• Viernes 10 de Marzo de 2023 / Edición 037 •

FREE

azul615 Magazine

CONECTADOS AL NUEVO MUNDO

TYPO / PEQUEÑOS FELICES ACCIDENTES

manuel

OFFICIAL FACEBOOK

Por: Karlha Ramón

Cuando el Nashville Soccer club sacó su playera "The man in Black" en honor a Johnny Cash, instintivamente pensé en ir a platicar un poco con el hombre responsable de ese icónico outfit: Manuel.

Fui buscando hablar de Johnny Cash y de sus trajes negros, y encontré mucho más… filósofo por naturaleza, amable, sencillo y con fascinantes anécdotas vividas, me dio más que una entrevista, una plática entre amigos.

Aunque ha trabajado con íonos de varios ámbitos, él se mantiene sencillo aunque admite que si le gusta tratar con gente de "alto calibre" porque para eso "se pinta él".

A pesar de ser un lujo contar un ícono de la moda en nuestra ciudad, sin presunciones, en su taller no solo muestra piezas de finos acabados sino también piezas elaboradas a detalle con bordados y destellos que bien podrían ser la envidia en cualquier bar de la Broadway o piezas centrales en escenarios de talla mundial. Y es que sin lugar a duda todas están hechas para resaltar y ser el centro de atención. Su ropa no es apta para tímidos, de eso estoy segura.

En este punto de la vida su marca no solo es reconocida sino que tiene la ventaja de que su trabajo lo respalda, y es que contar con un portafolio con nombres como Elvis Presley, Elton John, John Lennon, John Travolta, Lady Gaga, the Killers, solo por mencionar algunos, porque hay muchos, muchos, muchos más! demuestra que no solo abrió camino en el mundo de la moda sino que su ingobernable estilo listo para cambiar el status quo lo convierte en un innegable referente. En sus palabras, él sabe que cuando tienes un buen producto se vende sin necesidad de ser ambiciosos con la gente. Y que la riqueza no se da de la noche a la mañana. La avaricia tal vez aumente la cantidad de dinero que tengas, pero no aumenta tu valor como persona; lo que no sirve moralmente no sirve sin importar la cantidad de dinero que eso conlleva y, para él su fortuna está en el amor y la salud.

El atribuye su éxito a su trabajo duro y que ama lo que hace. No ve su vida sin trabajar, siente que se muere si no trabaja. Posee una mente que no descansa, y constantemente está pensando en su siguiente diseño original y viendo oportunidades de diseño en cualquier ámbito ya sea ropa, calzado, trabajos de piel o decoración. El tiene un don para el diseño y no conoce límites para desarrollarlo.

A pesar de haber conocido a tanta gente famosa se mantiene sencillo y presto a ayudar a la comunidad de Nashville siendo uno de los miembros del board de Directores de la Nashville Area Hispanic Chamber of Commerce (NAHCC)

No esconde nada y si tiene que enseñar algo lo enseña puesto que sabe que uno no puede ser egoísta y debemos, no solo compartir, sino también admirar lo que otras personas hacen bien. Su generosa personalidad lo ha llevado a conocer personas que ponen el corazón en lo que hacen y los ayuda, es por eso que ha vestido a gente famosa desde antes de que lo fueran.

Le pedí un consejo y me dijo: "Es muy aceptado tener ambición y si vas a hacer alguna cosa ¡hazla sin miedo! Haz las cosas por inspiración no por obligación, educando al cerebro a crear cosas que realmente bendigan el camino de lo que tú quieres hacer".

Vine por una entrevista, pero salí con una lección de vida… Manuel está preparando su libro de memorias ¡y estoy segura vienen cosas buenas!

KARLHA RAMÓN
Publisher
Phone: +1 (615) 337-2894
karlha@azul615.com

Miembros de: NAHCC
Cámara de Comercio Hispana del Área de Nashville
www.nashvillehispanicchamber.com

azul615.com

Síganos en: azul615 Magazine

¿QUÉ ES EL COLÁGENO Y PARA QUÉ SIRVE?

