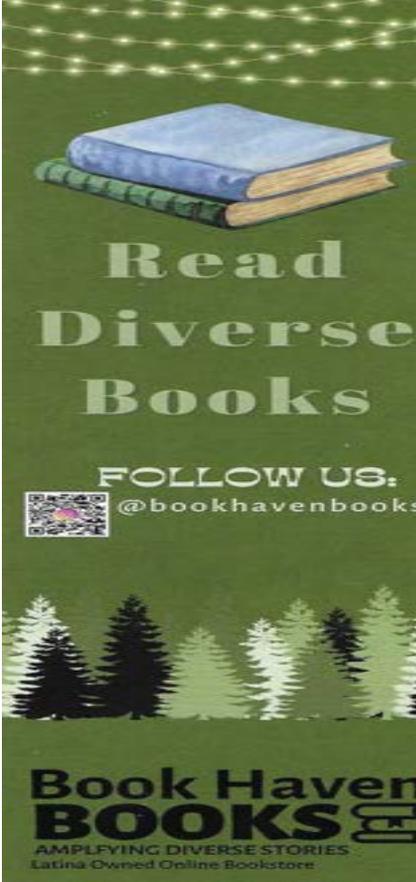
Excepciones: ¿Dónde sí se usa atún fresco?

Restaurantes japoneses: Sashimi, nigiri y tartares.

Cocina mediterránea: Atún rojo a la plancha (España, Italia).

Gastronomías costeras: En México (ceviche de atún), Hawái (poke bowl) y Perú (tiradito).

El atún fresco es un ingrediente costoso, perecedero y complejo de manejar, lo que limita su uso masivo en restaurantes. Sin embargo, en lugares donde la calidad justifica el precio (como en alta cocina o especialidades japonesas), sigue siendo un producto estrella.



Read Diverse Books

FOLLOW US: @bookhavenbooks

Book Haven BOOKS

AMPLIFYING DIVERSE STORIES
Latina Owned Online Bookstore
WWW.BOOKHAVENBOOKS.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**



**FANNY
CEDEÑO**



**MARYURY
MARTINETTI**



**WENDY
GRULLON**



**YDALIA
GENAO**



**MARIELKA
DIAZ**



**ADRIENNE
SIREs**



**CARIDAD
RODRIGUEZ**

Necesitamos una mujer como gobernadora

Por favor considere votar por Mikie Sherrill

Si ha estado siguiendo los acontecimientos actuales, sabe que estamos en un momento determinante de la historia. Muchas decisiones que afectan nuestra salud, nuestras familias y nuestra calidad de vida dependen del gobierno.

Nunca antes el liderazgo fuerte había sido tan importante. **Por eso nos unimos al Alcalde y Senador Estatal Brian P. Stack en respaldar a Mikie Sherrill para Gobernadora.**

Mikie tiene un historial impresionante que demuestra su compromiso con el servicio público: fue piloto de helicóptero en la Marina, fiscal federal y ahora es congresista.

Además de su trayectoria profesional, Mikie también es madre de cuatro hijos.

Como mujeres, estamos en una posición única para unirnos y elegir a una mujer que verdaderamente luchará por nosotras.

Pero esto solo será posible si usted se compromete a votar este 10 de junio. **Por favor, dedique cinco minutos de su día el martes, 10 de junio para votar por Mikie Sherrill y el equipo de Brian Stack.**

Atentamente,

Fanny Cedeño
Comisionada del Condado de Hudson

Maryury Martinetti
Comisionada del Departamento de Ingresos y Finanzas

Wendy Grullon
Comisionada del Departamento de Obras Públicas

Ydalia Genao
Presidenta de la Junta de Educación de Union City

Marielka Diaz
Comisionada de Asuntos Públicos

Adrienne Sires
Primera Dama de West New York

Caridad Rodriguez
Comisionada del Condado de Hudson



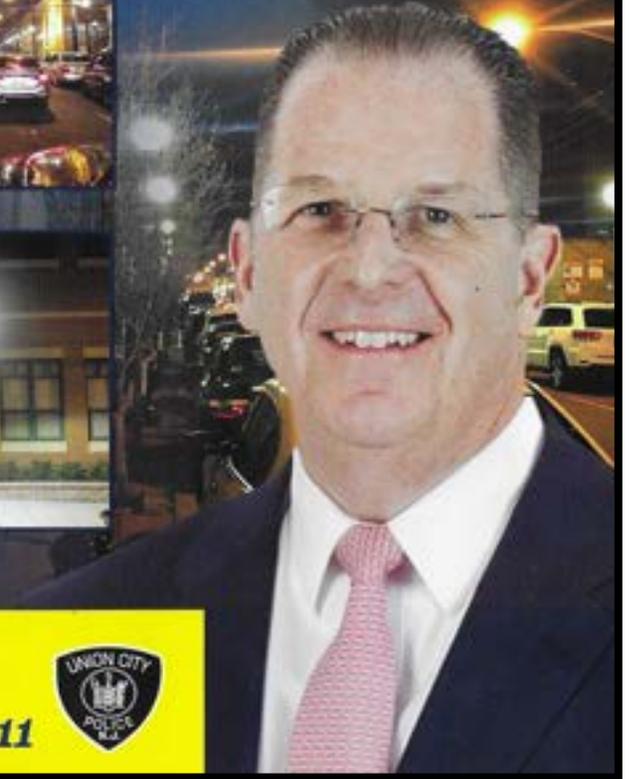
MIKIE
SHERRILL
FOR NEW JERSEY

¡VOTA!
MARTES 10
DE JUNIO

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



ORIGENES Y CURIOSIDADES DE LA SALSA "YUM YUM"

El Condimento Secreto de la Cocina Asiática-Americana

La salsa Yum Yum (también conocida como salsa shrimp o salsa rosada japonesa) es un aderezo cremoso, ligeramente dulce y picante, que se ha convertido en un clásico de los restaurantes de hibachi y teppanyaki en Estados Unidos.

Pero, ¿de dónde viene y por qué es tan adictiva?

Orígenes:

Japonesa o Americana?

Aunque su nombre sugiere una procedencia asiática, la salsa Yum Yum es en realidad un invento de la cocina japonesa-americana, creada para adaptarse al paladar occidental. Su origen exacto es incierto, pero se popularizó en los años 1970-1980 en restaurantes de hibachi como Benihana y otras cadenas similares.

Inspiración japonesa:

Podría estar basada en la salsa tártara japonesa (usada con mariscos fritos) o en la mayonesa con miso.

Toque americano:

Su versión actual incluye ingredientes como ketchup, mayonesa y especias suaves, algo poco común en la cocina tradicional japonesa.

Por Qué Se Llama "Yum Yum"?

El nombre "Yum Yum" (que en inglés significa "mmm, qué rico") fue una estrategia de marketing para ha-



cerla más atractiva al público estadounidense.

Algunas Teorías:

Por su sabor adictivo ("¡Yum!").
Por la marca "Yum Yum Sauce" de la cadena Hibachi Express.
Por su uso en camarones (shrimp sauce), aunque luego se extendió a carnes y vegetales.

Ingredientes Secretos (Y Versión Casera)

La salsa Yum Yum auténtica suele llevar:

- * Mayonesa (base cremosa)
- * Ketchup o salsa de tomate (para el color rosado)
- * Azúcar o miel (toque dulce)
- * Ajo en polvo y pimentón (sabor ahumado)
- * Vinagre de arroz o limón (acidez)
- * Mantequilla derretida (textura se dosa)

Cómo Hacerla en Casa?

Mezcla:

- * 1 taza de mayonesa
- * 2 cucharadas de ketchup
- * 1 cucharadita de azúcar

- * ½ cucharadita de ajo en polvo
- * 1 cucharada de mantequilla derretida
- * 1 cucharadita de pimentón
- * Jugo de ½ limón

Curiosidades de la Salsa Yum Yum

No es común en Japón (allí prefieren la mayonesa Kewpie o salsa de soja).

Se usa en todo: Desde camarones fritos hasta arroz, ensaladas y hamburguesas.

Hay versiones picantes con sriracha o wasabi.

Algunas cadenas la guardan en secreto (como la receta de Coca-Cola).

La Has Probado?

Si has ido a un restaurante hibachi, seguro la conoces. ¡Ahora puedes prepararla en casa y personalizarla a tu gusto! ¿Qué le pondrías tú?

Sabías que en algunos lugares le dicen "salsa de dragón" por su color rosado?

Consumo Mundial de Salsa Yum Yum

No existen estadísticas oficiales globales, pero podemos estimar su consumo basado en la industria de restaurantes hibachi/teppanyaki y ventas de supermercados:

Producción anual estimada: Más de 50 millones de litros (entre versiones comerciales y caseras).

Principales mercados: EE.UU., Canadá, México y algunos países de Asia y Europa.

Crecimiento anual: 10% (impulsado por la popularidad de la comida asiática fusión).

Qué País Consume Más Salsa Yum Yum?

Estados Unidos es el rey indiscutible!

Razones:

Es el hogar del hibachi (donde se originó la salsa).

Cadenas como Benihana, Kobe Steakhouse y Hibachi Express la sirven en masa.

Se vende en supermercados (Walmart, Kroger) bajo marcas como Makoto Yum Yum Sauce.

Consumo estimado: 30+ millones de litros al año (60% del total mundial). Top 5 Países que Más la Consumen: Estados Unidos (90% de los restaurantes hibachi la incluyen).

Canadá (popular en ciudades con gran influencia asiática, como Toronto y Vancouver).

México (usada en restaurantes de sushi fusión y hibachi).

Japón (solo en locales de cocina occidentalizada).

10 Maneras Naturales de Controlar la Presión Arterial Sin Medicamentos

La hipertensión arterial (presión alta) es un problema de salud común que puede aumentar el riesgo de enfermedades cardíacas, derrames cerebrales y daño renal. Aunque los medicamentos son útiles, muchos casos pueden manejarse con cambios en el estilo de vida. Aquí te presentamos 10 estrategias efectivas y naturales para mantener tu presión bajo control.

1. Reduce el Consumo de Sal (Sodio)

Por qué? El exceso de sodio retiene líquidos y aumenta la presión arterial.

Cómo hacerlo:

Evita alimentos procesados (embutidos, enlatados, snacks).

Usa hierbas y especias en lugar de sal.

Limita la ingesta a menos de 1,500 mg de sodio al día (ideal para hipertensos).

2. Sigue la Dieta DASH

En qué consiste? Un plan alimenticio rico en frutas, verduras, granos integrales y lácteos bajos en grasa.

Beneficios: Puede reducir la pre-



sión arterial en 2-8 mmHg en semanas.

3. Haz Ejercicio Regularmente

Qué tipo? Caminar, nadar, ciclismo o yoga (al menos 30 minutos al día, 5 veces por semana).

Efecto: Reduce la presión sistólica en 4-9 mmHg.

4. Controla el Estrés con Técnicas de Relajación

Opciones efectivas:

Respiración profunda (5 minutos al día).

Meditación o Mindfulness.

Tai Chi o yoga.

5. Limita el Alcohol y Evita el Tabaco

Alcohol: Máximo 1 bebida al día para mujeres, 2 para hombres (más de esto sube la presión).

Tabaco: La nicotina estrecha las arterias y eleva la presión.

6. Mantén un Peso Saludable

Por qué? Cada 5 kg de peso perdido puede bajar la presión en 2-10 mmHg.

Consejo: Controla tu índice de masa corporal (IMC) (ideal: 18.5-24.9).

7. Aumenta el Potasio en tu Dieta

Alimentos ricos en potasio: Plátano, espinaca, aguacate, papa, frijoles.

Beneficio: Neutraliza los efectos

del sodio y relaja los vasos sanguíneos.

8. Reduce el Café y las Bebidas con Cafeína

Efecto: La cafeína puede elevar la presión temporalmente (especialmente en personas sensibles).

Alternativas: Té verde (contiene menos cafeína y antioxidantes beneficiosos).

9. Duerme Bien

(7-8 Horas por Noche)

Falta de sueño = Mayor riesgo de hipertensión.

CONSEJOS

Establece una rutina de sueño.

Evita pantallas antes de dormir.

