

# OZUL615

## FREE

VIERNES 10 DE ENERO DE 2025 ED. 084



Escanéame | Scan me







# Con Todo en el

# 2025

**¿Ustedes creen en hacer resoluciones de Año Nuevo? ¿Alguno de ustedes las ha hecho? Y, más allá, ¿alguno de ustedes las ha mantenido todo el año?**

### Las más populares son:

- Cuidar la salud física
- Mejorar la salud mental
- Ahorrar dinero
- Aprender algo nuevo
- Pasar más tiempo con la familia y amigos
- Contribuir a la comunidad
- Viajar o explorar

Todas son buenas opciones para comenzar el año, pero ¿cómo mantenerlas? Ese es el verdadero obstáculo. Aquí te dejo unos consejos que te ayudarán:

### 1. Define metas específicas y realistas:

En lugar de “comer más saludable,” di: “Comeré una ensalada 3 veces por semana.”

### 2. Divide tus metas en pasos pequeños:

Si quieres ahorrar \$1,200 en un año, ahorra \$100 al mes o \$25 a la semana.

### 3. Haz un seguimiento del progreso:

Usa una agenda, un calendario o una app para registrar tus avances.

### 4. Involucra a alguien más:

Comparte tus metas con un amigo o familiar para tener apoyo y motivación.

### 5. Sé flexible y paciente:

Si fallas un día, no abandones la meta. Retoma al día siguiente.

### 6. Recompénsate:

Celebra tus logros con pequeñas recompensas (un día de descanso, algo que te guste).

### 7. Recuerda tu “por qué”:

Ten presente la razón por la que tomaste esa resolución y cómo beneficiará tu vida.

*Sobre todo, recuerda que puedes empezar a cambiar tu vida en cualquier momento; no tiene que ser enero para dar el primer paso.*







## HOROSCOPO SEMANAL

### ARIES

21 de marzo al 19 de abril

Esta semana, Aries, la chispa del romance ilumina tu vida. Una sonrisa inesperada o un mensaje especial pueden marcar el inicio de algo mágico. En lo profesional, tu energía arrolladora abrirá puertas que nunca imaginaste.

### TAURO

20 de abril al 20 de mayo

Tauro, el amor está en los pequeños detalles: un café compartido, una caminata bajo las estrellas o un abrazo largo. Esta semana, tu perseverancia te llevará a lograr algo que llevas tiempo deseando. Recuerda que eres como un buen vino: mejoras con el tiempo.

### GEMINIS

21 de mayo - 21 de junio

Géminis, esta semana tu dualidad será tu mayor ventaja. Usa tu carisma para brillar en reuniones o conquistar a esa persona especial. En el trabajo, tus ideas frescas te convertirán en el alma del equipo. ¡Suelta las dudas y lázate a disfrutar de la vida como solo tú sabes hacerlo!

### CANCER

21 de junio al 22 de julio

Cáncer, el amor florece en tu corazón, ya sea con una pareja, familia o amigos. Esta semana, los astros te animan a soñar en grande: tus planes tienen el potencial de ser increíbles. Rodéate de energía positiva y verás cómo todo fluye.

### LEO

23 de julio al 22 de agosto

Leo, esta semana serás el centro de atención y todos estarán encantados de estar cerca de ti. En el amor, un gesto romántico inesperado puede hacer latir tu corazón más fuerte. En tu carrera, tu liderazgo brillará. Usa tu pasión para inspirar a otros.

### VIRGO

23 de agosto al 22 de septiembre

Virgo, esta semana el amor y la admiración que recibes te recordarán lo valioso que eres. En el trabajo, un detalle bien pensado hará que tus esfuerzos sean reconocidos. Aprovecha para desconectarte un poco y disfrutar de los pequeños placeres de la vida.

### LIBRA

23 de septiembre al 22 de octubre

Libra, esta semana trae equilibrio y amor a tu vida. Si estás en pareja, los momentos juntos serán inolvidables. Si estás soltero, alguien podría robarte más que una mirada. En lo profesional, tu sentido de la armonía solucionará un problema complejo.

### ESCORPION

23 de octubre al 21 de noviembre

Escorpio, esta semana tu intensidad emocional será tu mejor aliado. En el amor, una conversación profunda puede transformar una relación para bien. Tu magnetismo atraerá oportunidades increíbles, ¡no las dejes pasar!

