

Publicación Cubana para la Comunidad Latina de Kentucky

El Kentubano



Vol. XV • N° 181 • SEPTIEMBRE • 2024

www.elkentubano.com

• Siguenos en redes sociales



Ayudándote a explorar el mundo de los bienes raíces

Americus
REALTY GROUP

**Venta y Compra de
PROPIEDADES RESIDENCIALES**



Sergio Estrada

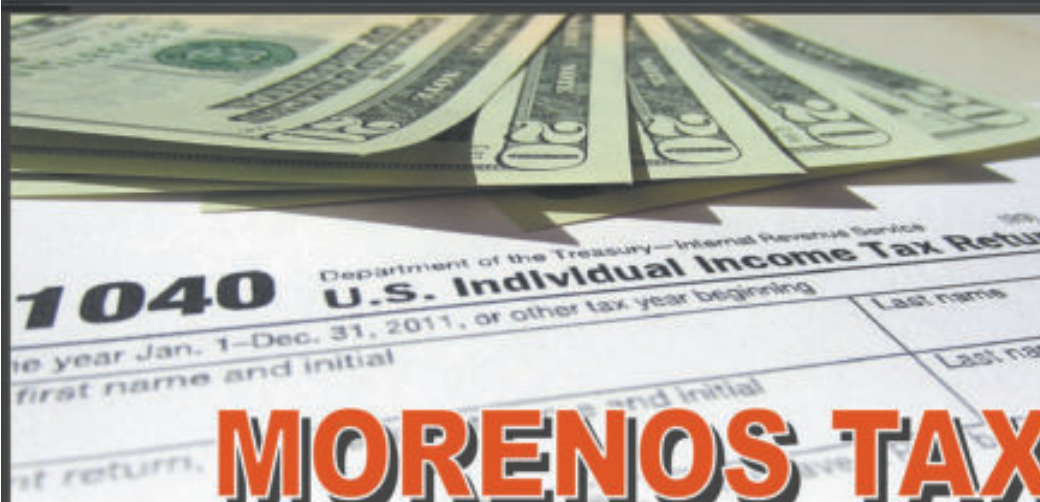
REAL STATE BROKER

**Teléfono
502 468-1557**

**Fax
502 966-2187**

tucasaconsergio@gmail.com

4603 E. Manslick Rd, Louisville, KY, 40219



MORENOS TAXES

4603 E. Manslick Rd, Louisville, KY, 40219 llamelism@yahoo.es



*Llamelis
Moreno*

502.468.4271

Viveres, granos, carnes, vegetales, adobos, lácteos, jugos, refrescos y mucho más.

COMIDA CUBANA VARIADA PARA SERVIRSE O LLEVAR

- Sándwiches • Empanadas • Papas rellenas
- Croquetas • Pasteles • Helados
- Batidos • Refrescos
- Jugos • Frutas

Bodega Mi Sueno

Grocery Store & Bakery



¡Manteniendo vivas nuestras raíces, y nuestra comida!

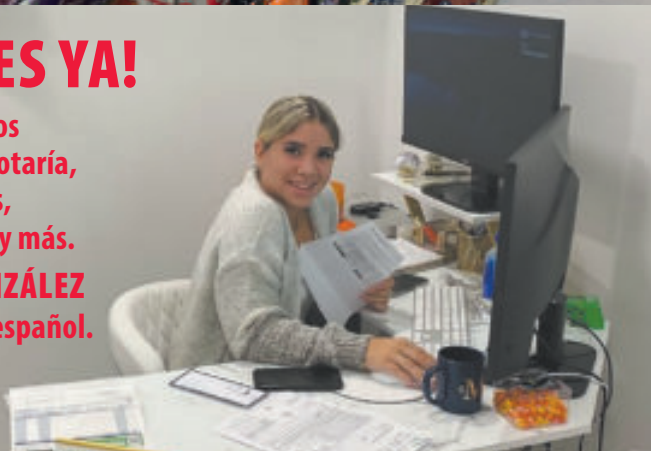


SE
ACEPTAN
FOOD
STAMPS

¡TRÁMITES YA!

Ofrecemos servicios de notaría, trámites, aplicaciones, y más.

MELANY GONZÁLEZ le ayudará en español.



3646 Mall Rd. Louisville - KY - 40218
Abierto todos los días 8:00 am / 8:00 pm
Teléfono: 502 - 450.5661

Sirviendo a la comunidad hispana desde 1998

Joyería La Ilusión

¡En donde más barato se compra el oro!



VARIEDADES DE
CADENAS MACIZA,
PULSERAS,
ANILLOS,
PENDIENTES,
ARETES,
RELOJES Y MÁS.



FINANCIAMIENTO DISPONIBLE
CON O SIN CRÉDITO CON:

Acima - Progressive - Synchrony - Snap

7919 PRESTON HWY.
LOUISVILLE - KY - 40219

Teléfono (502) - 363 9482  La Ilusión Joyería
Lunes a Jueves de 10:00 am - 5:00 pm Viernes y Sábados de 10:00 am - 6:00 pm

AGP TRANSPORT LLC

Su compañía de transporte hispana en Louisville



- **CONTRATANDO CHÓFERES Y MECÁNICOS**
- **Chóferes con mínimo 1^{1/2} año de experiencia**
 - **Rutas dedicadas (Illinois, Texas, Tennessee, Ohio y locales)**
 - **Pagamos \$0.60 a \$0.75 por milla**
- **BONO DE \$200 A CHÓFERES NUEVOS** luego de 2 semanas de trabajo
 - **\$150 por recomendación**

Servicio de grúa y emergencia en carreteras
24 HORAS/LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA
(502)-434 9948



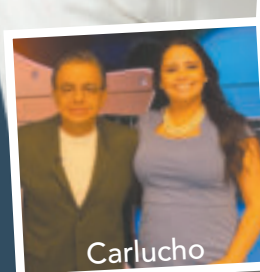
Ariel González • 502 - 813 1645 • 502 - 779 0209
1121 Industrial Blvd. • Louisville-KY • 40219

Dolly Lopez
REALTOR

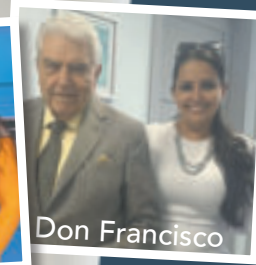
Tu REALTOR **Kentucky & Florida**

☎ (813) 696 - 3606 ☎ (502) 500 - 4124 🌐 www.elitekyhomes.com

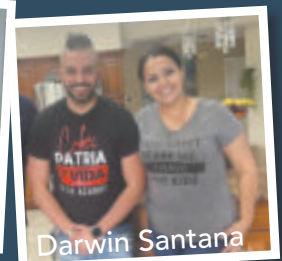
PRESTAMISTA:
Ofrezco varias opciones de préstamos



Carlucho



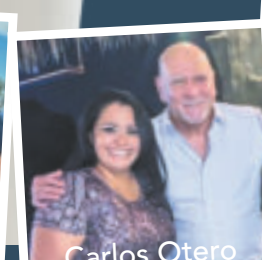
Don Francisco



Darwin Santana



Eliecer Ávila y Mario Pentón



Carlos Otero



Alexander Otaola

Por su trabajo, Dolly es muy querida, recomendada y respetada por muchas personas influyentes y reconocidas en nuestra comunidad.

Fuente: Tomado del muro de Facebook de Lázaro Rodríguez

Cuba desde adentro: **Pregúntate...**

Yo no vengo a convencer a nadie. Yo no quiero ahogarte en mis opiniones. Yo vengo a preguntarte si de verdad estás bien.

Yo quiero saber si ya te cansaste de las mentiras. Si ya te llenaron tanto la cabeza de conflictos que ni sabes en qué crees. Yo quiero saber si de verdad piensas que soy tu enemigo porque pido que te dejen ser quién eres.

Yo no tengo ninguna intención de que pienses como yo; a mí no me gustan los mundos aburridos. Pero dime si tres generaciones de miradas vacías en el portal esperando que se acabe el día te saben a cambio y progreso. Dime si después de 65 años intentado y fallando te parece que ellos saben lo que están haciendo.

Explicame por qué todo tiene que ser una misión sagrada, por qué tu día a

día tiene que ser sacrificado en beneficio y gloria de una idea mal contada. ¿Por qué desde niño tú tienes que querer ser como un hombre que nunca conociste? ¿Por qué tu abuela, en un cuarto con las paredes rotas, tiene que pasar sus últimos años dando la vida por esa promesa que no llegó nunca? ¿Por qué la universidad es para revolucionarios si el conocimiento no tiene ideología? Pregúntate por tí, si no están jugando contigo. Pregúntate si de verdad tú confías en un hombre abusador que le jura a su mujer que esta fue la última vez que le rompió el labio.

Dime si de corazón tú ves que hay otra solución que no sea el divorcio de un sistema que prometió todo y no hizo nada. Dime si no te sientes estancado en el 65 con la ciudad desplomándose en

la cabeza de tu hijo, el ingeniero que vende fritas en la esquina... o largándose del país.

Si no te duele, o si crees que hay que darle pa'alan-



te porque esta vez sí es la que es, entonces llegué muy temprano, 65 años de fracasos no son suficientes, no te preocupes si ese es el caso, te pregunto otra vez el año que viene...

Esta publicación está comprometida con la defensa de los valores y principios en que se fundó esta nación: La fe en Dios, la libertad individual, la ley y el orden, la libre empresa capitalista, y el derecho de las personas a decidir por sí mismas la búsqueda de su felicidad.

De igual manera, está en contra de cualquier extremo político, de la parcialidad de los medios informativos, de la censura en las redes sociales, del adoctrinamiento en las escuelas, y de la exacerbación/manipulación por agendas políticas de las diferencias entre grupos de minorías (por raza, país de origen, preferencia sexual, etc.).



Información general

Contacto:

502-472 6902;

Ldfuentes@elkentubano.com

Equipo de producción:

- Luis David Fuentes (Editor en Jefe);
- Elizabeth Alarcón (Diagramación y Arte de anuncios);
- Yany Díaz (Edición);
- Braulio Mesa, y Eleida Oliva (Colaboradores).

Subscripciones:

\$ 59 al año (entrega a domicilio). Contáctenos para más información.

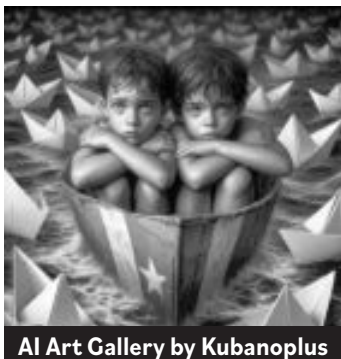
General:

El Kentubano es una publicación mensual y completamente en español, distribuida gratuitamente en locales de afluencia de público hispano. Los artículos y escritos publicados son responsabilidad directa de sus autores y las opiniones expresadas en los mismos pueden no representar la opinión de El Kentubano.

Esta publicación no es responsable de los servicios, productos o eventos que se anuncian. Los cambios en los programas, costos o modos de operar son responsabilidad absoluta de los anunciantes.

En esta edición

- **Cuba desde adentro:** Pregúntate... Pág. 5
- **La opinión escrita:** La migración golpea al presente y también al futuro de Cuba Pág. 6
- **Mensaje en un pan cubano;** receta del Arroz mar y tierra; y algunas formas de decir "pesado" en Cuba Pág. 9
- **Pueblos y lugares:** Sierra de Cubitas, un poblado centenario Pág. 13
- **Arte de nuestro patio:** Los monumentos más antiguos de La Habana; Un son imposible de bailar completo; Natalicio de Joseíto Fernández; Poema sin nombre, de Dulce María Loynaz Pág. 15
- **Historia:** La Pentarquía; Calixto García, el General de la estrella en la frente; y, Luego de ser vilipendiada, regresa de la publicidad Pág. 19
- **Historia no contada:** A 63 años de la "nacionalización" de la enseñanza en Cuba, nada que celebrar Pág. 20)
- **Rostros locales:** Jesús trajo consigo su pasión a tierra americana Pág. 25
- **Rostros locales:** Orly Núñez, un artista desde la cuna Pág. 27
- **Papa caliente:** El famoso de su preferencia Pág. 29
- **Rostros locales:** Indira de la Caridad Herrera, decidida a impulsar el tenis de mesa en Louisville Pág. 30
- **Rostros locales:** José Cubero, primer alcalde de raíces hispanas en Kentucky Pág. 35
- **Tesoros de Kentucky:** La réplica gigante del Arca de Noé Pág. 37
- **Campaña de Louisville** Give for Good Pág. 43
- **Familia:** Las redes sociales y su impacto en las relaciones familiares Pág. 44
- **Educación:** Empresarios, contribuyentes e indocumentados Pág. 45
- **Rostros locales:** Juan Despaigne, preciso y elocuente en el servicio a nuestra comunidad Pág. 47
- **Reflexiones:** Te amo por siempre; reflexión del caballo; y abriendo puertas sin miedo Pág. 48
- **Belleza:** Consejos para tener uñas más bellas Pág. 51
- **Salud:** 10 diferencias impactantes de salud entre hombres y mujeres Pág. 61
- **Consejos para recién llegados:** Evite hablar en voz alta por teléfono celular en espacios públicos Pág. 65
- **Pequeños negocios:** Cómo tener mentalidad de inversionista Pág. 66
- **BBB Alerta de Estafas:** 7 estafas que estudiantes universitarios deben evitar Pág. 69
- **Hogar y Real Estate:** las reparaciones más comunes en el hogar Pág. 71
- **Inmigración:** Entrevista de miedo creíble para evitar la deportación Pág. 75
- **Gracias USA:** ¿Qué es el homecoming weekend? Pág. 80
- **Capitalismo y libertad individual:** Cómo Vietnam pasó de ser la economía más pobre del mundo a ser un próspero país exportador Pág. 82
- **México lindo:** Otumba, un pueblo con encanto Pág. 87
- **Mundo automotriz:** Ford Maverick Lariat Tremor, una camioneta de dimensiones adecuadas para el uso ciudadano Pág. 93
- **Fútbol:** El origen de este deporte Pág. 97
- **Curiosidades:** Los ojos humanos Pág. 101



Al Art Gallery by Kubanoplus

Por Roberto Álvarez Quiñones,
diariodecuba.com (fragmentos)

La migración golpea al presente y también al futuro de Cuba

La estampida sin precedentes de casi dos millones de emigrantes cubanos en solo 30 meses, entre octubre de 2021 y abril de 2024, no es solo un récord cubano y continental, sino uno de los peores crímenes del régimen castrista, pues golpea muy duro a Cuba hoy, y también hace más difícil y costosa la reconstrucción del país en el postcastrismo.

Agrava una crisis demográfica que ya incluye más muertes que nacimientos en la Isla, erosiona pueblo y capital humano. La ONU acaba de estimar en su estudio sobre "Las perspectivas de la población mundial" que la población de Cuba no llegará a los seis millones de habitantes en 2100.

Habitualmente se asume que los cubanos emigramos por motivos económicos. Aquí nuevamente las apariencias engañan. Esa es una percepción periférica del problema. La causa, aunque ya no perceptible a primera vista, es política. Porque fue el castrismo el que destruyó la otrora pujante economía cubana y el causante del desastre socioeconómico actual.

Cuba ahora ostenta en América dos récords muy difíciles de superar. Es el país que más inmigrantes recibió en la primera mitad del siglo XX en menos tiempo en proporción a su población total y tamaño geográfico. Y también es ahora el mayor emisor de emigrantes en menos



tiempo, también según su tamaño poblacional. Estamos hablando de 60.000 emigrantes mensuales, (5.000 más que el Estadio Latinoamericano de La Habana totalmente lleno).

Sin los Castro Cuba tendría hoy 18 millones de habitantes o más

Veamos otro ángulo elocuente de este fenómeno. Si los Castro no hubiesen implantado el comunismo hoy Cuba tendría 18 millones de habitantes, o más. Y digo 18 millones, no al azar, sino porque en 1958 Chile y Cuba tenían un tamaño de población muy similar, con 7,2 y 6,8 millones de habitantes, respectivamente, y hoy el país andino tiene 19,5 millones de habitantes.

Por otra parte, antes de la plaga castrista la Isla era un imán de inmigrantes y no un emisor de emigrantes. Desde 1902, hasta 1930, llegaron a Cuba 1,3 millones de inmigrantes, según el antiguo Ministerio de Hacienda cubano.

Y repito lo dicho en oca-

siones anteriores: en esos 28 años a Cuba llegaron 774.123 inmigrantes españoles, 190.046 haitianos, 120.046 jamaicanos, 34.462 estadounidenses, 19.769 ingleses, 13.930 puertorriqueños, 12.926 chinos, 10.428 italianos, 10.305 sirios, 8.895 polacos, 6.632 turcos, 6.222 franceses, 4.850 rusos, 3.726 alemanes y 3.569 griegos.

Luego llegaron también libaneses, palestinos, judíos, rumanos, húngaros, filipinos y mexicanos (sobre todo de Yucatán). Y en 1958 en la embajada de Cuba en Roma había 12.000 solicitudes de visa de italianos deseosos de emigrar a la Isla. Todos iban para sumarse al auge económico de Cuba como empresarios, profesionales, o empleados.

Revisando estadísticas se descubren otros "logros de la revolución". Cuba superó en 1984 la barrera de los diez millones de habitantes, y no fue hasta 1997 que alcanzó los 11 millones. Luego tuvieron que pasar 17 años más para alcanzar los 11,33 millo-

nes. Después no solo no llegó a los 12 millones, sino que ha perdido 2,71 millones de habitantes.

La emigración crece y las mujeres ya no quieren tener hijos

Lo peor es que una emigración tan abrumadora empeora la crisis demográfica que también sufre Cuba desde hace algunos años por causas endógenas, es decir, no relacionadas con la emigración. Y es que, paralelamente con el éxodo de cubanos, en la Isla hay cada vez menos nacimientos que muertes.

Estadísticas del Banco Mundial muestran que hoy en Cuba la tasa de natalidad es de 1,45 hijos por mujer fértil. Es con mucho la menor América Latina, cuyo promedio es de 2,1 hijos por mujer. Por ejemplo, en Argentina es de 2,3 hijos, en Guatemala (3,0), Perú (2,4), Honduras (2,5), Ecuador (2,5).

Claro, es lógico que hoy las mujeres en Cuba no quieran tener hijos. No desean que vengan a pasar hambre y necesidades, crecer raquíticos, enfermizos, bajitos, paliduchos, algo retardados mentalmente, mal vestidos, sin juguetes, etc.

La UNICEF ya reveló que el 9% de la población infantil de Cuba "sufre de pobreza grave", pues de los ocho alimentos necesarios para una vida sana solo reciben dos como máximo. Y que el 33% de los menores de cinco años solo

reciben tres o cuatro de esos alimentos, lo cual puede causar "daños muy graves para la supervivencia infantil, el crecimiento físico y el desarrollo cognitivo".

Esta crisis demográfica cubana es muy lesiva porque está atenazada por dos brazos implacables: 1) la emigración masiva de ciudadanos en edad laboral; y 2) una tasa de natalidad muy baja que reduce la población total y la envejece.

Es decir, en Cuba hay cada vez menos fuerza de trabajo, menos gente produciendo alimentos y de todo lo necesario en un país. Y el Estado, ya en la quiebra financiera, tiene cada vez menos recursos para sostener a los jubilados, sufragar los gastos de seguridad social, salud pública, educación, cultura, deportes, etc.

Pero lo más indignante es que el propio régimen promueve la emigración, por tres motivos: 1) menos bocas que alimentar, 2) menos inconformes capaces de organizar protestas; y 3) más dólares y paquetes a recibir desde el extranjero. Estamos ante un gran crimen castrista.

En resumen, hoy cobra más vigencia que nunca la conclusión a la llegó el enorme José Martí: "Cuando un pueblo emigra, el Gobierno sobra". Raúl Castro y sus apandillados sobran, deben pagar por sus crímenes, o por lo pronto, jirse ya!

Crece, Expándete,
Vende Más...

El Kentubano

Anuncia tu producto o servicio en El Kentubano. Precios especiales para pequeños y nuevos negocios. Contáctanos en el: (502) - 472 6902 / Ldfuentes@elkentubano.com



**ALEX R.
WHITE
LAWYERS PLLC**



Fernando Valdizán

Abogado Hispano

¡Llama al abogado de tu comunidad!

Lesiones

Accidentes de auto

Accidente de motocicleta

Accidente rastras o camiones

502.882.7552

Fernando@ARWhiteLaw.com

www.SueDistractedDriver.com

904 Minoma Ave

Louisville, KY 40217



**TORRES
IMMIGRATION
MULTISERVICE**

**ABOGADOS DE INMIGRACION
REPRESENTACION LEGAL**

Permisos de Trabajo - Asilo Politico

Reclamacion Familiar

Peticion de Parol a Ice - Mociones (Cierre de corte)

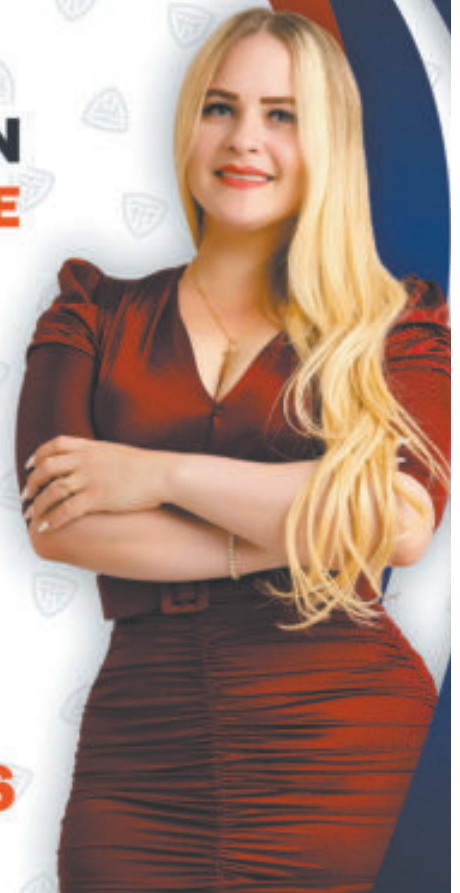
Residencias - Ciudadanias

Taxes Personales - Taxes Corporativos

Apertura de Companias

📞 502 290-9078 📞 502 762-8256

5057 Poplar Level Rd, suite #8 Louisville, KY 40219





La foto del mes:

Mensaje de un pan cubano

Cocina al minuto:

Arroz mar y tierra

Fuente: dcubanos.com



El Arroz Mar y Tierra es un matrimonio perfecto entre el sabor del mar y la tierra. La succulenta combinación de camarones, carne de res y champiñones crea una experiencia gastronómica inolvidable, llena de aromas y sabores que deleitan el paladar.

En la mesa, el arroz mar y tierra se presenta como un plato exquisito que combina lo mejor del mar y la tierra. Los colores y sabores se mezclan armoniosamente, transportando a quienes lo prueban a un viaje sensorial inolvidable.

Ingredientes: 350 gramos de arroz; 4 cucharadas de aceite vegetal o de oliva; 1 cebolla mediana picada en jardinera mediana; 1 pimiento verde picado en juliana; 200 gms de carne de res cortada en juliana finamente; 200 gms de champiñones; ½ cucharada de pimentón dulce; 1 litro de caldo de res hirviendo; 150 gms de camarones

enteros; y colorante amarillo líquido, bijol o azafrán.

Modo de elaboración: Caliente el aceite en una cacerola al fuego y sofría los pimientos verdes y la cebolla previamente picada hasta que la cebolla se ponga transparente. Seguidamente añada la carne y déjala cocinar hasta que esté dorada; agregue los champiñones y continúe la cocción por unos minutos más. Añádale el arroz y mezcle todo bien, incorpore el caldo y el colorante líquido (o el bijol o azafrán). Añada sal al gusto y deje cocer por 15 minutos y añádale los camarones y baje el fuego y tape hasta que este tierno el arroz. Apague el fuego y al servir decore con unas ramas de perejil.

Sírvase al gusto... ¡y a comeeeeeeeeeeeeer!

Algunas formas de decir “pesado” en Cuba

Fuente: cubanos.guru

Personas indeseables existen en todas partes del mundo y todas según la zona geográfica se le llama de diferente manera. Los cubanos como inventores natos de frases y palabras tan naturales como propias, también tiene sus denominaciones para estas personas declaradas no gratas. Al pesado en Cuba se le nombra de diferentes maneras, esta revista le deja algunas de ellas.

Sangrón: Se dice de la persona que es insoportable, engreída, e impertinente. Ejemplo “fulanito es tremendo sangrón”, o “niño no seas sangrón”. Se refiere al individuo que no se relaciona correctamente con los demás y tiende a caer mal.

Batido de cabilla: Obviamente, un batido de ese material de construcción no debe ser muy fácil de hacer, aguantar o probar. De igual manera, sucede con la persona que es caracterizada como tal, las demás la rechazan por impertinente y pesada. Cuando se hace un chiste sin gracia o alguna acción inoportuna o de mal gusto, se suele decir “pipo eres un batidito de cabilla”.

Plomo: Duro y pesado como el metal, es la persona que el cubiche llama plomo. Normalmente cuando hace galas de pocas habilidades de socialización o intenta hacerse el gracioso sin lograrlo, alguien dice “ñoo pipo, eres



un plomo”.

Bofe: En la Isla y también en Perú se utiliza esta palabra para definir al individuo, pesado e inoportuno. También está categorizado como el pulmón de las reses, que los cubanos asumen como amargo o de mal sabor.

Pujón: Normalmente, se usa cuando alguien intenta ser chistoso y no lo logra, ante comentarios fuera de lugar o malintencionados. Caracteriza a personas que por lo general quieren ser el centro en las conversaciones o en un grupo de amigos y terminan siendo todo lo contrario.

Mientras otros países les llaman pelmazos, espesos, y otras, los cubanos tienen un montón de formas de designar a los pesados dependiendo de la situación o el ambiente en que se desarrollan este tipo de personas. Estos fueron solo 5 ejemplos.

Frases y dicharachos

Acabó como la fiesta del Guatao: Una situación empezó bien, pero no tuvo un final feliz. Pelea, bronca. (Foto: Nostalgia Cuba)

Tú no me calculas: Para decirle a una persona que no te subestime. Advertencia que significa “no te metas conmigo que tú no me conoces”.

Andas al berro: Se dice cuando una persona anda como quiera, despreocupado... Es aplicable a infinidad de situaciones. Algunas variantes son “andas loma abajo y sin frenos”, “andas que no te quieres”, “andas a la cara”, etc.

El Kentubano

15 años sirviendo y uniendo a nuestra comunidad...
¡Gracias por su preferencia!



Aún no cuentas con un Plan de Seguro Médico?



GoldCareInsurance-TEAM KENTUCKY

- Recuerde que:
- Desde el 15 de Octubre hasta el 7 de Diciembre es el Período de Inscripción Anual de Medicare Advantage.
 - Desde el 1 de Noviembre hasta el 15 de Enero es el Período de Inscripción de Marketplace-Kynect.

Conoce las opciones de Seguros de Salud que tenemos para ti.

**Medicare Advantage
Marketplace-Kynect**

Contáctanos:

Yadira Ochoa: 502-8020472



Yillian Bruzon: 502-9156086

Raul Zayas: 502-3764118

No estamos afiliados con el gobierno de los Estados Unidos ni con el programa federal de Medicare. No ofrecemos todos los planes disponibles en su área. Cualquier información que proporcionemos se limita a los planes que ofrecemos en su área. Por favor, contacte a Medicare.gov o al 1-800-MEDICARE para obtener información sobre todas sus opciones.



**BAYOLI DESIGN
KENTUCKY**

**IMPRESIONES EN ACRILICO
DISEÑO DE LOGOS
PLAYERAS Y UNIFORMES
CARTELES LUMINICOS
WRAP DE AUTOS
CANVAS Y BANNERS
TARJETAS DE NEGOCIO
Y MUCHO MAS...**

7515 Preston Hwy, Louisville, KY 40219

@bayolikentucky



📞 502 762 7608

📞 502 658 0089

LA MEJOR GARANTIA DE AMERICA



- 10 años/ 100,000 millas de motor y transmisión
- 3 años de mantenimiento complementario gratis
- ¿Sin crédito o mal crédito? Aquí te ayudamos

Alex Persful

Carlos Cifuentes

¡RECIBE \$ 500
DE DESCUENTO
AL MENCIONAR ESTA PUBLICIDAD!

(502) - 509 1925

8107 Shelbyville Road, Louisville, KY 40222



Una vez ridiculizados por Fidel Castro como una “plaga” capitalista que promueve el consumismo banal, los comerciales regresarán a la televisión cubana después de que el gobierno comunista de la isla aprobara una nueva ley que permite la publicidad por primera vez en varias décadas. La televisión estatal podrá vender hasta tres minutos de comerciales por hora de transmisión, pero sólo entre programas porque no se permitirán pausas publicitarias. La publicidad, el patrocinio y las donaciones también estarán permitidos en medios impresos, en línea y en la radio, según una ley de

Comunicación Social aprobada el año pasado por la Asamblea Nacional pero que se hizo oficial recientemente con su publicación en la Gaceta Oficial. El regreso de los anuncios de televisión se produce cuando el gobierno ha autorizado la creación de algunas pequeñas empresas capitalistas para tratar de salvar su languideciente economía de planificación centralizada. Los llamativos anuncios también volverán cuando la mayoría de los cubanos está lidiando con la escasez de bienes esenciales y altos precios de los alimentos, lo que podría aumentar el descontento con el gobierno.



En caída libre la producción de alimentos en Cuba: menos harina, café y carne

La producción de alimentos en Cuba sigue en picada, incluyendo la de productos de alta demanda como la leche, la harina y la carne, reconocen las autoridades cubanas públicamente. En los últimos cinco años, la industria alimentaria cubana ha estado en caída libre. Entre las producciones más deprimidas destacan el arroz, el pan, el café, aceite, los lácteos y la carne de cerdo, todos básicos en la dieta cubana. Un informe sobre indicadores de la industria manufacturera en Cuba divulgado en mayo pasado por la Oficina

Nacional de Estadísticas e Información (ONEI) detalló que de 23 rubros alimenticios revisados entre 2018 y 2023, ninguno mostró crecimiento. Las cifras también dan cuenta de una caída en la acuicultura, con 153 toneladas menos de productos respecto a igual período del año anterior. El Gobierno, que intenta salir de la crisis potenciando la producción nacional de alimentos, reconoce que cada vez el éxodo de empleados hacia otros sectores es mayor.

Situación actual de la deuda externa del país

Cuba, que informó oficialmente por última vez una deuda externa de 19.700 millones de dólares en 2020, ha reestructurado su deuda con Rusia, China y algunos otros acreedores desde entonces. Solamente al Club de París el régimen le adeuda 4.620 millones de dólares. Los ingresos en divisas del régimen utilizados para importar bienes y pagar las deudas han caído sin pausa en los últimos años, según da-



tos oficiales. No obstante, en todo ese tiempo la construcción de hoteles de lujo en Cuba no se ha detenido, pese a la baja ocupación de los ya existentes. Mientras ese panorama se complica, La Habana dirime en los tribunales de Londres una demanda por una fracción de otra suma, de más de 1.000 millones de euros, que fuera adquirida por Fidel Castro en la década de 1980 y le reclama ahora el fondo de inversión CFR I, considerado el mayor tenedor privado de deuda de la Isla. Un acuerdo del Club de París de 2015 perdonó 8.500 millones de dólares de los 11.100 millones en deuda soberana que La Habana incumplió en 1986, cuando Fidel Castro calificó esa suma como impagable e incobrable y lanzó una cruzada internacional sin éxito para que otros países deudores renunciaran a pagar. Raúl Castro, en cambio, acordó honrar el resto en cuotas anuales hasta 2033. Asimismo, en 2011 China le perdonó al Gobierno cubano 6.000 millones de dólares, en 2013 México lo eximió de pagar 487 millones, en 2014, Rusia hizo lo mismo con 35.000 millones, y posteriormente le ha otorgado aplazamientos de sumas pendientes.

Carros de lujos en la mira de las autoridades

En Cuba, conocida en el mundo por sus carros vintage –en realidad sobrevivientes tras la falta de piezas y vehículos después de 1959–, circulan cientos de autos de lujo, de lo cual dan fe grupos de aficionados al automovilismo en Facebook. Comenzaron llamándose carros “diplomáticos”, pues solo el personal de las embajadas manejaba vehículos de ese calibre, pero el término se extendió a todo tipo de autos recién importados, que ya no pasan desapercibidos. Recientemente las autoridades cubanas advirtieron

que controlarán la importación de estos autos de lujo. Según expresó el primer ministro, Manuel Marrero “Hay unos carros que están entrando que realmente no son compatibles con la sociedad nuestra, no son necesarios, y tenemos que acotar la cantidad en función de los intereses del país”. Además del cerco de las autoridades, los aficionados advierten de los múltiples inconvenientes para mantener un vehículo así en Cuba, entre ellos la falta de combustible y el pésimo estado de las carreteras. (Foto: 14ymedio.com)



Havana Rumba & Mojitos Restaurantes celebrando su 20° aniversario en sus 4 locaciones, donde encontrarás auténtica comida cubana, buen ambiente y música en vivo.

havanarumbaonline.com

HAVANA
Cuban Cuisine
Rumba

12003 Shelbyville Road
Louisville, KY 40243
502-244-5375

Mojito RESTAURANT & BAR
in **HAVANA**

3939 Shelbyville Road
Louisville, KY 40207
502-897-1959

HAVANA
Rumba
& TAPAS BAR

2210 Bardstown Road
Louisville, Kentucky 40205
502-749-4600

Mojito
RESTAURANT
TAPAS

2231 Holiday Manor Center
Louisville, KY 40222
502-425-0949



Especiales durante todo el año

LUNES

Todas las botellas de vino a mitad de precio.

MARTES

Todas las cervezas a mitad de precio.

MIERCOLES

Sangria Roja, mojitos de la casa, y margaritas de la casa a mitad de precio.

Fuente: Fragmentos de *ecured.cu*
Foto: *Wikipedia.com, ecured.cu*

Sola (Sierra de Cubitas), un poblado centenario

Sola, conocida como “la patria del corazón” cubiteño, está ubicada al norte de la provincia de Camagüey y es el poblado cabecero del municipio Sierra de Cubitas.

El 28 de septiembre de 1920 fue la fecha escogida como día de su fundación, cuyo argumento central lo inspira una comunicación oficial del alcalde de La Gloria, y dirigida a su homólogo en el municipio Camagüey, donde el primero informa “... que se está fomentando un poblado en la estación de ferrocarril de la costa norte de Cuba que lleva el nombre de Sola y dista de este poblado a unos cuantos kilómetros”.

“La Compañía o Sola”, estaba conformada inicialmente por una decena de casas (no superó esa cifra) revestidas con madera machihembrada y techos de tejas francesas a distintas aguas, con el piso generalmente de madera sobre pilotes, las construcciones incluían desde viviendas hasta oficinas de correo, y otras dependencias públicas y administrativas.

En esta área radicaría todo el personal administrativo que requería el central azucarero que proyectaba construirse en el lugar. Al frente de esta

empresa se encontraba el convocado señor Sola, a quien con seguridad debemos el nombre.

Cuenta el mito que una pobre lugareña a la que algún descuidado egoísta negó el agua, por privársele del elemento que sofoca tanto la llama de la sed, como la llama literal devoradora del incendio, maldijo y condenó al pueblo a padecer tres veces la furia del fuego fatídico.

Un 4 de septiembre del año 1946 se incendia el poblado en su centro comercial ubicado en medio del poblado. Diez años después, el 18 de septiembre, estalló el segundo, y como si fuera poco, por obra de una centella caída de lo alto. Bajo aquella piromaniaca condenación que lo aniquilaría todo sin remedio, los habitantes de Sola se erizaron de espanto.

Sola por sus características de pueblo pequeño y donde las opciones culturales de discusión intelectual eran mínimas, “La esquina caliente” se convertía en una zona de recreación donde el tema del deporte era el preferido, pero no el único.