10. Consume Ajo y Remolacha

Ajo: Contiene alicina, que ayuda a relajar los vasos sanguíneos.

Remolacha: Su alto contenido de nitratos mejora la circulación.

Estos cambios no solo ayudan a controlar la presión arterial, sino que también mejoran la salud en general. Si ya tienes hipertensión, consulta a tu médico antes de dejar cualquier medicamento.

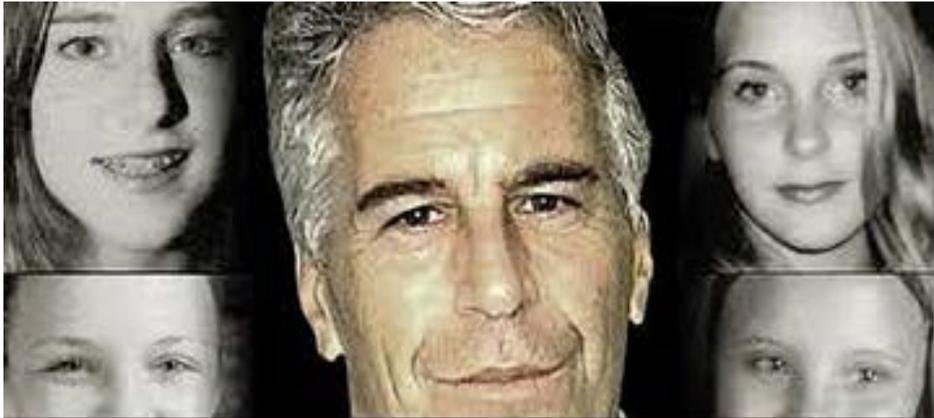
Ya aplicas alguna de estas estrategias?

ESCRIBENOS A :

communications@dimension-newspaper.com

**Kash Patel Cierra el Caso Epstein:
"Fue suicidio"
Pero Casi Nadie se lo Cree...**

transparencia continúan alimentando el escepticismo público. El FBI insiste: "Epstein se suicidó" En una entrevista exclusiva con Maria Bartiromo de Fox News, Kash



EL CASO EPSTEIN, NUNCA SE SABRA LA VERDAD...

Nueva York — A casi seis años de la controvertida muerte de Jeffrey Epstein, altos mandos del FBI han reafirmado la versión oficial del suicidio del financiero, poniendo fin a años de especulaciones. Sin embargo, las circunstancias sospechosas que rodearon el caso y la falta de

Patel, exjefe interino del Departamento de Defensa y figura clave en la administración Trump, junto con Dan Bongino, exagente del Servicio Secreto, respaldaron sin ambigüedades la conclusión forense: "Lo vi con mis propios ojos. Fue un suicidio", declaró Patel, quien

argumentó su postura basándose en su experiencia como exfiscal y conocedor del sistema penitenciario. *"Revisé todo el expediente. No hay duda: él se quitó la vida", añadió Bongino.*

Epstein fue encontrado ahorcado en su celda del Metropolitan Correctional Center de Nueva York en agosto de 2019, mientras enfrentaba cargos por tráfico sexual de menores. Su muerte, ocurrida bajo una extraña cadena de negligencias —cámaras de seguridad fallidas, guardias dormidos y la remoción de su compañero de celda—, desató una ola de teorías conspirativas que vinculaban su deceso con poderosas figuras cercanas a él, como Bill Clinton, el príncipe Andrés y Noam Chomsky.

El Mito del "Archivo Secreto" y la Decepción Pública.

En febrero de 2024, la administración Trump autorizó la desclasificación de documentos relacionados con Epstein, generando expectativas de revelaciones explosivas. Sin embargo, lo publicado fue poco más que una agenda telefónica sin nombres clave.

"Esto no es lo que el pueblo estadounidense esperaba. Es una burla", criticó la congresista Anna Paulina Luna (R-Fla.). La exfiscal general Pam Bondi aseguró que el Departamento de Justicia recibió un "camión lleno de

pruebas", pero hasta ahora no se ha hecho público ningún informe concluyente.

DEMASIADAS "COINCIDENCIAS"

La trágica Muerte de Virginia Giuffre

El caso dio un giro macabro en abril de 2024, cuando Virginia Giuffre, una de las principales acusadoras de Epstein y su cómplice Ghislaine Maxwell, apareció muerta en un aparente suicidio. Giuffre, quien demandó al príncipe Andrés por abuso sexual cuando era menor de edad, había sido pieza clave en la exposición de la red de explotación del magnate.

Por qué el Público no Cree en la Versión Oficial?

A pesar de las declaraciones del FBI, las interrogantes persisten: Quiénes protegieron a Epstein durante años?

Dónde está el listado completo de sus asociados? Por qué el Departamento de Justicia no ha entregado el informe prometido?

Mientras el FBI cierra el caso, el juicio en la opinión pública sigue abierto. Para las víctimas y sus familias, la justicia parece tan esquiva como la verdad detrás de uno de los escándalos más oscuros de la historia reciente. **Suicidio o asesinato?** La respuesta oficial está dada, pero la sombra de la duda sigue creciendo.

CARMONA REALTY GROUP LLC
Antonio Gutierrez
305.215-4501
tonyghomes@aol.com
www.tonygutierrez.com

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

JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

Las Escuelas Públicas de *Union City*

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

La inscripción para el programa de educación infantil ya está abierta



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

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

Los estudiantes deben tener tres, cuatro o cinco años de edad antes del 1 de septiembre de 2024 para ser elegibles.

Para inscribir a su hijo/a, por favor descargue la solicitud en nuestro sitio web en www.ucboe.us, escanee la solicitud y envíela por correo electrónico a obarrios@ucboe.us. También puede dejarlo en persona en el Centro Eugenio María de Hostos para la Educación de la Primera Infancia en 2200 Kennedy Blvd., de lunes a viernes, de las 8:30 a.m. a las 2:30 p.m., para todos los niños de tres, cuatro o cinco años solamente. (POR FAVOR NO VAYA AL REGISTRO CENTRAL en la Palisade Avenue).

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

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

Síguenos en:

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

UNION CITY BOARD OF EDUCATION



Public Schools

BUILDING COMMUNITY AND PROVIDING OPPORTUNITY FOR THE CHILDREN OF UNION CITY

Registration for Early Childhood Education Program Is Now Open



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

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

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

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

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

Please follow the application instructions carefully before submitting your application.

Follow Us:

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

UNION CITY BOARD OF EDUCATION

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

Joseph Isola, Trustee
Fr. Aro Nathan, Trustee
Alicia Morejon, Trustee

Kennedy Ng, Trustee
Alejandro Velazquez, Trustee

Superintendent of Schools
Silvia Abbato

Assistant Superintendents
John Bennetti
Geraldine Perez

Board Secretary/
Director of Facilities
Justin Mercado

Business Administrator
Anthony Dragona

Assistant to the Superintendent
Diane Capizzi

CIUDAD DEL VATICANO
El Papa León XIV Inicia
su Pontificado con un
Llamado a la Unidad y el
Amor

18 de mayo de 2025 — El Papa León XIV inauguró solemnemente su pontificado hoy con una Misa en la Plaza de San Pedro, donde recibió el Anillo del Pescador y el palio papal ante más de 200,000 fieles. En su homilía inaugural, el pontífice agustino enfatizó la unidad, el servicio y el amor cristiano como pilares de su ministerio.

Un Pastor Elegido "Con Temor y Temblor".

Citando a San Agustín —"Nuestros corazones están inquietos hasta que descansen en Dios"— el Papa León reconoció las profundas emociones tras la muerte del Papa Francisco, pero aseguró a la Iglesia la presencia permanente de Dios. Reflexionando sobre su elección, declaró con humildad: "Fui elegido sin mérito alguno propio, y ahora, con temor y temblor, vengo a ustedes como un hermano, un servidor de su fe y su alegría.

Juntos caminaremos por la senda



del amor de Dios, pues Él desea que seamos una sola familia."

Atribuyó al Espíritu Santo y a las oraciones de los fieles la guía del cónclave, que buscaba un sucesor capaz de preservar la tradición y abordar los desafíos modernos.

"La Iglesia Preside en la Caridad"

El centro de su mensaje fue la misión de San Pedro: guiar mediante el amor abnegado, no el poder o la coerción.

"La autoridad de Roma es la caridad

de Cristo", proclamó. "Jamás debemos conquistar corazones por la fuerza, sino solo amando como Jesús lo hizo."

Rechazando el autoritarismo, subrayó la colaboración, llamando a todos los católicos bautizados "piedras vivas" encargadas de construir la comunión fraternal. "Mi gran deseo es una Iglesia unida", dijo, "fermento para un mundo reconciliado."

Símbolos del Ministerio y Tradición sagrada

Antes de la homilía, el cardenal Luis Antonio Tagle presentó el Anillo del Pescador, que lleva la imagen de San Pedro y el escudo del Papa León. Visiblemente emocionado, el pontífice lo contempló brevemente antes de orar. Luego, el cardenal Mario Zenari le impuso el palio papal, una banda de lana blanca que simboliza al Buen Pastor y al Cordero crucificado, adornada con tres clavos.

El Papa León portó el mismo báculo pastoral que usó San Juan Pablo II, un gesto de continuidad. La liturgia —celebrada principalmente en latín— incluyó lecturas sobre el papel de Pedro como pastor (1 Pedro 5) y el mandato de Cristo: "Apacienta mis corderos" (Juan 21).

Presencia Global y Devoción Mariana

Personalidades como el vicepresidente de EE.UU. JD Vance y el presidente ucraniano Volodimir Zelenski asistieron a la Misa, donde se entonaron cantos de "¡Cristo vence, Cristo reina!" en latín y griego. En el Reina del Cielo, el Papa León honró al Papa Francisco, oró por las víctimas de guerra e invocó a María como "Estrella del Mar":

"Desde la Barca de Pedro, la miramos como nuestra esperanza. Que ella interceda por la paz y nos fortalezca como testigos del Señor Resucitado."

Momentos Clavse:

Rituales emotivos: La reverencia del Papa León al recibir el Anillo del Pescador.

Gesto ecuménico: Patriarcas de Iglesias orientales lo acompañaron en oración ante la tumba de San Pedro.

El Anillo del Pescador: Costo y Simbolismo

El Anillo del Pescador (Annulus Piscatoris) es el anillo papal que se entrega al nuevo pontífice durante su inauguración. Su diseño y valor han variado a lo largo de la historia:

Material: Tradicionalmente de oro, con una imagen de San Pedro pescando y el nombre del Papa grabado. Costo estimado: Sobre los 50 mil euros.

Destino final: Al morir o renunciar el Papa, el anillo se destruye con un martillo (para evitar falsificaciones) y se funde para crear uno nuevo.

Curiosidad: El Papa Francisco optó por un anillo de plata dorada (más sencillo y económico) en lugar de oro macizo.

Salario y Beneficios del Papa

A diferencia de otros líderes religiosos o políticos, el Papa no recibe un salario formal. Sin embargo, el Vaticano cubre todas sus necesidades:

Vivienda: Reside en la Casa Santa Marta (o el Palacio Apostólico, aunque Francisco prefirió quedarse en un apartamento modesto).

Alimentación y vestimenta: La Guardia Suiza y el personal vaticano se encargan de su seguridad y logística.

Transporte: Papamóvil, es un vehículo blindado donado por fabricantes.

Avión: Vuelos en aerolíneas comerciales o el avión de Alitalia/ITA Airways para giras apostólicas.

Asistencia médica: Atención gratuita en el Hospital Gemelli (Roma).

Gastos personales: El Papa tiene acceso a fondos para caridad, viajes y necesidades básicas, pero no acumula riqueza personal.

Dato clave: Según el Presupuesto del Vaticano (2023), la Santa Sede gasta aproximadamente €25 millones anuales en el sostenimiento del pontificado (incluyendo seguridad, staff y actividades pastorales).

De Dónde Proviene los Recursos?

Donaciones de fieles: Como el Óbolo de San Pedro (colecta anual que recauda unos €50 millones).

Inversiones del Vaticano: Bienes raíces, museos y fondos de la IOF (Instituto para las Obras de Religión).

Ventas de publicaciones y souvenirs: Librerías, monedas conmemorativas y entradas a los Museos Vaticanos.