### SAGITARIO

22 de noviembre al 20 de diciembre

Sagitario, la aventura te llama, y el amor puede estar en los lugares más inesperados. En el trabajo, un nuevo reto sacará a relucir tu lado más creativo. Rodéate de personas que te hagan reír hasta que te duela el estómago.

### CAPRICORNIO

21 de diciembre al 20 de enero

Capricornio, esta semana los astros te animan a bajar un poco el ritmo y disfrutar de los frutos de tu esfuerzo. En el amor, tu lealtad será recompensada con cariño sincero. En lo profesional, una conversación clave te abrirá nuevas puertas.

### ACUARIO

21 de enero al 19 de febrero

Acuario, tu creatividad estará al máximo esta semana, iluminando tanto tu vida amorosa como tu trabajo. Si hay algo que has estado postergando, ¡es el momento de actuar! Tu visión única inspirará a todos a tu alrededor.

### PISCIS

20 de febrero al 20 de marzo

Piscis, esta semana estarás más romántico y soñador que nunca. Tu intuición te guiará hacia momentos mágicos con quienes amas. En lo profesional, una idea brillante puede llevarte a nuevos horizontes. ¡No te subestimes!

**ÁREA ZEN**

El cambio es la única constante. Aceptar la naturaleza fluida de la vida nos libera del apego a la inmovilidad y nos impulsa a adaptarnos y crecer ante las transformaciones.

**HERÁCLITO**





# Color del año 2025

**El Pantone Color del 2025 es PANTONE 17-1230 Mocha Mousse o Mousse de Moca, es un café cálido y rico con notas pasteles que evocan comodidad y delicadez.**

**E**ste color es elegante y refinado, aunque evoca tonos tierra que inspiran confort.

La selección de este color se inspiró en parte por un tren en los Medios sociales “Pequeños Caprichos” donde las personas se dan pequeños gustos o caprichos para fomentar el cuidado personal. La idea detrás de este tren es encontrar regocijo en las pequeñas cosas y elevarlas en el diario vivir.



El Instituto del Color Pantone, que llega a su año 26, acerca a profesionales del diseño a detonar conversaciones sobre el impacto del color. Inició como un proyecto educativo y hoy día ya es una tradición anual que representa las tendencias de la cultura global. El

color del año es una tendencia que se utiliza en muchos sectores artísticos y visuales, como la moda, la joyería, la arquitectura, el diseño y la publicidad. Y sirve como brújula para las industrias creativas. El color se elige a partir de un proceso que involucra a expertos

de distintas disciplinas, cuyos nombres se mantienen en secreto y estos analizan todo lo que ocurre en la sociedad. El color del año refleja lo que está ocurriendo en la cultura mundial en ese momento, y no se trata de una tendencia singular de un país o región. Si observamos bien lo veremos en todas partes.

La vicepresidenta del Instituto, dijo que las influencias “pueden incluir la industria del entretenimiento y las películas en producción, las colecciones de arte itinerante, los nuevos artistas y la moda”, en fin, todos los ámbitos del diseño.

En el próximo artículo veremos como el Mocha Mousse influye en lo que a nosotras nos interesa, los colores del cabello y maquillaje para este nuevo año 2025.



Muy pronto

# AZUL615 Magazine

Anniversary

**AZUL615** Magazine

Información de la  
A la Z

Somos una revista de habla hispana, con un alcance inicial de 10,000 usuarios entre nuestra distribución física (en 7 condados de Tennessee), la edición digital, página web y nuestras redes sociales, llegando a un público ávido de un referente informativo en temas diversos de gran interés.

Su apoyo ayuda a la comunidad hispana para seguir prosperando.

**PUBLISHER:**

*Karha Ramón*

**EDITOR:**

*Omar García*

**GRAPHIC DESIGN:**

*Jazz*

**CORRECCIÓN DE ESTILO:**

*Araceli Susunaga*

**FUENTE INFORMATIVA:**

*Prensa Asociada. (AP).*

AZUL615 es una publicación quincenal. Las opiniones de los artículos y los contenidos de la publicidad pertenecen únicamente a los escritores y anunciantes, respectivamente. No somos responsables de algún contenido que pueda ser malinterpretado o no vaya de acuerdo con su opinión.

azul615.com



Síguenos en:  
@azul615mag





## EDUCACIÓN FINANCIERA:



# Nuestras finanzas al inicio y fin de año

**Hemos comenzado un nuevo año, el 2025. Hace varios años leía o escuchaba lo que sería vivir en los 2020 en adelante.**

■ **Parecía tan lejano!** Las predicciones para estos años eran halagadoras y no tan halagadoras. Lo cierto es que ya estamos en día 7 de enero del 2025.