En los años 1987 y 1988 “La esquina caliente” llega a tener su momento de oro por varias razones: los frondosos pinos localizados frente a la antigua carnicería, que años atrás fuera lugar de recreación televisiva y cinematográfica, proporcionaban una sombra deliciosa y lista para entablar las apasionadas discusiones; (el zapatero) Maecelo Meléndrez (conocidísimo por

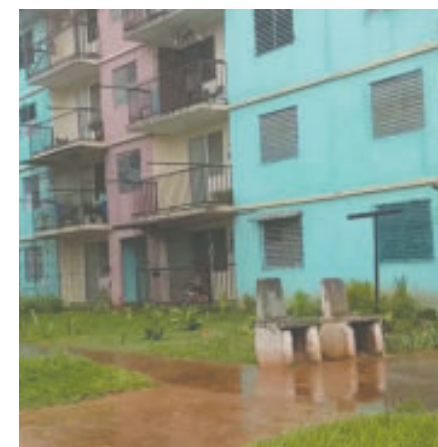
el nombre de “Mingo”), quien en su diaria faena en el lugar, la recreaba con chistes que van desde las raíces gallegas hasta las más criollas fuentes, sin obviar las ofertas de varios productos alimenticios y líquidos como Cubanitos y guarapos, que junto al servicio de comida fuerte del merendero “Las palmas”, propiciaban en ese sitio las condiciones deseadas para los debates, que en ocasiones no pasaban de las trivialidades y la cotidianidad local, pero sin dejar de mirar al mundo.

De ese poblado se destacan en el deporte Ricardo Vante, Teófilo Pérez y Orlando Lugo que se posicionaron como atletas de alto rendimiento.

Entre las tradiciones musicales del municipio tenemos la Conga y la Comparsa, siendo esta última la más antigua. La Conga Cubiteña y su comparsa se presentan en las Jornadas de la Cultura principalmente entre otros eventos municipales y provinciales.

El plan educacional para la enseñanza media superior, reconocido con el nombre de Sola, cuenta 19 escuelas, todas hoy cerradas y en ruinas.

Sola, constituye el grupo orográfico más importante de la provincia con un predominio de la topografía cársica, donde se localizan numerosas cavernas de incomparable belleza y algunas guardan el tesoro arqueológico y cultural de las pinturas rupestres indocubanas, por lo cual han sido declaradas monumento local, de ellas: 7 cuevas con pictografías y 3 sitios naturales.



Iglesia Evangélica Hispana Avivamiento Mundial Pacto Con Jesús



Pastores
Alberto y Zuleydi Carralero

Servicio:
SÁBADO: AYUNO Y ORACIÓN,
8:00 am-10:00 am
DOMINGO: SERVICIO VICTORIOSO,
2:00 pm

3309 Lees Ln. Louisville KY 40216
(502) - 539 2195 / (502) - 434 1062

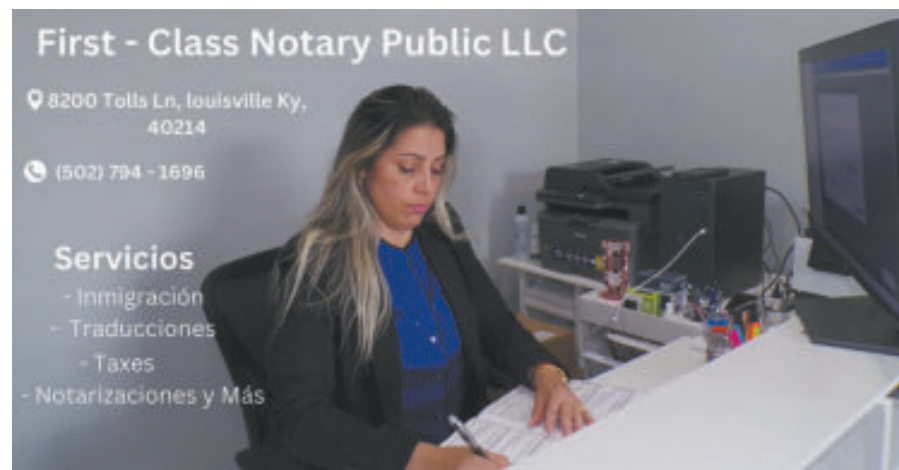
First - Class Notary Public LLC

8200 Tolls Ln, Louisville Ky,
40214

(502) 794 - 1696

Servicios

- Inmigración
- Traducciones
- Taxes
- Notarizaciones y Más





**Yanet
Cake
Paradise**

CAKES PARA TODAS
LAS OCASIONES
(502)-579 2938

yanet_cake_paradise  



3425 Bardstown Rd.
Louisville KY 40218

Teléfono
(502)-224 5411

**¡BAJO
NUEVO DUEÑO
CUBANO!**

Mi Sueño
CUBAN EXPRESS FOOD

Rentamos
el local para
fiestas y eventos

Variedad de comidas y dulces...
COMPLETAS POR \$13.50
(Carne, arroz y acompañante)

**SERVICIO DE CATERING
PARA FIESTAS Y CELEBRACIONES**





PARA DESLUMBRARTE, NO MIRES A LO LEJOS,
ÉSTAS SON MIS JOYAS, HECHAS CON LOS
SECRETOS DE LAS ESTRELLAS.....



DFC
CUBAN JEWELRY

5616 PRESTON HWY
(502) 536-5919

AUTO • VIVIENDA • VIDA • COMERCIO • UN SERVICIO PARA MIEMBROS



Carlos Cardenas
Agente
• Hablo Español •

¡Llámemme hoy para
una cotización gratis!

502-298-9948
Carlos.Cardenas@kyfb.com

Obtenga una póliza de hogar dulce hogar.

Usted elige el tamaño, el estilo y el lugar de su vivienda para satisfacer sus necesidades únicas. Asegúrese de elegir su póliza de propietario de la misma manera. Su agente local de seguros de Kentucky Farm Bureau puede personalizar una póliza que le dé la cobertura y la tranquilidad que necesita para experimentar plenamente las alegrías de ser propietario de una vivienda.

KENTUCKY FARM BUREAU  INSURANCE

DIG ON COMMITMENT.™



VISITA MI PERFIL ONLINE

5013 Mud Lane
Louisville, KY 40229



Los monumentos más antiguos de La Habana

Fuente: sancristobal.cult.cu
Foto: ellugareno.com

El monumento más antiguo que se conserva en La Habana es una pequeña lápida de piedra erigida en memoria de Doña María Cepero, en el mismo lugar donde cayó mortalmente herida, en 1557. Quiso la mala suerte que la señora, dama principal de la villa, fuera alcanzada, de manera casual, por un disparo de arcabuz mientras rezaba en la Parroquia Mayor, ubicada donde después se edificó el Palacio de los Capitanes Generales.

Cuando se derribó dicha iglesia, en 1777, la tarja fue trasladada a la esquina de Obispo y Oficios, casa solariega

de los Cepero, y allí estuvo hasta que pasó a formar parte de las colecciones del Museo Nacional, en 1914. En 1937 el monumento se restituyó a su espacio original, ocupado entonces por el Ayuntamiento habanero, y allí estuvo hasta encontrar su sitio definitivo.

Otro monumento antiquísimo es la columna de tres caras que en 1754 se erigió en uno de los extremos de la actual Plaza de Armas para conmemorar la celebración en La Habana de la primera misa y el primer cabildo, hechos que, dice la tradición, ocurrieron en 1519 a la sombra de una ceiba que crecía en el mismo lugar.

Los récords en la música cubana:

Un son imposible de bailar completo

Fuente: onlinetours.es. Foto: Rolando Pujol, arteporexcelencias.com

Según datos recogidos participaron 95 agrupaciones, 976 músicos y 40 mil interesados entre productores musicales, periodistas, musicólogos, cronistas, fotógrafos, espectadores y muchos otros, reunidos en el Salón Rosado de la Tropical, lugar considerado el «paraíso de los bailarines cubanos».

Se extendió por más de 110 horas y fueron los 5 días más disfrutados por los seguidores de la música cubana hecha para bailar. Se alternaron unas a otras en un tiempo promedio de 2 horas para cada presentación y confluyeron, además de las orquestas reconocidas radicadas en La Habana, otras provenientes del resto de la isla para contribuir con el logro de tal empresa.

Septiembre en la cultura del patio: Natalicio de Joseíto Fernández



José Fernández Díaz, fue un músico y compositor nacido el 5 de septiembre de 1908. Este popular cantante nació en La Habana. Fue intérprete de tríos, septetos y orquestas típicas. Es el autor de la conocida Guajira "Guantanamera", obra que lo inmortalizó y se reconoce como una de las piezas cubanas más interpretadas en el mundo, permite la improvisación en décimas, y se canta en ocasiones con los Versos Sencillos de José Martí. Compuso boleros y guarachas, entre ellos, "Elige tú, que canto yo", inmortalizada en la voz de Benny Moré. (Foto: coleccion305.wordpress.com)



Bailes del patio:

Danzón, el baile nacional cubano

Fuente: dancefestivalincuba.com. Foto: Manu Carrillo en Pixabay

Declarado como una forma de arte bella y elegante: el danzón es originario de la ciudad de Matanzas, Cuba. Este baile típico cubano tiene como antecedente la contradanza, debido a la colonización española ya arraigada en la isla.

Sin embargo, el Danzón, por su estilo cadencioso, comenzó a adornar los salones y grandes fiestas en el año 1879, la época en que Miguel Failde su creador, combinara sonidos y ritmos, creando así el primer baile típico cubano.

Vale destacar que este baile cubano pudo por vez primera resaltar la presencia de la raza mestiza en estos salones, esto trajo consigo el disfrute de una sonoridad totalmente criolla.

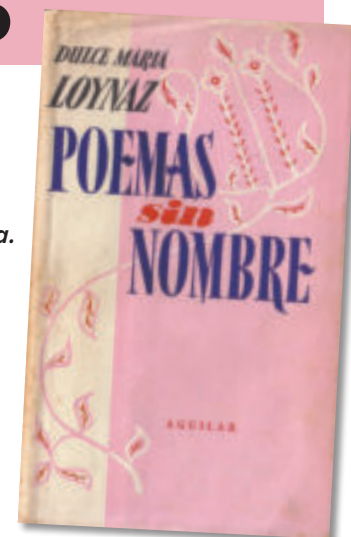
Por lo que el Danzón inicialmente se reconocía como habanera cubana o danza criolla, convirtiéndose en el primer género musical cubano. Por tanto, su ritmo es aún referente obligado para toda variante de la música popular cubana.

Poesía del patio

Poemas sin nombre

De Dulce María Loynaz

*He de amoldarme a ti como el río a su cauce,
como el mar a su playa, como la espada a su vaina.
He de correr en ti,
he de cantar en ti,
he de guardarme en ti ya para siempre.
Fuera de ti ha de sobrarme el mundo,
como le sobra al río el aire, al mar la tierra,
a la espada la mesa del convite.
Dentro de ti no ha de faltarme
blandura de limo para mi corriente,
perfil de viento para mis olas,
ceñidura y reposo para mi acero.
Dentro de ti está todo; fuera de ti no hay nada.
Todo lo que eres tú está en su puesto;
todo lo que no seas tú me ha de ser vano.
En ti quepo, estoy hecha a tu medida;
pero si fuera en mí donde algo falta, me crezco...
Si fuera en mí donde algo sobra, lo corto.*



SUPERMERCADO GUANAJUATO

Fresh Market • Butcher Shop • Mexican Restaurant



¡El jefe de la variedad y los precios bajos!!



Frutas naturales varias



Frutas en conserva



Muelas de cangrejo



Yuca y malanga



6201 Preston Hwy. Ste B
Louisville, KY 40219
(502) - 498 5088



8704 National Turnpike
Louisville, KY 40118
(502) - 515 6879

VISITE CUALQUIERA DE NUESTRAS 4 LOCACIONES:

5624 Bardstown Rd.
Louisville, KY 40291
(502) - 709 5131

9901 La Grange Rd. Ste H
Louisville, KY 40223
(502) - 425 2961

Chucho Valdés reconocido como uno de los Jazz Master 2025

El pianista y compositor cubano Chucho Valdés fue elegido como uno de los cuatro Jazz Master 2025, entregado por el Fondo Nacional para la Artes de EEUU (NEA) y el Kennedy Center. Esta, la mayor distinción que puede recibir un jazzista en EEUU, "premia a individuos que han hecho contribuciones significativas al arte del jazz", informó el Kennedy Center recientemente. El 26 de abril de 2025, en el concierto anual de tributo a NEA Jazz Masters en el Kennedy Center, recibirán el galardón, además de Valdés, el crítico Gary Giddins, la pianista Marilyn Crispell y el saxofonista Marshall Allen, todos estadounidenses, lo que convierte a Valdés en el único extranjero y único latino en recibir este galardón en su edición de 2025. Esta distinción la han recibido los más grandes músicos y promotores de jazz esta-



dounidenses. Valdés es el tercer cubano en recibirla, luego de que fueran laureados Paquito D'Rivera, en 2005, y el percusionista Cándido Camero, en 2008. La larga y exitosa carrera de Chucho Valdés, de 82 años, incluye varios Premios Grammy y Premios Grammy Latinos. En 2018 ingresó al Pabellón de la Fama de los Compositores Latinos. Ese mismo año, recibió el Premio Grammy Latino a la Excelencia Musical. En 2023, ganó un Grammy Latino en la categoría Mejor Álbum de Jazz/Jazz Latino. (Foto: chucho-valdes.com)

La nueva sensación cubana de Hollywood regresa con filme sobre santería y pandillas

En los tiempos recientes, la cubana Mariela Garriga finaliza un rodaje y comienza otro. Recientemente terminaron en España las grabaciones de Cuando nadie nos ve, serie en la que la capitalina es una de las protagonistas, y por estos días han comenzado las filmaciones de La Regla de Osha, que será una de sus próximas películas, pues ya ha sido confirmada también su presencia para 2025 en la segunda parte del largometraje Misión Imposible: Sentencia mortal, donde volverá a compartir cartel con el célebre Tom Cruise. En la cinta que actualmente se halla en proceso de producción en Bilbao, territorio ubicado también en el país ibérico, la capitalina dará vida a Belén, «una asistente social atormentada por el recuerdo de una joven cuyo suicidio no pudo impedir, a la que le asignan un nuevo caso después de una larga baja. Su misión: encauzar la vida de Kevin (Blas Polidori), un pandillero de origen latinoamericano que desata fuerzas oscuras en un ritual ocultista», resume la web Deia. (Foto: Instagram de la artista)



Arturo Sandoval, Premio Kennedy Center Honors

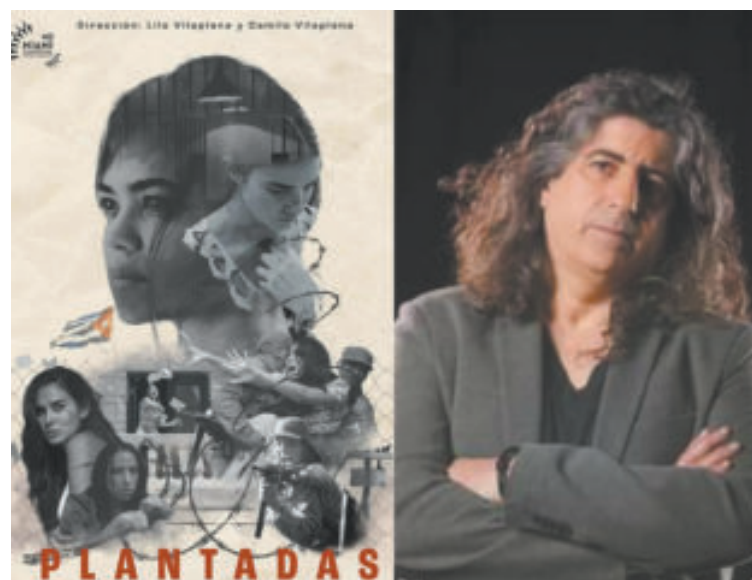


El trompetista de jazz Arturo Sandoval forma parte de los galardonados con los premios Kennedy Center Honors de este año, una lista que integran además el director Francis Ford Coppola, los Grateful Dead, la leyenda del blues Bonnie Raitt y el legendario teatro de Harlem The Apollo. La edición 47 de los reconocimientos del Kennedy Center constituirá una velada de tributos, testimonios y actuaciones el 8 de diciembre en el John F. Kennedy Center for the Performing Arts de Washington. La ceremonia se retransmitirá por la CBS el 23 de diciembre, publicó el portal de noticias

Infobae. Sandoval, de 74 años, saltó a la fama como músico en su Cuba natal, tocando el piano y la percusión, pero especializándose en la trompeta. Su trabajo le puso en contacto con la leyenda del jazz Dizzy Gillespie, que defendió su música y le ayudó personalmente a abandonar la Isla durante una gira por Europa en 1990. Poco después de su fuga, Sandoval actuó en la ceremonia de entrega de los Kennedy Center Honors a su mentor Gillespie. Sandoval recibió en noviembre de 2023 el Premio a la Excelencia Musical de los Latin Grammy 2023. (Foto: Anthony Pidgeon/Redferns)

Película Plantadas continúa cosechando éxitos

La película Plantadas de los directores Lilo Vilaplana y Camilo Vilaplana, fue elegida en la selección oficial en dos actuales Festivales Internacionales de Cine. En la 15 edición del Picknic Film Festival de Santander España donde se presentó el pasado mes en la Fimoteca de Cantabria, y también estará este mes en el New York Latino Film Festival. El filme ya acumula cuatro premios en Festivales Internacionales. Esta película producida por Reinol Rodríguez, Irasema Otero y Vilaplana Films usted puede verla gratuitamente en la plataforma www.vix.com.



CURANDERA Y CONSEJERA SEÑORA CAMILA

Se preparan amuletos, limpiezas y mucho más.



ESPECIALISTA EN LOS PROBLEMAS DEL AMOR

Se leen las Cartas y el Tarot, se lee la mano, se hacen limpiezas, se reúne a los separados, se retira la envidia y las malas influencias.

¿SE SIENTE DEFRAUDADO EN LA VIDA?

¿Sufre de dolor de cabeza, nervios, impotencia sexual, insomnio o alcoholismo?



Te ayuda en todos tus problemas por difíciles que sean
AMOR - SALUD - DINERO - PROSPERIDAD

**ESPECIALISTAS EN AMARRES,
DESAMARRES Y ENDULZAMIENTOS**

¿BUSCAS AYUDA? ¿QUIERES RESPUESTAS?
¿DESEA SABER QUE PUEDE SUCEDER?
¡No dejes para otro día lo que necesitas en tu vida hoy!



LLAMA HOY MISMO

502.450.3688



**DUPLICADOS DE LLAVES
LLAVES PERDIDAS
ABRIMOS AUTOS
CONTROLES DE CARROS**



CERRAJERO LOCKSMITH

**Servicio las 24 horas, 7 días de la semana
(502) - 999 1116**



**VARIEDAD DE PANES Y PIZZAS
DE EXQUISITO SABOR Y ALTA CALIDAD**

la
CHIQUITA Bakery & Store
La Herencia del Buen Pan

Pizzería & Sandwich

Estamos en el 5057 Poplar Level Rd., Louisville KY - 40219. (502) - 915 8668
Lunes a Sábado 8:00 am - 8:00 pm Domingo 8:00 am - 7:00 pm

Luego de ser vilipendiada, regresa de la publicidad

Fuente: elnuevoherald.com (fragmentos). Foto: cubaenlamemoria.wordpress.com



Recientemente se conoció que una nueva Ley de Comunicación Social aprobada en la Isla permitirá el regreso de los comerciales y anuncios publicitarios de pequeñas empresas privadas.

Como parte de su cruzada contra la propiedad privada, Castro confiscó agencias de publicidad y desmanteló los departamentos de publicidad de grandes empresas estadounidenses que su gobierno nacionalizó después de que asumió el poder en 1959. Muchos ex miembros del personal creativo se dedicaron al periodismo o fueron contratados por el gobierno para producir propaganda.

Las imágenes de Castro, el guerrillero Ernesto “Che” Guevara y mensajes como “Patria o Muerte” ocuparon los carteles callejeros que alguna vez anunciaron populares productos estadounidenses. Los jingles y los comerciales fueron reemplazados por la implacable propaganda comunista,

contenido sobre la más reciente campaña de salud pública o promociones de otros programas gubernamentales.

Para algunos observadores extranjeros, Cuba se convirtió en una curiosidad, un lugar idílico sin el molesto aluvión de anuncios típicos de las sociedades capitalistas. Para los cubanos, sin embargo, su ausencia denotaba el control total de los medios por parte del Partido Comunista y una realidad económica fundamental: en un país sin competencia y con poco que vender, no había necesidad de anuncios.

Si bien la nueva ley establece que la publicidad “salvaguardará los valores socialistas”, muchos se preguntan qué pasará cuando, en lugar de un mensaje propagandístico que inste a los cubanos a “ser como el Che”, ellos comienzan a ver anuncios de alimentos y bienes que la mayoría no puede comprar.

A pesar de la mala reputación de la publicidad, las agencias gubernamentales produjeron discretamente anuncios en revistas que promocionaban las exportaciones y el turismo cubanos en la década de 1980, pero no estaban destinados a ser consumidos localmente. Durante un breve período en la década de 1990, coincidiendo con las

reformas económicas, las autoridades cubanas permitieron una publicidad más visible de marcas deportivas globales como Adidas en juegos deportivos y vallas publicitarias. Ese impulso se desvaneció, pero la publicidad de las marcas locales, las empresas cubanas y la isla como destino turístico continuó en revistas y otros medios, no en la televisión. La única excepción fue un canal disponible sólo en hoteles cubanos, Cubavisión Internacional, y en paquetes satelitales para audiencias extranjeras.

La existencia de agencias de publicidad privadas sigue prohibida, pero muchos profesionales de los medios, diseñadores y otro personal creativo que tienen licencias para prestar servicios como diseño gráfico o fotografía acaban haciendo publicidad.

El Partido Comunista, cuyo Departamento Ideológico supervisa los medios estatales, incluyó varias advertencias en la nueva ley para garantizar que la publicidad en la televisión y otros medios controlados por el gobierno se ajuste a los principios del Partido. La ley restringe lo que se puede mostrar o decir en un anuncio, cuánto tiempo o espacio se puede comprar con fines de promoción y quién produce el contenido.



Septiembre en la historia

4, 1933: Se constituye el gobierno llamado de la Pentarquía, uno de cuyos integrantes fue el periodista Sergio Carbó, quien ascendió a Fulgencio Batista, unilateral e inconsultamente, a Coronel. La Pentarquía no tuvo el reconocimiento de EEUU y el 10 de septiembre se desintegró.

8: Día de la Virgen de la Caridad del Cobre, patrona de Cuba. Es una fecha significativa tanto para la religión como para la cultura cubana.

18, 1937: A los 90 años, fallece la camagüeyana Domitila García Doménico, primera mujer tipógrafa en Cuba y quien cumplió un importante papel como periodista en los siglos XIX y XX.

Calixto García, el General de la estrella en la frente

El 6 de septiembre del año 1874, se encontró el Mayor General Calixto García ante una de las situaciones más críticas de su vida. Los mambises fueron sorprendidos por los españoles en San Antonio de Bajá, en Bayamo. Ante el peligro de caer preso, Calixto García optó por darse un tiro bajo el mentón para quitarse la vida, y así evitar caer prisionero de los enemigos. La bala no siguió el rumbo esperado, le salió por la frente, y sobrevivió.

Al recibir doña Lucía Iñiguez la no-



ticia de la captura de su hijo, se negó a darle crédito, hasta que le contaron que sólo ensangrentado y muy grave había sido posible tomarlo prisionero, y exclamó: “¡Ese, ese es mi hijo Calixto!... ¡Muerto antes que rendido!”. (Foto: Library of Congress)

La Pentarquía

Fuente: Wikipedia.org.

Foto: Bureau of Engraving and Printing

La Pentarquía, formalmente conocida como la Comisión Ejecutiva del Gobierno Provisional de Cuba, fue una coalición que gobernó Cuba entre el 5 y el 10 de septiembre de 1933, tras el derrocamiento del **General Gerardo Machado** el 12 de agosto previo. Antes de la Pentarquía, el **General Alberto Herrera** (12-13 de agosto de 1933) y **Carlos Manuel de Céspedes y Quesada** (13 de agosto - 5 de septiembre de 1933) fueron presidentes provisionales del país.

Los miembros de la Pentarquía fueron:



Sergio Carbó y Morera (1891-1971), periodista.

Porfirio Franca y Álvarez de la Campa (1878-1950), abogado, banquero y economista.

Ramón Grau San Martín (1887-1969), profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad de La Habana.

José Miguel Irisarri y Gamio (1895-1968), abogado.

Guillermo Portela y Möller (1886-1958), profesor de la Facultad de Leyes de la Universidad de La Habana.

Fuente: Dimas Castellanos,
diariodecuba.com

A 63 años de la "nacionalización" de la enseñanza en Cuba, *nada que celebrar*

El precio que los cubanos deben pagar por la estatización de la enseñanza es el daño antropológico de incalculables consecuencias para el presente y futuro de la nación cubana.

En el programa expuesto por Fidel Castro en 1953 durante el juicio por el asalto al cuartel Moncada, la enseñanza no aparece entre los cinco problemas que consideraba prioritarios: la restitución de la Constitución de 1940, la entrega de la tierra a los campesinos, el derecho de los obreros al 30% de las utilidades en las grandes empresas industriales, el derecho de los colonos al 50% del rendimiento de la caña y a una cuota mínima de 40.000 arobas, y la confiscación de los bienes malversados. Después de esas leyes se procedería a una reforma integral de la enseñanza.

La primera promesa —la restitución de la Constitución de 1940— fue incumplida. En su lugar, en febrero de

1959 se impusieron unos estatutos constitucionales que transfirieron las funciones del presidente de la República al primer ministro, y las del Congreso, al Consejo de Ministros. Desde ese poder, en diciembre del propio año, se promulgó la Ley de Reforma Integral de la Enseñanza, con la cual los planes de estudios, los métodos de las escuelas de maestros primarios y la creación de centros de enseñanza pasaron a ser función exclusiva del Estado. El camino hacia el control absoluto quedó trillado.

El 6 de junio de 1961, una vez declarado el carácter socialista de la Revolución, en medio de la Campaña de Alfabetización se promulgó la Ley de Nacionalización General y Gratuita de la Enseñanza, que además de no haber estado contemplada en el programa original, debió llamarse Ley de Estatización, puesto que la enseñanza en Cuba no era extranjera. Las consecuencias las había advertido desde principios de la República el ilustre Enrique José Varona: "De todos los monopolios artificiales ninguno es más pernicioso que el de la instrucción. Y el monopolio existe, ya pretenda ejercerlo un individuo, una clase, un organismo social, ya el Gobierno en representación del Estado. Junto a la enseñanza oficial

conviene que florezca la enseñanza privada".

A la estatización de la enseñanza le siguieron otras medidas en la misma dirección: la reforma de la enseñanza superior; el proyecto de ingeniería social denominado "formación del hombre nuevo"; las modalidades de la escuela en el campo y la escuela al campo. Proyectos confirmados en la Plataforma Programática del Partido Comunista de Cuba (1975), y refrendados en la Constitución (1976), la cual definió que la política educativa y cultural se atendería a la concepción científica del mundo, establecida y desarrollada por el marxismo-leninismo; y que la enseñanza como función del Estado estaría dirigida a la formación comunista de las nuevas generaciones. 33 años después, la Constitución de 2019 reafirmó: la enseñanza es función del Estado, conforme a los principios humanistas en que se sustenta la política cultural del Estado y los valores de la sociedad socialista.

En ese proceso, el sistema de Escuelas Normales que existió hasta diciembre de 1959 fue clausurado y sustituido por las Escuelas para Maestros Primarios, pues aquellos se consideraron "aburguesados con rezagos del pasado". Los maestros primarios, a la vez, se sustituyeron con los graduados del Destacamento Pedagógico Manuel Ascunce Domenech.

Posteriormente, en el año 2000 se formaron los maestros emergentes para capacitarlos en seis meses, por lo que se bautizaron popularmente como maestros "expres", y así sucesivamente una improvisación tras otra hasta el deplorable estado actual.

63 años después de erradicada la enseñanza privada —que contó con una matrícula de 90.000 alumnos hasta 1958, que aliviaba los gastos del Estado y permitía a los padres seleccionar el tipo de educación que deseaban para sus hijos—, el sistema educacional cubano está en franco naufragio. Según el Anuario Estadístico 2016, la cantidad de maestros ha caído en picada en los últimos años. En el curso escolar 2021-2022 la provincia Sancti Spiritus tenía un déficit de 923 profesores en los distintos niveles de enseñanza. De forma similar ocurre en otras provincias del país. Los maestros graduados de las carreras pedagógicas, la mayoría adolescentes, carecen de la preparación suficiente para impartir clases a los niños. La insuficiencia de los salarios genera una fuga indetenible de maestros hacia otras actividades o hacia el exterior. Lo único que se mantiene del proyecto originario

de Fidel Castro es el gastado adoctrinamiento ideológico.

Como resultado, el concepto de ciudadano desapareció, las diferencias sociales regresaron con los repasadores privados, y la libertad académica, un derecho fundamental en la educación superior, desapareció del escenario universitario.

El derecho natural a disentir se consideró propaganda contrarrevolucionaria. La represión contra alumnos, profesores e investigadores se fundamentó en el discurso de Fidel Castro conocido como "Palabras a los intelectuales", sintetizado en el principio "Dentro de la revolución todo, fuera de la revolución nada", y concretado con la consigna excluyente: "La Universidad para los revolucionarios".

El magisterio cubano actual refleja la decadencia sufrida en la formación de personal docente a causa del monopolio del Estado sobre la educación. Los "logros" educacionales enarbolados dentro y fuera de Cuba no son más que mitos sostenidos por la propaganda oficial para ocultar la realidad.

El precio que los cubanos deben pagar por la estatización de la enseñanza es el daño antropológico de incalculables consecuencias para el presente y futuro de la nación cubana.

+ de 25.000 personas leen este mensaje. Piense en grande...

***El Kentubano* (502) • 472 . 6902**

Anuncie aquí su producto o servicio, precios especiales a pequeños negocios.



King Installs

(305) - 721 6167 Yuniel González



**Instalación y reemplazo de puertas y ventanas.
Garantizamos seriedad y profesionalismo.
Estimados gratis.**



Auto Casa Vida Negocios

¡Visítenos!
Nuestro equipo estará feliz de asistirle en español

Servicio en español con Sausam Alzanati
Teléfono (502)-410 2022
3141 S 2nd Street
Louisville, KY - 40208





Latin Food & Bakery

Un pedacito de Cuba en Louisville

**TIENDA DE ALIMENTOS
CARNICERIA
RESTAURANTE
CAFETERIA**

Disponible en Doordash y Uber East
(502) 384 - 0769
5623 Outer Loop, Louisville, KY 40219
latinfoodandbakery.com



LA MEJOR SELECCIÓN EN AUTOS Y CAMIONETAS NUEVAS



Dodge Challenger



Dodge Charger RT



Ram 3500

ATENCIÓN PERSONALIZADA Y EN SU IDIOMA:



Eligio Vanterpool
(502) - 774 0317



Saumel Batallan
(502)-724 0998



Ram 3500 Chassis Cab

6408 Preston Hwy. Louisville KY 40219



Seriedad y profesionalidad en mecánicas para autos

AUTOMAX SERVICE & REPAIR

**Problemas
en motores y
transmisiones**

**Diagnóstico,
suspensión, y
alineamiento**

**Cambios de
aceite y filtros
Frenos**

**Chapistería
por golpes o
accidentes**

**Mecánica y
mantenimiento
general**

**SERVICIO EN ESPAÑOL con Aaron López
(502)-365 2220**

EN DOS CONVENIENTES LOCACIONES:

**6904 Preston Hwy.
Louisville KY 40219**

**9213 Dixie Hwy.
Louisville KY 40272
(SUPREME AUTOMOTIVE
SERVICE & REPAIR)**



Elegir a ZACK MCKEE

PARA JUEZ DE LA CORTE FAMILIAR

Justicia. Igualdad. Equidad.



Dos años atrás tuve la oportunidad de conocer a este grandioso abogado. Tenía un caso muy complicado, el abogado Zack McKee se puso a trabajar de inmediato con resultados asombrosos, como hispano ir a la corte familiar por primera vez me sentía perdido pero con la ayuda del abogado Zack mckee todo fue mucho más fácil el me demostró que no estaba solo, el nunca me vio como hispano el me vio como un ser humano igual a los demás, el abogado es muy profesional y conoce muy bien las leyes, Zack es un abogado que representa a todos por igual.

David Cruz

WEBACKZACK.COM

   @mckeeforjudge

Cuban KY

RESTAURANT & GROCERY

Variedad de productos y comidas de su preferencia



7844 Dixie Hwy, Louisville, KY 40258 ♦ (502)-873 5033

Jesús trajo consigo su pasión a tierra americana

Por Yanet KantAlma, El Kentubano

Jesús Vega Carbonell, es del Barrio "Lawton", en 10 de octubre, La Habana. Casi cumpliendo ocho años en suelo americano, nos cuenta algunos detalles de la colombofilia en Louisville, apasionante hobby que comparte desde los siete años con sus hermanos, que como él, viven en dicha ciudad.

El palomero tiene varias clases de crías: está el colombófilo de mensajero, que algunas logran regresar de una distancia de 500 millas en el día. Está el palomero que cría palomas llamadas "de fantasía", que son palomas de belleza; y está el palomero que cría la paloma buchona o paloma de robo, que es la que criamos mis hermanos y yo. Esta consiste en soltar una de tus palomas solas, lo mismo hembra o macho, para que salgan a capturar otras palomas de otros palomeros.

Lo primero que debe tener un buen palomero es que le guste la paloma. Después le sigue la atención, y el buen cuidado de los animales: alimentación, higiene y salud. Las otras cualidades son según la raza de paloma, por ejemplo: un buen palomero de buchón o paloma de robo debe tener buenas capturas en la temporada activa de suelta, que va desde

principios de abril, hasta finales de agosto. Es el momento de aprovechar y tener un buen rendimiento en captura, porque en los siguientes meses el gavián ataca a las palomas, y sufrimos muchas pérdidas. En los criadores de mensajeros el éxito está en poner a competir a sus ejemplares en la distancia, así se mide la velocidad de sus palomas al regresar a su palomar. Cuando termina la competencia se reúnen todos los competidores, y revisan los resultados de cada una.

¿Qué cosas no deben faltar en un palomar?

En un palomar no debe faltar la buena higiene, alimentación, y siempre cuidar la salud de los animales. Debemos tener los medicamentos básicos en caso de enfermedades. El palomar debe tener ventilación de aire en temporada de verano, y en tiempo de frío se le debe tapar la entrada de ventanas, y en algunos casos, una calefacción pequeña.

En mi palomar aproximadamente tengo como 16 palomas, pero tengo otras en la casa de mi hermano. He sacado un promedio de 20 pichones, entre ellos "El Lindo", un palomo macho que le regalé a mi hermano Alex. Estuvo entre las más grandes capturas en la temporada pasada, capturando 26 palomas.

¿Qué hacer si nos encontramos una paloma mensajera?

Yo comparto el video de la paloma con el número del anillo en la página de Facebook "Palomeros de Louisville". Si el dueño la reconoce, viene a recogerla, y se entrega sin ningún interés.

Aquí en Louisville existen muchas personas con este hobby, ¿Tienen alguna Asociación, Club, competencias o algo que los reúna?

En Louisville tenemos varios clubes de palomas mensajeras: a mi parecer son tres clubes de colombófilos de mensajeros (dos son de cubanos y uno de americanos), pero los palomeros buchones o ladrones no tenemos, aunque a veces nos reunimos y debatimos sobre nuestros animales. Somos cerca de 150 palomeros en la ciudad, y cada año se incrementan más. Ha habido buenos palomos ladrones, no quisiera olvidar alguno, pero podría mencionar: "El ceja" de Patricio Zamora; el palomo "El bombero"; "El Melaza de Anthony"; "El Lindo", entre otros. Si me faltó alguno mil disculpas porque a decir verdad, los hay muy buenos.

Mil gracias, ¡y que siga creciendo la afición de la paloma en Louisville, Kentucky!



+ de 25.000 personas leen este mensaje. Piense en grande...

El Kentubano (502) • 472 • 6902

Anuncie aquí su producto o servicio, precios especiales a pequeños negocios.

KENTUCKY PERFORMING ARTS PRESENTS

JUAN DE MARCOS

AFRO CUBAN

ALL STARS



MIÉRCOLES, 16 DE OCTUBRE | 7:30PM

OLD FORESTER'S PARISTOWN HALL



KENTUCKYPERFORMINGARTS.ORG

BROWN-FORMAN | SEASON SPONSORS

LEXUS OF LOUISVILLE

OLD FORESTER'S PARISTOWN HALL



- Uñas acrílicas.
- Dip Powder.
- Manicure.
- Pedicure.
- Extensiones de pestañas pelo a pelo.
- Diseño de cejas con Henna.
- Faciales.
- Blanqueamiento dental.
- Keratina de pestañas.
- Limpieza facial profunda.
- Depilación con cera.