PARTE 2

Estela Hayes • estelahayes

Por: Estela Hayes
Colorista y Consultora de Imagen

Aunque a partir de los 20 años nuestro cuerpo pierde de 1 a 2 % anualmente, también tenemos la capacidad de producir más colágeno

El colágeno es una proteína y esta a su vez es una combinación de aminoácidos. Hay dos aminoácidos que juegan un papel muy importante en la producción de colágeno: Glicina y Prolina. También necesitamos Vitamina C, Zinc y Copper, estos son los ingredientes fundamentales para la producción de colágeno en nuestro cuerpo.

La mejor manera de obtener el colágeno es por medio de los alimentos ricos en proteínas.

Para que nuestro cuerpo produzca su propio colágeno necesitamos dos ingredientes claves que debemos incorporar a nuestra dieta:

1. Aminoácidos: Son bloques que conforman a la molécula, la proteína de colágeno.

2. Vitamina C: Consumir suficiente vitamina C, permite que el colágeno se forme. Sin esta vitamina, o con poca de ella no se forma el colágeno. Es necesario consumir cítricos y verduras o vegetales verdes.

Es necesario comer alimentos ricos en aminoácidos y estos se encuentran en carnes blancas y rojas, preferiblemente, magras. Pero una de las mejores fuentes de aminoácidos es el huevo que posee la Prolina y Glicina que forman la proteína del colágeno.

Y recuerde que si compra su suplemento de colágeno debe ser de bovinos y contener Glycine y Proline. ***¡Bravo les amis!***

HORÓSCOPO

Semanal

Aries
21 de marzo al 19 de abril

Tanta libertad gracias a la posición de Marte y Venus en Acuario te dará la confianza para finalmente decir que no a esos planes que realmente no quieres hacer. Muchas veces pecas de buena voluntad.

Tauro
20 de abril al 20 de mayo

No te obsesiones demasiado con el inicio de ese proyecto, por más que la luna nueva en Piscis sea el momento perfecto, pues te recuerdo que aún tienes seis meses para hacerlo realidad. Mientras planees cómo hacerlo y de dónde vas a sacar el dinero (lo más importante), lo estás haciendo bien.

Géminis
21 de mayo - 21 de junio

Que todo el mundo sea un poco Acuario, con Marte y Venus en la constelación, te gustará. Sobre todo porque la gente va a querer hablar por los codos contigo. Así que aprovecha.

Cáncer
21 de junio al 22 de julio

Ese problema que tienes con tu amigo y que no lleva a ninguna parte, tiene que terminar. ¿Por qué? Porque no lo estás pasando bien. Date cuenta, estás volviendo a poner el bienestar de los demás en el tuyo. Y eso no está bien en absoluto.

Leo
23 de julio al 22 de agosto

Lo mejor de vivir por encima del bien y del mal es que siempre eres tú quien gana cuando los demás terminan dramatizando. Esta semana, por supuesto, será así, porque irás olímpicamente a responder a esos 'crush'.

Virgo
23 de agosto al 22 de septiembre

Las segundas partes no tienen por qué ser malas. Ahora, cuando se trata de que un Virgo intente volver a confiar en alguien... ¿Estás seguro de que vas a poder hacerlo? ¿Estás seguro de que no vas a estar con la mosca detrás de la oreja todo el tiempo?.

Libra
23 de septiembre al 22 de octubre

Vas a estar completamente desenfocado esta semana. Piscis tiene ese efecto en ti y, si encima Marte y Venus se acercan poco a poco al signo… ¡Apaga y vámonos! Solo te pido que tengas un poco de cuidado con cosas tan simples como no cortarte el dedo cocinando.

Escorpión
23 de octubre al 21 de noviembre

La relación con tus amigos está mejor que nunca, así que no dudes en pasar la semana haciendo planes con ellos e improvisando muchos otros. Las vibraciones de Acuario te van a llevar a ello y te aseguro que, lo que no se organiza, se acaban convirtiendo en los mejores momentos de tu vida.

Sagitario
22 de noviembre al 20 de diciembre

Los Piscis tienen una maravillosa habilidad para enamorarse de alguien a primera vista... pero luego lo pasan mal cuando no cumple con sus expectativas. Esto es lo que te va a pasar esta semana, cuando te encuentres cara a cara con una persona que te fascina.

Capricornio
21 de diciembre al 20 de enero

Bienvenido a tu sequía emocional conocida como: no vas a tener ningún tema amoroso porque prefieres no complicarte la vida. Está bien, por supuesto, siempre y cuando sea lo que realmente te apetezca hacer y no sea una estrategia para dejar de pensar en tu ex.