Las fiestas y convivencia con nuestras familias y amigos, la comida, las salidas de cualquier tipo han hecho que nuestras finanzas se afectaran. A lo mejor fuimos precavidos y nos ajustamos a lo presupuestado pero la realidad es que la mayoría de nosotros nos salimos de lo que planeamos gastar. Ahora es el momento de empezar a recuperarnos financieramente.



Toca apretarse el cinturón, evitar gastos innecesarios y darnos algún gusto. Recortar gastos es una de las mejores estrategias para esa recuperación financiera de la que hablamos. Y si eres de aquellos que contrajeron una deuda para

poder irse de vacaciones, comprar regalos, las cenas de navidad y año nuevo, o cualquier otra actividad, te sugiero que no lo vuelvas a repetir y que empieces a hacer provisión para pagarla y también que ahorres para cuando toque pagar la mensualidad

de lo que se pagó con las tarjetas de crédito.

En la serie de artículos escritos en meses pasados para esta revista, se tocó el tema de las deudas en las finanzas personales. Recuerda que cuando tienes una deuda con tarjetas de crédito, es muy común cometer el error de pagar solo el monto mínimo requerido por el banco. Siempre hay que abonar una cantidad mayor para no generar más intereses porque si no se hace de esa manera la deuda seguirá creciendo.

Te sugiero que en preparación para lo que vayas a celebrar o los regalos que consideras vas a entregar, las vacaciones y viajes que tengas en mente realizar, empieces a hacer “tu guardadito” desde ahora para que cuando llegue la fecha estés preparado para la ocasión.

*Yo ya comencé... ¿Está dispuesto a comenzar hoy mismo?*



# Inglés Básico

## EMERGENCIAS



**¿Necesita ayuda?**  
*Do you need help?*

**Llame a una ambulancia,**  
**por favor.**

*Call an ambulance, please.*

**¡Necesito ayuda médica!**  
*I need medical assistance!*

**¿Dónde está la estación**  
**de policía más cercana?**

*Where is the nearest police station?*

**¿Hay un hospital cercano?**  
*Is there a hospital nearby?*

**¡Llama a la policía!**  
*Call the police!*

**¿Dónde está la salida**  
**de emergencia?**

*Where is the emergency exit?*

**Necesito hablar con**  
**alguien que hable**  
**español/inglés.**

*I need to speak with someone who speaks Spanish/English.*

**¡Fuego!**

*Fire!*

**¿Hay un extintor de**  
**incendios aquí?**

*Is there a fire extinguisher here?*

## GRUPO DE JUEGO Y APOYO FAMILIAR PARA PADRES QUE HABLAN ESPAÑOL

La consultora de lactancia Cesilia estará allí para ayudar con la lactancia materna y los desafíos de la crianza, y para ayudar a orientar a cualquier persona que necesite apoyo.

**Jueves Enero 16**

**Jueves Febrero 20**

**5:00pm-7:00 pm**

**En la Biblioteca**

**Pública de Madison**

**610 Gallatin Pike S,**

**Madison TN 37115**

UN GRUPO DE JUEGO EN ESPAÑOL DONDE LAS FAMILIAS APRENDERÁN LAS UNAS DE LAS OTRAS SOBRE LA CRIANZA DE LOS HIJOS Y OBTENDRÁN RECURSOS LOCALES DONDE LES BRINDARÁN APOYO.





# MOMENTUM


**AFTERDARK**

Omar García

Al comenzar un nuevo capítulo en Azul 615, reflexionamos sobre el poder de los inicios: momentos que significan no solo comienzos, sino también la culminación de dedicación y crecimiento. Al igual que pasar la página de un libro, estos hitos clave nos inspiran a detenernos, celebrar y esforzarnos por la mejora continua.







Los inicios no se tratan solo de marcar el tiempo; se trata de abrazar oportunidades para evolucionar. En Azul 615, cada proyecto que emprendemos, cada desafío que enfrentamos y cada meta que alcanzamos es un testimonio de nuestro compromiso con el crecimiento. A lo largo de 3 años, hemos construido un legado de resiliencia y adaptabilidad, siempre empujando los límites de la creatividad y la excelencia.