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, EDGEWARTER

CATERING AVAILABLE

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



NECESITO SU APOYO PARA FORTALECER LA SEGURIDAD PÚBLICA

RAZONES POR LAS QUE APOYO A JIMMY DAVIS PARA SHERIFF DEL CONDADO

Estimado/a Amigo/a,

A medida que se acerca la Elección Primaria del 10 de junio para Gobernador, Sheriff del Condado y la Asamblea General de Nueva Jersey, le invito a tomarse un momento para reflexionar sobre por qué necesito su apoyo en la lucha por la seguridad pública y por qué apoyo a Jimmy Davis para Sheriff del Condado.

Aunque los municipios tienen sus propios departamentos de policía, el Sheriff del Condado de Hudson cuenta con importantes recursos para apoyar a las fuerzas policiales locales. La Oficina del Sheriff ayuda a patrullar las carreteras y parques del condado, brindando una presencia adicional de seguridad junto con los oficiales de policía locales. Si se administra correctamente, esta presencia puede ayudar a prevenir el crimen en nuestros vecindarios.

En mi opinión, el actual Sheriff no ha cumplido con su labor. La Oficina del Sheriff no trabaja bien con los departamentos locales, y es evidente que es momento de un cambio. Por ello, me dedicaré por completo a apoyar la elección de Jimmy Davis como nuestro nuevo Sheriff del Condado. Actualmente, Jimmy es el Alcalde de Bayonne. Antes de ocupar este cargo, fue Capitán en el Departamento de Policía de Bayonne, lo que le ha brindado una amplia experiencia en la lucha contra el crimen.

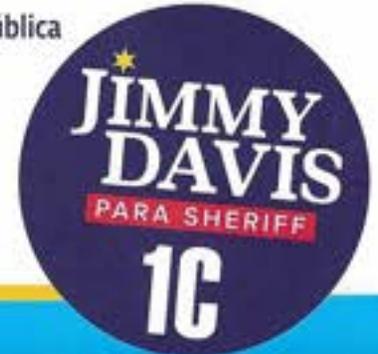
Jimmy ha demostrado ser un excelente alcalde y trabajará con la policía local para ofrecer recursos y ayuda.

Es importante que todos los niveles de gobierno trabajen juntos para el bien de nuestra comunidad. Por ello, su participación en este proceso electoral es crítico para lograr el cambio que necesitamos.

Le pido que, el martes 10 de junio, nos unamos en apoyo a los candidatos comprometidos con la seguridad pública y el bienestar de nuestra comunidad.

Sincerely,

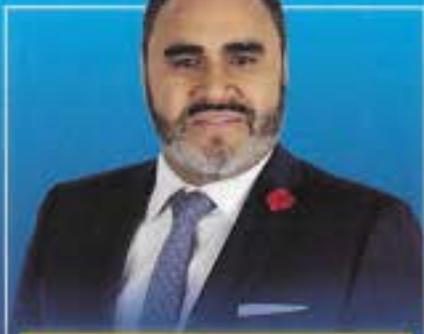
Brian P. Stack
Senador Estatal
Cell: (201) 376-1942



THE BRIAN P. STACK TEAM



MIKIE SHERRILL
FOR GOVERNOR
Vote 5A

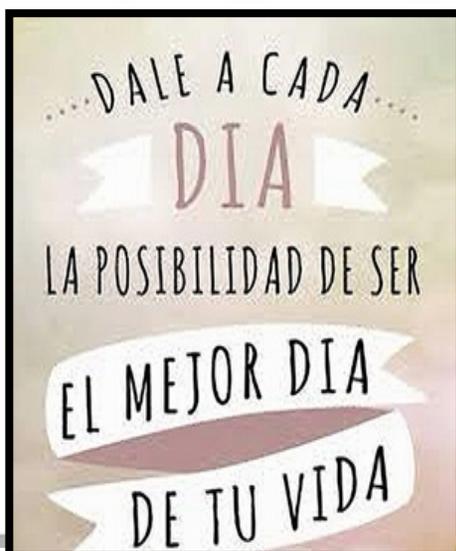
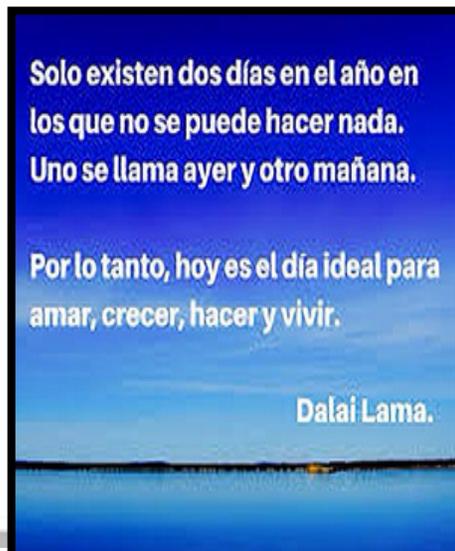


GABRIEL RODRIGUEZ
FOR ASSEMBLY
Vote 3A



LARRY WAINSTEIN
FOR ASSEMBLY
Vote 4A

VOTE!
MARTES JUNIO 10



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

Informe Sobre Menores Procesados y Separación Familiar Forzada en Cuba

1. Menores en prisión: 36 casos documentados

Prisoners Defenders ha registrado 36 menores de edad en su lista actualizada de prisioneros políticos en Cuba. De estos, 22 casos han sido analizados en profundidad, mientras que los 14 restantes se mencionan de manera resumida debido al corto plazo para la elaboración de este informe.

Todos los casos corresponden a adolescentes de entre 13 y 17 años, procesados en relación con las protestas del 11 de julio de 2021 (11J). Las acusaciones y condiciones de detención siguen un patrón similar: juicios sin garantías procesales, presiones para autoinculparse y condenas desproporcionadas.

2. Violación de los derechos del niño: Separación forzosa de sus padres

Este informe también documenta una práctica sistemática del gobierno cubano: la separación forzosa de entre 5.000 y 10.000 menores de sus padres por períodos de hasta 8 años.

Pruebas Presentadas:

Certificados consulares cubanos (con validez internacional) que confirman la aplicación de la llamada "Ley de los 8 años", un mecanismo



que impide a padres y madres regresar a Cuba antes de ese plazo.

Contratos y convenios oficiales que establecen esta restricción como política de Estado.

Testimonios de 1.111 profesionales cubanos afectados, de los cuales el 48% tenía hijos menores al momento de ser enviados al extranjero.

Impacto en las Familias:

Niños crecen sin uno o ambos padres, violando el derecho a la unidad familiar.

Presión económica y psicológica sobre las familias, que dependen de las remesas pero sufren la ausencia prolongada de sus seres queridos.

Represión Silenciosa: Quienes intentan regresar antes de los 8 años enfrentan represalias, como la prohibición de salir nuevamente de Cuba o la pérdida de sus propiedades.

Este informe evidencia graves violaciones a los derechos humanos en Cuba, particularmente contra menores de edad: desde su encarcelamiento por motivos políticos hasta la separación forzosa de sus

familias como parte de una política estatal.

EXIGIMOS

La liberación inmediata de todos los menores encarcelados por motivos políticos.

El fin de la "Ley de los 8 años" y la reunificación de las familias separadas.

Que la comunidad internacional investigue y condene estas prácticas, garantizando el respeto a los derechos fundamentales en Cuba.

Análisis de informes sobre derechos humanos en Cuba según organizaciones internacionales

Diversas organizaciones de derechos humanos han documentado patrones de represión política, restricciones a libertades fundamentales y persecución a disidentes en Cuba. A continuación, un resumen basado en informes recientes de fuentes independientes:

1. Represión Política y Encarcelamientos.

Amnistía Internacional y Human Rights Watch (HRW) denuncian el encarcelamiento de presos políticos por motivos como:

Protestar pacíficamente (ej. manifestaciones del 11J en 2021).

Expresar opiniones críticas en redes sociales.

Pertenecer a grupos opositor no reconocidos por el gobierno.

Prisoners Defenders (ONG española) registraba más de 1.000 presos políticos en 2023, incluyendo 36 menores detenidos tras el 11J.

Tácticas reportadas: juicios sin garantías, acusaciones de "desorden público" (Art. 200 del Código Penal), y condenas desproporcionadas (hasta 30 años de prisión).

2. Libertad de Expresión y Prensa

Comité para la Protección de los Periodistas (CPJ): Cuba es uno de los países con más periodistas en

carcelados per cápita en América.

El gobierno controla todos los medios de comunicación masivos y bloquea plataformas independientes (ej. El Toque, 14ymedio).

Ley Decreto-Ley 35/2021: Criminaliza la difusión de información "no autorizada" en internet, usada para silenciar críticas.

3. Represión a la Sociedad Civil

HRW documenta el uso de actos de repudio (manifestaciones organizadas por el gobierno para intimidar a disidentes).

ONGs independientes (ej. Observatorio Cubano de Derechos Humanos) son ilegalizadas; sus miembros enfrentan hostigamiento, arrestos o exilio forzado.

4. Derechos Económicos y Sociales

Si bien la dictadura cubana alega n acceso a salud y educación gratuita, organizaciones como CESO (Centro de Estudios Sociales y Opinión Pública) señalan:

Salarios insuficientes (promedio: 20 a 50 dólares mensuales).

Crisis alimentaria y medicamentos (escasez del 85% de fármacos básicos en 2023).

Trabajadores médicos en misiones internacionales: Denuncian condiciones laborales abusivas y retención de pasaportes (HRW, 2022).

Comparte esta información para visibilizar la realidad que vive el pueblo cubano.

Fuentes consultadas:

* Amnistía Internacional (Informe 2023).

* Human Rights Watch: "Cuba: Años de represión contra manifestantes pacíficos" (2024).

* Prisoners Defenders: "Lista de presos políticos en Cuba" (2024).

* CPJ: "Cuba, el gran carcelero de periodistas en América" (2023).

Cuba ha estado bajo un régimen de partido único liderado por el Partido Comunista de Cuba (PCC) desde el 1° de enero de 1959, cuando el Movimiento 26 de Julio, encabezado por Fidel Castro, derrocó al gobierno de Fulgencio Batista. Sin embargo, la instauración formal del sistema socialista/comunista se declaró el 16 de abril de 1961, y en 1965 se fundó oficialmente el PCC como partido único.

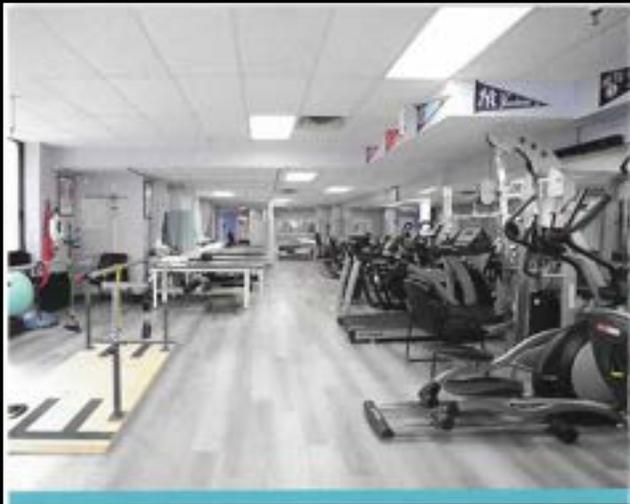
#LibertadParaLosPresosPolíticos

↑

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



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

OFFICE HOURS

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

**FREE PARKING
LOT AVAILABLE**

4801 Broadway,
Union City, NJ 07087

(201) 751-5000

(201) 751-5010

info@totalcare-pt.com

totalcare-pt.com



TOTAL CARE
PHYSICAL THERAPY & SPORTS MEDICINE

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



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



**TOTAL CARE PHYSICAL
THERAPY & SPORTS
MEDICINE**

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



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

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

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

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

**MOST INSURANCE
PLANS ACCEPTED**

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

HABLAMOS ESPAÑOL

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



Denominaciones de las Generaciones: Significado y Características

Desde la Generación Perdida hasta los Alfa, cada cohorte generacional recibe un nombre que refleja su contexto histórico, valores y comportamientos. Aquí te explico el origen y significado de cada una:

1. Generaciones Anteriores al Siglo XX

Generación Perdida (1883–1900)
Contexto: Vivieron la Primera Guerra Mundial y la Gran Depresión.
Nombre: Acuñado por Gertrude Stein, reflejaba su desencanto con la sociedad posguerra.