Acuario
21 de enero al 19 de febrero

Todos los planetas están de tu lado. Mercurio, Marte y Venus están en tu constelación potenciando tus virtudes... y también tus defectos. Verás qué parte de ti quiere explotar, pues la relación con tus amigos esta semana depende del estado de ánimo en el que quieras estar.

Piscis
20 de febrero al 20 de marzo

¡Feliz cumpleaños, niña Piscis, eres la mejor! Esta semana te será un poco difícil sentirte como en casa aunque tu estación sea la predominante, ya que los tres planetas sociales siguen en Acuario. Mercurio pone tu mente a mil y sin duda a la vez, Marte te hará pasar por absolutamente todo.

Fuente: cosmopolitan.com

DEL PADDOCK AL

Por: María Fernanda Ibarzábal

Fashion Week

Este 5 de marzo de 2023, regresó una de las temporadas favoritas: la Fórmula 1 y, al igual que los fanáticos de los autos, los fanáticos de la moda tenemos mucho que esperar.

Lewis Hamilton es un piloto británico de la F1 que debutó en 2007 con la escudería McLaren después de haber ganado la GP2 Series. Actualmente, Hamilton ha sido 7 veces campeón mundial y corre con la escudería Mercedes. Pero ser uno de los mejores en su categoría no es lo único en lo que ha destacado el piloto; Lewis también es uno de los corredores de la Fórmula 1 más fashion que hemos visto.

Eric McNeal es un estilista y consultor de moda neoyorquino y es el responsable de que todas las miradas estén en Lewis Hamilton cada vez que este ingresa al paddock, usando marcas como Ferragamo, Tommy Hilfiger, Raf Simmons, Timberland, Versace y Louis Vuitton.

Pero la elección de ropa para el piloto no es al azar; es un artículo para la web oficial de la Fórmula 1, McNeal dio el contexto de cada uno de los outfits que Lewis usó en la temporada de 2022, desde México hasta Singapur, tomando en cuenta factores como el clima y la estación del año para elegir los colores y telas adecuadas.

Hamilton ya es un ícono de la moda dentro y fuera del paddock, y sus outfits destacan a donde vaya. Así lo demostró hace pocos días en la Semana de la Moda de Londres, en donde el piloto vistió completamente de color negro en un outfit exclusivo de Moncler, incluyendo las botas y complementando el look con unos aretes de Tiffany & Co.

Hamilton competirá esta nueva temporada por ser el piloto número uno del mundo; pero si en algo no tendrá que competir definitivamente será en su ropa.

INGLÉS BÁSICO

TIPS PARA MEJORAR TU INGLÉS

4. Toma notas de vocabulario nuevo

Cada vez que aprendas una palabra nueva, ya sea en el salón de clases o cuando estés fuera de casa, asegúrate de anotarla. Siempre que tengas algo de tiempo libre, puedes practicar lo que has aprendido. Incluso podrías hacer esto en tu teléfono para que no necesites llevar una computadora portátil contigo.

También vale la pena tomar nota de la traducción a tu propio idioma y cualquier aspecto fonológico inusual de la palabra.

ÁREA ZEN

"Podemos cambiar son nuestras percepciones, las cuales tienen la particularidad de cambiar un todo"

Donna Quesada.

AZUL615 Magazine

TENEMOS
Información de la A 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, pagina 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.

CEO: Karlha Ramón / **Editor:** Omar García / **Graphic Design & Layout:** Jazz.
Community Manager: Bondi. / **Corrección de Estilo:** Araceli Susunaga
Fuente Informativa: Prensa Asociada. (AP).

AZUL615 es una publicación semanal. 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.

www.azul615.com

AZUL615 Magazine

Síguenos en:
@azul615mag

LA MEJOR C DEL

Por: Oma

Bien dice el dicho, febrero loco y marzo otro poco, eso en cu
este mes viene cargado de "chatarra" de la buena. En este es
tus sentidos no d

Attack on Titan: The Final Chapters Parte I

El anime basado en la obra de Hajime Isayama por fin llega a su fin, tras dividir la última temporada en 3 partes, la 3ª consistirá en 2 especiales. El primero cuenta con una hora de duración, seguro te llenará de hype por la conclusión de la obra.