ARY SECRET SPA

4300 Outer Loop suite #1
Louisville KY 40219.

Abiertos de lunes a sábado.
(502)-742 8020


Fernández
Haynes
& Moloney PLLC
ABOGADOS

- Inmigración
- Ley familiar
- Bancarrota

401 West Main St.,
Suite 1807
Louisville KY 40202

502 • 589.1001

Servicio en español con el abogado
Christian Duque




ESTO ES UN ANUNCIO

Orly Núñez, un artista desde la cuna

Por Yanet KantAlma, El Kentubano

Orlando Lázaro Núñez, de nombre artístico Orly Núñez, es uno de los cantantes de nuestra comunidad en la ciudad de Louisville. Nacido en la capital cubana, específicamente en el barrio de Marianao, como muchos cubanos, llegó a EEUU en el 2016 cruzando la frontera, después de cumplir un contrato artístico en México.

¿Cómo empezaste en la música?

Creo que empecé en la música desde que venía en el vientre de mi madre, ya que ha formado parte de toda mi vida.

¿Cómo te diste cuenta de que era el camino que querías seguir?

Recuerdo que cuando tenía cinco años, mi querido abuelo Lázaro me llevó al cine Lido para ver un filme que estaban pasando. La película se llamaba Moonwalk, protagonizada por el único e inolvidable Michael Jackson, eso me motivó y fue la gran inspiración que cambió mi vida, ahí fue donde empezó todo.

Desde entonces comencé a visitar las Casas de Cultura, escuelas de canto, a participar en concursos, hasta graduarme en la Academia de Canto de José Luis Cortés, en la primera edición.

¿Cómo describirías tu estilo musical?

Mi estilo musical es fresco, habanero y elegante, con algo de callejero, pero con clase y conocimiento.

¿Qué te inspira a la hora de escribir tus canciones? ¿Le has dedicado a alguien o algo en especial?

Escribo mis propias canciones, tengo más de 200, y la inspiración va en dependencia de la musa, pero el amor en general, me parece que es la mejor



inspiración para mí a la hora de componer. Le he dedicado canciones a alguna que a otra relación, a mis hijos y a mi Cuba linda.

¿Qué tipo de música escuchas en tu tiempo libre?

No siempre tengo un momento para escuchar música en mi tiempo libre,

pero cuando lo hago, puede ser música de todo tipo, aunque mis preferencias son la música cubana y tradicional, el pop de los 80 y el jazz.

¿Qué es lo más te gusta de estar en el escenario?

El transmitir esa energía, ese sentimiento, es decir, sentir la bomba latien-

do a través de las notas musicales.

¿Cómo describirías el ambiente en un concierto tuyo?

El ambiente en mis conciertos tiene que ser alegre, un ambiente de paz y mucho positivismo.

¿Cuál es tu lugar favorito para hacer un show?

Yo diría que donde la gente quiera pasarla bien. Me gustaría mucho volver a cantar en mi Cuba, pero a veces, no es el lugar lo que determina, sino la compañía que te está escuchando.

¿Cuál es tu mayor meta como artista? ¿Qué proyectos tienes para el futuro?

Mi mayor meta es atravesar fronteras con mi música, obtener resultados y reconocimiento del público, y que mis proyectos musicales sean exitosos.

Para el futuro lograr un contrato discográfico con una empresa que me permita desarrollar mi obra como compositor, productor y cantante.

¿Has aprendido durante tu carrera musical alguna lección que te haya servido para la vida?

En mi carrera musical la mejor lección que he aprendido es que nunca te puedes rendir, y mucho menos, dejar de creer en uno mismo, nunca decir "no puedo", por el contrario, "sí se puede!" es el lema.

Una última pregunta: ¿un artista nace o se hace?

Yo digo que ambos, porque con el talento se nace, sin talento es por gusto, eso es obra de Dios; pero talento sin disciplina, estudio, constancia y práctica, no llega ni a la esquina, por tanto, un poco de los dos.



El Kentubano... Síguenos en nuestras redes sociales.

Videos, noticias locales, humor, eventos, empleos, informaciones útiles, y mucho más.

Ciudad de Kentucky nombrada como uno de los mejores lugares para vivir en familia

Una ciudad del centro de Kentucky ha sido nombrada como uno de los mejores lugares para vivir en familia. Fortune recientemente clasificó a Georgetown en el puesto 40 de su lista de los 50 mejores lugares para familias. Fortune analizó más de 2000 ciudades de todo el país. La publicación afirma que

las que llegaron a la cima obtuvieron una buena puntuación en aspectos como la atención sanitaria, la educación, la asequibilidad y los recursos para las personas mayores. Fortune citó la ubicación de Georgetown en el próspero Triángulo Dorado de Kentucky, las opciones educativas de calidad y las oportuni-

dades laborales en Toyota Georgetown como entre las razones de la alta clasificación de la ciudad. Este centro es la planta de fabricación de vehículos de Toyota más grande del mundo, con capacidad para producir 550.000 vehículos y más de 600.000 motores al año. (Foto: georgetownky.com)



Los avistamientos de osos en el centro de Kentucky se vuelven más frecuentes

Estamos en temporada de osos aquí en Kentucky, y aunque muchos de nuestros espectadores más al este del estado están acostumbrados a ver osos negros, algunos osos se han acercado a partes del centro de Kentucky. La mayor parte de la población de osos negros se concentra en partes del este de Kentucky, pero en los últimos años, los números han comenzado a aumentar también en el centro de Kentucky. Según John Hast, coordinador de osos de Kentucky Fish and Wildlife "Los osos cruzaron la frontera desde Virginia, Virginia Occidental y Tennessee y se expandieron con mucho éxito en un período de tiempo bastante corto". El Departamento de Pesca y Vida Silvestre de Kentucky dice que solo se necesita un oso deambulando en una comunidad para que la gente necesite ser "inteligente con los osos", y a medida que más osos continúan deambulando más al norte y al oeste, prácticas importantes como tirar la basura a la basura pueden ayudar. Los osos negros no van a desaparecer aquí en Kentucky, por lo que es importante estar alerta y preparado con las mejores prácticas para mantenerse a usted y a sus seres queridos a salvo en caso de ver un oso. Para obtener más consejos y trucos sobre cómo estar atento a los osos, puede visitar el sitio web del Departamento de Pesca y Vida Silvestre de Kentucky (<https://fw.ky.gov/News/Pages/Be-Bear-Wise-at-home-and-in-the-outdoors.aspx>).

Hotel Lexington clasificado como uno de los 100 mejores lugares del mundo

The Manchester Hotel de Lexington está en la lista de 2024 de los mejores lugares del mundo de la revista Time. El artículo de la revista menciona el homenaje del hotel a la primera destilería de bourbon de Lexington, que abrió hace más de un siglo en la misma parcela, y elogia la comida que ofrecen los restaurantes dentro

de The Manchester. Time también reconoce al hotel como un punto de anclaje en la zona pues está ubicado en el corazón del distrito Distillery de Lexington. The Manchester cuenta con interiores llenos de alma que se inspiran en los históricos almacenes de Lexington y en los tonos terrosos y ricos de las colinas de Bluegrass que lo rodean. El hotel cuenta con 125 habitaciones, una tienda de licores a medida, un bar y salón en el vestíbulo, un restaurante y un bar en la azotea. (Foto: surfacemag.com)



Lanzan una encuesta en línea para hacer más seguras las calles de Louisville

Las consecuencias del exceso de velocidad pueden ser catastróficas, y preocupaciones como la suya llevaron a la ciudad a lanzar una iniciativa de seguridad en el transporte llamada Visión Cero, que tiene como objetivo eliminar las muertes por accidentes de tráfico en las calles de la ciudad para el año 2050. La conversión de calles de un solo sentido para que puedan manejar el tráfico en ambas direcciones también es una de sus estrategias clave. Los miembros del Consejo Metropolitano dijeron que pueden ayudarlos a salvar vidas completando una nueva encuesta en línea. "Estas son las oportunidades que tenemos para influir en la formulación de políticas reales", dijo Reno-Weber. "La democracia de los hechos exige participación. Y esta es una de esas oportunidades para decir realmente si esto es importante para nosotros como comunidad, así es como votamos, demostrarlo y tener una participación real". Los conductores también tendrán la oportunidad de clasificar las posibles soluciones para controlar el exceso de velocidad, incluida una mayor presencia policial, cámaras automáticas, reductores de velocidad y más. Se puede acceder a la encuesta en el sitio <https://louisvilleky.gov/government/vision-zero-louisville>, el cual estará disponible hasta el 30 de septiembre.

Shepherdsville comienza construcción de un centro acuático de 25 millones de dólares

Los residentes del condado de Bullitt tendrán un nuevo lugar donde encontrar alivio del calor del verano en el futuro cercano. El pasado mes, las autoridades celebraron una ceremonia inaugural para un centro acuático de 25,2 millones de dólares que construirá el Grupo Hagerman en Joe B. Hall Avenue, junto a Kart Kountry. El centro contará con una piscina al aire libre y una piscina cubierta, además de toboganes de agua, un parque acuático y canchas de pickleball. El centro acuático es parte de un proyecto de 30 millones de dólares que también incluye la revitalización de los parques y paisajes urbanos de Shepherdsville. La ciudad compró el terreno donde se construirá el centro, cerca de la salida de Shepherdsville de la Interestatal 65, a Kart Country en 2023.



Me encanta el fútbol, por lo que sin dudas Cristiano Ronaldo sería mi elección. Es un deportista digno de admirar, mucha dedicación y sacrificio empezando desde abajo para convertirse en lo que es hoy. Ronaldo es un ejemplo de que lo que uno se proponga lo puede lograr. *(José Alberto Martín)*



Me hubiese gustado conocer y compartir una tarde con José Martí y escuchar de su propia boca el poema “El alma trémula y sola”. Alguien que ha trascendido siglos. ¡Cuánto hubiera aprendido de esa figura! *(Leticia Cuza)*



Me encanta la música, sobre todo la salsa, por lo que me gustaría conocer y compartir con Gilberto Santa Rosa. Tengo entendido que es una tremenda persona con muchos valores, pero además todas sus canciones me llegan. Yo le digo “El duro de la salsa” *(Asiel “Figaro” Ramírez)*



Me encanta Aldo “El Aldeano”. Es un rapero muy original, quien defiende la verdad de Cuba y sus letras tienen demasiado sentido. Gran artista comprometido con su gente. *(Gelsy Cárdenas)*



**La papa caliente:
¿Con qué famoso te gustaría tomarte una foto y si es posible compartir un rato?**

Ciudad de Louisville reconoce el negocio “El Papeleo”, y nombre un día en su honor



El pasado mes, el alcalde de la ciudad de Louisville, Craig Greenberg extendió una proclama en donde nombró el día 14 de agosto como “El Día de El Papeleo”. Según expresó Nadia Calana, dueña del negocio:

“Es un honor para nosotros compartir que el Alcalde de Louisville ha proclamado oficialmente el Día de El Papeleo. Este reconocimiento es un testimonio del arduo trabajo y dedicación de nuestro equipo y del apoyo continuo de nuestra comunidad. Gracias a todos los que han confiado en nosotros a lo largo de los años; sin ustedes, este logro no sería posible. ¡Estamos emocionados de seguir sirviendo a

nuestra comunidad con la misma pasión y compromiso que nos ha traído hasta aquí!”.

El Papeleo es un pequeño negocio familiar que se dedica a procesar documentos y trámites migratorios a la comunidad cubana. Su actividad ha florecido en los últimos años no solo por la seriedad de sus procesos, sino además por el inmenso volumen de cubanos llegados a la ciudad de Louisville.

Estadísticas no oficiales revelan que en el Condado de Jefferson, Louisville residen más de 55 mil cubanos, un número que no pasa desapercibido por las autoridades y políticos locales.



Indira de la Caridad Herrera, decidida a impulsar el tenis de mesa en Louisville

Por Yanet KantAlma, El Kentubano



Prácticamente sin querer, Indira Herrera, de la provincia Mayabeque, comenzó a practicar el tenis de mesa. Hoy, radicada en Louisville, después de una larga pero exitosa travesía desde Perú hacia EEUU nos cuenta el camino recorrido en su carrera profesional:

Comencé en mi Municipio, donde gracias a mis profesores, me fui enamorando del deporte. Así que pasé toda la secundaria en el área especial de mi municipio. El preuniversitario lo cursé en la EIDE y en la ESPA de mi provincia, participando en los juegos escolares nacionales, hasta que decidí continuar con mi Licenciatura en Cultura Física. Luego pasé un postgrado en Rehabilitación Física y Neurológica. Soy entrenadora nivel I de la ITTF que me avala para trabajar en cualquier país.

Este deporte además de ser muy competitivo es recreativo, divertido y saludable. Se considera el deporte cerebral número uno en el mundo, porque involucra el trabajo de muchas partes del cuerpo, así como poner atención a muchos factores al mismo tiempo. Tienes que estar concentrado en el movimiento de las piernas, los brazos, las muñecas y la raqueta. Hay que pensar en la velocidad con que viene la pelota, el ángulo de la raqueta con el cual se golpea, etc. Es un reto importante para el ce-

rebro, y así se consigue que su envejecimiento sea más lento.

A nivel de Salud se demostró que es el segundo deporte más sano que se pueda practicar. Muchos pacientes con enfermedades degenerativas como Parkinson y esclerosis múltiples han notado mejoría, e incluso se está tomando como una terapia alternativa en muchos lugares del mundo. Aquí en EEUU en la Universidad de Colorado ya está haciéndose un proyecto con respecto a eso, y se está realizando estudios para demostrar los beneficios en la enfermedad del Parkinson.

¿Te diviertes?

El tenis de mesa además de divertido es pasión, es como un vicio que cuando te enamoras no puedes dejar. Yo soy lo que soy gracias al tenis de mesa, que me enseñó a ser independiente, valiente, disciplinada, resiliente y paciente. Gracias a este deporte conozco a muchas personas, lugares y he tenido que tomar muchas decisiones importantes en la vida.

¿Cómo te preparas?

En realidad hace mucho tiempo no entreno, solo juego en Beechmont, Table Tennis y en Southern, Indiana, de vez en cuando, 2 o 3 veces por semana.

¿Cómo es tu estilo de juego?

Mi estilo de juego es ofensi-

vo, en Perú participé en varios torneos de clubes obteniendo 2do y tercer lugar. Ya más reciente, en Indiana, fui a mi primera competencia por equipo en junio pasado, obteniendo el 1er lugar en mi equipo.

¿Cuál es tu meta?

Mis metas son muy ambiciosas. Quiero ser la persona que impulse el tenis de mesa aquí en Louisville a todos los niveles. En la Casa Comunitaria de Beechmont me darán un horario para comenzar con las clases. Quiero que estén incluidos también las personas con capacidades diferentes y las personas con diagnóstico de enfermedades degenerativas. Esto se logra expandiendo la facilidad de mesas y raquetas en todas las escuelas y universidades, en los lugares de recreación, en los condominios donde hay gimnasios, y en las salas de rehabilitación.

Yo creo que cualquier deporte es bueno para las personas, pero el tenis de mesa no necesita tanto espacio, es muy barato, hay mesas y raquetas a diferentes precios según de las características que las quieras, creo que es una buena opción para todos.

Como todo inicio es difícil, por ahora tengo disponible el salón en la casa comunitaria de Beechmont, ahí hay un grupo de jugadores donde todos estamos unidos por la pasión al tenis de mesa, y en ese lugar podemos comenzar.

Siempre que le sea posible haga sus compras u ocupe los servicios de los pequeños negocios de nuestra comunidad. Ayúdelos a crecer y nos beneficiaremos todos.

**Apoye los Negocios Latinos:
UNIDOS LLEGAMOS MÁS LEJOS**

Un mensaje de El Kentubano, al servicio de nuestra comunidad



Tiempos de espera en las salas de emergencias al alcance de sus dedos

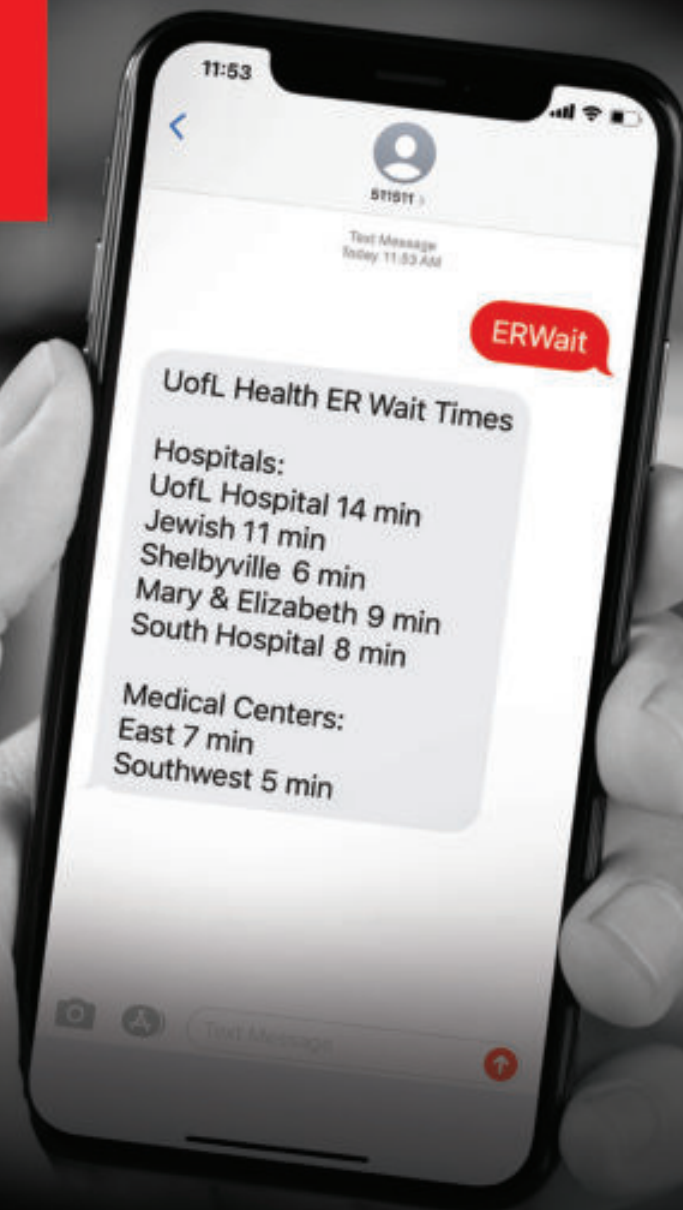
Envíe el mensaje de texto
ERWait al **511511**

En una emergencia médica, cada segundo cuenta. Por eso, UofL Health ofrece la mayor cantidad de locales de atención de EMERGENCIA en la región, con menos tiempo de espera. Y ahora, cuando envía el mensaje de **texto ERWait al 511511**, podrá recibir una lista de tiempos de espera en todos sus 7 locales de atención de EMERGENCIA. También contamos con centros Urgent Care *Plus* cercanos, especializados en atención de urgencia.

Ofrecemos una atención segura, rápida y compasiva cerca de su hogar. Y aceptamos la mayoría de los seguros, incluyendo Medicare y Medicaid. Así que nunca hay un motivo para postergar la atención de su salud. Esta es la potencia de la **U**.

U^{OF} Health

THAT'S THE POWER OF **U**



Para encontrar el local más próximo, visite el sitio web UofLHealth.org

¿ES USTED MAYOR DE 65 AÑOS? • ¿TIENE PROBLEMAS DE SALUD? • ¿TIENE MEDICAID?



- Servicio en español, con enfermeros calificados que le ayudan con los medicamentos.

Chequeos regulares de presión arterial y niveles de azúcar (para diabéticos)

- Desayuno balanceado, merienda y almuerzo saludable.

Elaborados en nuestro centro con menú variado.

- Actividades que lo ayudan en sus habilidades físico motoras y mentales.

- Transporte desde su casa a nuestro centro y retorno.

- Programación y transporte a citas médicas.



908 DuPont Rd. Suite 101. Louisville, Kentucky 40207

Llámenos al (502) - 891 0029, para orientarle y brindarle el mejor servicio que usted y su familia merecen.

¿Lesionado por un accidente de auto o de trabajo?

Somos una clínica de lesiones, con médicos y quiroprácticos

- Doctores
- Quiroprácticos
- Terapia y masajes de rehabilitación
- Rayos X y MRI
- Certificados de Discapacidad Laboral



**Sirviendo a la comunidad durante 15 años
Injury-Care Center (Dos Clínicas)**

4209 Outer Loop, Louisville, KY 40219

3955 Dixie Hwy, Louisville, KY 40216

Teléfono: (502) 498 5100 www.injury-care.com



Llamar a Yanet Reynaldo
(Asistente médico).
Le atiende en Español.



TAC Taxes

SIMPLE • ACCURATE • SERVICE

Abrimos todo el año 

- **Creaciones de Compañías**
- **Preparación de Impuestos**
- **Resolvemos problemas con el IRS**



5751 Preston Hwy # 106

Louisville, KY 40219

www.tactaxes.com



(502) 964-5000



José Cubero, primer alcalde de raíces hispanas en Kentucky

Por Luis David Fuentes, El Kentubano

Celebrando la herencia hispana, la libertad y el agradecimiento a esta nación

Nuestras raíces hispanas brillan en el cielo de Shepherdsville, Kentucky desde noviembre del 2022, cuando José Cubero fue electo alcalde de esa ciudad, convirtiéndose así en la primera persona de ascendencia latina en ocupar un cargo de ese tipo en el estado de Kentucky.

La mayoría de los 14,500 residentes de esa ciudad no se equivocaron al elegir su representante a alguien enfocado en la comunidad, en el valor de la educación y la familia; una persona amante de la libertad y el emprendimiento.

Familia militar, pasión por el beisbol

José Cubero proviene de una familia militar, su padre natural de Bayamón, Puerto Rico, contrajo matrimonio con una mujer alemana mientras servía al ejército de EEUU en Berlín y de esa unión nacieron 3 hijos: Luis, José y Henry. Siendo pequeños, su papá fue relocalizado en Fort Knox, Kentucky, y desde entonces la familia se estableció en este estado.

José asistió a las escuelas de Shepherdsville, pero además trajo en su sangre el amor por el beisbol. Su práctica constante lo premió al



obtener una beca de la Universidad de Bellarmine, en Louisville, para estudiar Educación y jugar el deporte.

Una vez graduado, José se introdujo en el mundo de los negocios y las empresas privadas. Desde hace 24 años José está vinculado con la compañía Piazza Produce, actuando aun como Gerente de Ventas de la Región. Paralelo a esa actividad, y con ansias de dejar un legado en la comunidad que lo vio desarrollar, José fue elegido miembro del Consejo de la Ciudad de Shepherdsville en el año 2012, y una década más tarde los residentes de esta localidad lo eligieron Alcalde.

Entre otras funciones un alcalde se encuentra: Proponer el presupuesto municipal, firmar o vetar los proyectos locales, nombrar los líderes de las agencias municipales, entre ellos del departamento de policía, establecer las prioridades y

políticas para las agencias municipales, administrar los terrenos municipales, lo cual impacta el tema de la vivienda, los parques públicos y la limpieza de las calles, etc.

Yes way José! Labor por su comunidad

Desde entonces, el nuevo alcalde estableció sus metas en mejorar la calidad de vida de los residentes, priorizando las actividades deportivas de los más jóvenes, desarrollando campos y clínicas de basquetbol, beisbol, y fútbol. Próximamente será inaugurado un centro acuático que contará con una piscina al aire libre y otra cubierta, además de toboganes de agua, un parque acuático y canchas de pickleball.

Su emblemática frase "Yes way José!" pegó muy bien durante su campaña y se quedó además para bautizar su Podcast que se transmite semanalmente por YouTube, y se enfoca en exaltar figuras y proyectos locales de su co-

munidad.

En lo personal, José siente gran respeto por los veteranos. Se califica como un conservador, amante de su familia y de la fe religiosa, cumplidor de la ley y el orden, y un defensor de la libertad y del negocio privado.

En su oficina abundan los bates y las pelotas porque su pasión por el beisbol no ha muerto. De hecho, José continúa jugando activamente en diferentes ligas de veteranos.

Mensaje para la comunidad hispana

José está muy orgulloso

de sus raíces hispanas, pero también es una persona muy agradecida a esta nación. Refiriéndose a nuestra comunidad nos dice *"Recuerden que vivimos en la tierra de la libertad, y ésta hay que defenderla con la verdad, con nuestro correcto proceder, y con el debido respeto a las leyes. Los americanos nos aceptan y abrazan, por lo que nos toca a nosotros ser recíprocos con sus buenas intenciones, aprender inglés y respetar sus costumbres. No se trata de quién eres, ni de donde vengas; se trata de que es lo que haces, de dejar un buen legado para los que te rodean."*



Servicios dentales para toda la familia



Gentle Excellence Dental

- CHEQUEOS • LIMPIEZAS
- EMPASTES • CORONAS • PUENTES
- PRÓTESIS • IMPLANTES
- CONSULTENOS POR OTROS SERVICIOS

HABLAMOS ESPAÑOL

"Lo atendemos como familia"

ACEPTAMOS LA MAYORÍA DE
LOS SEGUROS DENTALES Y MEDICAID

 Encuéntrenos en Facebook

4133 Taylor Blvd., • Louisville • KY • 40215
Teléfono (502) - 368 8400



Fuente: fragmentos de bbc.com
Foto: Facebook Ark Encounter

Tesoros de Kentucky:

La réplica gigante del Arca de Noé

El arca construida en Kentucky es una réplica en dimensiones de la embarcación que ordenó construir Dios a Noé, según el relato bíblico.

La enorme embarcación es la pieza central del parque temático religioso Ark Encounter y su construcción tomó seis años.

Está situado en el hermoso condado de Grant en Williamstown, Kentucky, a medio camino entre Cincinnati y Lexington y justo al lado de la I-75.

El arca está construida con 7.787 metros cúbicos de madera distribuidos en 155 metros de largo, 26 de an-

cho y 15 de altura, las mismas medidas en codos (0.50 cm) que le ordenó Dios a Noé, según el libro del Génesis.

En su interior hay tres cubiertas de lo que llaman "entretenimiento educativo" sobre la historia del famoso diluvio universal, con 100 modelos de animales antiguos y modernos.

La Biblia no habla de que hubiera dinosaurios en el Arca de Noé, pero los creadores de este parque quisieron añadirlos para explicar que incluso las criaturas prehistóricas fueron creadas por Dios.

El interior del arca tiene tres plataformas en donde los asistentes pueden conocer sobre la historia bíblica del diluvio universal y otros hechos de la Biblia.

Y es que esta arca no solo pretende enseñarles a nuevas generaciones sobre el diluvio universal, sino también



sobre el cristianismo, la Biblia y el origen divino del universo, según sus responsables.

El arca tiene en su interior réplicas de dinosaurios, que en la Biblia no son mencionados pero que Ark Encounter ha colocado para educar sobre las creaciones de Dios.

Ken Ham es la mente detrás de Ark Encounter. Además en el pasado ya construyó en Kentucky el Museo de la Creación con base en el cristianismo.

Entre varios asuntos, los empleados deben reconocer a la Biblia como la "suprema autoridad en todo lo que enseña", deben reconocer que el diluvio universal es un hecho histórico, que Dios es el creador y Satanás su contraparte.

Los empleados en nómina deben aceptar la Declaración de Fe de la empresa que los hace reconocer que son cristianos y aceptan a Dios y la Biblia.

Este ha sido uno de los puntos más polémicos, pero la empresa logró que el juez Greg van Tatenhove, de Kentucky, respaldara su libertad de contratación.

LA MADERA Y SU DISEÑO.

Ark Encounter se presenta como un proyecto "verde", pero algunas críticas han venido por la cantidad de madera que se empleó para construir el arca, que es más larga que un campo de fútbol.

Los 153 metros de largo del arca ocupan más que un campo de fútbol americano.

Mark Looy aseguró que los 980 kilómetros de tablas -si se colocan en línea recta- son de árboles afectados por plagas que estaban en proceso de morir.

Fueron traídos de los estados de Washington, Montana, Oregón e incluso de la Columbia Británica canadiense, donde hay "proyectos de reforestación".

Los precios de entrada comienzan en \$59.99 para adultos de 18 a 59 años, \$49.99 para personas mayores de 60 años o más, \$31.99 para jóvenes de entre 11 y 17 años, y gratis para niños menores de diez años. Sin dudas, esta maravilla de ingeniería moderna sorprende a los visitantes jóvenes y mayores.

"A Church for the Family, A Church for the Community"
"Una Iglesia para la familia, una iglesia para la Comunidad"



f Dany Saavedra
502-768-6950
M iglestaemclouisvilleky@gmail.com

"Centro Mundial de Cosecha"
Martes 7pm
Casa de Oración
Sábado 7pm
Servicio para Jóvenes
Domingo 5pm
Servicio de Avivamiento

10015 Stonestreet Rd
Louisville KY 40272

Martes y Jueves 7-8am
Programa en Facebook Live
"Amaneciendo con mi Rey"

Ap. Dany y Yuly Saavedra

ICAPROSIGNS

TU IMPRENTA LOCAL

Yard Signs

Banners

Magnéticos

Acrílicos y Pegatinas 3D

Cuadros de Acrílicos

Tarjetas de Presentación

Ropas, Bordadas e Impresas

Ventanas y Paredes Gráficas

EMPAPELAMOS CARROS, VAN DE TRABAJO,

BOTES Y MAS...

TRAILERS



ESTAMOS A LA DISTANCIA
DE UNA LLAMADA
502-759-8891

5510 FERN VALLEY RD
SUITE 106, LOUISVILLE, KY, 40228



PISOS PARA BOTES
PANELES DE ACRÍLICOS
Y ACCESORIOS
CUSTOMIZADOS





Escritor, historiador, guionista, humorista... un icono de la cultura cubana: Ramón Fernández Larrea.



Ex- voleibolista del equipo nacional cubano: Daymara Lescay

**¡Enhorabuena los pequeños nuevos negocios de nuestra comunidad!
¡Y que viva la libertad y el emprendimiento local!**



Abel Ramírez,
Food Truck
"Dime Q Bolaaa"
6626 Preston Hwy
Louisville KY - 40219



Jenifer Medero
JM Deluxe Nails
Store, tienda de
productos para uñas
4425 Santa Paula Ln.
Louisville KY - 40219



Raimundo Román,
frutas frescas
5024 Poplar Level Rd,
Louisville, KY - 40219



Yamil y Mary,
fregado de autos
5024 Poplar Level Rd,
Louisville, KY - 40219

flyLouisville

tiene vuelos de bajo costo a muchas ciudades en florida y los estados unidos

Vuelos a Miami y Cuba

¡**American Airlines** tiene vuelos sin escalas a Miami con conexiones en varias ciudades cubanas! Viaje a La Habana, Holguín, Camaguey y Santa Clara.

Vista www.aa.com

Otras Ciudades en Florida

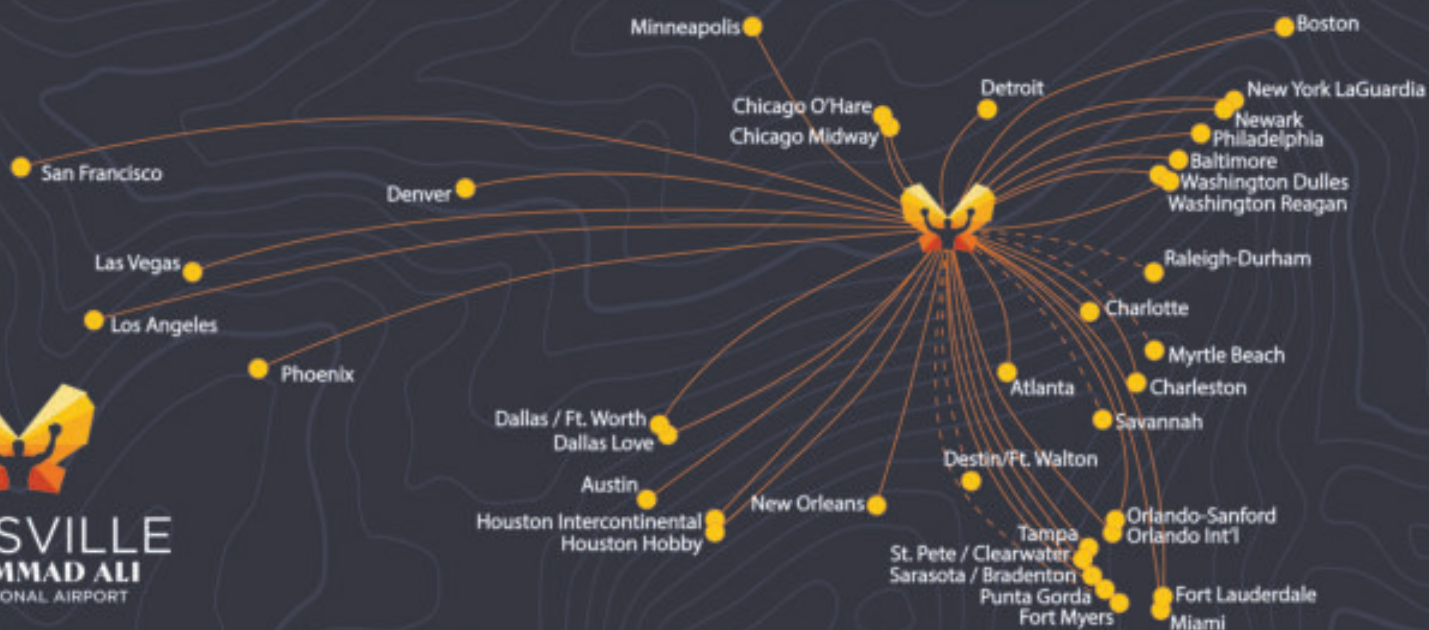
¡**Southwest** tiene vuelos sin escalas a Orlando y Fort Lauderdale!

¡Vuela con **Breeze Airways** para llegar a Tampa!

¡Vuele con **Allegiant** y aterrice en Fort Lauderdale, Orlando-Sanford, San Petersburgo, Punta Gorda o Sarasota!

¡**Spirit Airlines** ofrece tarifas bajas y vuelos diarios a Orlando y Fort Lauderdale!

Visite www.flylouisville.com para planificar su viaje hoy



ACCIDENTES DE AUTOS

NO HAY CARGOS AL MENOS QUE GANEMOS EL CASO

- Accidentes de auto
- Lesiones laborales
- Lesiones personales
- Caídas / resbalones
- Seguro Social por discapacidad
- Accidentes de camiones
- Negligencias médicas

PRIMERA CONSULTA GRATIS

(502) - 966 3347

Scott Stout

Robert C. Heuke, Jr.



Stout & Heuke
ATTORNEYS AT LAW

**HABLAMOS
ESPAÑOL**

300 High Rise Drive, Suite 292 Louisville-KY, 40213

ESTO ES UN ANUNCIO

Únete a nosotros



Donar el 12 de septiembre



Community Foundation OF LOUISVILLE

40 YEARS




Una casa lo cambia todo

A house changes everything



REALTOR
Juan Suárez-Hernández
(502) 387-8127
tonicon1@yahoo.com

MI AMIGO FIEL

Hotel para mascotas

Si necesita un lugar en donde dejar su mascota, confíe en nosotros, aquí la cuidaremos como en su casa.

Daycare, cuidado las 24 horas del día, los 7 días de la semana, caminatas, baños, y más




Dailyn y Lea le atenderán con gusto y profesionalidad (502) - 202 3597

 My faithful friend (Mi Amigo Fiel)

Campaña “Dar para bien” (Give for Good Louisville)

Cortesía Jenny Mitchel, cusp-creative

*Únase a la Fundación
Comunitaria de
Louisville este jueves 12
de septiembre de 2024
donando por el bien
común*

¿Cómo se puede “Dar para bien”? Ayudar a los enfermos a viajar a sus citas médicas. Dar cobijo a un joven que no tiene a dónde ir. Alimentar a un niño. Estos ejemplos de actos amables son los que las organizaciones sin fines de lucro locales de nuestra comunidad hacen todos los días sin esperar nada a cambio. Esa es la verdadera bondad.

Give for Good Louisville, es el día de donaciones más generoso de nuestra comunidad. En él se celebra a esas organizaciones sin fines de lucro que reúnen a las personas cada septiembre para donar en línea a las causas que más aman en GiveForGoodLouisville.org.

Give for Good Louisville es más que un día de donaciones en línea; es un momento que despierta la bondad a través de las generaciones y une a las comunidades por el bien común.

Organizado por la Fundación Comunitaria de Louisville, Give for

Good Louisville ha reunido a más de 160,000 personas desde 2014 para donar más de \$60 millones a organizaciones sin fines de lucro en Kentucky y el sur de Indiana.

Cuando compartimos nuestros recursos y nos apoyamos unos a otros, nuestra comunidad es mejor. Las organizaciones que se benefician de las donaciones de las personas durante Give for Good Louisville reflejan los valores de nuestra comunidad al abordar las necesidades insatisfechas, creando soluciones innovadoras e impulsando proactivamente un cambio positivo.