Ejemplo: Escritores como Ernest Hemingway y F. Scott Fitzgerald.

Generación Grandiosa (1901–1927)

Contexto: Supervivientes de la Gran Depresión y combatientes en la Segunda Guerra Mundial.
Nombre: Por su resiliencia y contribución a la reconstrucción económica.

2. Generaciones del Siglo XX Baby Boomers (1946–1964)

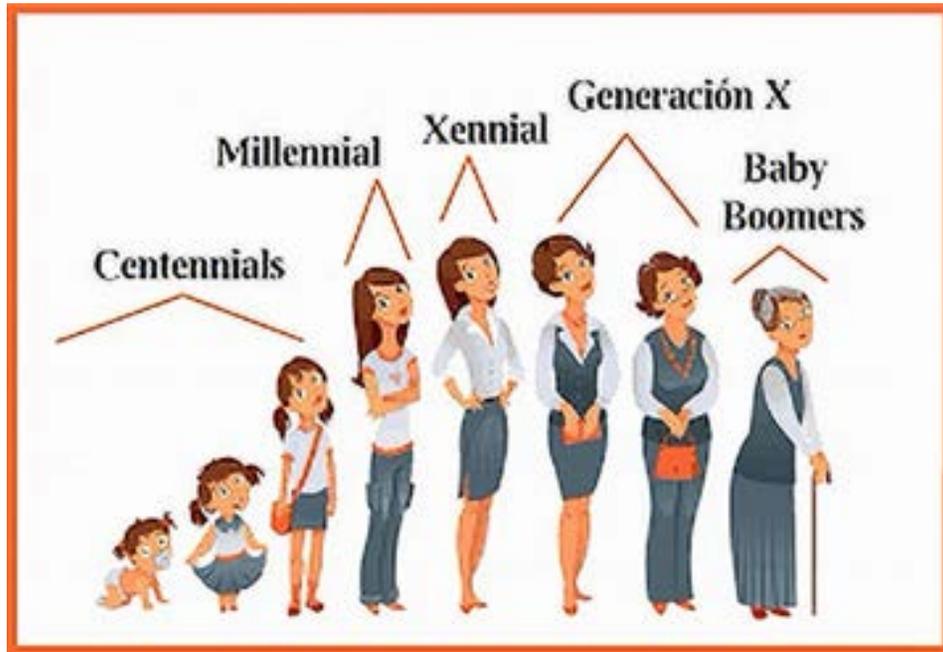
Contexto: Nacidos tras la Segunda Guerra Mundial ("boom" de natalidad).

Características: Optimistas, trabajadores, valoran la estabilidad laboral.
Curiosidad: Marcaron protestas sociales (hippies, derechos civiles).

Generación X (1965–1980)

Contexto: Crecieron en la Guerra Fría y la llegada del internet temprano.

Nombre: Por su "invisibilidad" entre los Boomers y Millennials.



Características: Escépticos, independientes, pioneros de la tecnología.

Millennials o Generación "Y" (1981–1996)

Contexto: Vivieron el auge digital (redes sociales, smartphones).

Nombre: Por convertirse en adultos en el cambio de milenio (año 2000).
Características: Idealistas, preocupados por el equilibrio vida-trabajo.

Generación Z (1997–2012)

Contexto: Nativos digitales, criados con redes sociales y crisis económicas.

Nombre: Secuencia alfabética después de la "Y" (Millennials).

Características: Pragmáticos, emprendedores, enfocados en diversidad.

3. Generaciones Actuales y Futuras

Generación Alfa (2013–2025 aprox.)

Contexto: Hijos de Millennials, primera generación 100% digital.

Nombre: Siguiendo el alfabeto griego (después de la "Z").

Predicciones: Más tiempo en entornos virtuales que en interacciones físicas.

rizan términos como "Millennial" o "Zoomer".

CURIOSIDADES

"OK Boomer": Frase de Gen Z/Millennials contra la mentalidad conservadora.

"Snowflake" (copo de nieve): Término usado para criticar la sensibilidad de Millennials y Gen Z.

Los Millennials no son "jóvenes": El mayor ya tiene 40+ años!

Cada generación refleja su época: guerras, tecnología, crisis o movimientos sociales.

Con cuál te identificas?

Si tienes alguna experiencia especial de tu generación y quieres compartirla envía tu comentario a : communications@dimensionnewspaper.com

(Aclara si prefieres usar un seudónimo o tu nombre cuando sea publicado el comentario)

(Nota: Los rangos de años pueden variar según fuentes).

Generación Beta (a partir de 2025)

Contexto: Aún en definición, pero se espera que sean los "post-Alfa".

Nombre: Continuación del alfabeto griego.

Por Qué Se Nombran Así?

Criterios demográficos: Nacimientos en períodos históricos clave.

Sociología y marketing: Para estudiar tendencias de consumo y comportamiento.

Medios de comunicación: Popula-

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

Truly amazing things happen here...

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

Gracias!
Stay Connected With Us!
TAKE A [icon] & TAG US ON SOCIAL MEDIA
YOU ORDER IS TRULY APPRECIATED!
THANK YOU FOR SUPPORTING OUR SMALL BUSINESS!
ALWAYS GRATEFUL, IRIS + ROSALINDA
ENJOY 15% OFF YOUR NEXT ORDER OVER \$50
USING THE CODE: GRACIAS
@hermanitasdesign WWW.HERMANITASDESIGN.COM

Cómo Influyen las Redes Sociales en Nuestro Idioma

Las redes sociales no solo han cambiado la forma en que nos comunicamos, sino que también están transformando el lenguaje mismo.

Desde abreviaturas y emojis hasta nuevos significados de palabras, la evolución digital del idioma es rápida y fascinante. Aquí tienes un análisis de este fenómeno:

1. Nuevas formas de escritura

Abreviaturas y acortamientos: "Tqm" (te quiero mucho), "Ntp" (no te preocupes), "Xfa" (por favor).

Influencia del inglés: "Hater", "stalkear", "crush", "fake".

Lenguaje inclusivo: Uso de "x", "@" o "e" para evitar género ("to-dxs", "amigues").

2. Emojis y comunicación no verbal

Los emojis reemplazan gestos y tonos de voz, risa, ternura o tristeza).

Hay combinaciones creativas para "momento incómodo", o llorar de risa").

3. Viralización de palabras y memes.

Términos que nacen en internet y se expanden: "Bizarro" (extraño), "cringe" (vergüenza ajena), "random" (aleatorio).

Frases de memes que se incorporan al habla cotidiana: "¿Qué pasó, viejo?", "Ahí la llevas", "No sé, Rick...".

LENGUAJES Y COMUNICACION: Cómo Influyen las Redes en Nuestro Idioma?



4. Cambios en la Gramática y Ortografía

Relajación de reglas: Menos uso de tildes, puntuación flexible ("k tal?" en vez de "¿Qué tal?").

Escritura fonética: "Haber" vs. "a ver" se confunden más debido a la rapidez de los mensajes.

5. Lenguaje según la plataforma

Twitter (X): Limitación de caracteres → escritura concisa.

TikTok: Uso de slang juvenil ("Fino señores", "Sus", "Bomba").

WhatsApp: Audios vs. texto, stickers como respuesta.

6. ¿Beneficio o problema?

* Pros:

El lenguaje se vuelve más dinámico

y creativo.

Permite comunicación rápida y global.

Inclusión de dialectos y jergas locales.

* Contras:

Pérdida de riqueza lingüística en contextos formales.

Confusión entre generaciones (adultos vs. jóvenes).

Riesgo de que errores se normalicen (ej.: "haiga" en vez de "haya").

Reflexión Final

Las redes sociales son un laboratorio lingüístico en tiempo real. Mientras algunos puristas ven una degradación del idioma, otros lo

celebran como una evolución natural.

Slang y Términos Modernos

Crush → Persona que te gusta.

Fake → Falso, fingido ("Esa sonrisa es fake").

Hater → Alguien que critica por envidia.

Random → Algo/alguien sin sentido o inesperado.

Cringe → Algo vergonzoso o incómodo.

Bizarro → Extraño, perturbador (no "valiente" como en español clásico).

Sus → Sospechoso (de suspect).

Fino → Elegante, cool ("¿Qué auto más fino!").

AF → As fuck (muy extremo, ej. "Cansado AF").

Aprende abreviaturas básicas

Ejemplos rápidos:

"q" = que

"tb" = también

"xfa" = por favor

"tqm" = te quiero mucho

¿Tú qué opinas? ¿Crees que el lenguaje digital enriquece o empobrece nuestra comunicación?

Errores que te Hacen Lento

Borrar y reescribir constantemente: Mejor termina y luego edita.

Usar mayúsculas innecesarias: Escribe en minúsculas (excepto al inicio).



El pez payaso fue al doctor,
le dijo que siempre estaba
bromeando.



¿Cómo se saludan las neuronas?
¡Conexión a primera vista!

POLLO A LA PLANCHA



¿Qué le dice una impresora a otra?
¡Qué impresión verte!

HUMORISMO



**Por:
Francisco Bernal**

Cuál es el colmo de un zapatero? - Que se le caiga un zapato en la calle y no lo pueda recoger.
JAJAJAJA

¿Qué le dice un techo a otro? Techo de menos.
JAJAJAJA

Cómo saluda un jaguar a otro jaguar? Jaguar you.
JAJAJAJA

Qué le dice una taza a otra? ¿Qué taza siendo?
JAJAJAJA

Qué se necesita para encender una vela? Que esté apagada.
JAJAJAJA

Qué le dice un semáforo a otro semáforo? No me mires, me estoy cambiando.
JAJAJAJA

Qué le dice una pared a otra pared? Nos vemos en la esquina.
JAJAJAJA

Tienen libros sobre el cansancio? Sí, pero ahora mismo no hay, ¡están todos agotados!
JAJAJAJA

Qué hace una araña en internet? - Teje redes sociales.
JAJAJAJA

Un pez le pregunta a otro pez: ¿qué hace tu mamá? Este le contesta: Nada, ¿y la tuya qué hace? Nada también.
JAJAJAJA

- Mamá, mamá, en la escuela me dicen que soy muy distraído.
- Te has vuelto a equivocar de casa, tú vives enfrente.
JAJAJAJA

Por qué las computadoras nunca tienen frío? ¡Porque siempre tienen su procesador caliente!
JAJAJAJA

Qué le dice una impresora a otra?

¡Qué impresión verte!
JAJAJAJA

Qué dijo el ventilador al verano? ¡Eres mi única razón para girar!
JAJAJAJA

Qué le dice la luna al sol en un eclipse? ¡Es solo una fase, no te preocupes!
JAJAJAJA

Qué dice un imán a otro imán? ¡Entre tú y yo hay mucha atracción!
JAJAJAJA

Por qué los planetas no van a los conciertos? ¡Porque necesitan más espacio!
JAJAJAJA

Qué le dice una lámpara a otra? ¡Iluminas mi vida!
JAJAJAJA

Cuál es el colmo de un electricista? Tener una vida de altos y bajos.
JAJAJAJA

En mi casa somos tan ecologistas que reciclamos hasta las discusiones.
—¿Ah sí?
—Sí, las mismas peleas de siempre.
JAJAJAJA

Estaba leyendo un libro sobre el teletransporte...
—Pero lo dejé, no me llevó a ningún lado.
JAJAJAJA

Por qué el elefante no usa computadora?
Porque le da miedo el ratón.
JAJAJAJA

Por qué el calendario está deprimido?
—Porque sus días están contando.
JAJAJAJA

Qué es un pez en un cine?
Un “mero” espectador.
JAJAJAJA

**El Pan en la Mitología:
Símbolo Sagrado, Mágico
y de Civilización**



El pan, uno de los alimentos más antiguos de la humanidad, no solo ha sido un sustento básico, sino también un elemento sagrado en mitos, ritos y leyendas de diversas culturas. Desde dioses que lo regalan a la humanidad hasta panes con poderes mágicos, aquí exploramos su fascinante papel en la mitología.