Este número marca un hito particularmente especial: el estreno del nuevo tamaño de nuestra revista. Esta transformación refleja nuestra dedicación a mejorar la experiencia del lector, hacer nuestro contenido más accesible y alinearnos con los estándares de diseño

moderno. El nuevo formato representa no solo un cambio en las dimensiones, sino un compromiso más amplio con la innovación y la excelencia en todo lo que hacemos.

Este viaje no ha estado exento de lecciones. Cada logro nos ha enseñado el valor de la colaboración, la fortaleza en la perseverancia y la importancia de la innovación. Mientras celebramos nuestro progreso, seguimos comprometidos a perfeccionar nuestro oficio, aprender de los comentarios y establecer nuevos estándares en todo lo que hacemos.

La filosofía de la mejora continua está profundamente entrelazada en el tejido de Azul 615. Impulsa nuestra visión, da forma a nuestras estrategias

y alimenta nuestra pasión. Con cada inicio, reafirmamos nuestra determinación de abrazar el cambio y buscar nuevos horizontes.

Mientras miramos hacia el futuro, te invitamos a unirse a este viaje. Ya sea que hayas sido parte de nuestra historia desde el principio o que recién nos estés descubriendo, tu apoyo y colaboración son las claves para nuestro éxito compartido. Juntos, honremos el espíritu de los inicios y las infinitas posibilidades que traen.

*Brindemos por los nuevos comienzos y la incansable búsqueda de la excelencia. En Azul 615, lo mejor está por venir.*





# Killer Coffee Shops

**Wake up! Grab a brush and put a little makeup! No? What, you've got problems getting motivated to move in the morning? Worry not.**

**P**roblems have solutions, and there's no need to kick off 2025 with a lethargic shuffle. Maybe you just need the classic boost of a nice, stout cup o' Joe. Not feeling up to making it yourself?

Jeez, you really are in bad shape, but don't fret, lazy bones. Gringo's got you.

Now, just as with most cities (except for Charleston, SC, strangely enough), Nashville has plenty of spots happy to serve you up a solid cup of coffee. But never mind that. It's also chock full of places that offer a wide variety of specialty lattes, espressos, Americanos, macchiatos, and everything in between that will not only help put that sorely needed pep in your

step but are also sure to soothe your soul and plaster a wide, cozy smile across that mug of yours.