Antes del gran día, lo alentamos a que apoye sus causas favoritas y explore otras nuevas que están marcando la diferencia en Kentuckiana en GiveForGoodLouisville.org.

"Doy porque al dar todos juntos, estamos marcando la diferencia en nuestra comunidad", dijo Dana S. cuando se le preguntó por qué da para bien. "[...] y quiero ser parte de [Give for Good Louisville]!" Seamos parte de algo más grande y veamos florecer a nuestra comunidad. Únase a la Fundación Comunitaria de Louisville el jueves 12 de septiembre de 2024 donando en cualquier momento desde la medianoche hasta las 11:59 p.m. (ET) en el sitio web www.GiveForGoodLouisville.org. ¡Vamos a crear algo bueno juntos!



Caridades Católicas de Louisville solicita donaciones

Si usted obtuvo ayuda del Catholic Charities al llegar a esta ciudad, he aquí una buena oportunidad para ser recíproco y agradecido. Se están necesitando donaciones de mesas, sofás, bicicletas de adultos, y utensilios del hogar (no ropa) para familias recién llegadas.

PARA PLANIFICAR RECOGIDA DE ESTAS DONACIONES LLAME AL 502-636 9263, O PUEDE DEJARLA USTED MISMO EN EL 2220 W. MARKET STREET. LOUISVILLE KY.

Fuente: fragmentos de noticias.adventistas.org

Las redes sociales y su impacto en las relaciones familiares

Vivimos en una era en la que la interconectividad global modela cada aspecto de nuestras vidas, y las redes sociales emergieron como un factor dominante en ese escenario. A medida que el tapiz del siglo XXI se va formando con hilos digitales, las relaciones humanas, y en particular las relaciones familiares, enfrentan nuevos desafíos y dinámicas.

A la sombra de la conectividad constante surgen cuestiones complejas que impactan el bienestar y la cohesión familiar. Aquí examinaremos cuatro dimensiones centrales de ese impacto:

- Tiempo de calidad reducido: Los estudios indican que el tiempo promedio gastado en las redes sociales por los individuos es de aproximadamente dos horas y veinticuatro minutos por día. Esa dedicación prolongada puede reducir el tiempo de calidad pasado en interacciones cara a cara dentro de las familias, debilitando los lazos entre las personas.

- Expectativas no realistas: Las redes sociales con frecuencia retratan vidas



idealizadas, lo que puede crear expectativas no realistas y presión sobre los miembros de la familia. Esto puede llevar a sentimientos inadecuados o insatisfacción con la propia vida familiar.

- Privacidad y confianza: La exposición de información personal y familiar en las redes sociales puede llevar a cuestiones de privacidad y confianza. Lo que deja claro por qué los padres están preocupados por la seguridad de

sus hijos en línea.

- Conflictos y mal entendidos: La comunicación a través de las redes sociales puede ser propensa a mal entendidos por la falta de pistas no verbales. Esto puede resultar en conflictos entre los miembros de la familia.

Estrategias para mitigar desafíos:

- Establecer límites: Evitar o eliminar el uso de redes sociales dentro de casa, especialmente durante las comi-

das y encuentros familiares. Esto puede ayudar a promover la interacción directa y el fortalecimiento de los lazos familiares.

- Educación digital: Educar a los miembros de la familia, especialmente a los más jóvenes, sobre el uso responsable y seguro de las redes sociales es crucial para proteger su privacidad y bienestar.

- Comunicación abierta: Estimular una comunicación abierta y honesta sobre las experiencias en línea puede ayudar a identificar y resolver problemas relacionados al uso de las redes sociales.

- Participación familiar: Participar juntos de actividades en línea, como juegos o redes sociales, puede ayudar a los padres a entender mejor el mundo digital de sus hijos, y ofrecer orientación apropiada.

A medida que navegamos por las aguas turbulentas de la era digital, las redes sociales surgen como una brújula que, si no está calibrada con sabiduría, puede desviarnos del curso de las conexiones familiares auténticas y significativas.

La búsqueda de un ambien-

te familiar saludable y equilibrado en la era digital es una tarea que exige discernimiento y un abordaje proactivo. Proveer no se limita sólo a las necesidades físicas, sino que también se extiende al bienestar emocional y espiritual.

Por lo tanto, animamos a adoptar estrategias eficaces para mitigar los desafíos impuestos por las redes sociales. Esto incluye cultivar momentos de calidad en familia, establecer diálogos abiertos y enseñar sobre la importancia de la privacidad y del discernimiento en línea. Al hacerlo, además de preservar, también fortalecemos los lazos que nos unen, manteniendo la llama de la comunicación familiar encendida; después de todo, la comprensión y el manejo cuidadoso del impacto de las redes sociales en nuestras vidas familiares, no son sólo prácticos, sino que también son un llamado a vivir de manera que honre las relaciones que valoramos, en un mundo cada vez más conectado. Siempre podemos ser faros de luz y amor, reflejando las verdades eternas en nuestros hogares.

Todas las cartas de Fernando Fueyo a su más cercano amigo en un libro que le hará mirar la vida desde otra perspectiva. Una inyección de energía positiva al alma. Un canto a la amistad y a la dicha de vivir a través de un testimonio real.

Cartas desde el cielo
El epistolario completo

Obtenga su ejemplar en www.amazon.com/Cartas desde el cielo, por \$14.99 (incluye manejo y envío). Llamar al 502-472 6902 para más información.

M.A.J. Cleaners

- Alteraciones, costuras, arreglos.
- Lavado y secado, regular y en seco.

9018 Preston Hwy. Louisville KY
(502)-961 7188

El Kentubano

Crece, Expándete, Vende más...

Anuncia tu producto o servicio en El Kentubano!!
Miles de lectores sabrán de ti.
PRECIOS ESPECIALES PARA PEQUEÑOS Y NUEVOS NEGOCIOS.

Contáctenos en el (502)-472 6902
Ldfuentes@elkentubano.com

Consejos del profesor Mesa:

Empresarios, contribuyentes e indocumentados



Por Braulio Mesa,
profesor retirado de
ESL Newcomer Academy/
braulio.mesa61@gmail.com

Hablar de empresarios e indocumentados en este país suena como un cuento de ciencia ficción, pero es la pura realidad. Pero por supuesto, solo lo han logrado una gran minoría. Hoy nos referiremos a dos casos particulares que me impactaron por su valentía y que no mencionaremos nombres para proteger su identidad y privacidad. La historia de estos exitosos empresarios, de diferentes países, tiene puntos similares y que ellos ni conocen pues se encuentran en lugares diferentes de los EEUU. Por ejemplo, son indocumentados, dueños de un negocio, constituidos según la ley. De acuerdo con estadísticas revisadas en páginas del gobierno, existen aproximadamente 12 millones de inmigrantes indocumentados en este país. Muchos trabajan en la construcción, en el sector de servicios, en la agricultura, incluso en el sector del turismo. Sin embargo, hay un mínimo grupo que tomando los riesgos necesarios se decidieron a abrir negocios pese a las limitaciones de su estatus migratorio.

Uno de estos negocios es una panadería en Nueva York. El dueño comenta que comenzó aprendiendo inglés en su primer trabajo y los fines de semana llevaba la contabi-

lidad de un restaurante de un conocido de su país. Al poco tiempo trabajaba de administrador del restaurante. A los 4 años de residir en este país, abrió su panadería. El crédito lo recibió de los proveedores que conoció cuando era administrador. Este fue el paso decisivo para lograr su independencia económica.

El otro caso, un poco diferente pero no deja de impresionar. Nuestro empresario llegó a este país y logró cursar los estudios generales en la universidad de California. Comenzó a trabajar en la publicidad en una firma cuyo dueño era norteamericano. En una entrevista concedida para un periódico, comenta que presentó diferencias con el dueño y decidió renunciar. Al poco tiempo, abrió su propia empresa de publicidad y como fue el representante directo de la anterior, los clientes pidieron continuar con él. La empresa hoy funciona viento en popa.

Pero ¿cómo lograron esto?

Primero obtuvieron su número ITIN (Individual Taxpayer Identification Number) que usaron para todas las gestiones que necesitaban de seguro social. El IRS (Internal Revenue Service) o Servicio de Rentas Internas, es la dependencia encargada de recaudar los impuestos, por lo que expide el ITIN a todas aquellas personas que desean pagar, aunque no cumplan con los requisitos para obtener el Seguro Social, independientemente su estatus migratorio.

Nuestro primer empresario



siguió los siguientes pasos:

1. Con su ITIN, creó su empresa, una LLC (Limited Liability Company, que es una empresa de responsabilidad limitada).

2. Aunque conocía de contabilidad, contrató un contador para su empresa.

3. El costo para crear una empresa de este tipo es de alrededor de \$270.

4. Abrió una cuenta de banco, utilizando los papeles de la constitución de la empresa y copia del contrato de arrendamiento del local del negocio.

5. Obtuvo dos tarjetas de crédito, con fotografías, las cuales son de mucha ayuda en algunos negocios.

Nuestro segundo empresario hizo lo siguiente:

1. Sacó un permiso para abrir un negocio en la ciudad de residencia.

2. Adquirió personalidad jurídica, formando una empresa.

3. Para formar la empresa sólo le pidieron su licencia de conducir, que había obtenido

cuando llegó en 1989. En aquel entonces cuenta que únicamente le pidieron la certificación de nacimiento de su país de origen.

4. Documentos que llenó: Licencia de impuesto empresarial (Business Tax License) del lugar donde está el negocio. Para obtener ese permiso debía llenar una solicitud para utilizar el local, Home Occupation Permit. Otro requisito es obtener un DBA (doing business as), o registro de un nombre ficticio.

5. Una vez que se obtiene el permiso se debe publicitar la empresa, por un día, en el periódico que ellos indican.

6. La licencia de la empresa solo le costó unos \$300.

7. Contrató los servicios de un contador.

Para finalizar, cada negocio brinda empleo a varias personas y están funcionando legalmente, incluso bajo sus propios nombres y con sus documentos personales. De una cosa si ambos empresarios están claros, la suerte

podría cambiar si son detectados por el Departamento de Emigración, ya que podrían ser deportados. Por otro lado, ambas empresas están constituidas para que funcionen solas. Al gobierno americano no le interesa cerrar empresas que cumplan con la ley y paguen sus impuestos. Según Humberto Suarez Motta, quien dicta cursos en español para inmigrantes que desean abrir empresas, el gobierno sabe que muchas personas no han regularizado su situación migratoria y por eso concede el ITIN. Este brinda la posibilidad de hacerse de un historial de crédito.

Espero que estos dos simples ejemplos sirvan de motivación para que se sigan abriendo más pequeños negocios y lograr que muchos más emigrantes lleguen a independizarse y ser exitosos. Se que hay muchos más, incluso, aquí en nuestra ciudad. Este es el futuro que esperamos de nuestra comunidad y de nuestros coterráneos al llegar a este país.



INFORMÁTICA ASEQUIBLE

- ☑ Página Web
- ☑ Office 365
- ☑ Ventas por Internet
- ☑ Desarrollo de Aplicaciones
- ☑ Seguridad de Email
- ☑ Soporte Informático

inSol <https://insol.app> (305) 320-1126



“En tiempos difíciles, necesitamos personas en las que podamos confiar para mantener nuestra fuerza, fe y esperanza. En Gilda's Club lo conseguimos a través de su programa de apoyo GRATUITO. Nuestra familia estará siempre agradecida por los grupos de apoyo, programas educativos, eventos sociales y comunidad que nos han hecho sentir como en familia.”

Para mayores informes comunícate con Martha al 502.371.3064.

¡Para que nadie enfrente solo al cáncer!



An Affiliate of the
CANCER SUPPORT COMMUNITY



Family
Community Clinic Inc.

¡ESTAMOS AQUI PARA SERVIR!
Atención médica básica gratuita
para adultos y niños
sin seguro de salud

feliz
saludable
segura

1420 E. Washington St.
Louisville, KY 40204 | famcomclinic.org | 502.384.8444 | LIKE US ON FACEBOOK!
facebook.com/famcomclinic



Parra's
PHOTOGRAPHY
FOTOGRAFIA • VIDEO • PUBLICIDAD
502-716-9196



T-Mobile

Obtenga las mejores promociones,
con el plan y teléfono de su preferencia

MICHAEL TAMAYO
(502) - 225 7536

3512 Bardstown Rd. - Louisville - KY - 40218



CONOZCA SUS DERECHOS

- Los médicos, hospitales y otros proveedores de servicios médicos que reciben fondos federales (Medicare, Medicaid) y brindan servicios a pacientes con limitado conocimiento del idioma inglés deben proporcionarle ayuda en su idioma.

En los EEUU y en Kentucky, es su derecho tener un intérprete presente durante su cita para facilitar la comunicación.

- Los intérpretes médicos son profesionales altamente capacitados quienes deberán mantener todas las interacciones en las que participen en estricta confidencialidad.
- LLEVE ESTE MENSAJE A SU PROVEEDOR MÉDICO Y SOLICITE QUE ELLOS SE COMUNIQUEN CON CATHOLIC CHARITIES PARA PROGRAMAR UN INTÉRPRETE PARA QUE LO AYUDE

Contáctenos en el **(502)-637 9786**
o en nuestro sitio web www.languageclou.org

Juan Despaigne, preciso y elocuente en el servicio a nuestra comunidad

Por: Yanet KantAlma

El trabajo de un intérprete puede ser extremadamente gratificante, ya que realmente puede marcar una diferencia en la vida de alguien. Cuando una persona no comprende completamente un idioma, el intérprete se convierte en su voz, por lo que hemos querido entrevistar al santiaguero Juan Despaigne, quien llegó a EEUU en el año 2000, por el programa de lotería de visas; y hoy ayuda a los pacientes a transmitir con precisión sus síntomas a su médico, a comprender su diagnóstico y opciones de tratamiento:

Desde Cuba siempre me gustó el Inglés, y por eso, además del que recibía en la escuela, también lo estudiaba por mi mismo. Me gustaban mucho las canciones de Bon Jovi, Guns N' Roses, y Michael Bolton.

Al llegar aquí enseguida me incorporé al Miami Day Community College en Miami, y en poco tiempo vine para Louisville buscando aprender el inglés; en Miami iba a ser difícil. Aquí me registré en el Jefferson Community College y estudié dos años Inglés, un sacrificio bien grande porque trabajaba casi todo el día, y luego me iba a la escuela hasta aproximadamente las 8:00 de la noche. Esa fue mi rutina por muchos años.

Como estudié Farmacia en

Cuba, empecé a trabajar en el Juice Hospital. Recuerdo que en aquellos tiempos no existían los intérpretes como hoy en día, y me llamaban desde varias áreas, pero en forma de amistad para que ayudara a esos pacientes. En el 2012 se da una oportunidad para los bilingües de pasar el curso de intérprete; me registré, y me certifiqué como Medical Interpreter. Cuando obtuve mi certificación apliqué para trabajar para las caridades católicas, donde desde entonces soy intérprete. He podido ayudar a muchas agencias de gobierno, hospitales como Norton Baptist East, Floyd Memorial, UofL Health. He podido asistir además en numerosas interpretaciones en escuelas de JCPS y otras instituciones alrededor de la ciudad de Louisville y también Indiana.

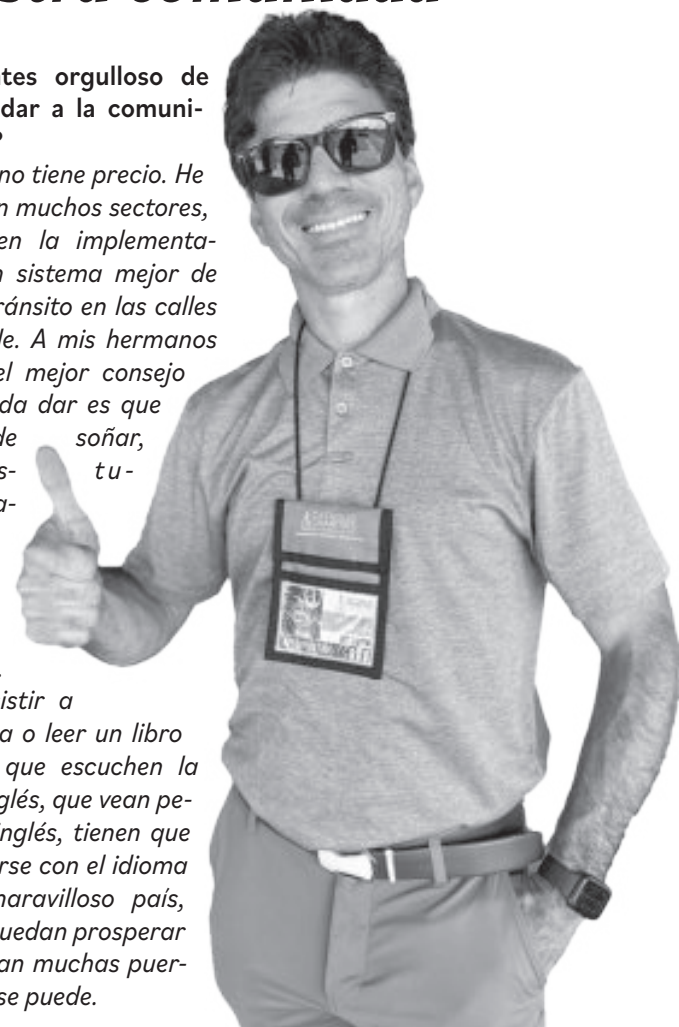
Es mucha la responsabilidad ¿Cuál ha sido el mayor reto para ti en este sector?

Es un trabajo muy serio y bonito; tiene que gustarte. El mayor reto en este sector es que tienes que lidiar a veces con asuntos muy fuertes: abuso infantil, o personas con problemas de salud mental; y tu trabajo es solamente interpretar, aunque sientas mucho dolor por la interpretación que estás haciendo, no puedes flaquear, porque solamente eres la voz de esa persona, y tienes que ser neutral.

También trabajo en el departamento de farmacia en el hospital Jewish, preparando los medicamentos de los pacientes. Llevo 20 años trabajando en este maravilloso hospital, donde se realizan trasplantes de órganos como riñón, pulmón, hígado y corazón. Es el más grande de rehabilitación en terapia física, ocupacional, de habla etc. La responsabilidad es diaria y cada momento que estás ahí es crítico.

¿Te sientes orgulloso de poder ayudar a la comunidad latina?

Para mí no tiene precio. He ayudado en muchos sectores, inclusive, en la implementación de un sistema mejor de tráfico y tránsito en las calles de Louisville. A mis hermanos cubanos, el mejor consejo que le pueda dar es que no paren de soñar, que es-tu-dien, se sacrificuen, s o b r e todo, que aprendan el inglés. Pueden asistir a una escuela o leer un libro en inglés, que escuchen la radio en inglés, que vean películas en inglés, tienen que familiarizarse con el idioma de este maravilloso país, para que puedan prosperar y se le abran muchas puertas, que sí se puede.



El Kentubano... Síguenos en nuestras redes sociales.

Videos, noticias locales, humor, eventos, empleos, informaciones útiles, y mucho más.

Abriendo puertas sin miedo

Fuente: psicoactiva.com

En una tierra en guerra, había un rey que causaba espanto a sus enemigos ya que, a sus prisioneros, no los mataba, si no que los llevaba a una sala donde había un grupo de arqueros de un lado, y una inmensa puerta de hierro del otro, sobre la cual se veían grabadas figuras de calaveras cubiertas de sangre.

En esa sala, les hacía formar un círculo y les decía:

- *Ustedes pueden elegir entre morir a flechazos por mis arqueros o pasar por aquella puerta. Detrás de esa puerta, YO LOS ESTARÉ ESPERANDO.*

Todos elegían ser muertos por los arqueros.

Al terminar la guerra, un soldado que por mucho tiempo había servido al rey, se dirigió al soberano y le dijo:

- *Señor, ¿puedo hacerle una pregunta?*

- *Dime, soldado.*



- *Señor, ¿qué hay detrás de esa puerta?*

El rey contestó:

- *Ve, y mira tú mismo.*

El soldado abrió temerosamente la puerta, y a medida que lo hacía, rayos de sol entraron y la luz invadió el ambiente. Finalmente, sorprendido, descubrió que la puerta se abría sobre un camino que conducía. ¡a la LIBERTAD! El soldado, embelesado, miró a su Rey, quien le dijo:

- *Yo les daba la oportunidad de hacer una ELECCION, ¡pero por temor preferían morir a arriesgarse a abrir esta puerta!*

¿Cuántas puertas dejamos de abrir por miedo a arriesgar?

¿Cuántas veces perdemos la libertad y morimos por dentro, sólo por sentir miedo de abrir la puerta de nuestros sueños?

Minutos de sabiduría

Fuente: C. Torres Pastorino (Autor)

Trabajo es sinónimo de nobleza.

No desprecies el trabajo que te toca realizar en la vida.

El trabajo ennoblece a aquellos que lo realizan con entusiasmo y amor.

No existen trabajos humildes.

Sólo se distinguen por ser bien o mal realizados.

Da valor a tu trabajo, cumpliéndolo con amor y cariño y así te valorizarás a ti mismo.



Reflexión del caballo

Fuente: Tomado de Facebook

Una vez un caballo estaba amarrado y se jaloneaba para soltarse, y vino un demonio y lo soltó.

El caballo se metió en la finca de un campesino y comenzó a comerse la siembra.

El dueño de la finca se enojó tomó su rifle y mató al caballo.

Entonces el dueño del caballo también se enojó tomó su rifle por venganza mató al dueño de la finca.

Después la mujer del dueño de la finca lo vio y mató al dueño del caballo.

Entonces el hijo del dueño del caballo se enfureció fuertemente y mató a la mujer del dueño de la finca.

Los vecinos enardecidos, mataron al muchacho y quemaron su casa; entonces le preguntaron al demonio;

¿Por qué hiciste todo eso?

El demonio respondió, yo solo solté al caballo.

MORALEJA:

El demonio hace cosas simples, porque sabe que la maldad está en nuestros corazones y solitos hacemos el resto. Por eso es bueno pensar antes de actuar, no sea que una cosa sin importancia cause mucho daño. Recuerden: la palabra tiene poder, para dar vida y para dar muerte, para bendecir o para maldecir... Piensa antes de actuar... Piensa antes de hablar...

Te amo por siempre

Fuente: Facebook

Ella dijo: "No llames al médico, quiero dormir tranquila, con tu mano en la mía." Él le habló sobre el pasado, cómo se conocieron, su primer beso.

No lloraron, sonrieron. No se arrepintieron de nada, fueron agradecidos. Entonces ella repitió suavemente, "Te amo para siempre" y él le devolvió sus palabras, le dio un beso suave en la frente. Ella cerró los ojos y se durmió en paz con la mano en la suya.

El amor es lo más importante porque llegamos a este mundo sin nada más que amor y nos vamos sin nada más que amor.

Profesión, carrera, cuenta bancaria... nuestros bienes son sólo herramientas, nada más. Todo se queda aquí. Ama, como si no hubiera nada más importante en tu vida.





IGLESIA DE CRISTO
;Predicando y enseñando de la Biblia!

Nos encantaría que te unas a nosotros

MANSLICK ROAD IGLESIA DE CRISTO,
4724 East Manslick Road. Louisville, KY 40219. (502) 964-3624

Ofrecemos estudios bíblicos en español y la traducción de nuestros servicios de adoración.
DOMINGOS: 10:00 am, Adoración * 11:00 am, Estudio Bíblico
MIÉRCOLES: 7:00 pm, Estudio Bíblico.



IGLESIA CRISTIANA
de HIKES POINT

1999 **25** 2024

ANIVERSARIO

Servicio Bilingue Hispano
Domingos | 11:30 AM

2601 Hikes Ln. Louisville KY 40218 / (502)-473 0403

Iglesia Pentecostal
Centro Mundial de Oración
6800 Shepherdsville Rd, Louisville, KY 40228

NUESTROS SERVICIOS:

MIÉRCOLES 7:00 PM. ESTUDIO BÍBLICO

SEGUNDO SABADO DE CADA MES 9:00 PM VIGILIA

DOMINGO 2:00 PM SERVICIO VICTORIOSO



Pastores
Rev. Teresa Olea
Rev. Jonathan Olea
Pastor Asociado

Global University
Instituto Bíblico

Un Programa del Distrito Hispano del Este, de las Asambleas de Dios

Nuevo Año Lectivo 24/25
Inicio Jueves
12 de septiembre
7:00 pm
Inscripciones
6:00 pm

6800 Shepherdsville Rd, Louisville, KY 40228



Dra. Rev. Teresa Olea
Principal: Rama Louisville Ky





Hablamos Español!

Reciba el cuidado dental que necesita,
en un idioma que comprende.

Conveniente, flexible y asequible.

Citas para el mismo día, horario temprano o tarde, opciones de pago flexibles, un club de ahorros dentales para quienes no tienen un seguro.

Múltiples servicios.

Evaluaciones para pacientes nuevos, atención de la enfermedad de las encías, extracciones, implantes dentales y mucho más.

Médicos y personal hispanohablantes en varias localidades.

- Audubon
- Dixie Hwy
- Frankfort
- Hikes Point
- Jeffersontown (Hopewell)
- LaGrange
- New Albany
- Outer Loop
- Shelbyville West
- Valley Station
- Versailles

Llame al (833) 939-6332 y pulse la tecla
1 para hacer una cita hoy.

M MORTENSON®
Family Dental

mortensondental.com/es



GATHERINGCLUB

Adult Day Health Center and Home Attendant Care

Cuidado compasivo y consciente:
en su hogar o en el nuestro

Sirviendo con orgullo a la comunidad latina

Si tiene más de 65 años, un niño o un adulto con necesidades especiales o discapacitado, recibe Seguridad de Ingresos Suplementarios (SSI) o tiene Medicaid, puede calificar para nuestros servicios.



- ✓ Centro de salud diurno para adultos
- ✓ Cuidado de asistente en el hogar
- ✓ Transporte
- ✓ Entrega de comida
- ✓ Servicios de Case Manager



2022 BEST PLACES TO WORK
IN GREATER LOUISVILLE



2022 BEST PLACES TO WORK
IN GREATER LOUISVILLE

Dos ubicaciones convenientes



GATHERINGCLUB

South End

4940 Hazelwood Ave.
Louisville, Ky 40214



GATHERINGCLUB

East End

4936 Brownsboro Road
Louisville, Ky 40222

PROGRAMA DE CUIDADO DIARIO DE HISPANOS YA ESTÁ ABIERTO

Para más información comunicarse al 502 365-2586 ext. 4 o al 502 436-0868



GatheringClub.org

Consejos para tener uñas más bellas

Fuente: mejorconsalud.as.com

Recuerda que tus uñas no son herramientas, así que no las utilices como tales. Procura utilizar guantes siempre que friegues y sécalas bien para evitar la aparición de hongos.

Tener unas uñas fuertes y saludables permite lucir manos más bonitas. Recuerda que las uñas son una parte importante de nuestro cuerpo, con un alto valor estético, pero también, una función específica. Conoce en este artículo algunos consejos para tener uñas más bonitas todo el año. ¡No te lo pierdas!

TENER MÁS QUE UÑAS BONITAS

Solemos creer que tener las uñas saludables es algo meramente estético. Sin embargo, es preciso saber que también cumplen funciones importantes para nuestra salud como, por ejemplo, proteger nuestros dedos (nuestra fuente principal para tomar cosas y tocar), y son una “ventana” para saber cómo nos encontramos de salud. Estos consejos te ayudarán a tener uñas más bonitas y sanas:

Manténlas limpias y secas siempre.

Al estar húmedas o acumular suciedad, las uñas pueden convertirse en el hogar favorito de las bacterias y los hongos. Es preciso cuidar bien la higiene de las uñas, no tenerlas demasiado en remojo, ponerse guantes de goma antes de manipular productos químicos, secarlas bien con una toalla o hasta usar el secador de cabello después de ducharnos o darnos un baño de inmersión.

NO LAS USES PARA CUALQUIER COSA

Un error muy habitual que cometemos con nuestras uñas es usarlas de manera incorrecta. No sirven de abrelatas, ni para destapar cosas. Tampoco para rascar algo que se quedó pegado en la encimera, ni para quitar un sticker, etc. Recuerda que, para todas esas cosas, existen herramientas específicas. Trátalas bien y no las “obligues” a hacer trabajos que las dañen.

Hidrata a diario.

Las uñas necesitan estar hidratadas, igual que ocurre con la piel de las manos o cualquier parte del cuerpo. También se secan y esto trae conse-

cuencias para su aspecto y su salud. Cuando utilices crema de manos, no dudes en masajear también las uñas con ella, haciendo hincapié, sobre todo, en las cutículas. Si tus uñas se suelen partir o quebrar con facilidad, quizás se deba a que no están lo suficientemente hidratadas.

CÓRTALAS

Llevar las uñas largas no es cómodo y nos puede lastimar. No manipular las cutículas (un frecuente error en la manicura), porque tienen un objetivo: impedir que las bacterias accedan a la piel o al cuerpo.

NO TE LAS COMAS

Morderse las uñas e ir cortándolas de a poco no solo queda muy feo, sino que también daña el lecho ungueal, es decir, la zona de la piel debajo de la uña. A su vez, al estar siempre húmedas, será más fácil que se contagien hongos o aparezcan enfermedades.

Y la saliva evitará que estén fuertes y crezcan como corresponde. Si te salen padrastrós (esas pielecitas en los laterales de las uñas), es mejor que los cortes y no que tires de ellos, para evitar infecciones y que la piel quede en carne viva.

NO USAR ESMALTES TODOS LOS DÍAS

Las uñas, dicho popularmente, necesitan “respirar” y el esmalte no lo permite. Esto no quiere decir que tenemos que dejar de lado los bonitos colores de la temporada, sino permitir que, una o dos veces a la semana, las uñas estén libres de cualquier producto. A su vez, los esmaltes de uñas pueden tener ingredientes nocivos para la salud.

En cuanto al quitaesmaltes, opta por aquellos que no tienen acetona y, en cualquier caso, no lo uses más de una vez por semana.

SEGUIR UNA DIETA SALUDABLE

Lo que comemos repercute en todo nuestro cuerpo, tanto de manera interna como externa. Si queremos tener unas uñas bonitas, tenemos entonces que consumir alimentos que sean ricos en proteínas, como pueden ser el pescado, la carne, los lácteos o



los vegetales de color verde oscuro. De esta manera, el organismo producirá más cantidad de queratina, el material con el que están hechas las uñas.

VIGILAR CUALQUIER CAMBIO

Se dice que “los ojos son el espejo del alma”. Podríamos añadir que “las uñas son el espejo del cuerpo”. Algunas alteraciones en su color, su textura, su forma, o la velocidad de crecimiento

pueden estar indicando algún problema. Por ejemplo, si se ven amarillentas no solo se trata de que estemos usando demasiado esmalte, también puede deberse a algunas enfermedades pulmonares.

Si están muy oscuras puede significar la presencia de melanoma (cáncer de piel). Acude a tu médico si las notas de un color diferente al habitual.

Si está buscando un realtor profesional, full time, que lo ponga en primer lugar, que escuche sus deseos y necesidades, y lo ayude a encontrar la casa de sus sueños...

¡LEIDYS es su REALTOR!



LEIDYS HERRERA
Realtor

Llámame a su conveniencia al
(502) - 356 72 64
Lhtopagent@gmail.com



7520 Preston Hwy Louisville, KY - 40219

2900 7th Street
Puerta # 4
Louisville KY 40216

Sábados y Domingos

STORE L.ricardo LLC
Perfumería
árabe

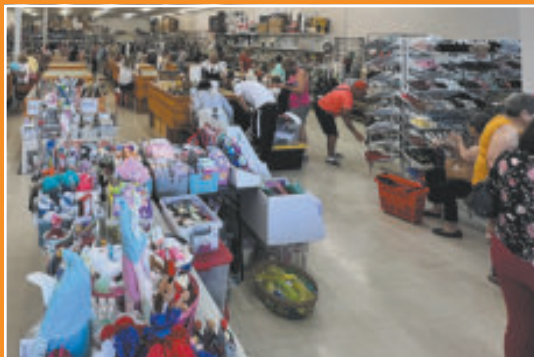
(502) - 631 7435

VARIEDAD Y EXCELENTES PRECIOS



SOMOS UNA TIENDA DE OPORTUNIDADES... TODOOO

Excelentes precios • Servicio de primera • Experiencia agradable



MIMI'S D
Deals LLC

Visítenos en el
4938 Poplar Level Rd.
Louisville KY 40219.

Viernes y Sábados \$6	Lunes y Martes \$3	Miércoles \$1	Jueves ¡SORPRESA! Venga y vea
--	-------------------------------------	--------------------------------	--



Modas Y Tendencias



El chaleco se corona como una de las prendas clave del otoño. Así lo confirman las nuevas colecciones, donde lo vemos en versión traje, largo o, incluso, de estilo étnico. Puedes llevarlo jugando a las superposiciones.



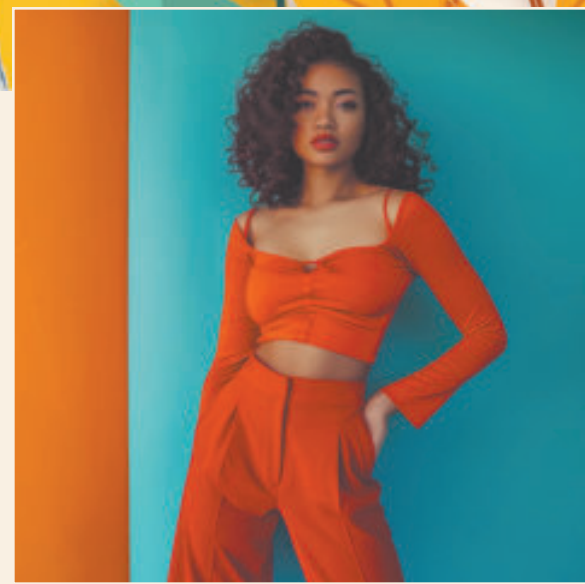
A lo largo de los años, **los cuadros** han aparecido en una amplia gama de estéticas. Es una prenda ideal para combinar con una camiseta básica y zapatillas si se busca un look casual chic; en todo caso, para un look más sofisticado, con una blusa elegante y tacones serán la opción perfecta.



Perfumes de mujer más vendidos de 2024: J'adore L'Or de Dior (fragancia es pura elegancia), Insolence de Guerlain (adictivo y sensual); y Libre Eau de Parfum de Yves Saint Laurent (sensual, embriagador y sofisticado)...



Zapatos Salomé: De estilo retro, su peculiaridad es la forma de T; una tira vertical recorre el empeine y se une a la pulsera del tobillo. Con esa apariencia tan reconocible, se han vuelto a hacer un pequeño hueco entre las tendencias del otoño. (Foto: Vogue España)



En las tendencias de la temporada de otoño 2024, **el color rojo** es el protagonista, aunque comparte créditos con los tonos más neutros como el café, gris y beige.



A los 112 años, falleció recientemente en su natal Santiago de Cuba **Lucía Chacón Hechavarría**, la persona viva de mayor edad conocida en Cuba.

Lucía nació el 13 de diciembre de 1911 en El Grillo, y al momento de su muerte, tenía 42 nietos, 73 bisnietos y 26 tataranietos.

(Foto: Facebook Idalberto Aguilar Macias)



Dos cubanos cruzaron a nado el Estrecho de Gibraltar: **Alexis Rodríguez Castedo**, cubano nacionalizado español de 61 años, **Arnaldo Fraguela**, cubano-francés de 62 años. Estos lograron la hazaña sin traje de baño de neopreno, cubriendo el difícil trayecto de 16 kilómetros y 800 metros en cuatro horas y 26 minutos.