1. El Pan en las Mitologías Antiguas

Egipto: El Regalo de Osiris
El dios Osiris, señor de la agricultura y la resurrección, enseñó a los egipcios a cultivar trigo y hacer pan.

El pan sin levadura ("pan de la muerte") se colocaba en tumbas como ofrenda para el viaje al más allá.

Curiosidad: En El Libro de los

Muertos, el difunto jura no haber robado pan, pues era un crimen grave.

Grecia: Deméter y los Misterios de Eleusis

Deméter, diosa de la agricultura, dio el trigo a los humanos tras buscar a su hija Perséfone en el Inframundo.

En los Misterios de Eleusis (ritos secretos), se consumía una bebida sagrada (kykeon) con cebada, vinculada a la inmortalidad.

Mito del Rey Midas: Tras convertir todo en oro, hasta su comida, pidió revertir el poder y se dice que luego solo comió pan de cebada como penitencia.

Roma:

Ceres y el

Panem et Circenses

Ceres (equivalente romana de Deméter) era adorada en festivales como las Cerealia, donde se lanzaban panes al pueblo.

La frase "Panem et circenses" ("pan y circo") de Juvenal criticaba cómo el Imperio usaba comida y espectáculos para controlar al pueblo.

Cultura Judía: El Maná del Cielo

En la Biblia, Dios envía maná (pan celestial) a los israelitas en el desier-

to (Éxodo 16).

Curiosidad: El maná se describe como "semilla de cilantro" y se derretía con el sol, simbolizando la provisión divina.

2. Panes Mágicos y Leyendas

El Pan de la Vida (Cristianismo)
En el Nuevo Testamento, Jesús multiplica panes y peces (Juan 6:1-14) y dice: "Yo soy el pan de vida", vinculándolo a la Eucaristía.

Curiosidad: En la Edad Media, se creía que las hostias consagradas podían obrar milagros, como sangrar o volverse incorruptibles.

El Pan de los Muertos (Culturas Prehispánicas)

En México, el pan de muerto (con forma de huesos y lágrimas) se ofrece en altares para guiar a las almas. Su origen mezcla rituales aztecas con tradición española.

Panes que Maldicen (Leyendas Europeas)

En Irlanda, se decía que tirar pan era ofender a la banshee (espíritu femenino), atrayendo mala suerte.

En Alemania, si el pan caía al revés al suelo, se creía que llegaría el diablo.

3. Curiosidades Históricas y Simbólicas.

El Pan como Arma Política

En la Revolución Francesa, la falta de pan ("¡Que coman pasteles!") fue un detonante. María Antonieta nunca lo dijo, pero el mito refleja su desprecio por el pueblo.

Panes Rituales

Los bollos cruzados (hot cross buns) ingleses marcados con una cruz se horneaban el Viernes Santo para protegerse de maleficios.

En Rusia, ofrecer pan y sal a los invitados era señal de hospitalidad sagrada.

El Pan en la Literatura Fantástica

En Hansel y Gretel (Hermanos Grimm), el pan es usado para marcar el camino (aunque los pájaros se lo comen).

En El Señor de los Anillos, el pan élfico (lembas) da fuerza a los viajeros y simboliza esperanza.

El pan trasciende su función alimenticia: es símbolo de vida, muerte, poder y magia. Desde los granos de Osiris hasta las hostias cristianas, su presencia en mitos revela su papel central en la cultura humana.

Sabías que...? En la antigua Babilonia, cortar pan con cuchillo se consideraba irrespetuoso, ¡pues era "matar" el alimento de los dioses!

MONACO BIKES

Para comprar la bicicleta
MONACO BIKES (201)-927-3819
 delmonacoadvertisement@aol.com
 SI LE GUSTA PRACTICAR EL CICLISMO

ANGILO DEL MONACO LA LIEVENDIA. COMENZO SUS PRIMEROS PASOS POR SU AMOR AL CICLISMO A LOS 8 AÑOS Y CON ARDUA TENACIDAD ENTRE PRIMEROS RECIBIÓ EL PREMIO ALCANZAR ESTAR EN EL LIBRO DE RECORDS GUINNESS. SE DESTACA TAMBIEN POR OBRAS HUMANITARIAS. DIRECTOR PUBLICITARIO Y DE MARKETING.

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

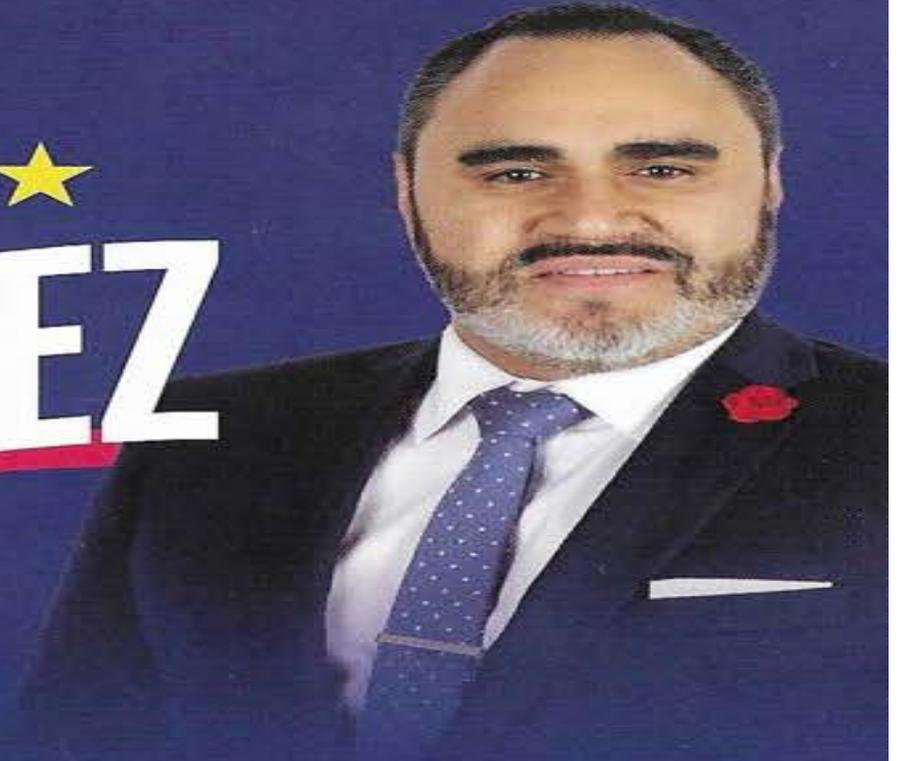
Special Packages
 WEDDINGS, SWEET SIXTEEN
 All Kind of Events
 FREE Engagement Session

MAYOR & SENATOR
BRIAN STACK

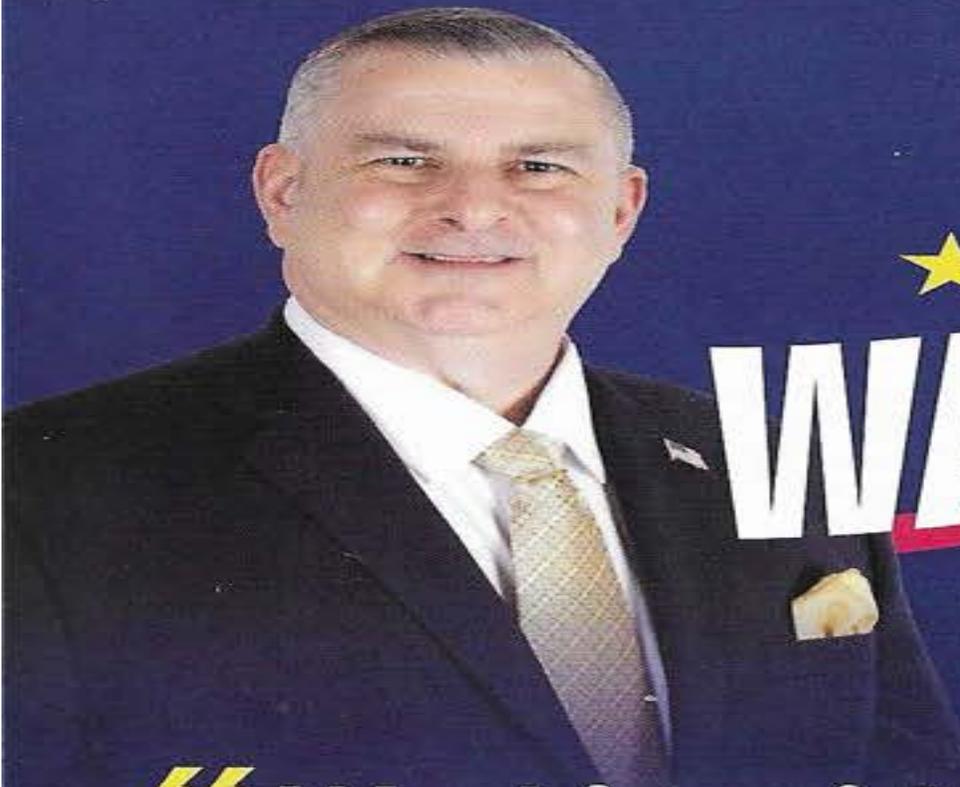
SUPPORTS



★ 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. ”



Las medusas son animales fascinantes que han habitado los océanos por más de 500 millones de años, sobreviviendo a extinciones masivas y adaptándose a casi todos los ecosistemas marinos. Con cuerpos gelatinosos, tentáculos urticantes y bioluminiscencia, son tan hermosas como peligrosas.

Datos Básicos sobre las Medusas

Nombre científico: Pertenecen al filo Cnidaria (como los corales).

Estructura: 95% agua, sin cerebro, corazón ni huesos.

Alimentación: Carnívoras (pequeños peces, plancton, incluso otras medusas).

Reproducción: Tienen un ciclo de vida complejo con fases de pólipo y medusa.

10 Curiosidades Asombrosas sobre las Medusas

1. Son Más Antiguas que los Dinosaurios

Las medusas existen desde el período Cámbrico, mucho antes que los primeros dinosaurios. Fósiles como *Turritopsis dohrnii* sugieren que han cambiado muy poco en mi

llones de años.

2. Algunas Son Inmortales

La medusa *Turritopsis dohrnii* pue-



de revertir su ciclo vital y rejuvenecer, convirtiéndose de nuevo en pólipo cuando está en peligro o envejece.

3. Pueden Ser Enormes o Microscópicas

La medusa melena de león (*Cyanea capillata*) tiene tentáculos de hasta 36 metros (más largos que una bañera azul).

La Irukandji, del tamaño de una uña, es una de las más venenosas.

4. Su Picadura Puede Ser Mortal

La avispa de mar (*Chironex fleckeri*) es el animal más venenoso del mundo: su toxina puede matar a un

humano en 3 minutos.

5. Se Propulsan por "Chorro a Reacción"

Contraen su cuerpo para expulsar agua y moverse, aunque la mayoría depende de las corrientes marinas.

6. Algunas Brillan en la Oscuridad

Especies como *Aequorea victoria* producen bioluminiscencia gracias a la proteína verde fluorescente (GFP), usada en investigaciones médicas.

7. Forman "Blooms" o Mareas de Medusas

En condiciones ideales, aparecen enjambres de millones, bloqueando plantas nucleares (como en Suecia en 2013) o playas turísticas.

8. Son un Manjar en Asia

En China y Japón, la medusa comestible (*Rhopilema esculentum*) se consume en ensaladas, deshidratada y condimentada.

9. Inspiraron Robots Submarinos

Científicos han creado robots blandos que imitan su movimiento para explorar el océano sin dañar arrecifes.

10. Pueden Sobrevivir en el Espacio

En 1991, la NASA envió medusas al espacio para estudiar su desarrollo en gravedad cero. Sobrevivieron y se reprodujeron, pero luego no podían moverse en la Tierra.

Amenazas y Beneficios

Peligros: El cambio climático favorece su proliferación, afectando pesquerías y turismo.

Usos médicos: Su colágeno se usa en cosmética, y su veneno se estudia para tratar enfermedades como el Alzheimer.