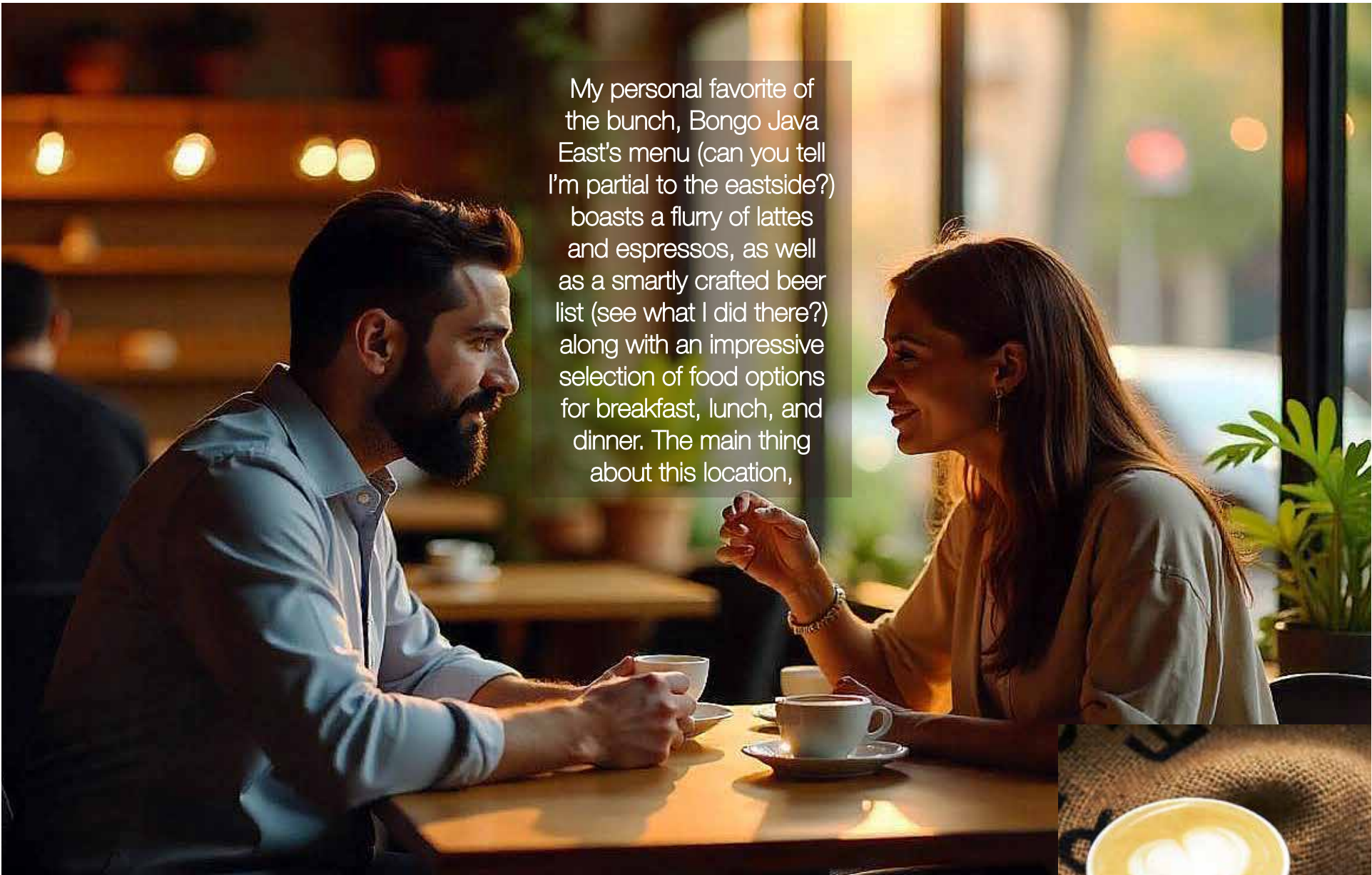
## **See what I did there? Coffee? Mug?**

Anyway, without any further silliness, please observe the following list of a few of our fine city's more choice java merchants and make it a point to stop by one or three the next chance you get. If you're the type of person who can appreciate the good stuff, I promise it'll be worth the drive.

## **Ugly Mugs**

Kicking it off is this lovely little coffee joint off Eastland Avenue in East Nashville that not only sports a solid variety of coffee infused drinks to choose from but rounds things out nicely with a number of bagels, paninis, and, for you lightweights, even some salads. Pow! And what's better, they match the comfort of the food with some comfort for your heinie. This sweet little space is adorned with cushy couches, chairs, and, appropriately,





My personal favorite of the bunch, Bongo Java East's menu (can you tell I'm partial to the eastside?) boasts a flurry of lattes and espressos, as well as a smartly crafted beer list (see what I did there?) along with an impressive selection of food options for breakfast, lunch, and dinner. The main thing about this location,

conveniently placed coffee tables. Bing, bang, boom.

### **Bongo Java East + Gamepoint**

My personal favorite of the bunch, Bongo Java East's menu (can you tell I'm partial to the eastside?) boasts a flurry of lattes and espressos, as well as a smartly crafted beer list (see what I did there?) along with an impressive selection of food options for breakfast, lunch, and dinner. The main thing about this location,

though, that sets it apart from the rest - as alluded to in its name - is its nearly overwhelming smorgasbord of board games (smorgas-board? Okay, I'll stop). From Monopoly to Catan to Trivial Pursuit to chess, you'll find shelves upon shelves of gaming options to enjoy while you munch your breakfast burrito and sip your frothy suds. Also, before you leave, be sure to grab one of their dark-chocolate-and-beet vegan muffins. I know it sounds absurd, but just trust me on this one. Pure heaven.

### **Dose (Eastside location)**

A cozy vibe with tasty coffees and treats, as well as proper food plates that could serve as meals, this is another perfect one-stop shop for all of your morning needs. Why not get a healthy breakfast in with your caffeine fix and a dessert knocked out all in one bang? Once again, we have another spot nested in my favorite part of the city. Dose East comes with the usual laid back feel that we've come to expect from establishments in the area, complete with sweet-as-pie staff.