(Facebook Asociación Cruce a Nado del Estrecho de Gibraltar)

Gente & Farándula



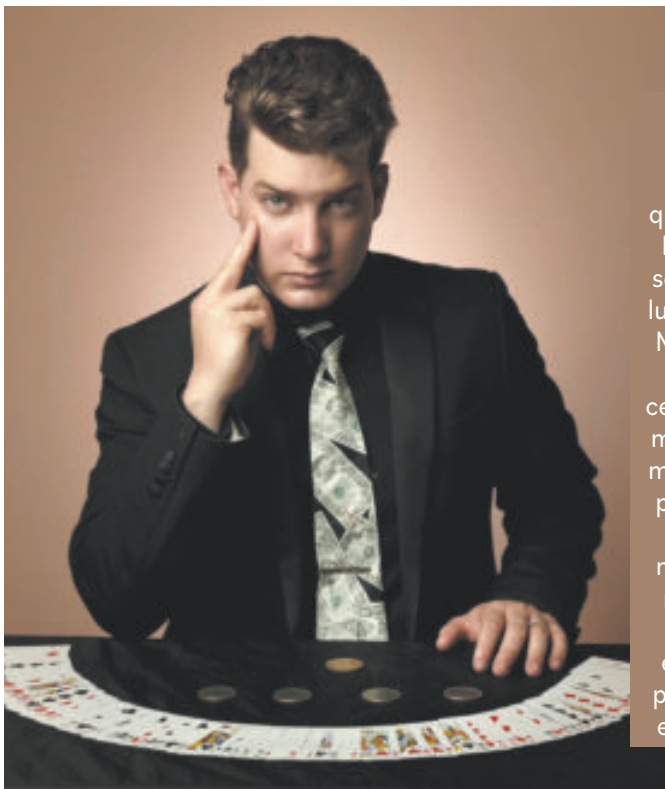
La triplista **Yuliana Pérez**: Madre asesinada, padre preso. Fue regresada a Cuba siendo niña. Regresó a EEUU en el año 2000, con una mochila y una deuda de \$2,300, a un hogar de acogida en Tucson, Arizona... 4 años más tarde defendió a EEUU en los Juegos Olímpicos de Atenas siendo doble campeona nacional.

(Foto: imageofsport.com)



Cuba vuelve a participar en Miss Universo después de 57 años de ausencia. **Alina Robert**, de 37 años, representa a La Habana, donde vivió durante 21 años antes de irse a EEUU. La actriz y presentadora es una de las 24 competidoras que pretenden representar a la Isla en el evento internacional.

(Foto: Instagram de la artista)



El talentoso mago cubano **Rogelio Ruiz Morales**, quien emigró a EEUU hace algunos años, se alzó con el primer lugar en el IBM Stage Magic Competition, uno de los certámenes de magia más importantes del mundo. Para Rogelio, poder vivir en EEUU es ya un premio, mientras que sentía mucha impotencia mientras estaba en Cuba y no podía participar en ningún evento. (Foto: Facebook)



Más de 40 años en las pantallas conforman el currículo de **Irella Bravo**. Hoy día hace nueva vida en EEUU en programas como Pateando la lata (Al Pairo TV), e igualmente apareció junto a Omar Franco en un segmento en El Show con Tony Benítez, emitido por UniVista TV.

(Foto: captura pantalla Instagram artista)

Gente & Farándula



El matancero **Luis Javier Paradela Díaz** es uno de los mejores futbolistas cubanos de la actualidad. Recientemente la Unión de Clubes de Fútbol de la Primera División de Costa Rica (UNAFUT), al reconocerlo como Mejor Jugador y Mejor Extranjero del Torneo Clausura 2024 de ese país centroamericano. (Foto: Instagram del deportista)

Yenisel Valdés, excantante de Van Van, conmocionó a sus seguidores al declarar que desde 2019 padece una enfermedad neurológica «crónica» e «irreversible». La pinareña sin embargo no ha dejado de ofrecer su arte y mantenerse activa con su grupo Teambahía.

(Foto: Facebook de la artista)





VERA

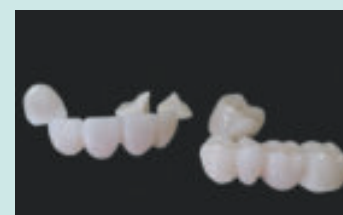
Dental Prosthesis

- Confeccionamos prótesis dentales removibles de acrílico y flexible.
- Hacemos prótesis fijas de zirconia y porcelana, elaboramos también guardas dentales.
- **OTROS SERVICIOS DENTALES.**
 - Todo en español.

7292 Manslick Rd, Louisville KY 40214

Teléfonos:

(502)-202 0392 y (502)-500 8884



Ophthalmology Associates en Louisville le da la bienvenida a la Dra. Pérez García a formar parte de nuestro grupo de retinólogos!

La Dra. Pérez García, graduada de la Universidad de Ciencias Médicas de la Habana, finalizó su entrenamiento como Cirujana de Vitroretina en la Habana, Cuba y en el Bascom Palmer Eye Institute, Estados Unidos. Actualmente se une a la comunidad hispana de la ciudad y está aceptando nuevos pacientes en las oficinas de Ophthalmology Associates en Louisville, donde ofrece servicios bilingües en Inglés y español.



AHORA ACEPTANDO NUEVOS PACIENTES



Main Office:
3810 Springhurst
Boulevard,
Suite 100
Louisville, KY 40241



Satellite Office:
6420 Dutchmans
Parkway, Springs
Medical Center, Suite 85
Louisville, KY 40205

*“Donde
el amor nunca
termina”*



**BUENA
VIDA**

ADULT DAY HEALTH CENTER

Si usted es mayor de 65 años o
deshabilitado, puede ser elegible
para recibir beneficios adicionales de
MEDICAID desde:

- Adult Day Care
- Servicio de cuidados
en el hogar
- Transporte a citas médicas
- Servicio de entrega
de comidas a domicilio

Para más información
y asesoría sobre cómo recibir servicios
inmediatamente
contactar a:

Ernesto Font
Director de Comunidades
al (502) 767 - 3234

*¡Es un privilegio servir
a nuestra comunidad!*

4620 Preston Hwy.
Louisville, KY 40213
Lunes - Viernes 8:00 AM - 5:00 PM



Louisville DOT-CDL Physicals

ATENCIÓN CHÓFERES DE CAMIONES:

Realizamos los exámenes requeridos para la licencia comercial de conducir

DOT-CDL Físico y pruebas de droga

¡Examen físico a sólo **\$85** !!

SERVICIO EN ESPAÑOL • (502) - 491 7652

4311 Bardstown Rd, Louisville, KY 40218

SEGURO MEDICO, DENTAL Y VISION

Abierto el período de inscripción del Affordable Care Act.



Explíquenos su caso, podemos ayudarle.

Seguros de salud desde \$10 por mes



¡Llámenos!
(305) - 439 0809
(502) - 930 0809

Ghercy Segovia
Lic #1088183

5036 Ardossan Square,
Louisville KY, 40241

ASEGURA TU SALUD.
ASEGURA TU VIDA.
PROTEGE A TUS SERES QUERIDOS.

GRIFOLS



DONE PLASMA. RECIBA PAGOS. IMPACTE VIDAS.



Grifols USA
5037 Preston Highway
Louisville, KY 40213
(502) 968-9264
grifolsplasma.com



Haga un impacto.

¿Te gustaría ser parte del cambio en la atención médica de nuestra ciudad? ¡Estamos buscando personas como usted!

Infórmese sobre las diferentes carreras en
NortonHealthcareCareers.com.

EOE, incluyendo discapacidad/ veteranos



**NORTON
HEALTHCARE**



LEGAL EASE SOLUTIONS

PARALEGAL-IMMIGRATION
ASSISTANCE OFFICE

SIMPLIFICA TU PROCESO LEGAL

502-305-6407

www.thelegalease.com

- SOLICITUD DE CIUDADANIA
- RESIDENCIA PERMANENTE
- PERMISO DE TRABAJO
- TRADUCCIONES DE DOCUMENTOS VITALES

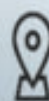


ASISTENCIA DE DOCUMENTOS MIGRATORIOS

GRETTEL- Paralegal



alonso@thelegalease.com



Downtown
Louisville, KY

IGLESIA PRINCIPE DE PAZ

Transporte **GRATIS**

CONTACTO: (502) 356-2426

Almuerzo **GRATIS**

CADA DOMINGO DESPUÉS DEL SERVICIO

PASTORES

*Fernando y
Odalis Mora*

(502) 341-0417

NO ES POR VISTA,
ES POR FE



SERVICIOS

MIÉRCOLES 7:00 PM - DOMINGOS 10:00 AM
9206 BLUE LICK RD LOUISVILLE KY 40229

Por Inés González
holadoctor.com

10 Diferencias impactantes de salud entre hombres y mujeres

La idea de cuál es el sexo más débil o quién se comporta más valiente frente al dolor, es un largo debate, pero estudios recientes arrojan luz sobre este controvertido tema. En el mes de la salud del hombre, animate a descubrir qué enfermedades son más comunes en ellos, y qué puntos débiles tienen las mujeres.

1. Cómo soportan las cirugías

El género influye en el dolor experimentado a raíz de una cirugía, puesto que los hombres sufren más tras una operación mayor, mientras que las mujeres están más doloridas después de un procedimiento menor, según revela una investigación de mayo de 2014 de la Universidad de Graz, en Austria.

¿Quién sufre más dolor?: Padecen por diferentes cosas. En el estudio de 4 años sobre 10,200 pacientes, se halló que los hombres eran 27% más propensos a experimentar dolor moderado tras una cirugía vascular u ortopédica, mientras que en las mujeres, el 34% estaban doloridas ante cirugías menores, como una biopsia por ejemplo.

2. Distintos en salud cardíaca

Alrededor de la misma cantidad de hombres y mujeres mueren cada año por enfermedades cardíacas en EEUU, pero un estudio de 2014 presentado en la American Heart Association reveló que las mujeres menores de 55 años son más propensas a perder calidad de vida después de un ataque cardíaco, en comparación con los hombres.

Ellas resultan más dañadas: El estudio mencionado es de la Universidad de Yale, se hizo sobre 3,501 personas que habían sufrido ataques al corazón, y se halló que, en comparación con los hombres, las mujeres sufrían más del mal funcionamiento físico, deficiencia mental, baja calidad de vida, dolor en el pecho, y más limitaciones físicas en el año siguiente al ataque.

3. Ellas tienen más jaquecas



Más de 45 millones de estadounidenses padecen dolores de cabeza crónicos y recurrentes, una cifra superior a los 33 millones que alcanzan los asmáticos, diabéticos y cardíacos. De ese número, 28 millones sufren ataques de jaquecas cada año. Este trastorno las afecta más a ellas, ya que el 70% se da en mujeres, según datos de la Fundación de la Cefalea.

Dolor de cabeza según el sexo: A ellas, los dolores de cabeza les anulan el deseo sexual, según un estudio publicado en abril de 2014 en *Journal of Neuroscience*, dando sustento científico a un tema popular. Los investigadores de la Universidad Mc Gill en Montreal, Canadá, hallaron que cuando a ellos les duele la cabeza, no les afecta la libido.

4. La diabetes, más en mujeres

De los 25.6 millones de adultos diabéticos en EEUU, 12.6 millones son mujeres. El riesgo de enfermedad cardíaca por diabetes es más alto en mujeres que en hombres. Entre las personas diabéticas que sufrieron un ataque cardíaco, ellas sobreviven menos que ellos. (Centros para el Control y Prevención de Enfermedades, CDC).

Daños de la diabetes: Las mujeres con diabetes deben tener precaucio-

nes si planean un embarazo, tratando de mantener la glucosa a raya. En cuanto a los riesgos de sufrir un accidente cerebrovascular (ACV), tanto hombres como mujeres diabéticos se perjudican igual: si la padecen por 10 años, tienen el triple de riesgo de un ACV. (Estudio Universidad de Columbia).

5. Autismo: mayor en hombres

El Centro Nacional de Estadísticas de Salud presentó en marzo de 2013 un relevamiento sobre la prevalencia del autismo en la infancia en EEUU y halló que 1 de cada 50 niños en edad escolar tienen esta condición. Y que los varones tienen 4 veces más de probabilidades de padecerla. La razón científica son ínfimas diferencias moleculares.

6. Ellas se deprimen más

Cualquier persona puede sufrir depresión, sin importar su edad, grupo étnico, estado socioeconómico o género; sin embargo, los estudios de investigación en gran escala han descubierto que el doble de mujeres sufre de depresión si se compara con la cantidad de hombres afectados por esta enfermedad. (Instituto Nacional de Salud Mental).

Depresión en cifras: En EEUU, los investigadores calculan que el 12% de las mujeres (más de 12 millones) y casi el 7% de los hombres (más de 6 millones) sufren de trastornos depresivos. Pero no está claro por qué las afecta más a ellas. Los científicos siguen estudiando los factores biológicos y sociales que son más típicos en la mujer.

7. El cáncer en mujeres

Cada año, el cáncer cobra la vida de más de 250,000 mujeres en EEUU. Los cánceres más comunes entre éstas son los cánceres de piel, de mama (seno), de pulmón, colorrectal y de cuello uterino. En su mayoría, los sobrevivientes de cáncer son personas de 65 años o más y de sexo femenino, según el Instituto Nacional del Cáncer.

8. Cáncer en hombres

El cáncer causa aproximadamente 300,000 muertes entre los hombres en el país. El tipo de cáncer que más les provoca la muerte es el de pulmón, y fumar cigarrillos origina la mayoría de los casos. El cáncer de próstata es la segunda causa más común de muerte por cáncer en ellos, y el tercero es el cáncer colorrectal. (Instituto Nacional del Cáncer).

9. Ellas viven más

Se sabía que tienen mayor promedio de vida que los hombres, pero cuando se trata de romper la barrera del siglo, la diferencia es notable: sólo 2 de cada 10 personas que viven 100 años o más, son hombres. De los 53,364 con 100 años o más, más del 80% son mujeres, según el informe de la Oficina del Censo de EEUU de diciembre de 2013.

10. Más mujeres con Alzheimer

Una mujer estadounidense de 65 años tiene una probabilidad de 1 entre 6 de padecer Alzheimer más adelante en la vida, mientras que un hombre de la misma edad tiene aproximadamente una probabilidad de 1 entre 11. "Las mujeres son el epicentro de la enfermedad de Alzheimer, representando la mayoría" señaló la Alzheimer's Association.



ONU: Casi 40 millones de personas tenían VIH en 2023, y cada minuto murió alguien

Casi 40 millones de personas vivían el año pasado con el virus VIH que causa el sida, de los que más de 9 millones no recibían ningún tratamiento, con el resultado de que una persona murió cada minuto por causas relacionadas con el sida, según un nuevo reporte de Naciones Unidas publicado recientemente. Aunque se han hecho avances para poner fin a la pandemia global del sida, el reporte dijo que el progreso ha perdido inercia, el financiamiento se reduce y crecen las infecciones en tres regiones: Oriente Medio y norte de África, Europa oriental y Asia Central, y América Latina. Unas 630.000 personas murieron en 2023 por enfermedades relacionadas con el sida, un descenso significativo desde los 2,1 millones de muertes en 2004. Sin embargo, la última cifra es más del doble que el objetivo de 2025 de menos de 250.000 muertes, según el reporte de UNAIDS, la agencia que lidera el esfuerzo global de poner fin a la pandemia. El año pasado, el 86% de los 39,9 millones de personas que vivían en el mundo con VIH, sabía que estaba infectado, el 77% recibía tratamiento y para el 72% el virus estaba suprimido, según el reporte.



¿Cuánto permanece el alcohol en tu cuerpo?

la misma cantidad que una persona más grande.

- **MEDICAMENTOS:** pueden interactuar peligrosamente con el alcohol.
- **SALUD GENERAL:** las afecciones renales, hepáticas y gastrointestinales afectan la capacidad del cuerpo para procesar el alcohol.
- **CANTIDAD:** el consumo excesivo de alcohol supera la capacidad del hígado para eliminarlo del cuerpo.

El consumo de alimentos también influye en la forma en que tu cuerpo procesa el alcohol, pero no el tiempo que tarda en eliminarlo. Beber con el estómago vacío hace que el alcohol se mueva rápidamente por tu cuerpo, lo que aumenta sus efectos, incluida la resaca.

También es importante recordar que no existe una forma fiable de autoevaluarse para saber si estás lo suficientemente sobrio como para conducir, ni siquiera con un alcoholímetro a mano. Aunque tengas una tasa por debajo del límite legal de 0,08 %, el alcohol puede afectar tu conducción. No te pongas al volante de un automóvil o una lancha si has bebido, independientemente de la cantidad que hayas consumido.

En EEUU, mueren unas 37 personas cada día en accidentes de tráfico por conducir ebrios, según la Administración Nacional de Seguridad del Tráfico en las Carreteras. Y el 31 % de las muertes por ahogamiento están relacionadas con una tasa de alcohol en la sangre por encima del límite legal.

Por lo general, tu cuerpo puede metabolizar aproximadamente una bebida estándar por hora, pero depende de varios factores, según la Clínica Cleveland y los Centros de Adicciones Estadounidenses:

- **EDAD:** tu capacidad para metabolizar el alcohol se ralentiza a medida que envejeces.

- **PESO:** quienes pesan menos tienen menos agua en el cuerpo, lo que significa que tu tasa de alcoholemia será más alta, aunque hayas bebido



Un tercio de los adultos del mundo corren riesgo de enfermedad por no realizar suficiente actividad física

La Organización Mundial de la Salud (OMS) advirtió recientemente que casi un tercio de los adultos de todo el mundo (31%), aproximadamente 1800 millones de personas, no alcanzaron los niveles recomendados de actividad física en 2022. Los últimos datos apuntan a una tendencia preocupante de inactividad física entre los adultos, que ha aumentado en unos 5 puntos porcentuales entre 2010 y 2022. Si esta tendencia continúa, la agencia prevé que los niveles de inactividad sigan aumentando hasta alcanzar el 35% en 2030. Las cifras fueron recogidas en un estudio realizado por investigadores de la agencia de la ONU junto a otros académicos y publicado en la revista *The Lancet Global Health*. En general, el organismo recomienda que los adultos realicen unos 150 minutos de actividad física de intensidad moderada a la semana, o 75 minutos de actividad física intensa.

Gritar a los menores podría ser tan perjudicial como el abuso físico

De acuerdo con un nuevo estudio, gritar, denigrar o amenazar verbalmente a los menores puede ser tan perjudicial para su desarrollo como los abusos sexuales o físicos. El estudio, publicado en la revista académica *Child Abuse & Neglect*, revisó 166 trabajos anteriores para elaborar un análisis detallado a partir de la bibliografía existente sobre el tema. El maltrato infantil se clasifica actualmente en cuatro categorías: abuso físico, abuso sexual, abuso emocional -del que forma parte el abuso verbal- y negligencia, y este estudio puede servir de base a las estrategias de prevención y tratamiento. El estudio, que analizó el impacto de los gritos de adultos como padres, profesores y entrenadores, citó varios trabajos que sugerían que los efectos duraderos del abuso verbal en la infancia pueden manifestarse en forma de angustia mental, como depresión e ira; síntomas de exteriorización, como cometer delitos, consumir drogas o perpetrar abusos; y consecuencias para la salud física, como



desarrollar obesidad o enfermedades pulmonares. El estudio, encargado por Words Matter, una organización benéfica británica que pretende mejorar la salud infantil poniendo fin al maltrato verbal, fue realizado por investigadores de la Universidad Wingate de Carolina del Norte y el University College de Londres.

Rituales más efectivos para despertarse con buen humor por las mañanas

Fuente: larazon.es

En la ajetreada vida moderna, despertar con buen humor puede parecer un reto, pero no es una meta inalcanzable. Para ello, existen varios rituales matutinos que pueden transformar la manera en que iniciamos nuestro día, mejorando no solo nuestro estado de ánimo, sino también nuestra productividad y salud en general.

DESPERTAR CON LUZ NATURAL

La exposición a la luz natural al despertar es clave para regular el ritmo circadiano del cuerpo. Abre las cortinas o invierte en un despertador con simulador de amanecer. La luz matutina ayuda a disminuir los niveles de melatonina, la hormona del sueño, y aumenta la producción de cortisol, que te prepara para enfrentar el día con energía.

HIDRATACIÓN INMEDIATA

Beber un vaso de agua justo después de despertar es esencial. Durante la noche, el cuerpo pierde líquidos y necesita rehidratarse. La hidratación matutina puede ayudar a activar el metabolismo y mejorar la claridad mental, preparándote para un día productivo.

ESTIRAMIENTOS Y EJERCICIO SUAVE

Incorporar estiramientos o una breve rutina de ejercicio ligero, como yoga o una caminata, puede mejorar la circulación sanguínea y liberar endorfinas, las hormonas de la felicidad. Este hábito no solo aumenta los niveles de energía, sino que también mejora el estado de ánimo y la disposición mental.

DESAYUNO NUTRITIVO

Un desayuno equilibrado y rico en nutrientes es fundamental. Alimentos como frutas frescas, avena, nueces y yogur proporcionan energía sostenida y nutrientes esenciales que mejoran la función cerebral y la concentración, lo que contribuye a un mejor humor durante toda la mañana.

MOMENTOS DE GRATITUD

Tomar unos minutos para reflexionar sobre lo que agradeces en la vida puede tener un impacto significativo en tu estado de ánimo. Llevar un diario de gratitud o simplemente meditar sobre aspectos positivos ayuda a enfocar la mente en lo bueno, creando una perspectiva más optimista y feliz.

Si tienes este músculo, eres privilegiado

Los seres humanos tenemos alrededor de 600 músculos a lo largo de nuestro cuerpo. Una cifra que puede cambiar en función de cómo los desarrollemos a lo largo del tiempo o la complejidad que tengamos. Si bien las personas tenemos casi los mismos, hay un músculo que se está perdiendo. En concreto, una de cada seis personas ya no cuenta con él, debido a nuestra evolución y función auxiliar, pues los primeros homínidos, orangutanes o primates

lo utilizaban con frecuencia. El músculo palmar largo juega un papel en la flexión de la muñeca, aunque menor. Su función se basa en tensar la aponeurosis palmar, lo que ayuda a la resistencia y estabilidad de la piel de la palma durante el agarre. Pero en la evolución, se ha reducido en los seres humanos, siendo más predominante en otros mamíferos y primates. Aproximadamente el 10-15% de la población no tiene este músculo en uno o ambos antebrazos.



Afortunadamente, su ausencia no afecta significativamente la función de la mano ni compromete la funcionalidad del brazo o la mano, puesto que otros músculos compensan su función. (Foto: Facebook Fisioterapia en Movimiento)



Producen píldora que imita los beneficios del ejercicio

Un equipo de la Universidad de Florida desarrolló una píldora que imita los beneficios del ejercicio. Aunque se encuentra en una etapa inicial de la investigación, acaba de probarse con éxito en ratones obesos, puede representar un futuro en el que las virtudes de correr, hacer pesas o usar una bicicleta fija se concentren en el pequeño espacio de una pastilla. Los investigadores dicen que, de funcionar en futuros ensayos clínicos en humanos, los llamados "miméticos farmacológicos del ejercicio" podrían ser eficaces en el tratamiento de una variedad de afecciones, incluidas

la obesidad y el síndrome metabólico. Puntos clave:

- *La píldora imita los efectos del ejercicio físico, es como correr una maratón, pero sin hacer esfuerzo.*
- *Se acaba de probar con éxito en ratones.*
- *De ser eficaz en humanos en el futuro, podría ayudar a personas con obesidad o diabetes.*

Si se desarrolla con éxito, el fármaco podría ayudar también a personas con diabetes, o a adultos mayores que tienden a experimentar una disminución de la masa muscular con el tiempo.

El contacto físico consentido por ambas personas es beneficioso para tu salud

¿Sabías que el contacto físico consentido puede ser una fuente de bienestar para tu cuerpo y mente? Según estudios recientes, el contacto físico con otra persona puede tener beneficios significativos para la salud. El contacto físico puede tomar muchas formas, desde un abrazo hasta un apretón de manos. Los estudios han demostrado que incluso el contacto breve con otra persona puede tener un impacto positivo en la salud. El contacto físico estimula la produc-

ción de hormonas como la oxitocina, conocida como la «hormona del amor», que puede reducir el estrés y mejorar el estado de ánimo. Además de mejorar el estado de ánimo, el contacto físico también puede tener beneficios físicos. Por ejemplo, la presión arterial puede disminuir como resultado de un abrazo. También se ha demostrado que el contacto físico puede aumentar el sistema inmunológico y disminuir la sensación de dolor.



ESTAMOS CONTRATANDO INMEDIATAMENTE

Express[®]
EMPLOYMENT PROFESSIONALS

Respecting People. Impacting Business.[®]

- Ofrecemos muchos tipos de trabajos
 - Turnos disponibles
 - Pago empezando a \$15/hora



HABLAMOS ESPAÑOL

**Llámanos al (502) - 205 0040 (Simpsonville) y (502) - 451 0500 (Louisville),
o aplique directamente en nuestras oficinas: 6908 Shelbyville Rd, Simpsonville, KY 40067
11003 Bluegrass Pkwy #400 Louisville KY 40299**



Preparándose para el examen de ciudadanía americana

Ayudándole a prepararse para tomar el examen de ciudadanía. Les recomendamos aprenderse dos preguntas cada semana y utilizar la cuarta y última semana del mes para la revisión general. Aquí van las seis preguntas de este mes:

1. How many amendments does the Constitution have?

R/ • twenty-seven (27)

2. What was one important thing that Abraham Lincoln did?

R/ • freed the slaves (Emancipation Proclamation)

- saved (or preserved) the Union
- led the United States during the Civil War

3. The House of Representatives has how many voting members?

R/ four hundred thirty-five (435)

4. What did the Declaration of Independence do?

R/ • announced our independence (from Great Britain) • declared our independence (from Great Britain) • said that the United States is free (from Great Britain)

5. During the Cold War, what was the main concern of the United States?

R/ Communism

6. Under our Constitution, some powers belong to the federal government. What is one power of the federal government?

R/ • to print money • to declare war • to create an army • to make treaties



Machucando el inglés: Pronombres reflexivos

Fuentes: abaenglish.com

Los pronombres reflexivos son usados cuando la misma persona es sujeto y objeto de la acción o recalcar que el sujeto ha realizado la acción personalmente.

Los pronombres reflexivos ingleses son myself, yourself, himself, herself, itself, ourselves, yourselves y themselves. Aquí te dejamos una tabla con su traducción al español.

REFLEXIVE PRONOUN	TRADUCCIÓN
<i>Myself</i>	Me, yo mismo
<i>Yourself</i>	Te, tú mismo, usted mismo
<i>Himself</i>	Se, él mismo
<i>Herself</i>	Se, ella mismo
<i>Itself</i>	Se, sí mismo
<i>Ourselves</i>	Nos, nosotros mismos
<i>Yourselves</i>	Os, se, vosotros mismos, ustedes mismos
<i>Themselves</i>	Se, ellos mismos

EJEMPLOS:

He cut himself shaving this morning. (Se ha cortado esta mañana afeitándose).

Look at yourself in the mirror! (¡Mírate en el espejo!).

I taught myself how to do that. (He aprendido yo solo como hacer eso).

Informaciones para recién llegados: Evite hablar en voz alta por teléfono celular en espacios públicos

Fuente: chatgpt.com



Evite hablar en voz alta por teléfono celular cerca de otras personas, especialmente en lugares públicos cerrados (como tiendas, ómnibus, restaurantes, museos, salas de espera y ascensores). Este comportamiento se considera grosero y desconsiderado en cualquier lugar público, incluidos los espacios al aire libre.

Aquí tienes algunas razones por las que esta conducta es vista negativamente y algunas recomendaciones sobre cómo comportarse adecuadamente:

- **Invasión del espacio personal:** Las conversaciones en voz alta invaden el espacio auditivo de las personas a tu alrededor, forzándolas a escuchar detalles de tu conversación privada.

- **Interrupción de la tranquilidad:** En lugares donde la gente busca tranquilidad o concentración, como bibliotecas, transporte público, oficinas o restaurantes, hablar en voz alta puede ser especialmente molesto.

- **Distracción:** Puede ser una distracción para aquellos que están trabajando, estudiando o simplemente disfrutando de un momento de calma.

- **Falta de respeto:** Se percibe como una falta de consideración y respeto hacia las necesidades y el confort de los demás.

RECOMENDACIONES PARA UNA BUENA ETIQUETA TELEFÓNICA EN PÚBLICO:

- **Moderar el volumen:** Habla en un

tono bajo y moderado para no molestar a quienes te rodean.

- **Escoger el lugar adecuado:** Si necesitas hacer una llamada larga o discutir asuntos privados, busca un lugar más apropiado como una sala de conferencias, una zona designada para llamadas telefónicas, o simplemente salir a un lugar más apartado.

- **Ser breve:** Intenta que tus llamadas en espacios públicos sean lo más breves posible. Si necesitas discutir algo importante o prolongado, considera esperar hasta que estés en un lugar más privado.

- **Utilizar mensajes de texto:** En muchas situaciones, enviar un mensaje de texto o un correo electrónico puede ser una alternativa menos disruptiva a hacer una llamada.

- **Ser consciente del entorno:** Observa y respeta las señales sociales y el contexto. Por ejemplo, en una reunión, cine, teatro, o transporte público en horas pico, evita realizar llamadas innecesarias.

- **Auriculares y micrófono:** Utilizar auriculares con micrófono integrado puede ayudar a reducir el volumen de tu voz, ya que puedes escuchar mejor a la otra persona sin necesidad de elevar la voz.

Siguiendo estas recomendaciones, puedes contribuir a un ambiente más respetuoso y considerado para todos, mejorando la convivencia en los espacios públicos.

Fuente:
1000ideasdenegocios.com
(fragmentos)

Cómo tener mentalidad de inversionista

“Las inversiones exitosas son aquellas que transforman un poco de conocimiento en riqueza.”

- Benjamin Graham.

Desarrollar una mentalidad de inversionista no es fácil, pero es fundamental en un mundo donde la estabilidad financiera es cada vez más incierta. Muchas personas creen que invertir es un juego solo para aquellos con mucho dinero o con educación financiera avanzada.

Sin embargo, la verdad es que cualquier persona que se lo proponga, sin importar su punto de partida, puede aprender y adoptar una mentalidad enfocada a generar riqueza. En este artículo te explico cómo podrías tú también hacerlo y conseguir grandes resultados financieros a través de la educación y la práctica.

Definamos que es mentalidad de inversionista

Básicamente, la mentalidad de inversionista se refiere a la forma en que una persona piensa acerca del dinero y de cómo se comporta en relación con sus finanzas y sus inversiones. Es una combinación de conocimiento, disciplina y perspectiva a largo plazo.

Esto es muy fácil de decir, pero tener esta mentalidad es crucial porque permite tomar



decisiones financieras informadas que pueden conducir a la generación de riqueza sostenible.

La gran mayoría de personas carecen de una formación financiera en su juventud y es por ello que en la edad adulta tienen muchas dificultades para manejar y hacer producir su dinero y terminan tomando decisiones equivocadas acerca de sus finanzas.

Gastar impulsivamente, vivir al día sin ahorrar y no planificar para el futuro son comportamientos comunes que dificultan el manejo inteligente del dinero.

“Sin conocimientos sobre presupuestos, ahorro, inversión y manejo de deudas, es difícil tomar decisiones financieras informadas.”

Por otro lado, las influencias culturales y sociales pueden promover el consumo excesivo y la deuda. La presión para mantener un cierto estilo de vida, influenciada por la publicidad y las redes sociales, puede llevar a decisiones fi-

nanqueras poco inteligentes.

COMPONENTES CLAVE DE UNA MENTALIDAD DE INVERSIONISTA

Educación financiera: Aunque manejar el dinero inteligentemente puede ser un desafío, no es imposible. Con educación financiera, cambio de hábitos, planificación y disciplina, cualquier persona puede aprender a manejar mejor su dinero y alcanzar una mayor estabilidad y libertad financiera. La educación financiera es el primer paso. Comprender conceptos básicos como el interés compuesto, la diversificación y la gestión del riesgo es esencial. Esta base te permitirá tomar decisiones más seguras y acertadas.

Disciplina y paciencia: La inversión no se trata de obtener ganancias rápidas. Más bien se trata de adquirir el conocimiento y desarrollar la inteligencia en el uso de las finanzas. Esto desde luego re-

quiere disciplina para seguir un plan y paciencia para esperar a que los rendimientos se materialicen con el tiempo.

Capacidad de tomar riesgos calculados: Todo inversor debe estar dispuesto a asumir ciertos riesgos, pero estos deben ser calculados. Esto significa evaluar cuidadosamente las oportunidades y comprender las posibles consecuencias. El miedo a tomar decisiones financieras equivocadas puede llevar a la parálisis y a la inacción. La inseguridad sobre los conocimientos financieros puede hacer que las personas opten por alternativas tradicionales de ahorro y cero riesgo donde su dinero nunca crece.

Mentalidad de crecimiento: Una mentalidad de crecimiento implica estar abierto a nuevas ideas especialmente sobre el dinero. Aunque no lo creas mucho de lo que nos enseñaron se basaba en el miedo de quién nos formó. Es por ello que cambiar de mentalidad requiere un enorme esfuerzo para reaprender y adaptarse. Los inversores exitosos ven los fracasos como oportunidades para aprender y mejorar.

PASOS PARA DESARROLLAR UNA MENTALIDAD DE INVERSIONISTA

Educarse continuamente: La educación nunca termina. Leer libros, asistir a cursos, y mantenerse actualizado con las noticias financieras son hábitos que deben cultivarse.

En la medida que aprendes los conceptos financieros y descubres cómo funciona exactamente el dinero, un nuevo mundo de oportunidades se abrirá ante tus ojos.

Cambiar la perspectiva sobre el dinero: Ver el dinero no solo como un medio para gastar, sino como una herramienta para generar más dinero, es un cambio de mentalidad crucial. Esto incluye aprender a ahorrar e invertir en lugar de gastar de manera impulsiva.

Establecer metas financieras claras: Tener objetivos claros proporciona una hoja de ruta para las inversiones. Estos pueden ser a corto, mediano y largo plazo, y deben ser específicos, medibles, alcanzables, relevantes y temporales (SMART).

Empezar a invertir con poco: No es necesario tener grandes sumas de dinero para comenzar a invertir. Plataformas de inversión accesibles permiten empezar con pequeñas cantidades, lo que te ayudará a aprender sin asumir grandes riesgos. De hecho, posiblemente pierdas algo de plata durante la etapa de aprendizaje. Pero las lecciones que puedas extraer serán tan valiosas que realmente habrás ganado en lugar de perder. Cada error es una oportunidad de aprendizaje. Analizar qué salió mal y cómo se puede mejorar en el futuro es esencial para crecer como inversor.



CALEFACCIÓN Y AIRE ACONDICIONADO
AC & HEATING SERVICE

(502) - 320 6244

UNA COMPAÑÍA. UN AGENTE.

MUCHAS FORMAS DE AHORRAR.

Déjame ayudarte a ahorrar tiempo y dinero.

Cuando proteges más de tus cosas con Allstate, tienes la seguridad de tener mejor protección a tu lado y la tranquilidad de mantener tus bolsillos contentos. Combina tus pólizas y ahorra. No esperes. Llámame hoy mismo.



Judith Rodriguez
502-750-8096

9219 W U.S. Hwy 42 Ste. E
Prospect, KY 40059
jrodriguez76@allstate.com



**ATENCIÓN MÉDICA
ASEQUIBLE, COMPASIVA
Y DE CALIDAD**

Hogar del más amigable equipo de trabajo de los clientes más agradables y de las más dulces mascotas

DAN & THERESA BENSION CELEBRANDO SUS 20 AÑOS EN 2023



(502) 477-2966

Hospital de servicios completos para animales en Taylorsville
Pequeños - Exóticos - Animales grandes
Radiología digital / Ultrasonido / Medicina preventiva / Cirugía
Hospitalización / Dentista / Terapia con láser terapéutico / Acupuntura

246 Taylorsville Road, Taylorsville, KY 40071
Se Habla Español

Saltriverveterinaryclinic.com

3-1 NOTARY A PLUS

BUSINESS & TAX SERVICES

NUEVA TEMPORADA DE TAXES 2024

Lunes a Viernes:
10:00 AM-7:00 PM
Sábados:
10:00 AM-6:00 PM

- Taxes de Corporación
- Taxes de Negocios
- Taxes de Ventas
- Taxes de Petróleo
- Taxes Personales
- Chapas para Camioneros

Agente aceptado por el IRS
notaryplus3_1@yahoo.com



MÁS DE 12 AÑOS
sirviendo a la comunidad

- Licencias y Permisos
- Registro de Negocios
- Número de ITIN
- Trámites Consulares
- Notario Público
- Interpretación para trámites de Inmigración y más...

MYRNA RODRÍGUEZ

(502)654-7076 / (502)890-4772 • CELL (502)644-1312

8514 Preston Hwy, Louisville KY 40219



3-1 Notary A Plus

*Servicio personalizado, calidad garantizada, variadas opciones.
Todo al precio que usted merece...*



- Gran inventario de carros NUEVOS.
Variedad de modelos y marcas.
- Excelente programa de préstamos.
Aun sin crédito, te aprobamos y ofrecemos letras cómodas.
- Carros usados de todas las marcas.
Pregunte por el inventario de \$10,000 y menos
- Aceptamos ITIN

Reciba \$200
Por referir un familiar o amigo



4136 Shelbyville Rd, Louisville, KY 40207

Servicio en español
CARLOS CALDERÓN
(502) 472.5814 • cmcald13@gmail.com

Cortesía Wendy Popoca
(Better Business Bureau,
sirviendo a Louisville, el Sur de
Indiana y el Oeste de Kentucky)

BBB Alerta de Estafas:

7 estafas que estudiantes universitarios deben evitar

Estafadores están aprovechándose de estudiantes universitarios. Estudiantes deben hacer pagos de matrícula y comprar útiles escolares para prepararse para el nuevo año. Sin embargo, estafadores siguen aprovechando esta oportunidad para intentar robar parte de ese dinero a través de estafas.