Desde su "inmortalidad" hasta su impacto en la cultura y ciencia, las medusas son un recordatorio de lo enigmático que puede ser el océano.

MI BELLA ISLITA RESTAURANT

Puerto Rican, Cuban and Dominican Cuisine

DELIVERY AVAILABLE
10:00 AM TO 9:00 PM

ORDER ONLINE

Mi Bella Islita
520 39TH ST, UNION CITY NJ 07087

WE ARE OPEN
FROM 9:00 AM TO 9:00 PM
PUBLIC PARKING SPACE AVAILABLE
(201) 866-8778
www.mibellaislitanj.com

520 39TH ST • UNION CITY, NJ 07087

201-866-8778 • 201-472-8391

CELEBRATE YOUR HOLIDAYS WITH US

PASTEL EN HOJA

PERNIL

CHICKEN

201-866-8778
201-472-8391

Free Delivery

520 39TH ST • UNION CITY, NJ 07087

CATERING FOR ALL OCCASION

	REG. PLS. 50% TAX	SMALL 10% 50% TAX	REG. 10% 50% TAX
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 Codito con Tuna o Jamon			
Codito w/ Tuna or Ham Salad			
Pasta (Solo) / Pasta (Plain)			
Yuca o Guineo / Cassava or Green Banana			
Platano Maduro / Sweet Plantains			
Mangu / Smashed Green Plantain			
Pasta con Pollo / Spaghetti w/ Chicken			
Chicharrón de Pollo con Hueso / Chicken Chunks			
Chicharrón de Pollo sin Hueso			
Boneless Chicken Chunks			
Costillas de Cerdo / Pork Spare Ribs			
Paella Marinera / Seafood Platter			

ALCALDE/SENADOR BRIAN P. STACK:

LUCHAREMOS POR VIVIENDAS ASEQUIBLES PARA NUESTRA COMUNIDAD



Estimado/a amigo/a,

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

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

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

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

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

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

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

Atentamente,

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

EL EQUIPO DE BRIAN P. STACK



MIKIE SHERRILL

PARA GOBERNADORA



GABRIEL RODRIGUEZ

PARA LA ASAMBLEA



LARRY WAINSTEIN

PARA LA ASAMBLEA



JIMMY DAVIS

PARA SHERIFF



La Enfermedad Más Rara del Mundo:

La Fibrodysplasia Osificante Progresiva (FOP) es considerada una de las enfermedades más raras y devastadoras del mundo. Conocida coloquialmente como "enfermedad del hombre de piedra", hace que los músculos, tendones y ligamentos se transformen progresivamente en hueso, inmovilizando el cuerpo en una "segunda osamenta".

Datos Claves

Prevalencia: Afecta a 1 de cada 2 millones de personas (aprox. 800 casos confirmados en el mundo).
Causa: Mutación en el gen ACVR1, que controla el crecimiento óseo.

Primeros síntomas: Suele manifestarse en la infancia con malformaciones en los dedos gordos del pie y brotes dolorosos de inflamación que se osifican.

Pronóstico: No tiene cura, y la esperanza de vida promedio ronda los 40 años (por complicaciones respiratorias).

Curiosidades Impactantes Sobre la FOP

1. El cuerpo crea hueso donde no debe

Cualquier traumatismo (golpe, caída o incluso inyecciones intramusculares) puede desencadenar la formación de hueso nuevo en músculos o articulaciones. Algunos pacientes terminan con el torso fusionado o la mandíbula bloqueada.

2. Los intentos de cirugía empeorarán la condición

Extraer el hueso extra generado solo causa más osificación. Por eso, las biopsias y cirugías están contraindicadas.

3. Un caso histórico inspiró el "mito de la medusa"

El esqueleto de Harry Eastlack (1933-1973), cuyo cuerpo quedó completamente osificado excepto los labios, se exhibe en el Museo Mutter de Filadelfia. Algunos teorizan que su condición inspiró leyendas de personas convertidas en piedra.

4. La FOP no afecta el cerebro ni el diafragma

Aunque el hueso invade casi todo, el diafragma (clave para respirar) y el cerebro quedan libres. La muerte suele ocurrir por insuficiencia respiratoria cuando el tórax se osifica.

5. Hay solo 3 médicos especializados en FOP en el mundo.



La Dra. Frederick Kaplan (Universidad de Pennsylvania) es la mayor experta. Su equipo investiga fármacos para bloquear la proteína mutada ACVR1.

Otras Enfermedades Ultra-Raras

Síndrome de Hutchinson-Gilford (Progeria): Envejecimiento acelerado en niños (1 en 20 millones).

Síndrome del Hombre Lobo (Hipertrichosis):

Crecimiento excesivo de vello en todo el cuerpo (50 casos documentados).

Enfermedad de Fields:

Solo la padecen las gemelas británicas Kirstie y Catherine Fields (degeneración neuromuscular única en su caso).

Por Qué Son Tan Poco Conocidas?

Falta de incentivos para investigar (son "enfermedades huérfanas").

Dificultad para diagnosticar: muchos pacientes mueren sin saber qué tenían.

La FOP es un recordatorio de lo frágil que puede ser el cuerpo humano. Aunque hay avances en terapia génica, la prevención (evitar traumatismos) sigue siendo clave para los afectados.

Conocías esta enfermedad?

La ciencia sigue buscando respuestas para estas condiciones misteriosas.

SUGARMAN'S DRUG STORE

Taking care of your health over 100 years

OUR SERVICES

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

OTC CARDS ACCEPTED

OTC NETWORK
United Healthcare
Clover health
Empire



Medical Supplies
Religious Items
Pet Supplies
Gift Cards



FREE LOCAL PRESCRIPTION DELIVERY

GABRIELA BERNAT
VANESSA RODRIGUEZ
Doctors Of Pharmacy

4207 BERGENLINE AVENUE,
UNION CITY, NJ 07087

201-867-6705
201-867-3758

SUGARMANSRX@GMAIL.COM
WWW.SUGARMANSRX.COM

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

"Goblin State Park" Un Mundo de Formaciones Rocosas Surrealistas

Aunque no existe un parque oficialmente llamado "Goblin State Park", estamos refiriendonos al famoso Goblin Valley State Park en Utah, Estados Unidos.

Este parque es uno de los paisajes más extraños y fascinantes del mundo, con miles de formaciones rocosas esculpidas por la erosión que parecen criaturas de otro planeta.

Dónde Está y Por Qué Se Llama Así?

* Ubicación: Sur de Utah, cerca de la pequeña ciudad de Hanksville.

* Nombre: Las rocas se conocen como "goblins" (duendes) por sus formas caprichosas, que recuerdan a setas, caras grotescas o seres mitológicos.

Curiosidades de Goblin Valley

1. Un Escenario de Ciencia Ficción

El parque apareció en la película



Galaxy Quest (1999), donde simuló un planeta alienígena.

También ha sido comparado con los paisajes de Marte, y la NASA ha estudiado su geología por su similitud con terrenos extraterrestres.

2. Formaciones Únicas en el Mundo.

Las rocas son hoodoos (chimeneas de hadas) esculpidas por 170 millones de años de erosión.

A diferencia de Bryce Canyon (con hoodoos altos), aquí las formaciones son más pequeñas y densas,

creando un "valle de duendes".

3. Parque Oscuro Internacional
Goblin Valley está certificado como Dark Sky Park, ideal para observar la Vía Láctea sin contaminación lumínica.

4. Leyenda de los Tres Vaqueros

En los años 1920, unos vaqueros buscando ganado se toparon con el valle y quedaron tan impresionados que lo llamaron "Valle de los Duendes". No fue hasta 1964 que se declaró parque estatal.

5. Vandalismo y Polémica

En 2013, dos excursionistas volcaron una roca icónica grabándolo en video, lo que generó indignación y multas. Hoy, el parque protege más sus formaciones.

¿Qué Hacer en Goblin Valley?

Explorar libremente: A diferencia de otros parques, aquí puedes caminar entre las rocas sin senderos fijos.

Carmel Canyon Trail: Ruta corta (1.5 km) con vistas espectaculares.
Camping bajo las estrellas: El área de camping tiene vistas directas al valle.

Visitar el cercano Little Wild Horse Canyon: Un cañón estrecho ideal para aventureros.

Aunque técnicamente no existe un "Goblin State Park", Goblin Valley State Park es su equivalente real: un lugar mágico donde la erosión ha creado un ejército de rocas con personalidad. Si te gustan los paisajes surrealistas, el senderismo o la fotografía, ¡este es un destino que parece sacado de un cuento!



JIMMY DAVIS FOR SHERIFF

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

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



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



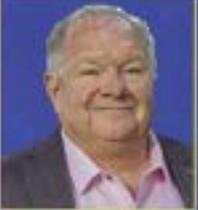
As our County Sheriff, Jimmy Davis will bring a **fresh perspective to the office** as he works every day to:

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

JIMMY DAVIS IS PROUDLY ENDORSED BY DEMOCRATS:



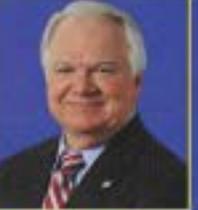
MAYOR/SENATOR
BRIAN STACK



COUNTY EXECUTIVE
CRAIG GUY



MAYOR
ALBIO SIRES



MAYOR
RICHARD TURNER



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

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

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



**LLEGO EL VERANO !
REFRESCANTES COCTELES CON JUGO DE MANGO**

MANGO MOJITO

Ingredientes:

- * 2 oz (60 ml) de ron blanco
- * 1 oz (30 ml) de jugo de mango
- * ½ oz (15 ml) de jugo de limón fresco
- * 6-8 hojas de menta fresca
- * 1 cucharadita de azúcar (o jarabe simple)
- * Soda o agua con gas
- * Hielo
- * Rodaja de mango y menta para decorar



Preparación:

En un vaso alto, machaca ligeramente las hojas de menta con el azúcar y el jugo de limón. Agrega hielo hasta llenar el vaso.

Vierte el ron y el jugo de mango, luego remueve suavemente.

Completa con soda y decora con una rodaja de mango y menta.

MANGO MARGARITA

Ingredientes:

- * 2 oz (60 ml) de tequila reposado
- * 1 oz (30 ml) de jugo de mango
- * 1 oz (30 ml) de triple sec (Cointreau o licor de naranja)
- * ½ oz (15 ml) de jugo de lima fresco
- * Hielo
- * Sal o azúcar para escarchar el borde (opcional)
- * Rodaja de mango o lima para decorar

Preparación:

Escarcha el borde de una copa de margarita con sal o azúcar (opcional).

En una coctelera, mezcla el tequila, jugo de mango, triple sec y jugo de lima con hielo. Agita bien y cuela en la copa con hielo nuevo.

Decora con una rodaja de mango o lima.

MANGO TIKI PUNCH (CÓCTEL TROPICAL)

Ingredientes:

- * 1½ oz (45 ml) de ron dorado
- * ½ oz (15 ml) de Malibú (licor de coco)
- * 2 oz (60 ml) de jugo de mango
- * 1 oz (30 ml) de jugo de piña
- * ½ oz (15 ml) de jugo de naranja
- * ½ oz (15 ml) de jugo de lima
- * Hielo
- * Rodajas de frutas tropicales para decorar



Preparación:

En una coctelera, mezcla todos los ingredientes con hielo. Agita bien y sirve en un vaso alto lleno de hielo.

Decora con rodajas de mango, piña o maracuyá.

Estos cócteles son refrescantes, tropicales y perfectos para disfrutar en verano o en cualquier ocasión festiva. ¡Salud!



EL USO DE FRUTAS EN LA ELABORACIÓN DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS

Las frutas han sido un ingrediente fundamental en la coctelería desde hace siglos, aportando dulzura, acidez y aromas que equilibran y enriquecen las bebidas alcohólicas. Su versatilidad permite su uso en cócteles clásicos, destilados artesanales e incluso fermentaciones tradicionales.

FRUTAS MÁS POPULARES EN BEBIDAS ALCOHÓLICAS

Cítricos (Limón, Lima, Naranja, Pomelo)

Usos: Base de muchos cócteles (Margarita, Daiquiri, Cosmopolitan), macerados en vodka o ginebra, y en licores como el Cointreau o el Grand Marnier.