Throw in the fat bonus of this being the only Dose location in the city that offers the option to spike your drinks (take that, Monday morning blues!), and it's no wonder how it got included on my list.

There. You now have no excuse for not being chipper. Drink up readership! I'll see you next issue.





**ES LA VOZ DE TODOS**



**TODA LA COMUNIDAD PUEDE PARTICIPAR**

**“Alza tu voz y te haremos escuchar”**

Envíanos tus comentarios, solicitudes, servicios sociales, dudas, preguntas, historias y tendrás una ventana a la comunidad tanto impresa como digital.

También puedes enviarnos tus recetas favoritas y las publicaremos con gusto.

### **PARTICIPAR ES MUY FÁCIL**

Escanea el código QR que está en este recuadro y te llevará directamente a nuestro correo electrónico.

Tan pronto recibamos tu comunicación nos pondremos en contacto contigo.

**#TUVOZESAZUL**



**PROVIDENCE**  
*Insurance Agency*

**Por: Mario Guzmán**

Agente de seguros, preparador y registrador de impuestos.

#### **TE OFRECEMOS:**

- Seguros para automóvil
- Seguros de renta
- Seguros para el hogar
- Workers Compensation
- General Liability
- Preparación de impuestos
- Notario Público
- Registración de compañías

#### **CONTÁCTANOS:**

- (615) 625-0165
- (615)-505-0303

#### **HORARIOS:**

- **Lunes a Viernes:**  
9:00 a.m. a 5:00 p.m.
- **Sábado:**  
9:00 a.m. a 1:30 p.m.

#### **SUCURSALES:**

- 214 N Lowry Street,  
Smyrna, TN 37167
- 4720 Nolensville Pike,  
Nashville, TN 37211.

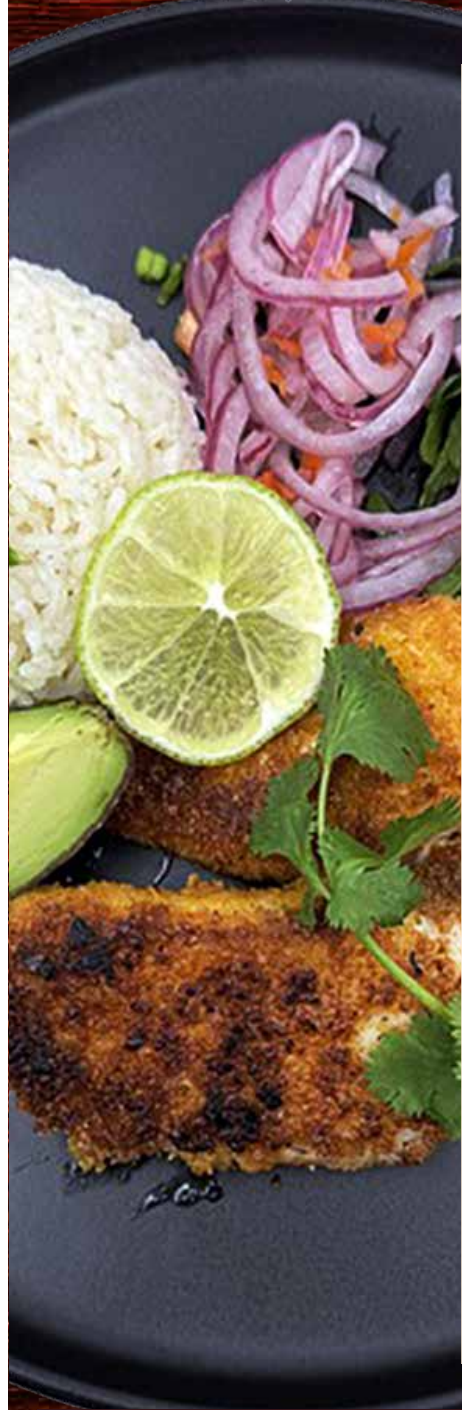
**¡Estamos completamente a su servicio!**







# Filete de pescado frito y ensalada



## ¡Buenas, buenas, mi gente!

Hoy les traigo un plato sencillo y muy colorido, ideal para impresionar a su familia a la hora de comer, gracias a sus variados colores y sabores. ¡Espero que les guste! Comenzamos:

### Ingredientes

**Proteínas:**  
6 filetes de pescado  
3 huevos

### Verduras:

1/2 cebolla morada  
5 limones  
2 chiles habaneros (opcional)  
3 tomates  
1 lechuga romana  
3 aguacates Hass  
1/8 de manojo de cilantro  
5 dientes de ajo  
1/8 de cebolla blanca

### Otros:

1 taza de arroz  
2 tazas de agua  
1/2 barra de mantequilla  
1 taza de pan molido  
2 oz de sal  
2 oz de pimienta negra

## Preparación

### 1. Arroz blanco:

En una cacerola, derrite la mantequilla a fuego medio.