Una táctica utilizada para obtener información personal de los estudiantes es un correo electrónico llamado “phishing” que dice ser del “Departamento Financiero” de la escuela. Pueden aparecer mensajes por texto o correo electrónico en los que se le pide al estudiante que haga clic en un enlace e inicie sesión con un nombre de usuario y contraseña de estudiante. No lo haga; al hacerlo, podría proporcionar el nombre de usuario, la contraseña u otra información personal a los es-

tafadores y, posiblemente, descargar “malware” en el aparato.

Ya sea que esté comenzando la escuela lejos de casa o tenga estudiantes jóvenes que puedan ser vulnerables a este tipo de estafas, BBB recomienda tener cuidado con estas estafas financieras antes de comenzar este nuevo semestre.

- **Tarjetas de crédito falsas:** Las ofertas para solicitar la primera tarjeta de crédito son tentadoras para muchos estudiantes. Esto no solo podría generar problemas crediticios en el futuro debido a gastos no controlados, sino que algunas ofertas podrían ser ofertas falsas diseñadas para acceder información personal. Investigue las ofertas en los folletos de tarjetas de crédito y en las instituciones bancarias antes de solicitarlas.

- **Apartamentos demasiado buenos**



para ser verdad: Es difícil no seleccionar un apartamento convenientemente tan cerca del campus, especialmente si se anuncia un alquiler asequible. Es tentador dar información de la tarjeta de crédito en línea para conseguir un buen hogar, pero siempre vale la pena ver el apartamento en persona antes de realizar una transferencia de dinero. Esto también se aplica a los anuncios de Craigslist y las redes sociales que parecen ser de otros estudiantes que buscan compañeros de habitación.

- **Robo de identidad:** Es una buena idea comenzar a practicar hábitos financieros saludables, y uno de esos hábitos es revisar regularmente su informe crediticio para detectar actividad inusual y posible fraude de identidad. El sitio web oficial del gobierno para hacer esto de forma gratuita es annualcreditreport.com. Lea el artículo de BBB sobre “Cómo saber si alguien le robó su identidad”.

- **Estafas de becas y subvenciones:** Desconfíe de las llamadas telefónicas de empresas que le aseguren que pueden ayudarle a reducir los pagos de préstamos u ofrezca una subvención cuantiosa. Si busca el nombre de la empresa en Internet, podría encontrar alertas de estafa o críticas negativas de otros consumidores. Lea las críticas y quejas sobre la empresa en BBB.org y comuníquese con la oficina de ayuda financiera de la institución educativa para obtener asesoramiento y ayuda sobre cómo financiar su

educación. Las estafas de becas pueden afectar a los estudiantes universitarios incluso después de graduarse; lea nuestros consejos sobre estafas de becas.

- **Estafas en las compras en línea:** Las estafas en las compras en línea pueden ser especialmente efectivas cuando se llevan a cabo a través de plataformas y aplicaciones de redes sociales. BBB tiene consejos para realizar compras online de manera inteligente y una página dedicada a consejos sobre compras online y alertas de estafas. Visita BBB.org.

- **Estafas de preparación de exámenes:** Estafadores se hacen pasar por empresas que pueden ayudar a estudiantes a aprobar exámenes, pero en cuanto se comunican con la empresa, reciben mensajes para chantajear y conseguir que envíen fondos por miedo a ser expulsados por hacer trampa. Lea siempre las reseñas en BBB.org y visite el Rastreador de estafas de BBB para buscar una posible estafa.

- **Conciencia de las estafas actuales:** Por más expertos en tecnología que puedan ser los estudiantes universitarios actuales, una sorprendente cantidad de estafas denunciadas al Rastreador de estafas de BBB provienen de estudiantes que aprendieron la lección demasiado tarde. Utilice los consejos sobre estafas de BBB para conocer las últimas tendencias en estafas y leer informes locales de incidentes específicos.

**Auto
Casa
Vida
Negocios**

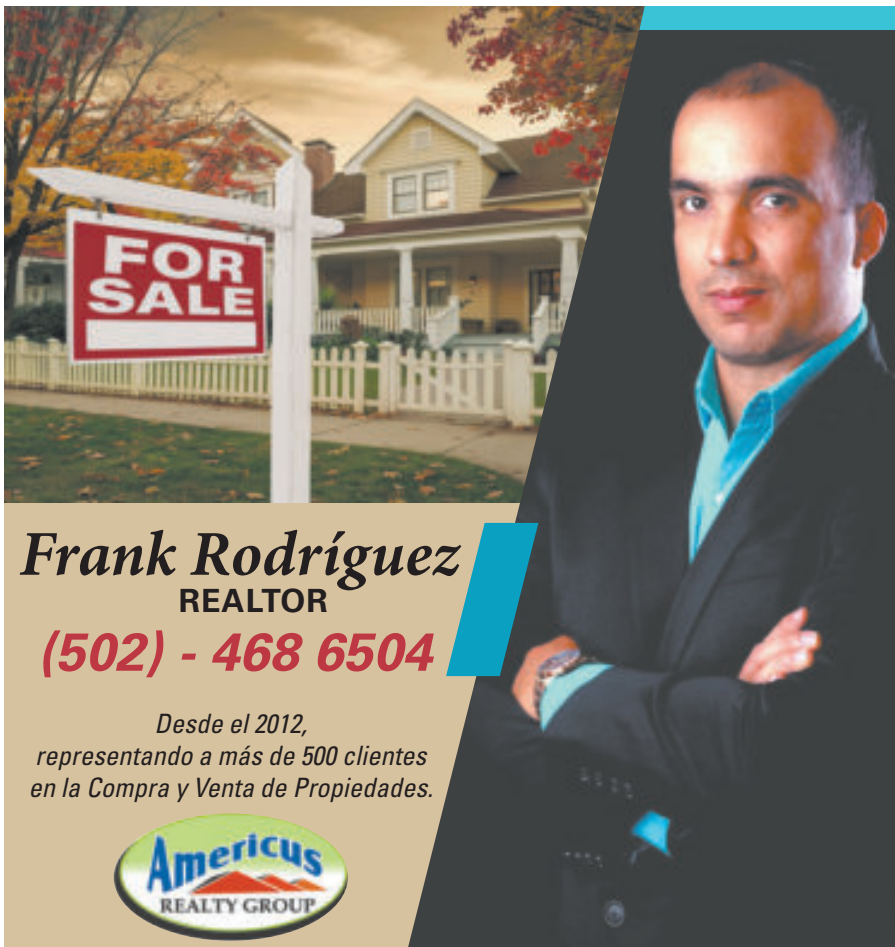
**Siempre Presente,
Como Un Buen Vecino**

(502) 491-7797

Visítanos. Tenemos un equipo Latino a su disposición


Mary Henry State Farm Insurance
5800 Bardstown Rd. Louisville, KY 40291

State Farm



Frank Rodríguez
REALTOR
(502) - 468 6504

Desde el 2012,
representando a más de 500 clientes
en la Compra y Venta de Propiedades.



TRÁMITES DE INMIGRACIÓN



*Residencia *Permiso de trabajo *Reclamación familiar
*Ciudadanía *Paroles humanitarios *Cierres de corte
*Cierres de asilo

DESDE EL 2008 OFRECIENDO UN SERVICIO DE CALIDAD Y GARANTÍA.

Otros servicios:
Taxes personales

Email: frankymultiservicegroup@gmail.com
Oficina: **(502)-276 4467**; Cel: **(502)-468 6504**
5330 South 3rd St. • Suite 220 • Louisville • KY - 40214

Liliana Gallardo Bent

Estamos al servicio de la
comunidad de habla hispana.
Si necesita seguro de auto
y casa llámeme para una
cotización completamente
libre de compromiso.
Nuestro objetivo es brindarles
un mejor servicio.

Gomes
Insurance Agency

7607 Preston Hwy.
Louisville, KY - 40219

502-966 51 78



Claxton Roofing

El mejor
**SERVICIO
DE TECHOS**
Profesional

Reparación o instalación
de techos y canaletas

Eficiencia
Instalación de calidad
Los mejores precios del mercado

(502) - 802 - 4087
¡Llama ya para una inspección **GRATIS!**



Fuente: fiatc.es

¿Cuáles son las reparaciones más comunes en el hogar?

Las pequeñas averías son problemas a la orden del día en cada hogar y es muy complicado evitarlas porque suelen estar causadas por factores como el uso o las condiciones climáticas.

1. Reparación de electrodomésticos: Las averías, a menudo, se producen con el uso y los electrodomésticos están entre los aparatos que más utilizamos en nuestros hogares. Tener la lavadora estropeada es uno de los problemas más comunes en los hogares y las averías suelen producirse por fallos en el desagüe. Este seguro además de mantener limpio el filtro y que la tapa esté cerrada correctamente. Si al revisar estos detalles básicos el problema persiste, probablemente tendrás que contactar con un técnico o una empresa de reparaciones del hogar.

2. Tupiciones duchas y fregaderos:

El atasco de las tuberías en casa es algo que seguramente te ha ocurrido en algún momento. De hecho, esta es una de las averías más comunes en los hogares porque utilizamos duchas y grifos a diario. A pesar de que se trata de un problema que se puede solucionar fácilmente, también es muy sencillo evitarlo. Con una limpieza más frecuente y evitando dejar caer objetos por el desagüe puedes olvidarte de duchas y fregaderos atascados.

3. Cambiar una bombilla: La mayoría de las bombillas tienen una duración limitada y como en el hogar suelen haber varias, es posible que te encuentres a tener que arreglar este tipo de averías varias veces al año. De todas formas, antes de cambiarla por otra, es buena idea comprobar que realmente esté agotada. A veces, las bombillas se aflojan y si vuelves a en-



rosarlas seguirán funcionando. Utilizar bombillas de LED también puede ser una solución para reducir este tipo de reparaciones en el hogar. Este tipo de tecnología alarga bastante la vida útil de estos dispositivos. Además, te ayuda a ahorrar en la factura de la luz.

4. Reparar grifos que gotean: Tener un grifo que gotea en casa es otro problema muy frecuente. Normalmente, esta avería se produce por el desgaste de las juntas de las griferías. Se trata de piezas de goma de forma circular muy baratas que puedes sustituir tú mismo si te gusta hacer pequeños trabajos en el hogar y dispones de las herramientas adecuadas. Si al sustituir la junta el grifo sigue goteando, es posible que haya alguna otra pieza estropeada o que no esté trabajando correctamente a causa de la cal acumulada.

5. Reparar el pomo de una puerta: Otra pieza que suele estropearse con frecuencia en casa son los pomos de puertas y muebles. La acción de tirar y cerrar con el tiempo puede aflojar los tornillos de pomos y tiradores. Como consecuencia, los manillares se mueven al agarrarlos y pueden incluso desmontarse. En el mejor de los casos, utilizando un destornillador para apretar el tornillo conseguiremos repararlo rápidamente. Si el tornillo ya no tiene fuerza porque se ha pasado de rosca, apretarlo podría solucionar el problema solo temporalmente.

6. Arreglar paredes manchadas o decoloradas: La humedad es solo uno

de los elementos que pueden manchar y estropear las paredes. Con el paso del tiempo, incluso las mejores pinturas para paredes se desgastan y pierden su tonalidad original o se manchan con el roce, dejando los muros con un aspecto descuidado. También puedes utilizar estrategias como las plantas que absorben la humedad. En todo caso, renovar la pintura cada cierto tiempo es una tarea de mantenimiento que ayuda a mantener el hogar más limpio y saludable.

LA IMPORTANCIA DEL MANTENIMIENTO DE LA CASA

Si cuidas tu piso cumpliendo con las tareas de mantenimiento y limpieza, es posible que consigas reducir las averías y gastar menos tiempo y dinero en reparaciones.

La limpieza correcta del horno, de la nevera y del resto de electrodomésticos como indicado por el fabricante, por ejemplo, favorece un mejor funcionamiento de los aparatos.

Revisar los desagües periódicamente e intervenir ante los primeros signos de atasco evita problemas mayores y, con toda probabilidad, la avería se solucionará rápidamente.

Por lo general, si realizas las tareas de mantenimiento con tiempo sin esperar a que algo se estropee, podrás retrasar eventuales reparaciones en el hogar. Por otro lado, para evitar que las reparaciones urgentes y costosas te encuentren desprevenido, lo ideal es que hagas una previsión de gastos para las reparaciones más comunes en tu presupuesto familiar.

ONEWTEL
Technology for the future

EXPERTOS EN SEGURIDAD

- ✓ Cámaras de Seguridad.
- ✓ Sistemas de Alármas y Sensores Inteligentes
- ✓ Sistemas de Audio Domésticos y Comerciales
- ✓ Sistemas de Video. Instalación de TV y Pantallas
- ✓ Iluminación Inteligente

5022996051
WWW.ONEWTEL.COM



Dr. Hector M. Vazquez.

- Servicio quiropráctico / *Chiropractic services*
- Terapias de masajes / *Massage therapy*
- Accidentes de auto / *Auto accidents*
- Se aceptan la mayoría de los seguros
/Most insurance accepted

SE HABLA ESPAÑOL
al servicio de nuestra comunidad hispana

5424 New Cut Rd. Louisville KY 40214

(502) - 919 8619 y (502) - 919 8626

Lunes a viernes, 9:00 am- 1:00 pm y de 2:00 pm- 9:00 pm
Sábados se atiende solo por citas

RENTA DE DUMPSTERS



SERVICIO
DE INSTALACIÓN
DE CANALES DE TV,

firetv stick 4K

brilliant picture. Powerful performance.



- Contenedores para desechos, basura, o materiales de construcción
- **DISPONIBLES DE 10, 12, 15, 20 y 30 YARDAS**

HOME INSPECTOR

- Para su proceso de compra/venta de su hogar
- Seriedad y experiencia

ERNESTO GUZMAN
Licensed Home Inspector
(502) - 692 9440

SERVICIO EN ESPAÑOL

¡DÉJENOS AYUDARLE A ENCONTRAR EL APARTAMENTO PERFECTO PARA USTED!



6 CONDOMINIOS de apartamentos

¡TRAIGA
ESTE ANUNCIO
Y RECIBA
50%
DE DESCUENTO
EN LOS COSTOS
ADMINISTRATIVOS!



BONAVENTURE PLACE APART.
3511 Bonaventure Blvd, Louisville, KY 40219
(502) 964-2325 ♦ bonaventureplaceapartments.com
Apartamentos de 1 & 2 habitaciones



**BRECKINRIDGE SQUARE
APARTMENTS**
203 Breckinridge Square, Louisville, KY 40220
(502) 459-2815
Apartamentos de 1, 2, 3 habitaciones y townhomes.
Justo en el Watterson Expressway y Breckenridge Lane.



AUSTIN PARK APARTMENTS
201 Pheasant Ave. Louisville, KY 40118
502-368-9991
www.Austinpark-apts.com
1, 2 & 3 Bedroom Apartments



HURSTBOURNE HEIGHTS APART.
7603 Downs Farm Place, Unit 203, Louisville, KY 40228
(502) 909-0606 ♦ hurstbourneheights.com
¡NUEVOS! ¡A minutos de las plantas General Electric,
Ford y UPS! 1, 2 & 3 habitaciones. Casas apartamentos



ROLLING HILLS
9100 Rainbow Springs Ct. Louisville, KY 40241
(502) 426-5440 ♦ rollinghills-apartments.com
¡En proceso de renovación! 1, 2 & 3 habitaciones



HUNTERS RUN
5629 Fox Horn Circle Louisville, KY 40216
502-883-1442
www.HuntersRun-apts.com
1 & 2 Bedroom Apartments



¿Está buscando comprar o vender su casa?
NOSOTROS PODEMOS AYUDARLE.
Llame a nuestro agente hoy mismo al (502) 412-0010. www.realestatebypmr.com

James P. Tinsley, Esq.

4801 Fern Valley Rd,
Suite A.
Louisville, KY - 40219

**SERVICIOS LEGALES
LIMITADOS A LA LEY
FEDERAL
DE INMIGRACIÓN**

- Representación legal en la corte
- Ajuste del estatus legal
 - Visa familiar
 - Ciudadanía
 - Notario público
- Traducciones inglés a español y viceversa

Tinsley Immigration



Hablamos español (502) 509 - 9293



Roturas Y Tupiciones

Remodelaciones De Baños Y Cocinas

Reparacion e Instalacion de Calentadores de Agua

(801) 635-8368

**DANY'S
PLUMBING**

danysplumbing.com



DANY ABREU



**PLOMERO CERTIFICADO, SERIEDAD Y PROFESIONALIDAD
EMERGENCIAS 24 HORAS, 7 DIAS A LA SEMANA**

Fuente: *todocuba.org*

Entrevista de miedo creíble para evitar la deportación

Para que un inmigrante pueda suspender su deportación debe pasar una entrevista de miedo creíble un proceso que se ha vuelto crucial pero también complicado por la necesidad de evidencias sólidas. La mera argumentación de temor a ser perseguido o torturado no es suficiente. Las autoridades basarán su decisión en las leyes nacionales e internacionales sobre asilo y la Convención Contra la Tortura CAT.

Excepciones a estas medidas incluyen a niños no acompañados víctimas de trata de personas y casos con emergencias médicas. Además, aquellos con una cita a través de la aplicación CBP One pueden continuar con su solicitud

de asilo.

El Servicio de Ciudadanía e Inmigración de EEUU (USCIS) define el temor creíble de persecución como una posibilidad significativa de que el solicitante será perseguido en su país de origen por motivos de raza religión nacionalidad membresía a un grupo social particular u opinión política. De igual forma un miedo creíble de tortura implica una posibilidad significativa de que el solicitante será torturado si es devuelto a su país.

Durante la entrevista el agente interrogará al inmigrante sobre los motivos de su solicitud de asilo preguntando quién lo persiguió o torturó y por qué. Si el agresor es un funcionario del go-

bierno del país de origen un agente policial o alguien vinculado al poder local se requerirán detalles específicos de los incidentes.

Si el relato del inmigrante convence al funcionario de inmigración se le otorgará el estatus de “withholding of removal” retención de expulsión lo que suspende su deportación a la espera del dictamen de un juez de inmigración. Este estatus no garantiza asilo inmediato debido a las actuales restricciones, pero ofrece una medida de protección temporal.

Solo los inmigrantes que puedan demostrar un miedo creíble de regresar a su país podrán suspender temporalmente su deportación. Sin



embargo, esta demostración no garantiza asilo inmediato debido a las restricciones actuales.

Las razones para solicitar asilo incluyen persecución por religión, raza, nacionalidad, opinión política o membresía a un grupo social. También se

consideran las circunstancias del solicitante en el momento de la petición y las condiciones antes de abandonar su país. Además, se evalúa si el gobierno del país de origen estuvo involucrado o no brindó protección ante la persecución o tortura sufrida.



• PERFUMERÍA ÁRABE



• ELECTRODOMÉSTICOS PARA EL HOGAR

The little boutique

LO MÁS NUEVO DE ROPA Y CALZADO



• VARIEDAD EN ROPA DE VERANO



• ZAPATOS BRASILEÑOS

Martes + Sábado: 10:00 am - 6:00 pm Domingo: 12:00 pm + 5:00 pm
5006-B Stephan Dr. Louisville KY + 40258. Teléfono: (502)-440 7561.



Nuevo servicio de la embajada de EEUU a cubanos

La embajada de EEUU en La Habana anunció un nuevo servicio que será de ayuda para los cubanos que quieren obtener visa de inmigrante y salir legalmente de la isla, inmersa hoy en una de las peores crisis de su historia. A través de la nueva herramienta, la embajada de EEUU pretende mejorar sus vías de comunicación con los usuarios para apoyarlos en sus procesos. El nuevo servicio brinda una serie de preguntas comunes sobre asuntos de interés atendidos en la sede diplomática. “Las respuestas que proporcione son anónimas. No se recoge ninguna información personal identificable, y la Embajada de EEUU no tiene forma de relacionar las respuestas con individuos”, señala. De acuerdo con el anuncio de la embajada en redes sociales, los cubanos tienen acceso al Navegador Consular, a través del cual ahora pueden recibir

respuestas de la embajada a distintas inquietudes.

Servicios consulares da asistencia la embajada de Cuba con esta herramienta

- **Servicios para ciudadanos estadounidenses (pasaportes, reportes de nacimiento, reportes de defunción, servicios de emergencia)**
 - **Residentes legales permanentes de EEUU actuales o previos**
 - **Visas de Inmigrante (para vivir permanentemente en EEUU)**
 - **Visas de No Inmigrante (para visitas temporales de turismo, negocios, estudios, intercambio o trabajo)**
 - **Servicios de Ciudadanía e Inmigración de EEUU (Permiso de Reunificación Familiar Cubana/Parole/Refugiados)**
 - **Miembros del Congreso Estadounidense o su personal que necesiten asistencia**
 - **Reportar fraude**
- (Foto: Embajada de EEUU en Cuba Facebook)

¿SI QUIERES UN CARRO? VEN A:

GREG COATS

CARS & TRUCKS

GREG COATS
CARS &
TRUCKS
THE BUYER'S EDGE



Ford F150 XLT 2018



Alfa Romeo Giulia 2021



Genesis GV70 2023



Jeep Grand Cherokee 2020

- Se aceptan números de ITIN
- Confort y lujo a su alcance
- Variedad de autos importados
- Precios bajos y asequibles
- Cómodas entradas (down) y pagos mensuales

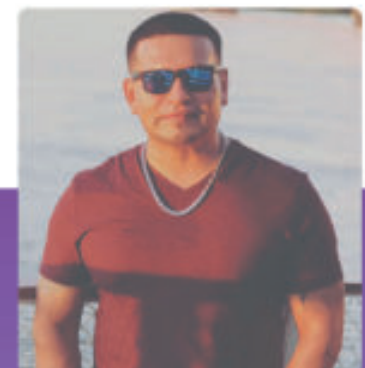


GREG COATS
CARS & TRUCKS

5204 Preston Hwy. Louisville KY 40213
(502) 968.2201

Lunes a Sábado 9:00 am / 9:00 pm; Domingos 12:00 pm / 6:00 pm.

Pablo Rebollar
"le atenderá en español"
(502) - 406 8850





* Louisville, KY * Lexington KY
* Western, KY * Chattanooga, TN
* Nashville, TN * Northern, IN *
Southern, IN * Evansville, IN

JF Home Improvements LLC

JF Home Improvements LLC ha estado brindando un excelente servicio a las personas de Louisville durante años, obteniendo la mayoría de calificaciones de 5 estrellas entre las principales compañías en la instalación de paneles laterales (siding), techos, canaletas (gutters), y nuevas adiciones.

Si tiene problemas de licores en su hogar este verano nos encantaría ofrecerle una consulta gratuita y una gran oferta:

\$100 descuento en protectores de gutters.

\$300 descuento en la instalación en gutters si el trabajo está por un valor de \$1,800 o más.

\$500 descuento en la instalación de siding si el trabajo está por un valor de más de \$6,000.

\$ 40% descuento en la instalación de nuevo techo si es más de 15 escuadras.

TAMBIÉN TRABAJAMOS EN LA RECLAMACIÓN DE SU SEGURO EN CASO DE DAÑOS CAUSADOS POR LA NATURALEZA.

Inspecciones gratuitas.

Estimados gratuitos.

Financiamientos disponibles.

Referencias disponibles.

Trato directo con el dueño

(sin representantes de ventas comisionados).



¡Gracias a nuestro equipo por la seriedad y empeño!

COMERCIAL Y RESIDENCIAL. Teléfono (502) - 299 5284

La Cienfueguera

Mercado Cubano

1937 Lower Hunter Tr.
Louisville KY 40216
Teléfono (502)-996 7344

Lunes- Sábados de 9:00 am-8:00 pm * Domingos de 9:00 am-7:00 pm



Helados Valentini



Arroz Bazmati



Galletas saladas y dulces



Granos y frijoles

***TENEMOS MESA CALIENTE
CON VARIEDAD DE
COMIDAS / COMPLETAS***



Aceptamos
Food
Stamps

*** ENVÍOS DE DINERO * RECARGAS DE TELÉFONO ***



La población de Japón se reduce por 15to. año consecutivo

La población total de Japón se redujo por 15to. año consecutivo, de acuerdo con datos del gobierno publicados recientemente, disminuyendo en más de medio millón de personas, mientras la población envejece y los nacimientos se mantienen a la baja. Los nacimientos en Japón alcanzaron una cifra récord a la baja de 730.000 el año pasado. Los 1,58 millones de muertes del año anterior también alcanzaron una cifra récord al alza. La población de Japón era de 124,9 millones hasta el 1 de enero. Los datos publicados por el Ministerio de Asuntos Interiores también muestran que el incremento de 11% en el número de residentes ex-

tranjeros ayudó a que esa población superara los 3 millones por primera vez. Ahora, constituyen cerca del 3% de la población total, y la mayoría está en edad de trabajar, entre los 15 y los 64 años. Los estudios muestran que los japoneses más jóvenes son cada vez más reacios a contraer matrimonio o a tener hijos, desencantados por las sombrías posibilidades laborales, el alto costo de la vida —que aumenta más rápido que los salarios— y una cultura corporativa con un sesgo de género que añade una carga únicamente a las mujeres y a las madres trabajadoras. Se proyecta que la población de Japón se reducirá un 30%, a unos 87 millones de habitantes, para 2070, cuando cuatro de cada 10 personas tendrán 65 años o más.

Los europeos siguen siendo los mayores consumidores de alcohol en el mundo

Los europeos, con un consumo anual promedio de 9,2 litros de alcohol puro por habitante, son los mayores bebedores del mundo, según un comunicado difundido recientemente por la división Europa de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Los habitantes de las Américas ocupan la segunda posición según el último informe de la OMS publicado en junio sobre el consumo mundial de alcohol, con un promedio de 7,5 litros cada año. Los hombres poseen el consumo de alcohol más alto en Europa: 14,9 litros al año en promedio, es decir, cuatro veces más que las mujeres (cuatro

litros al año). Uno de cada diez adultos (11%) en Europa sufre de un trastorno relacionado con el consumo de alcohol y casi uno de cada veinte vive con una dependencia al alcohol (5,9%), subraya la OMS Europa, que agrupa a 53 países de Europa y Asia Central. "En Europa el alcohol es una causa principal de mortalidad con alrededor de 800.000 muertes cada año", señala la OMS. Provoca numerosas enfermedades no transmisibles, tales como las enfermedades cardiovasculares, el cáncer, la diabetes y las enfermedades respiratorias crónicas.



Autoridades venecianas defienden cuota turística, pero retrasan decisión de ampliarla

La tarifa que se cobra a los visitantes que acuden a Venecia por un solo día generó 2,4 millones de euros (2,6 millones de dólares) durante una fase de prueba este verano, informaron autoridades venecianas, que señalaron que la decisión de continuar o no con la cuota se tomará en otoño tras someter los datos a un análisis completo. Según las autoridades venecianas, la tarifa de 5 euros se pagó 485.062 veces durante los 29 días de prueba, la mayoría durante los fines de semana y días feriados, del 25 de abril al 14 de julio. Las cifras definitivas incluyen los boletos de acceso en papel vendidos a excursiones en autobús, cruceros y algunos opera-

dores turísticos, lo que suponía unas 1.000 entradas en cada uno de los días de prueba. El 60% de los visitantes que compraron boletos en línea durante ese período fueron italianos, seguidos de estadounidenses, alemanes y franceses, con porcentajes que oscilaron entre el 6,5% y el 4% de los totales. Venecia lleva mucho tiempo lidiando con el turismo excesivo, con estimaciones de entre 25 y 30 millones de llegadas anuales, tanto de visitantes de un día como de huéspedes que pernoctan, cifras confirmadas mediante datos de celulares rastreados desde una Sala de Control Inteligente desde 2020, según funcionarios de la ciudad.

Mauricio:

Las ventajas de un sistema de producción capitalista

La República de Mauricio es un país soberano insular ubicado al sur del continente africano, en medio del océano Índico y al este de Madagascar. Antes de 1968, el país era colonia del Reino Unido. Antes había pasado por las manos alegres de portugueses, holandeses y franceses. Ese año declaró su independencia y pocos le auguraban un destino feliz al margen de sus atracadores coloniales. Por siglos talaron sus bosques de ébano, cargaron con sus diamantes y no se llevaron las playas de aguas cristalinas porque era una misión imposible. En los últimos 56 años Mauricio se dedicó a sobrevivir de la producción de azúcar de caña. Hoy, con 72 mil hectáreas sembradas, dedica a este cultivo el 82 % de toda la tierra productiva de la isla. Con ello han conseguido en 2023 unas 600 mil toneladas de azúcar, de las que 530 mil se exportan a Europa. En Cuba, según

la Oficina Nacional de Estadísticas, la producción azucarera fue de 350 mil toneladas en el mismo periodo. La cosecha más baja de un siglo. Este fragmento del mundo (más pequeño que la Isla de la Juventud) asumió la filosofía de economía circular y cero basuras. Todo se recicla y se aprovecha. Con el bagazo de la caña hoy producen el 60 % de la electricidad que consumen. Por mucho que aporten a la economía la exportación de pescado procesado, los diamantes y los textiles, los mauriciosos no renuncian a la producción de azúcar. (Cortesía Tania Quintero, Tania Press)



Curiosidades de los estados de EEUU: Arkansas

Fuente: *10-facts-about.com*.
Foto: *walmartmuseum.com*



1. El auge de Wal-Mart: En 1950, Sam Walton fundó Wal-Mart en Bentonville, Arkansas, y desde entonces se ha convertido en el mayor minorista del mundo. Con unos asombrosos ingresos de más de 450.000 millones de dólares y una plantilla de 2,2 millones de personas, Wal-Mart se ha convertido en una potencia mundial, revolucionando el sector minorista y haciendo de Bentonville, Arkansas, un nombre muy conocido.

2. El punto caliente de meteoritos del estado de Arkansas: En 1886, se descubrió un meteorito de 48,5 kg en Cabin Creek, Arkansas, convirtiéndose en el primer meteorito recuperado de una caída presenciada en el estado. Desde entonces, se han encontrado un total de quince meteoritos en Arkansas, lo que lo convierte en un lugar de interés para los cazadores de meteoritos. Los meteoritos encontrados en Arkansas varían en tamaño desde pequeños guijarros a grandes rocas, y se han descubierto en varios lugares de todo el estado.

3. La historia de Klipsch: En 1946, Paul Klipsch, un arkansano de Hope, revolucionó la industria de los altavoces cuando descubrió que los altavoces de bocina tenían un sonido más rico que los de cono. Empezó a vender sus altavoces Klipsch en un pequeño cobertizo de hojalata en Hope, Arkansas, y su invento no tardó en ganar popularidad. Sus altavoces siguen siendo famosos por su calidad de sonido superior y se utilizan en muchos estudios de grabación y sistemas de cine en casa de todo el mundo.

4. El Estado del Diamante: En Arkansas, el diamante es la gema oficial del estado y el parque estatal Crater of Diamonds es el único yacimiento productor de diamantes del mundo abierto al público. En junio de 2015, una mujer que visitaba el parque hizo un descubrimiento extraordinario: ¡un diamante blanco de 8,52 quilates! Se trata del diamante más grande jamás encontrado por un visitante del parque y es un testimonio del potencial del parque para producir algunas de las gemas más preciosas del mundo.



¿Qué es el homecoming weekend?

Fuente: *university-soccer.com*

Homecoming weekend es una celebración que se lleva a cabo en las escuelas secundarias y universidades de EEUU, con el objetivo de dar la bienvenida a los antiguos estudiantes y celebrar el espíritu de la comunidad escolar. Esta celebración, que generalmente dura una semana, culmina con un gran evento, que puede ser un partido de fútbol americano, un baile formal o una cena de gala.

¿Cuál es el origen de homecoming?

El origen de homecoming weekend se remonta a finales del siglo XIX, cuando las universidades estadounidenses comenzaron a invitar a sus antiguos estudiantes a regresar al campus para ver cómo había crecido la institución y conectarse con sus compañeros de clase. Con el tiempo, esta tradición se extendió a las escuelas secundarias, convirtiéndose en una de las celebraciones más esperadas del año.

¿Qué se hace en el homecoming weekend?

El evento central de homecoming suele ser un partido de fútbol americano, ya que este deporte es muy popular en EEUU y tiene una larga tra-

dición en las escuelas y universidades del país. Durante la semana de homecoming, los estudiantes organizan diversas actividades para fomentar el espíritu de equipo y animar a su equipo de fútbol antes del gran partido.

Además del partido de fútbol, otro evento importante de homecoming weekend es el baile formal, al que asisten estudiantes, exalumnos y personal de la escuela. Los estudiantes se visten con trajes elegantes y vestidos de noche para la ocasión, y bailan al ritmo de la música durante toda la noche. También suele haber un concurso de baile, donde los estudiantes pueden mostrar sus mejores movimientos y ganar premios.

Para muchos estudiantes, homecoming es una oportunidad para mostrar su orgullo por su escuela y su equipo deportivo, así como para conectarse con sus compañeros de clase y crear recuerdos inolvidables. Si estás interesado en asistir a una celebración de homecoming, asegúrate de informarte sobre las fechas y actividades en tu escuela o universidad, y no dudes en unirme a la diversión.

Turismo nacional: Parque Nacional de Yellowstone

Fuente: *tipsparatuviaje.com*



El Parque Nacional Yellowstone se estableció en 1872 y es el primer parque nacional de EEUU. Ubicado en Wyoming, Montana e Idaho, alberga una gran variedad de animales salvajes como osos pardos, lobos, bisontes y alces. Es la enorme caldera del volcán más grande del continente americano, un monstruo que de hacer erupción podría borrar del mapa la vida en el planeta.

Pese a que suma 640 mil años sin erupciones, tiene suficiente actividad para deleitar con sus espectaculares géiseres y demás fenómenos geotérmicos, a sus centenares de visitantes.

El principal géiser, de entre los más de 500 que se forman en el parque, es el fascinante Old Faithful que se manifiesta más o menos cada hora expulsando agua a 93 °C a 40 metros de altura.

Los aficionados al senderismo y a la observación de la vida silvestre cuentan en Yellowstone con Lamar Valley, magnífico lugar para acampar con las montañas como centinelas.

El Lago Yellowstone está repleto de truchas y el Gran Cañón de Yellowstone ofrece el atractivo de sus acantilados y hermosas cascadas.



Una encuesta revela que casi 3 de cada 10 trabajadores planean renunciar a fines de 2024

trabajadores de la generación Z y los millennials más jóvenes son más propensos a dejar su trabajo en comparación con los encuestados de grupos de mayor edad. En concreto, el 37% de los jóvenes de entre 18 y 24 años y el 35% de los de entre 25 y 34 años tienen "algo" o "muy probable" que dejen su trabajo. Entre los encuestados que probablemente dejarán su trabajo este año, el 56% cita los bajos salarios, el 44% busca mejores beneficios y el 43% sufre un estrés laboral excesivo. Otras razones para dejar de trabajar incluyen la falta de progreso, una gran carga de trabajo y el deseo de cambiar de sector. Los sectores con más probabilidades de verse afectados por las renuncias incluyen los sectores de servicios, finanzas y tecnología.

ResumeBuilder.com, el principal recurso de plantillas de currículums profesionales y asesoramiento profesional ha publicado un reciente informe de encuesta que investiga los planes de los trabajadores de dejar sus trabajos en 2024 y las razones que impulsan estas decisiones. Según los resultados de la encuesta, el 28% de los 1000 encuestados admite que es "algo" o "muy probable" que dejen su trabajo este año. Los resultados indican que los

1 de cada 3 empresas dejó de exigir el título de grado para algunos puestos

El 75% de los empleadores dice que eliminar este requisito para los solicitantes de empleo ha mejorado su empresa. A medida que evoluciona el mercado laboral, un número creciente de empresas están eliminando los requisitos de licenciatura para ciertos puestos. Entre las empresas que han eliminado el requisi-

to de título, el 59% lo ha hecho para puestos de nivel inicial, el 54% para puestos de nivel medio y el 18% para puestos de nivel superior. Si bien estas empresas han eliminado los requisitos para algunos puestos, todas siguen exigiendo una licenciatura para al menos algunos. La razón principal es el deseo de priorizar las habilidades sobre los títulos. Las principales razones por las que las empresas han eliminado el requisito de una licenciatura para algunos puestos incluyen la decisión de priorizar las habilidades sobre los títulos (72%), el objetivo de crear una fuerza laboral más diversa (66%) y el deseo de aumentar el número de solicitantes para estos puestos (46%).