Estreno en Crunchyroll el 4 de marzo.

You: Temporada 4 Parte II

La primera parte de esta temporada nos dejó con un cliffhanger… romance, acoso, muerte, y un grupo de millonarios que esconden más secretos que el área 51, hace que uno esté impaciente por la llegada de la parte 2, ¿Será que Joe Goldberg logra redimirse de sus pecados y salirse con la suya?

Estreno en Netflix el 9 de marzo.

Succession: Temporada 4

Llegan 3 temporadas llenas de intrigas y traiciones en el seno familiar de los Roy; el patriarca Logan enfrentándose a sus cuatros hijos y con una venta del conglomerado parte de Elon Musk…una joya oculta está por terminar.

Estreno en HBO Max el 27 de marzo.

Temporad

Mando y Grogu han r
Disney +, en esta ter
Djarin buscará expia
credo, motivo que los llevará
cuevas del destruido Manda
será un viaje memorable.

Estreno en Disney + el 1

Cracker Island Deluxe – Gorillaz

A pocos días del lanzamiento del álbum original, Gorillaz nos comparte esta edición en la que agrega 5 canciones; al hit "Tempestad", colaboración con Bad Bunny, se le suma el tema "Captain Chicken" con Del The Funky Homosapien, "Crockadillaz" junto a De La Soul y Dawn Penn y "Controllah", una colaboración con MC Bin Laden.

...HATARRA ...MES

...ar García

...estión de clima, pero sí de contenido audiovisual se tratase, ...special te haremos una recomendación de aquellas joyas que ...eben dejar pasar.

...da 3

...regresado a ...mporada Din ...ar su falta al ...a a visitar las ...lore. Seguro

...de marzo.

Ted Lasso: Temporada 3

Una de las grandes series de Apple TV vuelve para arrasar con todo. La obra protagonizada por Jason Sudeikis parte con un AFC Richmond, equipo recién ascendido y en ridículo por ser clasificado en el último lugar de la Premier League.

Estreno en Apple TV + el 15 de marzo.

Linoleum

Una suerte de "Lluvia de Hamburguesas" por tratarse de una producción de ciencia ficción donde el caos es el protagonista, las apariciones y la ciencia incorrecta en un ambiente de los suburbios, es lo que hacen de Linoleum un producto tan deseable como irreverente.

Estreno en Movistar Plus+ el 28 de marzo.

SMILE

El año pasado este largometraje fue un gran fenómeno en la taquilla. Esta historia de terror narra la pena de una doctora, la cual recibe una terrible maldición por parte de un paciente; en su pasado tendrá que encontrar la llave de su futuro.

Estreno en Prime Video el 22 de marzo.

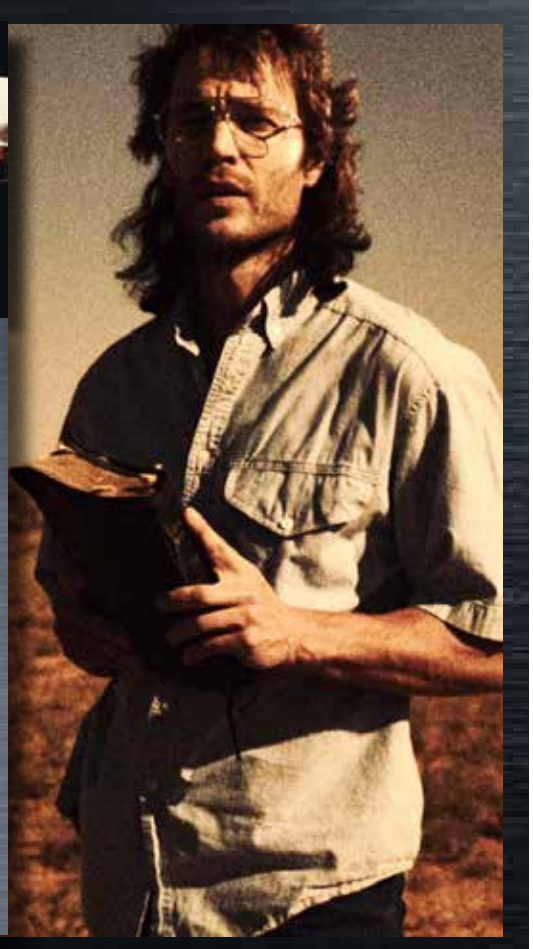
95.ª edición de los Premios Óscar

La noche que muchos cinéfilos esperan año con año, este 12 de ...zo podremos descubrir ...e obras, según la Academia, ...ldrán acreedoras a la cotizada estatuilla, ¿habrá una polémica mayor a la agresión de ***Will Smith a Chris Rock?***