Agrega la cebolla blanca finamente picada y, después, 2 dientes de ajo picados.

Incorpora el arroz y remueve hasta que cambie de color.

Añade las 2 tazas de agua y cocina a temperatura media durante aproximadamente 5 minutos.

Cuando el agua comience a evaporarse, baja el fuego al mínimo, tapa la cacerola y cocina por 8 minutos más.

Retira del fuego y deja reposar tapado hasta que el arroz esté listo.

### 2. Encurtido de cebolla morada:

Corta la cebolla morada en julianas.

Pica el chile habanero en trozos pequeños (si decides usarlo).

Exprime los limones y mezcla el jugo con la cebolla y el chile.

Agrega 1/2 oz de sal y mezcla bien. ¡Listo el encurtido!

### 3. Ensalada básica:

Lava bien la lechuga.

Corta el tomate en rodajas y coloca una pizca de sal sobre cada rodaja.

Sirve la lechuga con las rodajas de tomate encima.

### 4. Pescado frito:

En un tazón, bate los huevos con una pizca de sal y pimienta.

Sumerge los filetes de pescado en la mezcla de huevo, asegurándote de cubrirlos por ambos lados.

En otro tazón, mezcla el pan molido con sal y pimienta. Pasa los filetes cubiertos de huevo por el pan molido hasta empanizarlos.

En un sartén con aceite caliente, añade 3 dientes de ajo y fríe los filetes de pescado, cocinándolos aproximadamente 4 minutos por cada lado.

Retira del sartén y escurre en papel absorbente.

Espero que les haya gustado esta receta. Es deliciosa, fácil de preparar y balanceada. ¡Bendiciones! Los espero en la próxima. Que tengan un día productivo y eficiente.



# Let's Play



## Juego del Momento

Juega en línea



Escanea tu  
Código QR  
y Disfruta

CADA 15 DÍAS  
UN JUEGO DIFERENTE

## SOPAS DE LETRAS

TEMA:

Oriente

A	R	P	H	D	E	T	A	K	M	N	E
Ñ	R	L	I	R	R	I	I	T	J	A	T
Y	S	M	P	J	N	M	S	B	O	M	I
A	V	I	E	A	W	W	R	R	J	O	A
O	H	E	D	N	R	H	A	A	U	K	W
C	N	R	S	B	I	D	E	O	T	D	U
Ñ	O	A	M	Y	Ñ	A	L	N	J	A	K
J	Y	S	B	A	R	E	I	N	F	G	C
H	K	A	R	I	K	D	Y	R	J	M	G
T	D	O	F	Q	L	A	Q	P	C	F	S
A	Z	E	R	B	A	I	Y	A	N	E	A
B	O	P	A	O	T	E	G	I	P	T	O

ARMENIA  
AZERBAIYÁN  
BARÉIN  
CATAR  
CHIPRE  
EGIPTO

IRAK  
ISRAEL  
JORDANIA  
KUWAIT  
LÍBANO  
OMÁN

## 9 Diferencias



## SUDOKU

MINI:

2			4	3	5
		3			
	5				
6	4	1			2
			6		
5			2		6

MEDIO:

				7	9	3
	7		1	6		
			4		8	7
		4				2
		2		4		
		5	9	3		
		7		6		4
	1					8
	2			1	3	

EXPERTO:

		7		2	3		5
				5			
	1						7
9			6		1		
			3		4		1
3	4						9
			5				
	7	8			1	3	
		2					8