La mayoría de los estadounidenses cree que nunca podrá comprar una casa



El optimismo de los estadounidenses no está pasando en su mejor momento y esto también es cierto para el famoso "sueño de la casa propia". En efecto, una abrumadora mayoría de los actuales inquilinos no puede permitirse comprar una casa. A su vez, buena parte de los estadounidenses no tiene esperanzas de comprar una vivienda. Así lo encontró una encuesta realizada recientemente por CNN, cuyos resultados evidenciaron que el 86% de los inquilinos actuales en EEUU no puede permitirse comprar una casa. A su vez, el 54% de los encuestados dijo que "no es muy probable o nada probable que algún día puedan (comprar una casa)", dato que podría lastimar al ticket demócrata en las elecciones de noviembre. En cuanto a los precios, y, según los datos publicados por la empresa Zillow, una vivienda básica tradicional vale al menos un millón de dólares en 237 ciudades, la cifra más alta de la historia. Hace cinco años, solo 84 ciudades cumplían ese criterio.



Los hispanos siguen creyendo en el sueño americano

La mayoría de los hispanos aseguró que cumplió o está en camino de cumplir su sueño americano. Así lo demostró una encuesta realizada por Pew Research, que detalló que de manera general aproximadamente la mitad de los estadounidenses (53%) dice que ese sueño todavía es posible. En ese sentido, en el caso del grupo hispano 47% de los consultados explicó que sigue creyendo que el sueño americano es posible. De igual manera, el estudio resaltó que "el sueño americano" es una frase que se utiliza desde hace un siglo para describir la idea de que cualquiera puede alcanzar el éxito en

los EEUU mediante el trabajo duro y la determinación". Y es que son muchos los hispanos que llegan al país para cumplir los sueños y a contribuir también con la economía. De acuerdo con la Cámara de Comercio Hispana, en el país hay al menos cinco millones de empresas de propiedad hispana que, combinadas, aportan más de \$800 billones a la economía estadounidense cada año. De acuerdo con cifras del censo, más de 65 millones de hispanos están en el país: el segundo grupo étnico más grande, después de los blancos no hispanos.

El país está perdiendo la lucha contra las sustancias ilegales

Mientras la producción de drogas parece ir en aumento en países como México y Colombia, EEUU está perdiendo la lucha contra las sustancias ilegales, al menos según la opinión del 52% de los estadounidenses encuestados en noviembre del año pasado. De acuerdo con dicho sondeo, el 74% de los adultos estadounidenses consideran que el problema de drogas en el país es extremadamente o muy grave, un aumento respecto al 64% registrado en 2021. La encuestadora atribuye esta percepción al aumento de las muertes por sobredosis de drogas. "Los estadounidenses en general ven pocos avances en la solución del problema de las drogas ilegales en la nación. Las muertes por sobredosis de drogas en EEUU han aumentado drásticamente en los últimos años, y gran parte del aumento se debe a los opioides sintéticos como el fentanilo. Pero las sobredosis relacionadas con otros tipos de drogas, incluidas la cocaína y las metanfetaminas, también han aumentado desde 2019", explicó la encuestadora.



Fuente: Jon Miltimore,
fee.or.es (fragmentos)

Cómo Vietnam pasó de ser la economía más pobre del mundo a ser un próspero país exportador



Vietnam es un país que la mayoría de la gente conoce, pero para muchos el conocimiento de su historia se detiene en 1975: el año en que cayó Saigón, dos años después de la retirada de las tropas estadounidenses.

Aunque el Presidente Ho Chi Minh había prometido en 1969 que la derrota de los estadounidenses permitiría a los socialistas “reconstruir nuestra tierra diez veces más hermosa”, la posguerra estuvo marcada por el declive económico. Vietnam era principalmente una economía agrícola, y la colectivización de la agricultura había logrado resultados que poco se diferenciaban de los anteriores intentos de colectivización de gente como Stalin y Mao.

En 1980, Vietnam era el país más

pobre del mundo – más pobre que Somalia, Etiopía y Madagascar – distinción que mantendría durante toda una década. A lo largo de los años ochenta e incluso en los noventa, el hambre fue omnipresente para muchos vietnamitas. En 1993, el 80% de la población vivía en la pobreza. Pero, a diferencia de muchos otros países, Vietnam no siguió siendo pobre.

CÓMO VIETNAM VENCió A LA POBREZA

Los vietnamitas, que sufrían bajo un sistema parecido al “comunismo de guerra” de Lenin, empezaron a crear espontáneamente su propia economía de mercado para sobrevivir. Los funcionarios del Estado hacían cada vez más la vista gorda ante las violaciones del control de precios y los contratos no autorizados (khoan chui) entre familias y colectivos. Esta práctica, conocida como “fence-breaking” (pha rao) es sólo un ejemplo de la economía de mercado (a veces negra, a veces gris) que surgía bajo la pesada mano del socialismo en Vietnam.

En respuesta a esta economía floreciente, los líderes socialistas hicieron otra cosa bastante extraordinaria: abrazaron la economía de mercado y admitieron sus propios “errores”.

El VI Congreso del Partido de 1986 se considera un punto de inflexión en la historia de Vietnam por dos razones. En primer lugar, los líderes del partido anunciaron su política de Đổi Mới (“renovación”), una serie de reformas de libre mercado diseñadas para abrazar la gris economía de mercado. En segundo lugar, los dirigentes del partido emprendieron lo que Zitelmann describió como un proceso de “autocrítica radical”, admitiendo

el fracaso de los planes quinquenales anteriores, que apenas lograron crecimiento económico.

Tras la decisiva reunión de 1986, los líderes políticos siguieron impulsando reformas de libre mercado. En 1987, se aprobó una nueva ley de inversiones que demostraba que Vietnam estaba abierto a los negocios. La ley prometía que el Estado no expropiaría ni nacionalizaría propiedades o capitales extranjeros. En 1988, se aprobaron una serie de medidas para reducir o eliminar las barreras gubernamentales a la actividad económica. Entre ellas se incluían las siguientes

- *eliminación de los controles de precios y las subvenciones*
- *supresión de los controles aduaneros nacionales*
- *permitir a las empresas privadas contratar hasta 10 trabajadores (tope que se aumentó posteriormente)*
- *reducir drásticamente la regulación de las empresas privadas*
- *desregulación del sistema bancario*
- *devolver a los propietarios privados las empresas confiscadas durante la nacionalización.*

A principios de la década de 1990 se promulgaron leyes que introdujeron un marco jurídico para las sociedades de responsabilidad limitada (SRL) y la introducción del artículo 21 en la Constitución de 1992, que reconocía ciertos derechos de propiedad privada (y otras libertades, como la libertad religiosa).

Aunque en diciembre de 1991 Vietnam perdió a su principal benefactor y socio comercial, la Unión Soviética, respondió ampliando el comercio con países capitalistas, como Australia, Taiwán, Corea del Sur y Ja-

pón. En 2001 se firmó un acuerdo comercial con EEUU y en 2007 Vietnam ingresó en la Organización Mundial del Comercio.

En la actualidad, Vietnam es uno de los diez principales socios comerciales de EEUU. Las principales exportaciones del país, que antes eran café y cocos, son ahora ordenadores, teléfonos móviles y otros productos electrónicos.

Fue una de las transformaciones económicas más milagrosas de la historia, y logró resultados asombrosos. De 1990 a 2022, el PIB per cápita de Vietnam se multiplicó por más de cinco, pasando de 2.100 a 11.400 dólares (en dólares de 2017).

El éxito de Vietnam no se produjo de la noche a la mañana, por supuesto. Tampoco es el único país que ha salido de la pobreza en las últimas décadas. China, India y Polonia tienen historias similares.

Lo que todas estas historias tienen en común es que estas naciones salieron de la pobreza adoptando una fórmula común: más libertad económica y libre comercio. Y al igual que estas otras naciones, el éxito de Vietnam no fue el resultado de la ayuda internacional ni de la planificación central.

Al igual que China, cuya transformación económica se vio impulsada por la privatización masiva, el éxito de Vietnam se debió a la admisión de que los planificadores centrales no podían dirigir una economía.

Es importante saber que Vietnam fue el país más pobre del mundo en la década de 1980, pero se transformó abandonando el socialismo y adoptando un enfoque más favorable al libre mercado. Al hacerlo, sacó de la pobreza a decenas de millones de personas.



ENFOQUE CIUDADANO:

Manténgase informado de los temas relevantes de EEUU en el programa diario del profesor Andrés Alburquerque por su canal de YouTube.

ENTREVISTAS, DEBATES, Y ACERTADOS ANÁLISIS POLÍTICOS. DE LUNES A VIERNES A LAS 9:00 PM.





Chevrolet Silverado



Chevrolet Tahoe



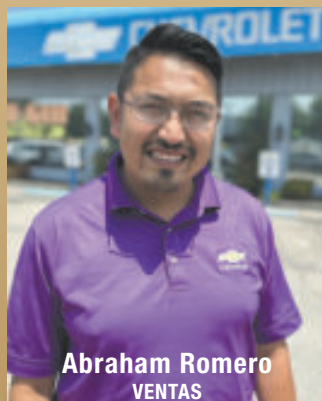
LA CASA DE LOS AUTOS CON PRECIOS BAJOS GARANTIZADOS

150 vehículos nuevos disponibles ♦ 350 vehículos usados disponibles

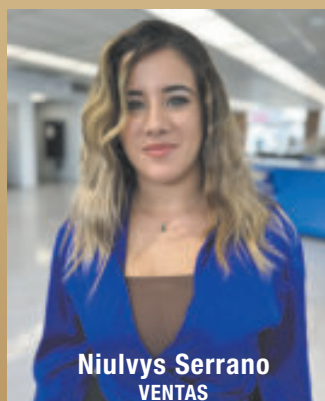
Aceptamos números ITIN, matrículas consular y pasaportes

\$200 por referir a un familiar o amigo

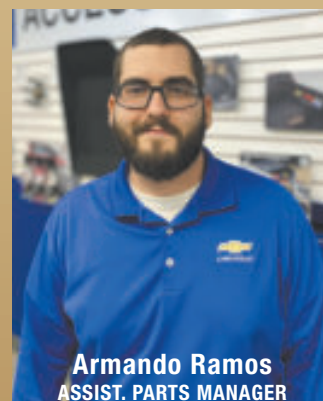
SERVICIO EN ESPAÑOL CON:



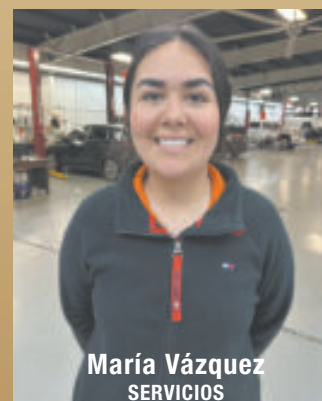
Abraham Romero
VENTAS



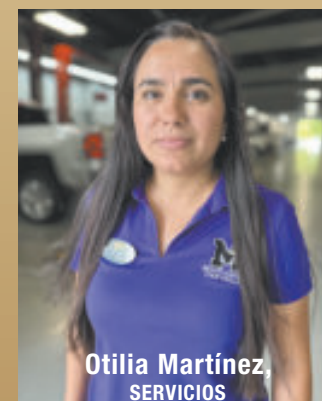
Niulvys Serrano
VENTAS



Armando Ramos
ASSIST. PARTS MANAGER



María Vázquez
SERVICIOS



Otilia Martínez
SERVICIOS

5325 Preston Hwy. ♦ Louisville, KY ♦ 40213 ♦ (502) - 962 3269

LA CLÍNICA DE LOS CUBANOS

THE LOGHS CLINIC



SERVICIO PROFESIONAL Y EN ESPAÑOL CON
MARIELIS MUGNO, YUSIMA LÓPEZ, Y YERLIS MUÑO
(Médico Primario)



Dr. Wilson L. Esemé
ESPECIALISTA DE SERVICIOS DE INMIGRACIÓN

- ▶ *SE ACEPTAN NUEVOS PACIENTES*
- ▶ *Clínica de atención primaria*
- ▶ *Exámenes de DOT*
- ▶ *Todo lo referente a los exámenes médicos para su residencia*

CHEQUEO MÉDICO – VACUNAS – FORM I-693

(502) - 890 5037 ■ 4814 Preston Hwy. Louisville KY 40213

¡Los servicios de mensajes de texto y chat
del **988** ya
ESTÁN DISPONIBLES EN ESPAÑOL!



988 LÍNEA DE
PREVENCIÓN DEL
SUICIDIO Y CRISIS

¡Quédese en su casa!

Si COVID le hizo atrasarse en:

- Pagos de hipoteca
- Impuestos sobre la propiedad
- Cuotas de la Asociación de Propietarios (HOA - por sus siglas en inglés)

¡Usted podría calificar para hasta \$60,000 para pagar facturas vencidas y morosas!

Para obtener más
información, visite
protectmykyhome.org

 KENTUCKY HOMEOWNERSHIP
PROTECTION CENTER  TEAM
KENTUCKY

KHCC Kentucky
Housing
Corporation
Investing in solutions for everyone in our state



¿NECESITA AYUDA PARA
COMPRAR UNA

Casa?



AHORA OFRECEMOS hasta **\$10,000**
para ASISTENCIA PARA EL PAGO INICIAL

Firma de abogados #1 para Hispanos en Louisville



¿Herido en un accidente de coche?
¡Llámenos Hoy!

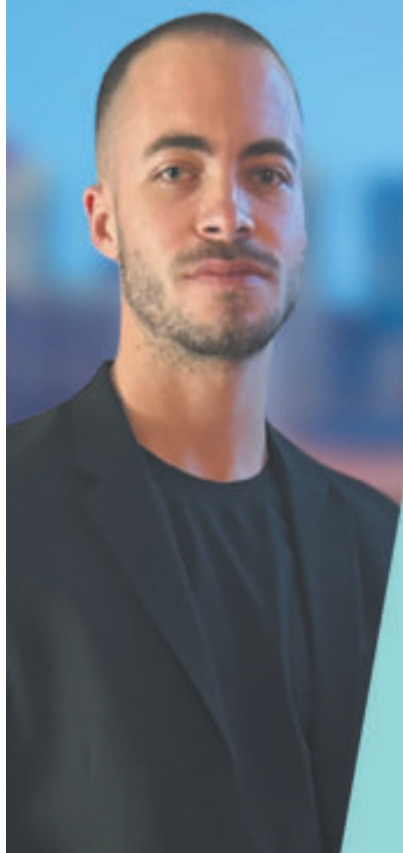


Llama a Alma
 502.587.8175

ADAMS
 Legal Group
www.AdamsLegalGroup.com

Llama a Grettel
 502.587.8175

AHORRE DINERO EN SU SEGURO DE AUTO Y HOGAR



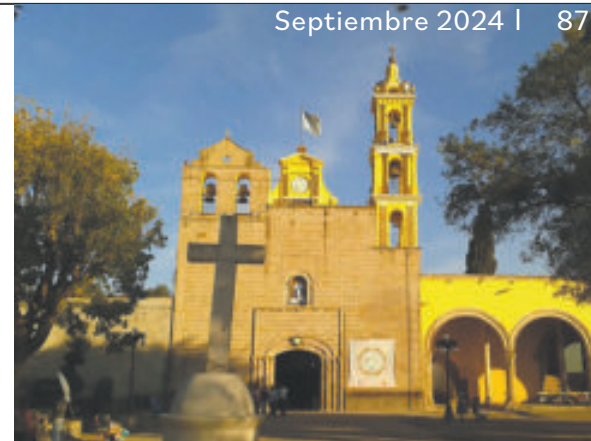
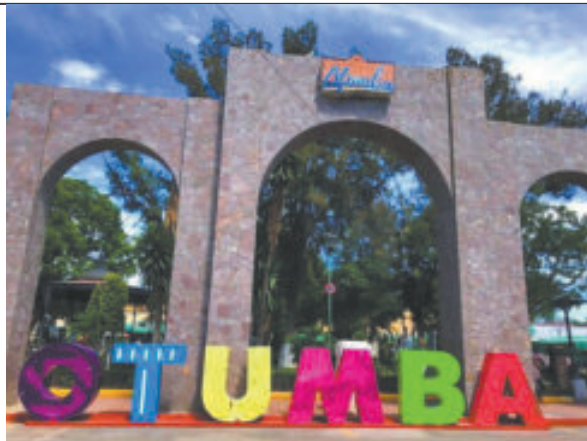
Christian Pupo
 Yasser Pupo
 Agentes de seguros
 Servicio en Español

📞 502-819-8843



101 Bullitt Lane, Ste 105, Louisville, Ky 40220

A Liberty Mutual Company



Fuente:
wikipedia y mexicodesconocido.
Fotos: playasmexico.com

México lindo:

Otumba, un pueblo con encanto

Otumba es un Pueblo Mágico del Estado de México que posee un rico legado desde tiempos indígenas cuando fue casa del señorío de Acolhuacan, o como escenario del suceso de La Noche Triste; donde Cuitláhuac venció a Hernán Cortés. Fue estación virreinal a la llegada del Conde de la Coruña Lorenzo Suárez de Mendoza en 1580. Aquí se transfería el poder de manera simbólica a los nuevos virreyes.

Las lenguas indígenas más habladas fueron Náhuatl (60 habitantes), Otomí (34 habitantes) y Mazahua (16 habitantes). El municipio de Otumba se ubica en el extremo oriente del Estado de México, a unos 56 kilómetros de la Ciudad de México sobre la autopista Pirámides-Tulancingo.

El 7 de julio de 1520 fue escenario de la Batalla de Otumba, combate que se libró entre los mexicas y las huestes de Cortés.

Los frailes franciscanos del siglo XVI edificaron otro convento, sobre

una antigua plataforma prehispánica. Hoy puede observarse la Parroquia de la Purísima Concepción, de construcción posterior, que conserva todavía la portería del monasterio. Una escalinata separa este monumento de la Plaza de la Constitución, con su típico quiosco y portales. Junto al jardín están el Palacio Municipal, con arquería, y la Casa de Cultura Museo Regional Gonzalo Carrasco que contiene una colección de muebles y de pinturas del artista que le da nombre. Cerca está el Museo del Ferrocarril, instalado en una antigua estación de la época del Porfiriato, cuando los trenes transportaban el pulque producido por las haciendas de la región.

Es imperdible probar algún platillo típico como la barbacoa, el mixiote y el mole. La bebida por tradición es el pulque, muy bueno en esta región del estado. En temporada también puedes degustar gusanos de maguey, carne de avestruz, chinicuiles, escamoles y caracoles.

Otumba es famoso por el Día del Burro (Feria Nacional del Burro), una celebración popular que se lleva a cabo desde 1965, y que se conmemora cada 1 de mayo, en el centro municipal. Una de las características de la feria y principal atractivo es que visten a los burros de ciertos personajes de moda; son adornados en una singular pasarela. También se organizan carreras de burros, hay polo sobre burro, y concurso de disfraces. La casa de cultura fue donada por uno de los fundadores de este municipio. También encontrarás artículos representativos del evento. Las manos de sus habitantes se distinguen por los excelentes trabajos de ebanistería y tallado de maderas finas y elegantes. Además se tiene el santuario del burro con rumbo hacia el municipio de Axapusco, donde podrá encontrar variedad de ejemplares.

También sobresalen en Otumba, la fiesta de la Inmaculada Concepción el 8 de diciembre, y las fiestas del San-

tuario.

Se celebran dos fiestas en honor del Señor de la Divina Misericordia en el Santuario de Tocuila: La Principal, que es también la más grande, es el segundo domingo de Pascua, la segunda es el domingo siguiente al 11 de septiembre, aniversario de la consagración del altar y del Santuario. En esta fiesta llegan peregrinaciones de las distintas partes del país, con diferentes muestras de fe, cabalgatas, en bicicleta, corriendo o a pie es como los devotos demuestran su cariño y devoción a la Divina Misericordia.

Entre los atractivos naturales más impresionantes están: el Parque Ecológico "La mina", Burrolandia, Balneario El Temazcal, Deportivo y Hotel Los Tucanes.

Otumba, ya en una época más reciente, fue cuna del gran pintor Gonzalo Carrasco, alumno del célebre paisajista José María Velasco.

ESPECIALISTAS DEL CONCRETO

• Drive way • Patios • Piscinas
Cercas y paredes • Escaleras
Decks • Reparaciones y más.

LLÁMENOS PARA UN ESTIMADO
Hablamos español:
(502)-693 0182 y (502)-388 0896

Visite nuestro website:
<https://perfectconcretellc.com/>



Especialidades:
Pastel Imposible, flan de leche
condensada arriba
y panetela húmeda abajo
(vainilla, fresa o chocolate),
y tres leches de vainilla.

Daysbel Cruz
(786)- 779 4646





Visionworks

SEE THE DIFFERENCE

- Exámenes médicos de la vista
 - Pruebas de visión
 - Lentes de contacto
- Espejuelos para Cuba o cualquier otro país
(solo traiga la receta)

**SERVICIO COMPLETAMENTE
EN ESPAÑOL**

4655 Outer Loop,
Louisville • KY • 40219
Teléfono (502)-966 2020



IGLESIA BAUTISTA SENDA DE LUZ.

CULTO DE JÓVENES
SÁBADOS 7:00 PM

ESCUELA DOMINICAL
11:30 AM

CULTO DE ADORACIÓN
12:30 PM

JESÚS LE DIJO: YO SOY EL CAMINO, Y LA VERDAD Y LA VIDA; NADIE
VIENE AL PADRE SINO POR MÍ.



3548 TAYLOR Blvd Louisville Ky



(502)
999-6181



Iglesia Bautista
Senda De Luz.



Juventud
Conectada



HANDS FOR LOVE



IGLESIA BAUTISTA
SENDA DE LUZ



La sobrepoblación de presos en cárceles venezolanas superó el 70 % en 2023



La sobrepoblación de reos en cárceles de Venezuela fue del 73 % el año pasado, cuando se computaron 29.565 presos, pese a que la capacidad de reclusión llega a los 17.088 cupos, que se han reducido como consecuencia del cierre de centros penitenciarios, según un informe presentado este viernes por el Observatorio Venezolano de Prisiones (OVP). La organización no gubernamental indicó que, en el país, hay 52 cárceles, de las cuales "únicamente 35 estuvieron operativas" el año pasado, cuando, además, el Gobierno "desalojó siete centros" penitenciarios y "materializó traslados

de personas privadas de libertad sin considerar aspectos como el hacinamiento". En su informe 'Degradación, desprecio y abandono: características del sistema penitenciario', señaló que el retardo procesal "ha incidido negativamente en la situación jurídica" de las cárceles, donde hay 10.348 "penados" y 19.217 "procesados". Según la investigación, hay un "uso excesivo de la prisión preventiva" debido a que los calabozos policiales "funcionan como cárceles paralelas", donde -señaló Prado- "han tenido que improvisar áreas en partes administrativas para meter detenidos". (Foto: hrw.org)

Minería ilegal en el Amazonas devastó lo equivalente a 584 campos de fútbol

Un análisis efectuado por Greenpeace Brasil y divulgado el pasado mes reveló que, de enero a junio de este año, la minería ilegal destruyó 417 hectáreas en tierras indígenas del Amazonas, lo cual equivale a alrededor de 584 campos de fútbol. La tierra indígena de Kayapó es una de las más perjudicadas, con una pérdida de 227 hectáreas debido a actividades ilegales. Sin embargo, en comparación con el mismo periodo de 2023, hubo una reducción del 60.18%. En las tierras yanomamis, se destruyeron 169.6 hectáreas en los primeros seis meses del año. Comparado con las alertas recibidas en 2023, la disminución fue del 5.92%. En las tierras de los Mundurukú, se devastaron 20.2 hectáreas.



El Salvador: Combinación de enfoque espiritual y medidas físicas para abordar la situación de pandillas

El presidente de El Salvador, Nayib Bukele compartió recientemente sus reflexiones sobre la situación en su país y su enfoque para abordar los desafíos relacionados con la delincuencia y las pandillas. Bukele describió dos enfoques en su lucha contra la delincuencia: uno "oficial" que involucra estrategias planificadas para fortalecer a la Policía y al Ejército, y otro que él llamó "real", que según él fue un "milagro". El líder salvadoreño subrayó la importancia de la fe y la guerra espiritual en la lucha contra las pandillas, particularmente contra la Mara Salvatrucha (MS-13), a la que acusó de realizar "rituales satánicos" y "sacrificios humanos". Bukele también mencionó su plan de crecimiento económico durante su discurso de investidura, enfatizando nuevamente la importancia de buscar la sabiduría de Dios en sus acciones. Este enfoque espiritual se combinó con medidas físicas, incluida la declaración de "guerra total" a las pandillas y la implementación de un estado de excepción para contener la violencia. La drástica reducción de homicidios es el motivo del presidente para rebatir las críticas de las organizaciones de derechos humanos respecto al encarcelamiento de más de 70.000 personas acusadas de pertenecer a pandillas sin cumplir con los procedimientos legales establecidos. (Foto: American Jewish Congress)



Mexicanos huyen a Guatemala para refugiarse de la violencia

Las alarmas se han disparado debido al desplazamiento forzado que está ocurriendo en el sureste de México ante la violencia producida por las luchas entre carteles del narcotráfico en el estado de Chiapas. La situación ha escalado en los últimos tres años lo que ha llevado a más de 10.000 personas a mudarse de sus lugares de orígenes, primero internamente en el estado de Chiapas, pero que ahora se desborda por la frontera con Guatemala. La población había pedido el apoyo de autoridades en diversos momentos. Desde entonces comenzó a haber desplazamiento forzado de pobladores que son objeto de extorsiones y reclutamiento obligado. Con la frontera más larga del sureste de México, el estado de Chiapas ha sido

históricamente un territorio clave para las bandas criminales. Con una densa selva en el área fronteriza, de difícil acceso para las fuerzas de seguridad gubernamentales, el estado ha sido un punto clave para el traslado de droga desde Centro y Sudamérica. En el mismo Chiapas, de hecho, se encontró hace unos años el único cultivo de coca fuera de Sudamérica. El cartel de Sinaloa tuvo el control casi total en las últimas dos décadas, a excepción de una disputa que tuvo con la banda de Los Zetas. La disputa no solo se ha limitado al trasiego de droga, sino también a la extorsión y tráfico cada vez más numeroso de migrantes que van a EEUU, lo cual es un negocio muy lucrativo para estas bandas.

Fraude electoral en Venezuela



Venezuela vive horas dramáticas debido a una ola de represión brutal por parte de las fuerzas de seguridad del régimen de Nicolás Maduro, El Consejo Nacional Electoral (CNE) ratificó la victoria de Maduro el 2 de agosto con el 52 % de los votos, sin hacer públicos el recuento exacto de los votos ni las actas de las mesas electorales, debido, según el CNE, a un hackeo informático. Según la oposición, que publicó las actas obtenidas gracias a sus escrutadores, cuya validez es rechazada por Maduro, Edmundo González Urrutia, que reemplazó con poca antelación a María Corina Machado declarada inelegible, ganó la votación con el 67 % de los votos. Como consecuencia, millones de venezolanos se volcaron a las calles a protestar por el resultado, por lo que el dictador Maduro ordenó públicamente aumentar la persecución y la represión contra la disidencia, anunciando medidas para perseguir a manifestantes, amenazando públicamente a Machado y González, y, por último, prometiendo una "nueva revolución" que recuerda a sus dichos de "un río de sangre" días antes de que se realizaran las elecciones del 28 de julio. La represión de los disturbios dejó al menos 24 muertos según la ONG de derechos humanos y cerca de 2.2000 personas fueron arrestadas. (Foto: diariolasamericas.com)



Al auge de las billeteras digitales en Latinoamérica

El uso de billeteras digitales en América Latina ha crecido en los últimos cinco años, impulsando la inclusión financiera al integrar a personas no bancarizadas al sistema económico y facilitando remesas internacionales cruciales para muchas economías de la región. La adopción varía notablemente entre países, con líderes como Brasil y México, mientras otros están rezagados en esta tendencia. Empresas como Mercado Pago y Nubank se

destacan por sus modelos de negocio innovadores y enfoques en seguridad, pese a desafíos regulatorios y tecnológicos. La pandemia del coronavirus redefinió hábitos de consumo y promovió una inclusión digital más amplia. Argentina lidera en el uso de billeteras digitales para pagos en comercio electrónico y puntos de venta tradicionales. La inflación y el crecimiento de empresas en el sector han impulsado esta adopción.



Amazon cambiará material de embalaje en entregas de paquetes

Amazon anunció recientemente que eliminará casi todos los plásticos de burbuja que se usan en sus embalajes en EEUU y los sustituirá por relleno de papel fabricado con contenido 100% reciclado. Según el comunicado de prensa de Amazon, el relleno de papel ha demostrado ser tan efectivo, o incluso más, para proteger los pedidos durante la entrega, verificado por un laboratorio de ingeniería independiente. Adicionalmente, el material de embalaje se puede tirar en el contenedor de reciclaje doméstico, lo que lo convierte en un cambio conveniente para los consumidores, sin mencionar que es más fácil de manejar que reventar una docena de papel de burbuja cada vez que abren un pedido. A principios de este año, Walmart hizo un cambio similar, reemplazando los sobres de plástico para comercio electrónico por sobres de papel reciclable. El cambio eliminó 2.000 toneladas de plástico de un solo uso del minorista, y planea que todos sus sobres, incluidos los de los vendedores del mercado que utilizan el servicio de Walmart, pasen a la opción de papel.



Apple podría lanzar un iPhone plegable en 2026

Apple podría presentar su iPhone plegable ya en 2026, reportó el martes The Information, lo que podría suponer la mayor renovación del diseño de hardware del producto más popular de la compañía. El plan de la compañía con sede en Cupertino, California, de lanzar un iPhone plegable podría imitar una medida similar de Samsung Electronics, que fue pionera en el segmento plegable en 2019 en un intento de atraer a nuevos clientes con una importante renovación del diseño de hardware. El iPhone plegable de Apple ha progresado desde la etapa de ideación, dice el informe, citando

a dos personas con conocimiento del asunto. Se espera que los teléfonos inteligentes plegables, dotados de funciones de inteligencia artificial, disparen la demanda de Apple, que se enfrenta a la dura competencia de Honor y Huawei en China y de Samsung a nivel mundial. Apple también planea introducir una actualización en la cámara de al menos un modelo de iPhone, que permitiría a sus usuarios controlar el tamaño de la apertura con un sistema mecánico, posiblemente permitiendo a los usuarios crear un efecto de profundidad de campo.

Crean minidrones inspirados en la capacidad de orientación de los insectos



Las hormigas y otros insectos son capaces de recorrer largas distancias y encontrar siempre el camino a casa. Inspirándose en su biología, un grupo de investigadores ha creado diminutos drones autónomos capaces de

navegar por rutas interiores de hasta cien metros. Investigadores de la Universidad Técnica de Delft (Países Bajos) presentan su nuevo método en un artículo que publica Science Robotics. El estudio explica cómo los investigadores se basaron en descubrimientos biológicos sobre de qué manera las hormigas reconocen visualmente su entorno y lo combinan con el recuento de sus pasos para volver sanas y salvas a casa. Los robots diminutos, de decenas a unos cientos de gramos, y con capacidad para navegar por sí solos tienen potencial para interesantes aplicaciones, pues gracias a su poco peso, son extremadamente seguros, incluso si chocan accidentalmente con alguien. Como son pequeños, pueden desplazarse por zonas estrechas y si se fabrican a bajo coste, pueden desplegarse en grandes cantidades para cubrir rápidamente una gran superficie, por ejemplo, en invernaderos para la detección precoz de plagas o enfermedades.

DIESEL ENGINE REPAIRS, LLC



- Remanufacturaón de cabeza de cilindros
- Encamisado y rectificado de cilindros
- Rectificado plano y corte de blocks
- Rectificado de cigüeñales
- Extracción de tornillos y espárragos
- Tornería y soldadura

2611 Crone Rd Borden IN 47106
(786) - 862 3224



LENIN CELL

(502)-471 4965

▪ REPARACIÓN, DESBLOQUEO Y VENTAS

- Teléfonos, tablets, Ipads.
- MacBooks, Apple watch,
- Laptops, televisores, y más.



7411 Preston Hwy. ▪ Louisville, KY ▪ 40219

KENTUCKY HOME INSURANCE AGENCY

DONDE PUEDE ASEGURAR SU:

- Apartamento
- Auto
- Auto comercial (bobtail, box truck, delivery, etc.)
- Negocios (Worker Comp, General Liability, y más)

¡Se aceptan licencias internacionales!

(502) - 890 1846



2210 Goldsmith Lane. Louisville KY 40218
SEGUNDO PISO #226.

Sheyla Hernández
 SERVICIO EN ESPAÑOL,

OXMOOR



Más de 300 autos Ford disponibles
Más de 700 autos usados disponibles
Gran inventario de camionetas a su elección



REFIERA
A UN AMIGO
Y OBTENGA
\$ 200
MENCIONE ESTE
ANUNCIO Y RECIBA
\$ 500
DE DESCUENTO
AL COMPRAR
UN AUTO NUEVO

Eduardo García
le atenderá en español
(502)-341 8851

100 Oxmoor Ln, Louisville, KY 40222



Por Daniel Romagnoli,
especialista en temas de autos
www.danielromagnoli.com
www.motoresyviajes.com

Ford Maverick Lariat Tremor: *Una camioneta de dimensiones adecuadas para el uso ciudadano*

Antes que la casa del óvalo anunciara con bombos y platillos su nueva propuesta, desde nuestros medios decíamos que al mercado americano le hacía falta una camioneta o pick-up truck de dimensiones adecuadas para el uso ciudadano, no por ello pequeña, pero lejos de los super truck de segmentos mayores, el consumidor requería un modelo de camioneta como la Ranger en sus versiones de inicio, apta para carga y transporte relativamente ligera y con las condiciones de comodidad de un automóvil por estructura, suspensión y consumo.

Al descubrir la Maverick estuvimos seguros de que el éxito llegaría con ella, su presentación se realizó en la antesala de la terrible pandemia del Covid-19, y con esta y sus consecuencias, toda la cadena de suministros, partes y logística fue afectada para todos por igual, sin embargo, las órdenes y pedidos fueron progresivamente en ascenso y con ello los sobre precios por no poder entregar unidades, todo lo cual implicó una creciente ansiedad en los compradores, y de nuestra parte igual, para poder realizar nuestra evaluación del vehículo.

Pues sí, ese día llego, o más bien la semana de pruebas comenzó para nosotros con indisimulable alegría, nos llegó la Maverick y de ellas el modelo

que más queríamos evaluar, la XL la más básica, la más sencilla, y por cierto confirmamos nuestra impresión de que la Maverick es lo que esperábamos de ella, ahora nos llegó la más sofisticada y completa Lariat en su paquete Tremor.

Veamos su interior donde lo necesario está y lo superfluo no, materiales plástico rígidos adecuados para el fácil mantenimiento y limpieza del habitáculo, buena comodidad de asientos y espacio en ambos sectores para pasajeros, porta objetos y bultos en puertas y debajo del asiento posterior, una caja o cama apta para el transporte de un pallet de 48 pulgadas y más, en fin, vemos un interior espartano con lo necesario pero que se ve bien y no desmerece, en definitiva estamos evaluando un vehículo de trabajo y transporte, un utilitario con mérito y condiciones de sentirse como en un SUV pero con el andar de un sedán, de hecho su plataforma es compartida con Bronco y Escape, nos encanta lo simple y básico del interior de la Maverick, digamos que podemos dominar sus controles y operación, nada de sofisticación, y así debe ser pues es un producto con esa finalidad, aunque claro está, esta Lariat Tremor se desempeña un escalón por delante de las más básicas.

La unidad que probamos es el paquete Lariat Tremor con el propulsor EcoBoost de 2 litros que entrega 250



caballos de potencia y los pone al piso una transmisión de 8 velocidades muy bien escalonada, fantástica potencia donde la tracción delantera se luce en cualquier condición de piso, y la suspensión trabaja y cumple su objetivo para comodidad de pasajeros y seguridad en el rodaje, realmente la Maverick empuja pues se siente la potencia, frena en cualquier condición y se desliza como el mejor sedan.

En suma, probamos lo que esperá-

bamos y quedamos encantados, pues Ford posee un vehículo de asegurado éxito y que el mercado automotriz norteamericano esperaba, con la Maverick Lariat Tremor.

Para la unidad probada su precio en el mercado americano es en el orden de \$ 40.125.00, aunque claro está, por demanda y demoras en entregas, hoy los precios de este vehículo y de todos se han disparado de manera importante.