Waco: El apocalipsis Texano

David Koresh es el protagonista de este documental, el líder de un culto en Texas; convencidos de que el final de los tiempos se acerca, armados hasta los dientes, estuvieron asediados por el ejército hasta llegar a al trágico desenlace.

Estreno en Netflix el 22 de marzo.



COCINA

Birria

PORCIÓN PARA 12 PERSONAS
TIEMPO DE PREPARACIÓN: 3 HRS Y 30 MIN

Proteína:

4 lbs de cocido de res
4 lbs de chamorro de res
6 lbs de costilla de res
6 lbs de carne para deshebrar
Salsa:
10 chiles guajillos
3 chiles pasilla
1/2 cebolla
5 dientes de ajo
4 tomates

Especias:

1 cabeza de ajo
5 hojas de laurel
5 clavos de olor
1/2 palo de canela
1/4 de cebolla
5 chiles de árbol
Sal
Pimienta

Acompañantes:

Tortillas de nixtamal
Cebolla blanca
Cilantro
Rábanos
Limón

1. Empezamos a poner la proteína en la olla y agregamos sal y pimienta cubriendo la carne , llenamos de agua 5 pulgadas arriba del nivel de la carne y dejamos hirviendo a fuego alto por 40 min.

2. Removemos impurezas (la parte blanca espumosa flotando en el agua) y pasamos a hacer la salsa.

3. Salsa: ponemos a cocer todo, chiles, ajo, cebolla y tomate, por 10 min, pasamos todo a una licuadora agregamos sal y pimienta, licuamos todo y listo.

4. Habiendo pasado los 40 min de cocción de la proteína y removido las impurezas, pasamos a agregar la salsa, para esto necesitamos un colador y empezamos a colar la salsa dentro de la olla con la proteína.

5. Ya que todo se revuelva ponemos en un colador especial las especias para sumergirlas en el caldo o bien también se pueden licuar con la salsa y colar y agregar de una vez al caldo.

6. Habiendo pasado 2 hrs y 30 min de cocción total se empezará a ver una capa de aceite arriba del caldo, ese aceite se remueve ya que con eso vamos a cocinar nuestras tortillas.

7. Después de 3 hrs y 30 min de cocción total, tu birria estará lista para disfrutar.

Utilizamos los acompañantes, cortamos cilantro y cebolla finos, limones a mitades y rábanos a mitades también y calentamos las tortillas con el aceite de la birria.

Se sirve en tacos y su consomé a un lado, o su plato de caldo de birria y a aprovechar el clima rico.

hectorvskitchen
Hector Silva / Creador digital

Guacamole tradicional con toque de habanero - Receta original Hector Silva / fotografía - Hector Silva

SSI AYUDA A CUBRIR NECESIDADES BÁSICAS

Vea si tiene derecho a Seguridad de Ingreso Suplementario.

SeguroSocial.gov/SSI
1-800-772-1213

SSI es para personas con ingresos y recursos limitados, que tienen 65 años o más, o adultos o niños con una incapacidad o ceguera. Ofrecemos servicios de intérprete gratis.

Producido con fondos de los contribuyentes de los EE. UU.

PROVIDENCE
Insurance Agency

Por: Mario Guzmán
Agente de seguros, preparador y registrador de impuestos.

TE OFRECEMOS:

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

Sopa de letras

Llega a AZUL615, la mejor manera de poner a prueba tus habilidades mentales, desarrolla cada uno de los tableros y pon tu marca personal. Cada semana juegos nuevos tendrás.

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

- *ANDRÉS*
- *ANTONELLA*
- *ARGENTINA*
- *CAPITÁN*
- *COPA*
- *ESPAÑA*
- *FÚTBOL*
- *GOLEADOR*
- *JUNIO*
- *LA PULGA*
- *ROSARIO*
- *SELECCIÓN*

Sudoku

Easy level

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

Hard level

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

CHALKS

¡PARTICIPA!