Curiosidad: La lima fue clave para prevenir el escorbuto en marineros que consumían grog (ron con agua y lima) en altamar.

Frutos Rojos (Fresa, Frambuesa, Arándano, Mora)

Usos: En cócteles como el Bramble (con ginebra), sangrías, o infusionados en vodka y champán.

Curiosidad: El Claret Cup (sangría británica del siglo XIX) llevaba vino tinto, brandy y frutas maceradas, incluyendo fresas.

Piña

Usos: Estrella en el Piña Colada y el Tiki Culture (como el Zombie o el Painkiller). También en fermentaciones como el tepache mexicano.

Curiosidad: La piña simboliza hospitalidad; por eso, muchos cócteles tropicales la usan como decoración.

Mango

Usos: En cócteles como el Mango Mojito o el Mango Margarita, y en licores artesanales.

Curiosidad: En India, el mango lassi a veces se mezcla con bhang (una preparación de cannabis), pero en coctelería moderna se usa con ron o vodka.

Maracuyá (Fruta de la Pasión)

Usos: En el Passion Fruit Martini o el Caipirinha de maracuyá.

Curiosidad: Su nombre viene de los misioneros españoles, que asociaron su flor con la "pasión de Cristo".

Melón

Usos: En el Midori Sour (licor de melón japonés) o el Melon Ball (vodka, Midori y jugo de naranja).

Curiosidad: El Midori se popularizó en los 80 en discotecas por su vibrante color verde.

Manzana

Usos: En sidras, calvados (brandy de manzana francés) y cócteles como el Apple Martini.

Curiosidad: La sidra de hielo (ice cider) se inventó en Canadá al fermentar manzanas congeladas.

Coco

Usos: En el Piña Colada, el Mai Tai (con crema de coco) y licores como el Malibú.

Curiosidad: En el Caribe, el "rum coconut" se sirve directamente en un coco verde con ron y su propia agua.

DATOS CURIOSOS SOBRE FRUTAS Y ALCOHOL

Fermentación espontánea: Algunas frutas, como las uvas silvestres o las cerezas, pueden fermentar naturalmente si se dejan al aire (origen de los primeros vinos).

Fruta prohibida: Durante la Ley Seca en EE.UU. (1920-1933), los contrabandistas añadían jugo de frutas al alcohol ilegal para mejorar su sabor áspero, dando origen a cócteles como el Bee's Knees (ginebra, miel y limón).



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.

EL MAMEY, CARACTERÍSTICAS, ORIGENES Y CURIOSIDADES

El mamey es un fruto tropical conocido por su pulpa dulce y aromática. A continuación, te detallo sus orígenes, características y curiosidades:

Orígenes

Nombre científico: *Pouteria sapota* (antes *Calocarpum sapota*).

Procedencia: Nativo del sur de México, Centroamérica y el norte de Sudamérica.

Cultivo extendido: Se adaptó en el Caribe (Cuba, República Dominicana), Florida (EE.UU.), Colombia y Filipinas.

Historia: Los pueblos indígenas mesoamericanos (como los mayas y aztecas) ya lo consumían y valoraban por sus propiedades nutritivas.

Características

Árbol:

Puede alcanzar hasta 30 metros de altura.

Hojas perennes, grandes y brillantes.

Fruto:

Forma: Ovalada, similar a un melón pequeño (10–25 cm de largo).

Cáscara: Rugosa, color marrón oscuro o grisáceo.

Pulpa: De color salmonado o rojizo, dulce, cremosa y jugosa.

Semilla: Grande, negra y brillante (no comestible).

Sabor:

Combina notas de batata, melocotón y almendra.

Temporada:

En países tropicales, se cosecha entre abril y septiembre.

Usos culinarios

Fresco: Se come directamente o en ensaladas de frutas.

Bebidas: Batidos, jugos y helados (en Cuba es famoso el "batido de mamey").

Postres: Mermeladas, flanes y dulces tradicionales (como el "zapotillo" en México).

Platos salados: En algunas regiones, se usa en salsas para carnes.

CURIOSIDADES

Nombres regionales:

México/Centroamérica: Mamey colorado o zapote mamey.

Caribe: Mamey de Santo Domingo (en República Dominicana).

Filipinas: Chico mamey (aunque allí se confunde con el chicozapote).



te).

Propiedades nutricionales:

Rico en vitamina A, fibra, hierro y potasio.

Contiene antioxidantes como los carotenoides.

Semilla útil:

Aunque no se come, su aceite se usa en cosméticos para piel y cabello.

Confusión con el mamey amarillo:

No debe confundirse con el mamey amarillo (*Mammea americana*), otra fruta caribeña de sabor diferente.

Cultura Popular:

En Cuba, existe el refrán: "El mamey es como el amor: Dulce, pero con hueso duro".

Dato Curioso Extra

En Florida (EE.UU.), el mamey es tan apreciado que hay heladerías artesanales que lo usan como sabor estrella. Además, su árbol se planta como ornamental por su sombra y belleza.

BENEFICIOS DEL MAMEY PARA LA SALUD Y ALGUNAS RECETAS PARA PREPARARLO

Beneficios del Mamey para la Salud

El mamey (*Pouteria sapota*) no solo es delicioso, sino también altamente nutritivo. Aquí sus principales beneficios:

1. Rico en Vitaminas y Minerales

Vitamina A (Betacaroteno): Mejora la visión, la piel y el sistema inmunológico.

Vitamina C: Antioxidante que fortalece las defensas y ayuda a la absorción de hierro.

Potasio: Regula la presión arterial y la función muscular.

Hierro: Combate la anemia y mejora la energía.

2. Digestivo y Rico en Fibra

Alivia el estreñimiento y promueve una buena digestión.

Su fibra soluble ayuda a controlar los niveles de glucosa en sangre.

3. Energético Natural

Ideal para deportistas por su contenido de carbohidratos saludables.

4. Antioxidante y Antiinflamatorio

Sus carotenoides y flavonoides combaten el estrés oxidativo y la inflamación.

5. Beneficios para la Piel y el Cabello

El aceite de su semilla (no comestible) se usa en cosméticos para hidratar y fortalecer el cabello.

Recetas con Mamey



1. Batido de Mamey (Clásico Caribeño)

Ingredientes:

* 1 mamey maduro (sin piel ni semilla).

* 1 taza de leche (o leche de almendras).

* 1 cucharada de miel o azúcar (opcional).

* Hielo al gusto.

Preparación:

Licúa la pulpa con la leche y endulzante hasta obtener una mezcla cremosa.

Sirve frío con hielo. ¡Perfecto para el desayuno!

2. Helado de Mamey (Estilo Cubano)

Ingredientes:

* 2 mameyes maduros.

* 1 lata de leche condensada.

* 1 taza de crema de leche.

* 1 cucharadita de vainilla.

Preparación:

Tritura la pulpa y mezcla con la leche condensada, crema y vainilla.

Vierte en un recipiente y congela por 4-6 horas.

Remueve cada hora para evitar cristales. ¡Delicioso y cremoso!

3. Mermelada de Mamey

Ingredientes:

* 2 mameyes maduros.

* ½ taza de azúcar.

* Jugo de 1 limón.

* 1 ramita de canela.

Preparación:

Cocina la pulpa con el azúcar, jugo de limón y canela a fuego bajo por 30 min.

Retira la canela y guarda en un frasco esterilizado. Ideal para pan tostado o quesos.

4. Ensalada Tropical con Mamey

Ingredientes:

* 1 mamey en cubos.

* 1 aguacate.

* 1 mango.

* Hojas de espinaca.

Aderezo: jugo de naranja, aceite de oliva y sal.

Preparación:

Mezcla todos los ingredientes y sirve fresco. ¡Una explosión de sabores!

Curiosidad Final



En México, la semilla tostada y molida del mamey se usaba antiguamente como sucedáneo del café. ¡Aunque hoy no es común, demuestra su versatilidad!

PRECIO DEL MAMEY EN USA

Estados Unidos (importado)

Florida (cultivo local):

3–6 USD por pieza.

Otras ciudades (Miami, Los Ángeles):

4–8 USD (por la logística de importación).

Tiendas latinas: Suele venderse en cajas de 2-3 unidades por 10–15 USD.

Europa (importado, poco común)

España (tiendas especializadas): €5 – €10 por pieza (5.50–11 USD).



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 registrarse directamente en el centro de registracion ubicado en: 2200 Kennedy Boulevard en Union City.

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

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

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

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

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

JUNTA DE EDUCACION DE UNION CITY

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

Silvia Abbato, Superintendente de las Escuelas

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

JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

Las Escuelas Públicas de *Union City*

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

RECORDANDO A QUIENES SIRVEN A NUESTRA NACIÓN

El Día de los Caídos "Memorial Day" es una fecha importante del año, y la Junta de Educación, el alcalde y senador estatal Brian P. Stack y la Junta de Comisionados quieren aprovechar esta oportunidad para recordar a todos los veteranos que han servido con valentía a nuestra nación, especialmente a aquellos que perdieron la vida protegiendo nuestra libertad.

También queremos reconocer a nuestros estudiantes del ROTC (Cuerpo de Entrenamiento de Oficiales de la Reserva) que se esfuerzan al máximo para servir a nuestra comunidad de diversas maneras. Este grupo trabajador está desarrollando la dedicación y la disciplina que exige el servicio militar, y desarrollando cualidades de liderazgo para preparar a sus miembros para una carrera exitosa.

Si conoce a un miembro del ejército o a un veterano, por favor no olvide agradecerle su servicio.

Síguenos en:

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

LA JUNTA DE EDUCACIÓN DE UNION CITY

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

Joseph Isola, *Miembro*
Fr. Aro Nathan, *Miembro*
Alicia Morejon, *Miembro*

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

Superintendente de Escuelas
Silvia Abbato

Asistente Superintendentes
John Bennetti
Geraldine Perez

Secretario de la Junta/ Director de Facilidades
Justin Mercado

Administrador de Negocios
Anthony Dragona

Asistente de la Superintendente
Diane Capizzi

UNION CITY BOARD OF EDUCATION

Union City

Public Schools

BUILDING COMMUNITY AND PROVIDING OPPORTUNITY FOR THE CHILDREN OF UNION CITY

REMEMBERING THOSE WHO SERVE OUR NATION

Memorial Day is a notable time of year, and the Board of Education and Mayor/State Senator Brian P. Stack and the Board of Commissioners want to take this opportunity to remember all the veterans who have bravely served our nation, especially those who lost their lives protecting our freedom.

We would also like to recognize our student ROTC (Reserved Officers Training Corps) members who go the extra mile serving our community in so many different ways. This hard-working group is mastering the dedication and discipline required by the military, and learning leadership qualities to prepare its members for a successful career.

If you meet a member of the military or a veteran, please don't forget to thank them for their service.