*Consultas
y ventas
de artículos
religiosos*

Estamos en
el mall de los cubanos,
5032 Poplar Level.
Louisville KY 40219
Teléfonos (502)-777 9314
y (786) 724 8745

CLASES DE MANEJO

*Le ayudamos
a obtener la licencia
de conducir*

(trámites, cita, y auto para el
examen si lo necesita)

(502)-533 0665

SERVICIO DE GRÚA PARA CAMIONES Y AUTOS

EZ TOWING & Recovery LLC

Louisville, KY 40228

(502) 759-4566



Renta de
Pro-Tote towing
for semi-trucks



Traslados de camiones y autos
Emergencias en carreteras
Carga y reemplazo de baterías
Ofrecemos además transporte de materiales
de construcción
(gravilla, arena, piedras, tierra, etc.)

1111 Ulrich Ave, Louisville KY 40219.

Teléfono: (502)-759 4566

www.eztowingrecovery.com



*Barbería hispana
sirviendo a nuestra comunidad*

8109 Preston Highway.
Louisville KY 40219 (Parte de atrás)

(502) - 953 7227





Servicio al cliente
y ventas en español.

Cristian Cano
(502) - 419 2043



- Los mejores precios en Toyotas nuevos y usados de la ciudad
- Gran inventario de autos usados de todas las marcas
- Con autos usados empezando desde \$2,000
 - Más de 300 vehículos en inventario
 - Clientes con bancarrotas son bienvenidos



6514 Dixie Hwy, Louisville, KY 40258. Teléfono (502) 935-1433. Visita: toyotaoflouisville.com



**TOTAL HEALTH
CHIROPRACTIC & REHAB**

Dolor de espalda superior e inferior
Dolores de cabeza - Dolor de Cuello
Lesiones por accidentes automovilísticos

5906 Preston Hwy, Louisville
KY, 40219

502-883-1006

¡CONTRATANDO CHOFERES!

- **RUTAS DEDICADAS:**
Tennessee, Ohio, y locales
- Pagamos \$0.55- \$0.60/ milla
- Duerma en casa el mismo día
y los fines de semana
- Bono de \$1,000
después de 6 meses de trabajo

**ACEPTAMOS Y TRABAJAMOS
CON DUEÑOS DE CAMIONES**

Interesados llamar al **(502) - 299 7794**



CONDOR LOGISTIC

El origen del fútbol

Fuente: templebarbcn.com (fragmentos)



Probablemente habrás oído que los mayas, los chinos, los griegos o incluso los romanos ya jugaban a este deporte en la antigüedad y es cierto que muchas de las adaptaciones de cada versión se relacionan relativamente con el juego que conocemos actualmente aunque en muchas de sus versiones se conocía como “el juego de la pelota”.

GRECIA Y ROMA, UNA PELOTA SIGNIFICÓ TODO

En la actualidad se han encontrado muchas representaciones en vasijas, frescos y pinturas que escenifican varias escenas de juegos y entrenamientos de hombres, mujeres y niños. En esas supuestas interpretaciones aparecen posiciones similares a las que realizan los futbolistas de hoy en día.

Aunque en la Grecia clásica no se encontraron registros que detallaran exactamente si se trataba de fútbol o no... desde otra perspectiva los ro-

manos si realizaron registros sobre diferentes juegos que implicaban el uso de un balón, a modo de reglamentos o instrucciones.

A modo de curiosidad se sabe que tanto hombres como mujeres practican este deporte utilizando una pelota elaborando con tripas de animales o rellenos provisionales con pastillas de jabón o lana, algunos ejemplos son la follis pugillatorius o la harpastum.

ASIA, UN COMBATE ENTRE GUERREROS

De manera similar a las otras procedencias, hace 2000 años existía un deporte muy relacionado con el fútbol conocido como “cuju”. El significado de la palabra podría traducirse como “chutar balón con cuero” una similitud indiscutible con el concepto básico que entendemos por hoy como fútbol moderno.

El cuju en sus orígenes era un deporte militar que practicaban los soldados y algunas veces la realeza a modo de pasatiempo o entrenamiento. Las reglas básicamente eran anotar goles en porterías construidas a partir de bambú, donde los participantes solo podían utilizar las piernas y los pies para mover, pasar o

chutar la pelota.

A modo de curiosidad los golpes y empujones entre jugadores estaban permitidos, como si se tratase de una batalla campal.

MAYAS, MUCHO MÁS QUE UNA CEREMONIA

Muchas fuentes de información citan que la variante más parecida a la del fútbol moderno y de hecho es la más extendida históricamente, especialmente cuando los conquistadores españoles lo descubrieron. Sin embargo, a diferencia de las anteriores tiene una simbología espiritual más profunda.

El juego representaba el mito de la creación, los equipos las fuerzas opuestas del bien y el mal y la pelota representa los movimientos cósmicos de los astros, generalmente se organizaban juegos para celebrar rituales, que en algunas versiones se sacrificaba a los perdedores a los dioses.

A diferencia del fútbol, los equipos estaban formados por 4 jugadores por equipo que luchaban por el control del balón anotando puntos en unos aros de piedra sostenidos a la pared. Hoy en día este deporte se conoce como “pe-

lota maya” y actualmente se practica (sin sacrificios).

INGLATERRA, LA VERDADERA CUNA DEL FÚTBOL

Quizás pueda sorprenderte, pero de todas las procedencias que hemos presentado, el Reino Unido es la cuna oficial del fútbol tal como hoy lo conocemos. Aunque al principio se tratase como “un juego de pelota” convencional que se solía jugar entre colegios, en 1848 diferentes asociaciones deportivas se reunieron para federar el deporte.

Esta necesidad de reformar el deporte se debe a que no existían reglas oficiales más allá de las básicas y era un caos, ya que al igual que el “cuju” los golpes y el uso de las manos estaban permitidos. Tras la reunión se fundó la International Football Association Board con el objetivo de regular el deporte y sus diferentes asociaciones.

El primer torneo oficial tuvo lugar 1856 en un partido entre regiones inglesas; sin embargo, no fue hasta 1886 cuando el primer reglamento oficial y las asociaciones deportivas nacionales/internacionales se implementó completamente fuera de Inglaterra.



ENVÍOS DE ENCOMIENDAS A VENEZUELA

Seriedad, seguridad y experiencia.

732 Lyndon Ln., Louisville KY - 40222

www.cargoexpressvenezuela.com

 **(502) - 498 4341**

**AHORA
CON ENVÍO
DE REMESAS
A VENEZUELA
Y AL MUNDO.**



¡Abrimos puertas a una vida mejor!

En Jefferson Community & Technical College, obtendrás el apoyo que necesitas, ya sea que te estés transfiriendo a una universidad de cuatro años o estés listo para una carrera de alta demanda y salario alto. Con varios programas para elegir y el costo más bajo del estado, ¡deje que Jefferson te ayude a abrir las puertas a una vida mejor!



Obtenga más información en jefferson.kctcs.edu



TECHOS - CANALETAS - SIDING - VENTANAS



**BIG RED
CONTRACTING**

(502)-395 8804

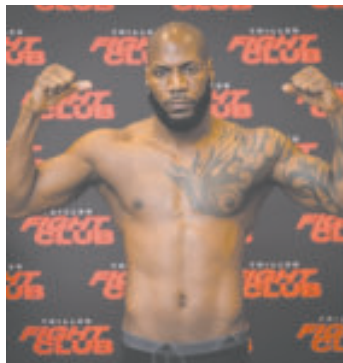
- Reparaciones e instalaciones nuevas
- Trabajamos con todos los seguros
- Financiamientos disponibles





Arriba de la bola

***El boxeador cubano Yunieski González, conocido como "Monster", decidió pasarse a las peleas a puño limpio, después de acumular un récord de 21 victorias frente a solo cuatro derrotas con los guantes puestos. Pese**



a la potencia de su pegada, evidenciada en los 17 éxitos logrados por la vía del nocaut, y a que en 2015 la revista especializada Ring Magazine lo ubicó en el puesto nueve del peso semipesado, González nunca logró ceñirse el cinturón de campeón mundial en el boxeo profesional. (Foto: boxingscene.com)

***La selección cubana de Fútbol categoría sub-20 obtuvo la clasificación a la Copa Mundial de la FIFA en 2025 para menores de 20 años.** Es la segunda vez que la selección cubana Sub-20 estará en un Mundial. La Copa del Mundo Sub-20 es la segunda competición mundial más importante de la FIFA.

***Obituario: Tras brillar en disímiles escenarios y una vida pletórica de éxitos, el destacado exjugador cubano Juan Carlos Calvo falleció recientemente a los 62 años de edad.** El pelotero, nacido en el municipio especial Isla de la Juventud, tuvo una trayectoria con average de .300, tras 1,137 hits en 3,788 turnos al



bate durante 13 Series Nacionales entre 1979 y 1992. (Foto: Montaje ADN Cuba)

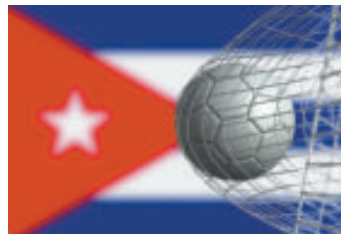
***La selección oficial de Cuba jugará en puerto Rico la primera fase del VI Clásico Mundial de Béisbol (WBC), que se celebrará en el 2026.**

El torneo más importante a nivel global del beisbol tendrá lugar entre el 6 y el 17 de marzo de ese año. La selección cubana, que quedó entre las cuatro primeras del pasado Clásico Mundial, debutará el 6 de marzo ante Panamá. Si avanza en su llave clasificatoria hacia las semifinales, tendría que viajar a Miami, para jugar en el Estadio loanDepot de esa ciudad, sede del equipo de los Marlins.

***El boxeador cubano Osleys Iglesias "El Tornado" venció el pasado mes por la vía del nocaut técnico al ghanés Sena Agbeko para reafirmarse como uno de los mejores contendientes del**

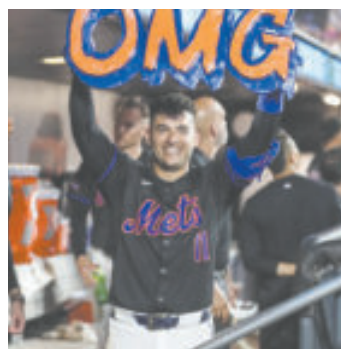
Consejo Mundial de Boxeo (CMB), toda vez que ocupa el quinto puesto del ranking de dicha organización en la categoría de supermediano.

***El libero del equipo masculino de voleibol de Cuba, Yumichael Lawrence, se fugó el pasado mes en Canadá,**



donde la selección nacional asistía al Torneo NORCECA Final Six celebrada en Quebec. Lawrence fue elegido mejor libero y mejor defensor en la Copa Panamericana sub-23 de Voleibol de 2023 y mejor libero de la Liga Nacional de Cuba en la edición del 2022-2023.

***Tras mostrar su calidad en Las Menores, José Candelita Iglesias se ha consagrado como la "revelación" del año**



en MLB entre los beisbolistas cubanos, con una campaña fenomenal después de su regreso al máximo nivel. El beisbolista antillano se ha encargado de demostrar con los Mets de Nueva York que su verdadero lugar estaba en Grandes Ligas. (Foto: Wendell Cruz-USA TODAY Sports)

Juegos Olímpicos Paris 2024, peor actuación cubana en décadas



Cuba terminó en el puesto 32 del medallero general, con nueve medallas: dos de oro, una de plata y seis de bronce. Se trata de la peor actuación cubana en décadas. La delegación oficial de la Isla conquistó en los Juegos Olímpicos de Tokio, en 2021, 15 medallas (7 de oro, 3 de plata y 5 de bronce), para ubicarse en el puesto 14 del medallero, por delante de sus registros de Pekín 2008 (3 oros, 10 platas y 17 bronce); Londres 2012 (5, 7 y 15) y Río de Janeiro 2016 (5, 2 y 4). El resultado olímpico es un reflejo de la decadencia sostenida de los resultados internacionales del deporte en la Isla.

La baja cosecha de medallas es el resultado de la emigración de talentos, la falta de incentivos, los eventos deportivos suspendidos, las instalaciones destruidas, los campeonatos de corta duración, la ausencia de implementos y la desmotivación.

La actuación cubana en esta cita olímpica son el reflejo de una sociedad en crisis y con gran parte de su población en éxodo masivo, aunque la prensa oficialista solo resalte unos triunfos cada más escasos. Parte de esa desbandada son los 21 cubanos que compitieron bajo otras banderas y consiguieron ocho medallas, que podrían haber ido a la cosecha del INDER, como las de oro, plata y bronce que se llevaron Jordan Díaz, Pedro Pablo Pi-

chardo y Andy Díaz, en representación de España, Portugal e Italia, respectivamente.

Simbólicamente, la gente llamó a este grupo como "el equipo de cubanos libres", y comparaban sus actuaciones con los de la delegación del INDER. Las dos únicas medallas de oro de esta delegación vinieron a mano del boxeador debutante Erislandy Álvarez y del luchador Mijáin López, quien con su actuación consiguió 5 medallas olímpicas continuas (récord superado por la basquetbolista norteamericana Diana Taurasi que logró su sexta).

Además, la presencia de entrenadores cubanos contribuye de manera importante a esta influencia. En total, 46 entrenadores cubanos vistieron el uniforme de 28 países en 11 deportes distintos. El boxeo es el área donde más se destaca esta presencia, con 20 entrenadores cubanos aportando su sabiduría.

Con el atletismo sin medallas terminó así una racha de más de seis décadas donde el nombre de Cuba siempre estuvo presente en el medallero de este deporte. La del atletismo en París es otra actuación que evidencia, sin paños tibios, los tiempos actuales que corren para el movimiento deportivo antillano, cada vez más diezmado y marcado por el éxodo de figuras. Un reflejo, examinado con lupa, de lo que acontece en todo el país.



Betsy de la Peña
(502) - 602 7482

Jorge Batista
(432) - 231 6643

Gran inventario de autos nuevos y de segunda mano.

Excelentes programas de préstamos, aun con problemas de crédito le financiamos el auto.

RECIBA \$ 200
POR REFERIR A UN AMIGO
O UN FAMILIAR

y \$ 500
DE DESCUENTO
AL MENCIONAR
ESTA PUBLICIDAD.

¡Total \$ 700!



TOWN & COUNTRY FORD LOUISVILLE

Estamos en el 6015 Preston Hwy, Louisville, KY 40219



Curiosidades: Los ojos humanos

Comparado con otros animales, los ojos humanos no son especialmente grandes. Por ejemplo, el calamar gigante tiene los ojos más grandes del reino animal, con un diámetro que puede alcanzar hasta 27 cm (270 mm). Los ojos de los búhos y otros animales nocturnos también son proporcionalmente más grandes en comparación con su cuerpo para mejorar la visión en condiciones de poca luz.

Peso: El ojo humano pesa aproximadamente 7.5 gramos.

Número de Pestañas: El ojo humano tiene entre 150 y 250 pestañas en el párpado superior y entre 50 y 150 en el párpado inferior.

Examen de cubanía

1- *¿Qué le sigue al coro de la canción? Aé, aé, aé...*

- a) La mariposa
- b) La papaya
- c) La guaracha
- d) La chambelona

2- *¿Con qué se relaciona la palabra "baró"?*

- a) Fogón
- b) Baile
- c) Dinero
- d) Sombrero

3- *¿Quién es conocido como "el bacán"?*

- a) Jorge Perugorría
- b) Nelson Gudín
- c) Yosvani Sierra
- d) Lázaro Bruzón

4- *La Palma Real es el árbol nacional de Cuba. ¿Hasta qué altura puede alcanzar este árbol?*

- a) 80 metros
- b) 60 metros
- c) 40 metros
- d) 20 metros

Refranes del tío Pepe

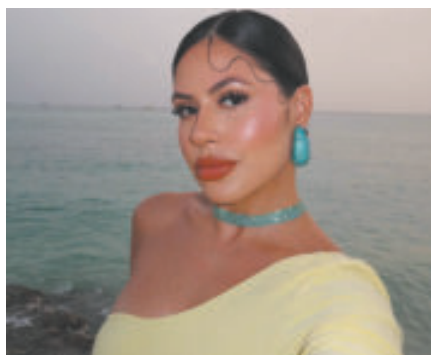
*Tanto da el cántaro a la fuente,
hasta que la rompe.*

*El que nace pa' violín,
desde que está en el palo suena.*

Lo que te den, cógelo.

Reconoce el personaje de animado por la foto

- a) Imaray Ulloa
- b) Mily Alemán
- c) Haniset Rodríguez
- d) Diliamne Jouve "La dura"



Reconoce el lugar por la foto

- a) Bahía de Guantánamo
- b) Bahía de La Habana
- c) Bahía de Nuevitas
- d) Bahía de Santiago de Cuba



Respuesta a las preguntas en la página 104.



Horóscopo para el mes de Septiembre

ARIES (21 de marzo al 20 de abril)

Algunos están resolviendo asuntos pendientes que les impiden vislumbrar el futuro. En lugar de dar vueltas en círculos, libérate de una rutina deprimente. No dudes en pulsar el botón de pausa de vez en cuando. Descubrirás que el mundo no se derrumba como resultado.

TAURO (21 de abril al 20 de mayo)

Si notas que nada cambia socialmente, retírate temporalmente a tu propio mundo. Cultiva un pasatiempo, desarrolla tu creatividad. El mes avanza lentamente, y este ritmo te frustra. Sé paciente hasta que Marte restaure tu energía a partir del día 22.

GÉMINIS (21 de mayo al 20 de junio)

¿Realmente tienes ganas de distraerte? Es relativizando problemas temporales, dándote espacio y disfrutando buenos momentos como escapadas de esta melancolía predominante. Concéntrate en hacer lo que puedas, pero sin agotarte ni sentirte culpable por la relativa impotencia.

CÁNCER (21 de junio al 21 de julio)

No te desanimes y espera hasta fin de mes, cuando la energía regresa y el coraje se dispara. Tómame tiempo para recargar energías y distanciarte de la melancolía circundante. Espera hasta fin de mes para recuperar energía y volver al juego.

LEO (22 de julio al 22 de agosto)

La armonía parece reinar dentro de un círculo abierto al diálogo, pero te encuentras con resistencias que te deprimen un poco en el plano material. Mantente firme. Mientras esperas días mejores, reúne a tu alrededor a seres queridos y amigos que te animen.

VIRGO (23 de agosto al 22 de septiembre)

Si te sientes listo para embarcarte en un nuevo ciclo de expansión, apenas recibes apoyo en tus esfuerzos. Te resulta difícil convencer a tus socios de que te sigan o incluso te escuchen. Opta por actividades recreativas para disfrutar solo ya que no te solicitan mucho, y si lo hacen, tus asociaciones no cumplen con tus expectativas.

LIBRA (23 de septiembre al 22 de octubre)

Marte te da la capacidad de lograr mucho, rápido y eficientemente. Aprovecha el aumento de tu radiación personal para encantar a otros, para destacarte. Un pequeño masaje o simplemente tiempo en casa te vendría muy bien.

ESCORPIÓN (23 de octubre al 21 de noviembre)

Quieres evolucionar en un proyecto que te importa, pero la lentitud y la frustración te desaniman. Tus impulsos creativos están restringidos, tus talentos suprimidos y tu moral está baja. Para escapar de la tristeza, retírate a tu propio mundo y cultiva un arte o actividad que te distraiga de la monotonía reinante.

SAGITARIO (22 de noviembre al 21 de diciembre)

Es posible que comiences el mes cargado de responsabilidades familiares que requieren tu atención y compromiso. A veces te sientes inmovilizado, pero no quieres evadirte. Para gestionar las responsabilidades que te esperan, comienza por relativizar, toma distancia para encontrar las soluciones correctas sin dramatizar.

CAPRICORNIO (22 de diciembre al 20 de enero)

Ni muy hablador ni muy entusiasta, simplemente quieres ser tomado en serio, y lo eres. Tal vez un poco demasiado para tu entorno, que podría encontrarte austero, incluso rígido. Un comienzo aburrido te espera. No muy abierto a los demás, muestras una actitud retraída, sin un deseo real de comunicarte.

ACUARIO (21 de enero al 19 de febrero)

Los bloqueos a los que te enfrentas son frustrantes. No dejes que se instale una sensación de frustración. Al final del mes, Marte reactiva tu espíritu combativo y te ayuda a persuadir de manera efectiva. El inicio está complicado por preocupaciones materiales persistentes que te mantienen bajo presión.

PISCIS (20 de febrero al 20 de marzo)

Solo recuperas tu entusiasmo y deseo de convencer hacia fin de mes. Más vale tarde que nunca. Prefieres jugar solo en lugar de frecuentar reuniones, mezclarte con tus círculos fieles. A menos que encuentres a alguien capaz de entender y lidiar con tus estados de ánimo.

SNIDER·BLAKE
PERSONNEL

Feria de Trabajo en Shepherdsville



¡Estamos contratando!
Pago de hasta \$14.00/hr

¡Aplique hoy y comience mañana!

- **100 POSICIONES INMEDIATAS**
- Traiga amigos y familiares y reciba bono de referido

8510 Preston Highway, Louisville KY 40219 ▪ Llame a Ciara al (502) 398 - 5352
Tomamos aplicaciones de Lunes a Viernes 9:00 am - 4:00 pm



¿Herido en un
accidente de coche?

¡Llámenos Hoy!

502.587.8175



ADAMS
Legal Group



Sin cargos
si usted no
recibe una
solución!

Del lápiz afilado de Gustavo "Garrincha" Rodríguez

Fuente: Garrincha Toonz

**Anuncio de la NASA**

La NASA va a hacer un gran anuncio este mes con respecto a Marte...

Después de varios análisis de su suelo, acaban de concluir que lo fue una vez un planeta desarrollado, lleno de vida y vegetación, llegó de pronto el socialismo y lo convirtieron en lo que vemos hoy...

**Nueva enfermedad:
SEFUELA**

SEFUELA: Enfermedad aun no aceptada por la ciencia médica. Mientras tanto, millones de personas que padecen este mal, esperan la aprobación de la Organización Mundial de Salud para que se estudie y se encuentre la cura para esta mortal enfermedad que cada día es adquirida por miles de personas. Por favor, es muy importante hacerse este autoexamen ante la aparición de la Sefuela pues el diagnóstico a tiempo puede ayudar a combatirla.

Síntomas que definen la aparición de esta patología:

1- Si un café te produce insomnio
2- Si una cerveza te lleva directo al baño

3- Si todo te parece muy caro

4- Si cualquier cosa te altera

5- Si todo pequeño exceso provoca aumento de peso

6- Si el chorizo te cae pesadísimo, el picante te irrita y el ajo te hace repetir

7- Si la sal te sube la presión arterial

8- Si en una fiesta pides la mesa lo más lejos posible de la música y de la gente

9- Si al atarte los zapatos te produce dolor de espalda y cintura

10- Si la TV te produce sueño

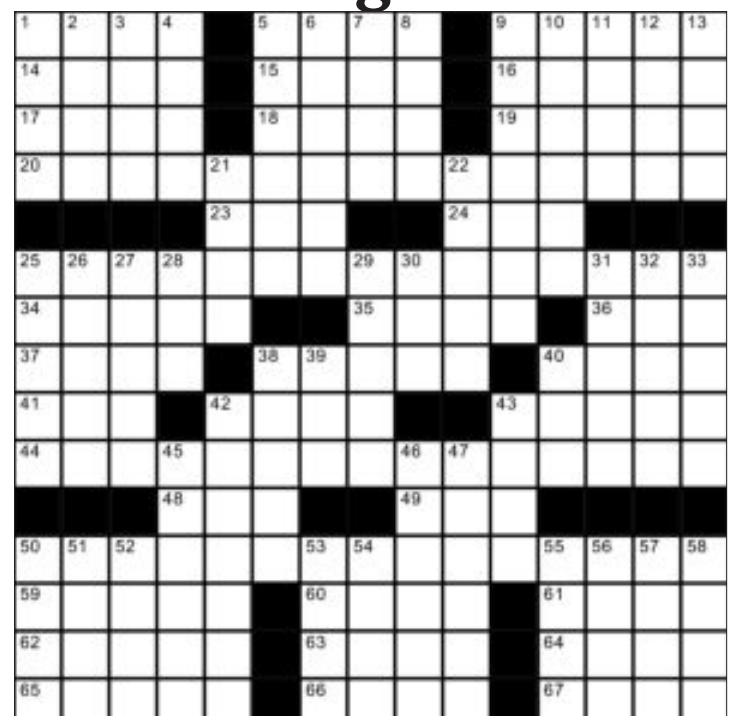
Todos esos síntomas son prueba irrefutable que padeces de Sefuela
¡SE-FUE-LA juventud!!

Horizontales

1. Tiempo que ha vivido una persona. 5. Tela de seda o hilo muy clara y fina. 9. Acción de soplar. 14. Derecho perpetuo de propiedad. 15. Animal vertebrado, ovíparo, pico córneo, cuerpo cubierto de plumas, pl. 16. Antipatía y aversión hacia algo o alguien cuyo mal se desea, pl. 17. Res vacuna de más de un año y que no pasa de dos. 18. Prado, pradería. 19. Bejuco. 20. Que monopolizan. 23. Aféresis de papá. 24. Artículo determinado, fem, pl. 25. Cualidad de funcionales. 34. Acción y efecto de orear. 35. Acento peculiar del habla de determinada región. 36. Interjección. 37. Significa mil millones. 38. Representación religiosa de pincel o relieve usadas en las iglesias orientales y bizantinas. 40. Dicho del aire, dar en algo para refrescarlo. 41. Ganso. 42. Persona que imita con afectación las maneras y opiniones de aquellas a quienes considera distinguidas. 43. Natural de Irán. 44. Natural de Norteamérica, fem. pl. 48. Ácido desoxirribonucleico. 49. Pronombre demostrativo. 50. Perteneciente o relativo a la hidroelectricidad. 59. Superficies. 60. El mismo, lo mismo. 61. Esfera celeste o terrestre. 62. Avenida, inundación, crecida. 63. Persona o cosa rodeada de extraordinaria admiración y estima. 64. Manifestará con palabras el pensamiento. 65. Burros. 66. Ondas. 67. Gansas.

Verticales

1. Interjección. 2. Antónimo de blando. 3. Roturan. 4. Engaño, fraude. 5. Cabalga. 6. Garantizan. 7. Significa medio o casi. 8. Bastante, mucho. 9. Militar sin graduación. 10. Digna de odio. 11. Dicho del pollo, emitir cierto género de sonido o voz. 12. Tela fuerte de algodón o cáñamo para velas de navío, tiendas de campaña, etc. 13. Agarraderas. 21. Territorio constituido en Estado soberano. 22. Acción de alijar. 25. Sitio adecuado en las cocinas para hacer fuego y guisar. 26. Ácido cuya acumulación en el organismo produce cálculos y otros trastornos, como la gota. 27. Decir que algo no existe, que no es verdad. 28. Instrumento de labranza. 29. Masa de barro moldeada en forma de ladrillo que se emplea en la construcción de paredes o muros. 30. Hilo poco torcido. 31. Donarán. 32. Nombre de mujer. 33. Acción de ser. 38. Vano, fútil, inútil. 39. Con m, ante b o p. 40. Reza. 42. Parecida a la seda, pl. 43. Líquido seroso que rezuman ciertas úlceras. 45. Que padece tara física o psíquica. 46. Prescripción facultativa. 47. Lengua de tierra que une dos continentes o una península con un continente. 50. Realizará. 51. Nombre de mujer. 52. Canónigo que preside el cabildo de la catedral. 53. Alisó con la lima. 54. Concejal. 55. Elemento químico. 56. Máquina para levantar pesos. 57. Cosa hecha o producida por un agente. 58. Existas.

Crucigrama

Solución del crucigrama en la página 104

Clasificados

Para listar un clasificado por favor contáctenos al email: LDFUENTES@ELKENTUBANO.COM

EMPLEOS

• **NOIR Lending CDFI Inc** está contratando a persona bilingüe para su departamento de préstamos. Interesados llamar al (502)-676 5480.

• **El Departamento de Policía de Louisville** está empleando oficiales (\$71,000 / año después de 2 años de trabajo). Interesados ir a la página <https://louisville-police.org/250/Join-LMPD>. Requisitos: Ser ciudadano americano, tener su diploma de High School o GED, y no tener felonías en su récord.

• **Granite concepts** está necesitando contratar a dama para trabajar en su sala de muestras. Requiere hablar inglés. Interesados llamar al (502)-

235 0620.

• **Estamos contratando mecánico** de auto. Salario basado en experiencia. Ir personalmente a Automax Service & Repair, 6904 Preston Hwy. Louisville KY 40219. Contactar a Aaron al (502)-341 2326.

VENTAS Y SERVICIOS

• **Local comercial** para rentar en el 8106 Preston Hwy. Louisville. Interesados al (502)-442 4813.

• Plomero, arreglo, y reparaciones (801)-635 8368

• **Abrimos autos** por llaves rotas o extraviadas (502)-812 4713.

• **Reparación y mantenimiento** de equipos de calefacción y aire acondicionado (502)-320 6244.

Respuestas a los entretenimientos (viene de págs. 101 y 103)

Examen de cubanía:

- 1) R/ Aé, aé, aé la chambelona
- 2) R/ Baro = Dinero
- 3) R/ Nelson Gudín, El bacán
- 4) R/ Hasta 40 metros

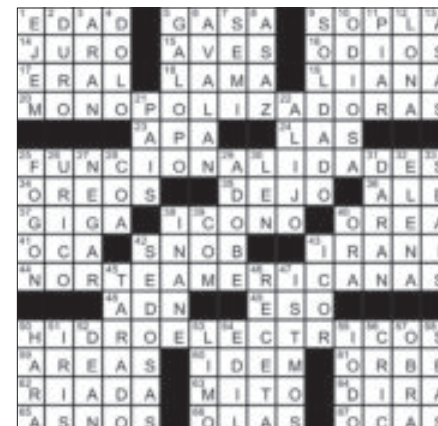
Reconoce el lugar por la foto:

R/ Bahía de Santiago de Cuba. (Foto: cubacutec.com)

Reconoce el personaje por la foto:

R/ Diliamne Jouve "La Dura". (Foto: Instagram de la artista)

Respuesta al crucigrama



Crece, Expándete, Vende Más...

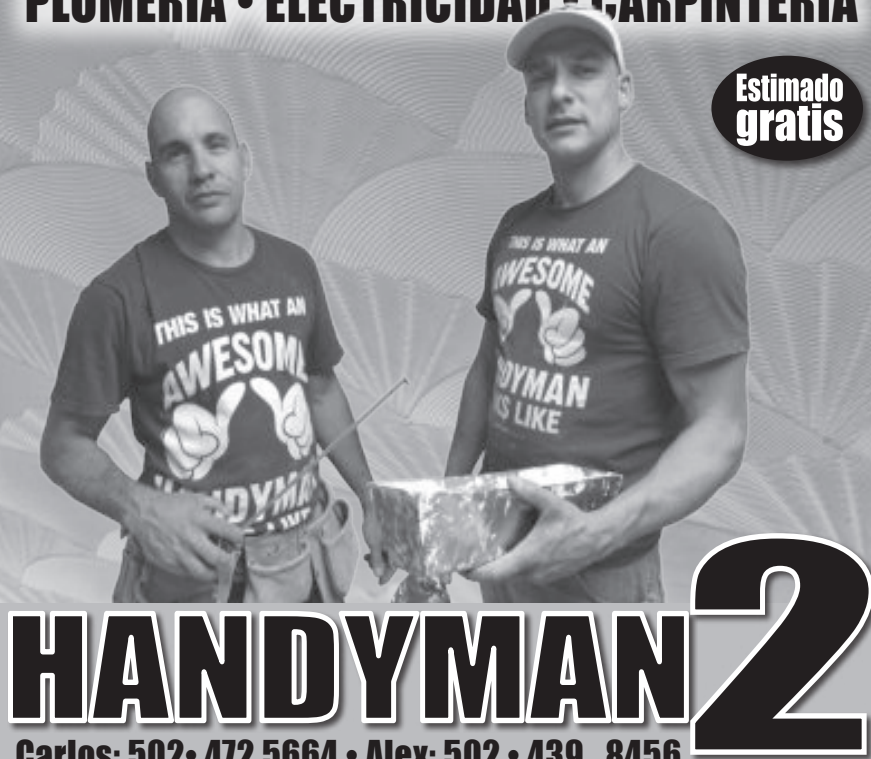
El Kentubano

Anuncia tu producto o servicio en El Kentubano. Precios especiales para pequeños y nuevos negocios. Contáctanos en el: (502) - 472 6902 / Ldfuentes@elkentubano.com

EXPERIENCIA • SERIEDAD • RAPIDEZ

REMODELACIONES • TEXTURAS DE CONCHA • PISOS
PLOMERIA • ELECTRICIDAD • CARPINTERIA

Estimado gratis



Carlos: 502-472.5664 • Alex: 502-439.8456

• SEGURO Y LICENCIA •



¿VA A CUMPLIR 65 AÑOS O ES NUEVO A MEDICARE, SE ESTÁ RETIRANDO O ESTÁ DESHABILITADO?

INTEGRAGROUP Y SU AGENTE FERNANDO DEL PINO PUEDE AYUDARLE A ELEGIR EL PLAN CORRECTO.

Encuentre un plan de Medicare avanzado con algunas de las compañías de seguros autorizadas y disponibles en su área residencia.



Fernando DelPino
Agent

fdelpino@integragroupllc.com

Disponible de Lunes a Viernes
8:30 am a 5:00 pm

O Visitenos en nuestras oficinas en:
8923 Stone Green Way
Suite 100,
Louisville, Kentucky 40220

502-386-2080



SOY LA REALTOR LATINA

**SI QUIERES COMPRAR, VENDER O INVERTIR
EN UNA CASA ¡YO TE PUEDO AYUDAR!**

Jenney Martin

(502) - 526 2053

jenney.m@americusrg.com





Kennedy DENTAL CARE

Patrick B. Kennedy, D.M.D.

502 • 969 • 4858

- Aceptamos la mayoría de los seguros dentales

- Exámenes para nuevos pacientes solo

- Extracciones

- CITAS DE EMERGENCIA DISPONIBLES.
- LE ATENDEMOS EL MISMO DÍA

**5900 Preston Hwy.
Louisville, KY • 40219**

- Lunes a Jueves: 8:00 am - 5:00 pm
(almuerzo 12:00 - 1:00 pm)
- Viernes, Sábado y Domingo cerrado

**BLANQUEAMIENTO
DENTAL**



LOUISVILLE SLUGGER FIELD, 401 E Main St, Louisville, KY 40202

NOCHE LATINA DE BASEBALL

Septiembre 20, 6:30 pm



TRAIGA LA CAMISETA DE SU PAÍS O DE SU EQUIPO FAVORITO ESE DÍA AL ESTADIO

TICKETS PARA NUESTRA COMUNIDAD A \$ 5.00
en los teléfonos (502)-386 2080 o (502)-674 8807,
o al email fdelpino@integragroupllc.com

Patrocinado por:
IntegraGroup Insurance
(Fernando Del Pino)
y Jencare Medical Center.



- Financiamiento de crédito limitado disponible
- Gran selección de autos, camionetas y SUV, nuevos y usados
- Pregunte cómo obtener tres años de cambios de aceite y rotaciones de neumáticos gratuitos

REFIERA A UN AMIGO
O FAMILIAR Y RECIBA
\$ 200

Donde el precio vende autos y el servicio mantiene a los clientes

ATENCIÓN EN ESPAÑOL CON:
Christian Garces
(502) - 650 4399

Visítenos en el 4142 Bardstown Rd. Louisville KY, 40218

Con licencias en Indiana, Kentucky y Florida
Podemos ayudarle a comprar o vender cualquier tipo de propiedad y
obtendrá el mayor beneficio posible.
Nuestra experiencia y conocimiento del mercado garantizan resultados.
¡Contáctanos para más información!



ZHOMES
REAL ESTATE

Móvil: 502 - 641 - 6623
Oficina: 502 - 909 - 5990

gilbert@zhomesre.com micasa.gilbert@gmail.com



www.zhomesre.com



Gilbert Zaldívar
Broker Principal



BARBA CONSTRUCTION
ROOFING • SIDING • WINDOWS • GUTTERS



(502) 338-3720

5910 Preston Hwy, Louisville, Ky 40219

barbaconstruct@gmail.com
barbaconstruction.com

FREE ESTIMATES AND FINANCING!

SIDING
WINDOWS
ROOFING
GUTTERS

Nuestros 8 años de experiencia en el mercado, no son sólo un número. Es el momento dedicados a nuestros clientes para hacer realidad el proyecto de la casa de sus sueños.