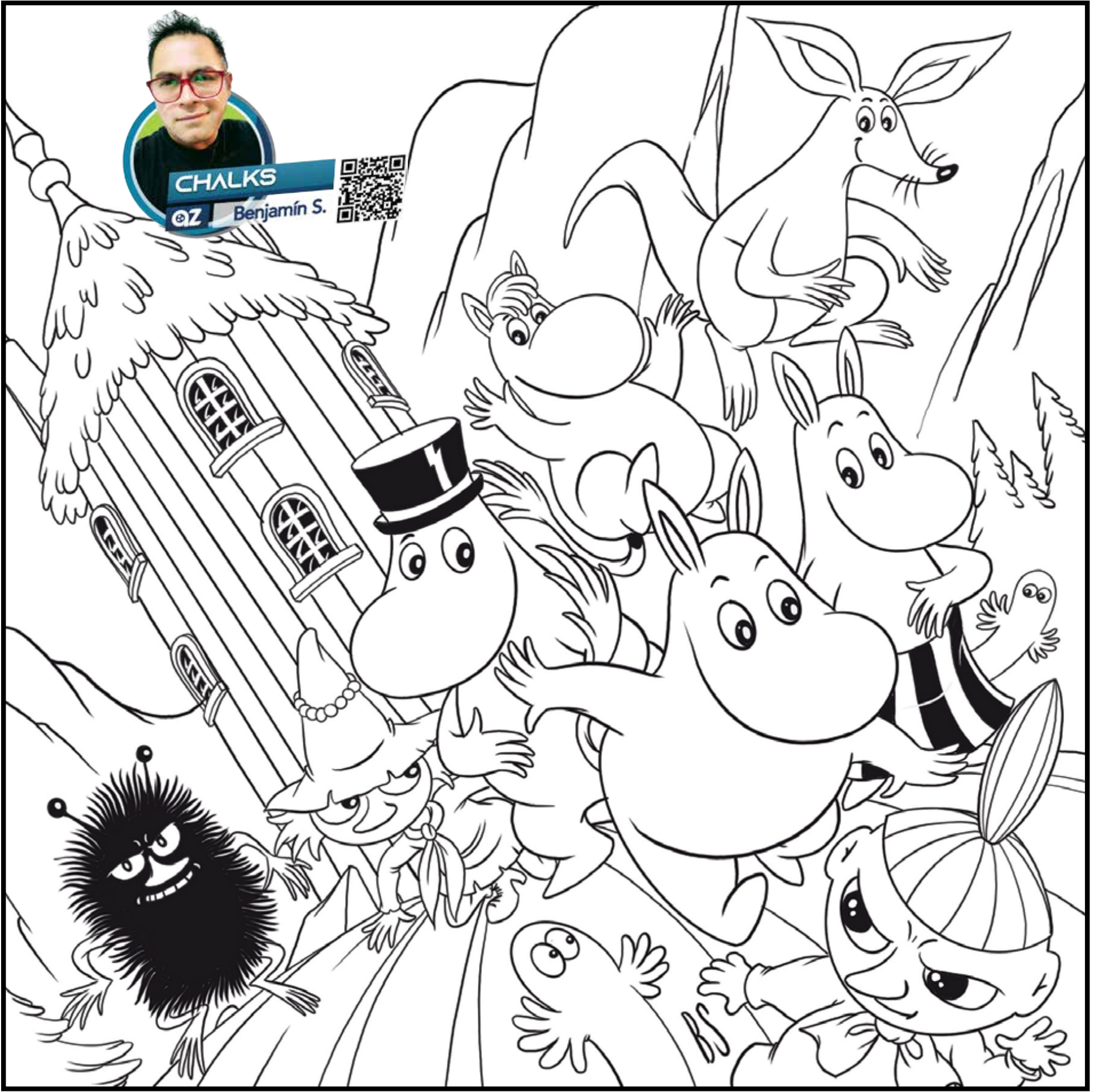




CHALKS



Benjamín S.





Reading is...

# FREE

Failing to advertise can be costly

**Having a tough time  
advertising to the  
Hispanic community?**

**¿Tiene dificultades para  
anunciarse con la  
comunidad hispana?**

**We do that  
for you easily and  
for the best price**

**Nosotros lo hacemos  
por usted, fácil y al  
mejor precio**

**azul615**  
Magazine

CONECTADOS AL NUEVO MUNDO

**DON'T GET BLUE, GET AZUL!**

**CONTÁCTENOS AL: 615-337-2894**



Síguenos en:  
@azul615mag



#TUVOZESAZUL



**Buenos lugares,  
sin importar  
en qué lista  
te encuentres.**

Estacionamiento  
para todos en / **BNA**

MÁS INFORMACIÓN  
FLYNASHVILLE.COM