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



 **(201) 553 - 1636**



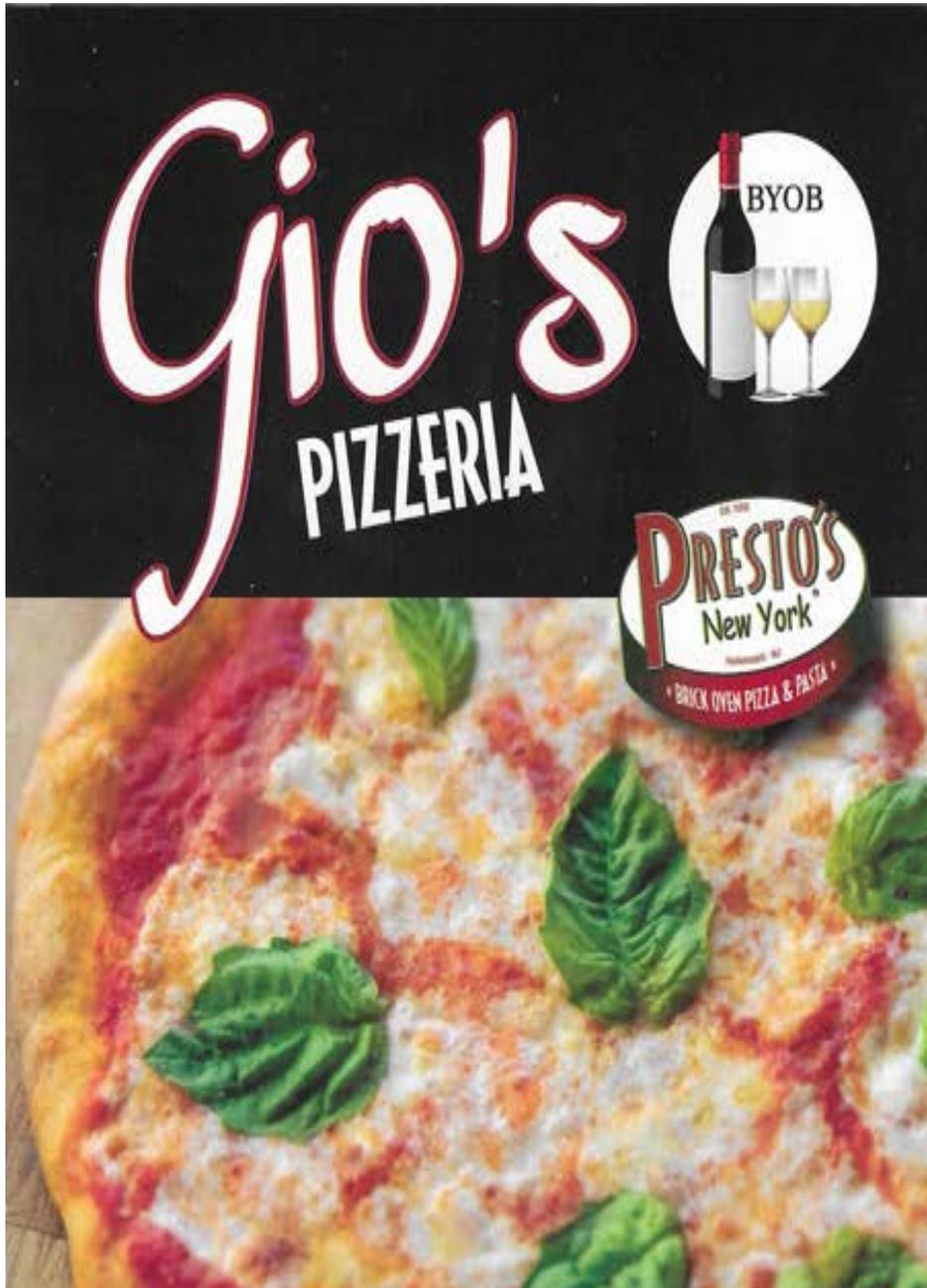
JOYERIA FRANKLIN

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

**H
O
R
A
R
I
O**

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





Gio's
PIZZERIA

BYOB

PRESTO'S
New York
BRICK OVEN PIZZA & PASTA

QUALITY SERVICE & PRICE

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

200 39TH STREET
UNION CITY, NJ 07087

WE DELIVER



CATERING FOR ALL OCCASIONS
ASK FOR THE SPECIAL OF THE DAY

VISA
MasterCard
AMERICAN EXPRESS

BODAS CATOLICAS, ESTRUCTURA DE LA MISA PARA EL MATRIMONIO

La Misa para el Matrimonio en el rito católico sigue la estructura habitual de la celebración eucarística, pero con elementos propios que resaltan el sacramento del matrimonio. A continuación, te detallo la estructura general:

RITOS INICIALES

Procesión de entrada

Entrada del sacerdote, los novios y el cortejo (padrinos, familiares, etc.).

Se canta un canto nupcial o himno de entrada.

Saludo inicial

El sacerdote da la bienvenida y explica el significado del sacramento.

Acto penitencial (opcional)

Puede incluir una breve invocación de perdón.

Gloria (según el tiempo litúrgico)

Se recita o canta el himno "Gloria a Dios en el cielo".

Oración Colecta

El sacerdote invita a orar y pronuncia una oración propia para el matrimonio.

LITURGIA DE LA PALABRA

Primera lectura (generalmente del Antiguo Testamento)

Ejemplo: *Génesis 1:26-28* (Dios crea al hombre y a la mujer) o *Tobías 8:4-8* (el matrimonio como bendición).

Salmo Responsorial

Temas como la misericordia, el amor o la fidelidad (ej: Salmo 33 o Salmo 127).
Segunda lectura (del Nuevo Testamento)

Ejemplo: 1 Corintios 12:31-13:8a (el himno al amor) o *Efesios 5:2a, 21-33* (el amor entre esposos).

Aleluya (antes del Evangelio)

Se canta con un versículo alusivo al matrimonio.

Evangelio

Ejemplo: *Juan 2:1-11* (las bodas de Caná) o *Mateo 19:3-6* ("Lo que Dios ha unido...").

Homilía

El sacerdote explica las lecturas y el significado del matrimonio cristiano.

RITO DEL MATRIMONIO

(momento central)

Interrogatorio a los novios

El sacerdote pregunta si aceptan libremente el matrimonio y si prometen fidelidad.

Consentimiento Mutuo

Los novios se dan el "sí quiero" (fórmula tradicional o personalizada).

Bendición y Entrega de los Anillos

Los anillos son bendecidos y los esposos los intercambian como símbolo de



amor eterno.

Bendición de las arras

(opcional, en algunas tradiciones)

Símbolo de prosperidad y entrega de bienes.

Oración de los fieles (por los novios, la familia y la Iglesia)

LITURGIA EUCARÍSTICA

Presentación de las ofrendas

Pueden llevarlas los novios o familiares.

Plegaria Eucarística

Incluye una bendición nupcial especial para los esposos.

Padre Nuestro

Recitado o cantado por todos.

Rito de la paz

Los novios pueden darse un beso o abrazo como signo de paz.

Comunión

Los esposos reciben la Eucaristía (si están en gracia).

RITOS DE DESPEDIDA

Bendición solemne

El sacerdote bendice a los esposos con una fórmula especial.

Despedida y Firma del Acta

Matrimonial

Los novios, testigos y sacerdote firman el documento.

Procesión de Salida

Salen los esposos acompañados de música alegre.

Elementos adicionales

Música nupcial: Se eligen cantos alusivos al amor y la unión.

Decoración floral: Simboliza la belleza del amor.

Velación (en algunos lugares): Los novios son cubiertos con un velo como signo de unidad.

Este esquema puede adaptarse según las costumbres locales o las preferencias de los novios (siempre dentro de la normativa litúrgica).



**FANNY
CEDENO**



**MARYURY
MARTINETTI**



**WENDY
GRULLON**



**YDALIA
GENAO**



**MARIELKA
DIAZ**



**ADRIENNE
SIREs**



**CARIDAD
RODRIGUEZ**

We Need A Woman As Governor

Please Consider Voting for Mikie Sherrill

If you have been following current events, you know that we are at a pivotal time in history. Many decisions that impact our health, families and quality of life are impacted by government.

Never in our history has strong leadership been so important. **That is why we are standing alongside Mayor/State Senator Brian P. Stack in endorsing Mikie Sherrill for Governor.**

Mikie has an impressive resume that shows her commitment to public service, as a former Navy Helicopter Pilot and Federal Prosecutor and now as a Congresswoman.

While Mikie's record of service is impressive, she's also a mother of four.

As women, we are in a unique position to band together and elect a woman who will fight for us!

But this only becomes a reality if you commit to voting on June 10th. **Please take five minutes out of your day on Tuesday, June 10th to vote for Mikie Sherrill and the Brian Stack Team.**

Sincerely,

Fanny Cedeño
Hudson County Commissioner

Maryury Martinetti
Commissioner, Department of Revenue and Finance

Wendy Grullon
Commissioner, Department of Public Works

Ydalia Genao
President, Union City Board of Education

Marielka Diaz
Commissioner of Public Affairs

Adrienne Sires
First Lady of West New York

Caridad Rodriguez
Hudson County Board of County Commissioners



MIKIE
SHERRILL
FOR NEW JERSEY

VOTE!
TUESDAY,
JUNE 10

TARGET BAJO PRESION POR AGENDA 'WOKE', SOCIALISTAS Y LIBERALES

Target enfrenta boicots por su "retroceso en diversidad" y amenazas por aranceles

Target ya enfrentaba una rebelión pública de algunos de sus clientes más leales. Ahora, también advierte sobre el impacto de los aranceles.

La compañía informó que sus ventas cayeron el último trimestre, en parte por el rechazo de los consumidores a su retroceso en políticas de diversidad, equidad e inclusión (DEI, por sus siglas en inglés).

Además, recortó sus pronósticos financieros debido al aumento de costos por los aranceles impuestos por el presidente Donald Trump.

Caída en Ventas y Ajustes Internos

Las ventas en tiendas con más de un año de operación cayeron un 3.8% el último trimestre.

Menos clientes visitaron Target y gastaron menos cuando lo hicieron.

La compañía recortó su perspectiva financiera y anticipa una caída de ventas de "dígitos bajos" este año.

Para impulsar el crecimiento, Target creó una "Oficina de Aceleración Empresarial" y reorganizó su equipo ejecutivo.

Presión por aranceles y clima económico

El CEO Brian Cornell mencionó en una llamada con analistas:

"Este trimestre enfrentamos múltiples desafíos: cinco meses consecutivos de caída en la confianza del



consumidor, incertidumbre por los aranceles y la reacción a los cambios en DEI anunciados en enero".

Cornell advirtió sobre los "enormes costos potenciales" de los aranceles, pero aseguró que la empresa podría compensarlos diversificando proveedores, ajustando productos y, como último recurso, subiendo precios.

El "retroceso en DEI" y el boicot de los "clientes"

El 24 de enero, Target anunció que eliminaba sus metas de contratación de minorías, desmantelaba un comité ejecutivo de justicia racial y modificaba otras iniciativas de diversidad. La compañía defendió su nueva estrategia, "Pertenenencia en la Mira", pero la decisión enfureció a defensores de la inclusión, incluyendo a las hijas de uno de sus fundadores, quienes la calificaron de "traición".

Durante la Cuaresma, el pastor Jamal Bryant lideró un boicot de 40 días contra Target, respaldado por figuras como Al Sharpton.

La empresa enfrentó más presión que otras porque había sido abandonada de causas progresistas, especialmente tras el asesinato de George Floyd en Minneapolis (ciudad donde tiene su sede).

El Golpe de los Aranceles

A diferencia de Walmart y Costco, Target depende más de productos no esenciales (más del 50% de su inventario), lo que la hace vulnerable en épocas de reducción de gastos. Además:

50% de sus productos son importados, incluyendo un 25% desde China.

Los aranceles podrían obligarla a absorber costos (reduciendo ganancias) o subir precios (alejando a los clientes).

Mientras Home Depot mantendrá precios estables y Walmart ya anunció aumentos selectivos (provocando un enérgico rechazo de Trump), Target se encuentra en una posición delicada.

Cornell intenta calmar aguas

En un correo interno filtrado a la prensa, Cornell reconoció que han sido "meses difíciles" debido a los titulares y debates en redes sociales, pero insistió:

"El silencio de nuestra parte generó incertidumbre, así que quiero ser claro: seguimos siendo el Target que conocen y en el que creen".

A pesar de sus declaraciones, las acciones de Target (TGT) cayeron 7% en premercado este miércoles y acumulan un 37% de pérdida en el último año.

Contexto Clave

Problema de imagen: Target pasó de ser un ícono "progresista" a enfrentar críticas por "ceder a presiones políticas".

Doble crisis: Aranceles + descontento social = tormenta perfecta para sus resultados.

Estrategia a futuro: ¿Logrará equilibrar sus valores con las presiones económicas?

Sobrevivirá Target a esta Crisis?

La respuesta dependerá de su capacidad para recuperar la confianza de sus clientes y navegar los riesgos geopolíticos.



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





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



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

Contact us 

info@internationalopticalwny.com
internationalopticalwny.com



International Optical

6219 Bergenline Avenue
West New York, NJ 07093

info@internationalopticalwny.com

Llámenos o envíenos un mensaje de texto:

(201) 430-3735 (Teléfono)

(862) 419-6620 (Mensaje de texto)

Sr. Héctor Rodríguez, Óptico

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



Dra. Jessica Serra, Optometrista

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