Toma una foto de tu dibujo terminado, coloreado y envíalos a: **contacto@azul615.com** y cada edición publicaremos el mejor, inténtalo y muéstranos tu talento!

Benjamín Sánchez • benjaminsanchezmadrigal_art

LA TIERRA ESTÁ HABLANDO

Por: Karlha Ramon

Una nueva exhibición está en el museo de arte del Frist, se llama "The Body Electric" y va a estar del 3 de febrero–23 de abril de 2023

El artista es Jeffrey Gibson. Fue un gusto tener al propio artista explicando un poco de su trabajo porque es un artista multidisciplinario, así que podrás apreciar esculturas, murales, audiovisuales que no solo representan su herencia Cherokee si no también muestran su lado queer y su compromiso por el medio ambiente.

El colorido mural inmediatamente cambia tu estado de ánimo con esos colores tan vibrantes y con la leyenda "la tierra está hablando / estás escuchando". Esta exhibición te invita desde el comienzo a que mires los detalles que cada pieza tiene y llevarte de la mano por un viaje elaborado y simple a la vez.

Hay unos flequillos que son irresistiblemente hipnóticos y debes controlar tus impulsos para no tocarlos, ¡NO LOS TOQUES! Estoy segura de que te lo va a decir el subconsciente.

Con tantas fusiones, Jeffrey Gibson mismo reconoció cómo era difícil fusionar su herencia, con sus preferencias y sus vivencias. Así que le pregunté si tenía algún consejo para los artistas hispanos que no son lo suficientemente hispanos, o completamente tradicionales, o que no encajan en ningún molde; ¿cómo pueden llegar a un balance? a lo que contestó: "que aprovechen toda la herencia que tienen en su cuerpo, y que lo celebren todos. Y no es algo a lo que normalmente se aliente puesto que a la mayoría se nos dice que decidamos y que nos identifiquemos en alguna categoría, que las mezclas son complicadas pero las personas no deberíamos tener miedo de ser complicados. Está bien que no nos entiendan porque somos personas complejas"

Y con esto me quedo yo… ser muchas cosas al mismo tiempo no es algo malo, más bien le da dimensión a tu personalidad.

Horario:

- Lunes: 10 am–5:30 pm
- Martes: cerrado
- Miércoles: cerrado
- Jueves: 10 am–8:00 pm
- Viernes: 10 am–5:30 pm
- Sábado: 10 am–5:30 pm
- Domingo: 1–5:30 pm

Precios de entrada:

- Miembros del Frist Art Museum: Gratis
- Huéspedes menores de 18 años: Gratis
- Adultos: $15
- Mayores (65+): $10 (descuento solo disponible al comprar boletos en persona)
- Militar (con identificación): $ 8 (descuento solo disponible al comprar boletos en persona)
- Estudiantes universitarios (con identificación): $10 (descuento solo disponible al comprar boletos en persona)
- Los estudiantes universitarios (con identificación) reciben entrada gratuita los jueves de 5:00 p. m. a 8:00 p. m.
- Tarjeta EBT/SNAP/WIC: $3 por adulto con identificación con foto para hasta 4 adultos
- Grupos de 10 o más: $12 con reservas anticipadas
- Tenga en cuenta que no hay reembolsos en los boletos de admisión general.

¡HAZ QUE TU VOZ SEA ESCUCHADA!

"El Metropolitan Development and Housing Agency (MDHA) está buscando información de la comunidad sobre sus necesidades de una vivienda asequible, instalaciones y servicios públicos para familias que perciben de bajos a moderados ingresos, personas con alguna discapacidad, adultos mayores y jóvenes. Esta información será utilizada para ayudar a desarrollar el Plan Consolidado de Cinco Años de Nashville y el Plan de Acción Anual para subvenciones federales financiadas del Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los EE.UU.

Ingresa a **bit.ly/ConPlan2023** o escanea el código QR a continuación para acceder a una breve encuesta del Plan consolidado e información de reuniones públicas."

En cuanto a adaptaciones de accesibilidad para la encuesta y reuniones, se pueden realizar a petición.