

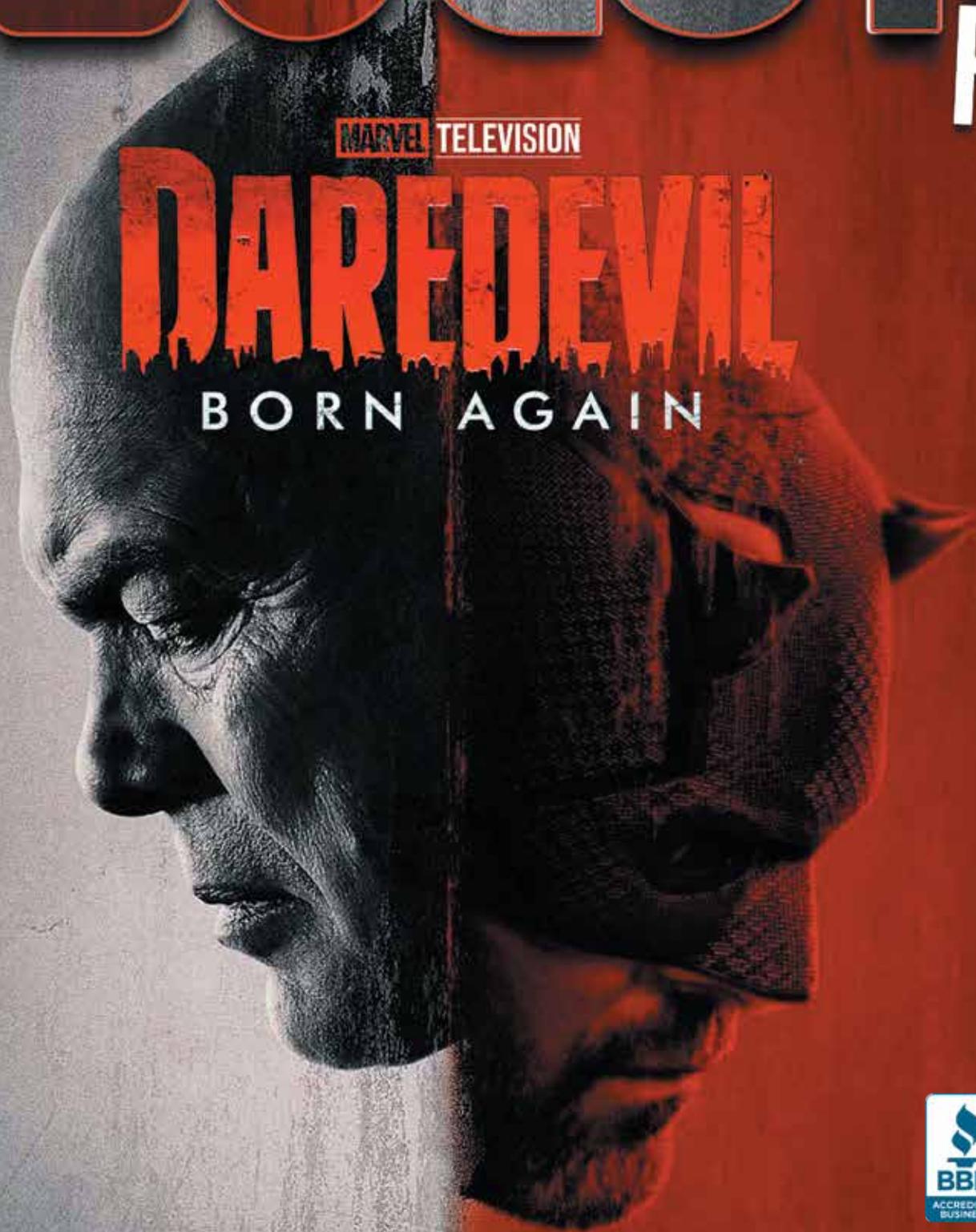
AZUL 615

FREE

MARVEL TELEVISION

DAREDEVIL

BORN AGAIN



VIERNES 04 DE ABRIL DE 2025 Ed. 090



Escanéame | Scan me





¿Qué es el K18?

Es un producto relativamente nuevo en el mercado, pero cada día es más popular por su función en el cuidado capilar, ya que repara los daños a nivel molecular.

El K18 es un péptido biomimético capaz de penetrar en el córtex del cabello y reconectar las cadenas de queratina rotas, daños causados por procesos químicos como la decoloración, el uso de calor y otros factores ambientales.

Paso 1: PEPTIDE PREP™ PRO

Diseñado exclusivamente para uso profesional, este producto crea un lienzo más limpio y trabaja de manera rápida, sin necesidad de enjuague. Es un tratamiento desmi-

neralizante en aerosol, sin mezcla, que ha sido clínicamente comprobado para reducir siete tipos de acumulación de metales y minerales. Se aplica antes del proceso químico para lograr colores más vibrantes, uniformes y consistentes, dejando el cabello más brillante y sedoso.

Paso 2: K18PEPTIDE™

El tratamiento reparador molecular K18 es un péptido biomimético patentado que revierte los daños del cabello al reconectar cadenas polipeptídicas y enlaces de disulfuro rotos durante la decoloración y otros procesos químicos. Como resultado, los enlaces de disulfuro también se regeneran, aumentando la fuerza del cabello en todas sus dimensiones y proporcionando una reparación completa y duradera. Su pH oscila entre 7.5 y 8.0.



Paso 3: MÁSCARA PRO™

Este tratamiento restaura el cabello después de los servicios químicos y de color. Es una crema ligera, fácil de aplicar y sin necesidad de enjuague. Su pH optimizado (5.0 a 6.0) ayuda a minimizar la hinchazón de la cutícula y a reforzar las proteínas del cabello, dejándolo en su estado más resistente tras el servicio de salón o el

lavado con champú. Este paso debe repetirse en casa para mantener los resultados.

Antes de someter su cabello a cualquier proceso químico, asegúrese de que su estilista cuente con estos tratamientos para obtener resultados óptimos. Además, esta marca ya ofrece una línea completa de champús, acondicionadores y productos de estilizado para complementar el cuidado capilar.

HORÓSCOPO SEMANAL

Aries

Eres como Daredevil en su mejor momento: valiente, impulsivo y siempre listo para el combate. Esta semana, tu determinación te llevará a conquistar cualquier obstáculo. En el amor, alguien especial admira tu fuego interior—¡abre tu corazón! No tengas miedo de saltar al vacío,

Tauro

Como Hell's Kitchen, eres resiliente y nunca te rindes. La paciencia es tu mejor arma esta semana; algo que has esperado por mucho tiempo comenzará a tomar forma. En el amor, alguien está dispuesto a luchar por ti tanto como tú por ellos.

Géminis

Como Matt Murdock y Daredevil, eres un maestro en equilibrar dos mundos. Esta semana, tu astucia y carisma te abrirán puertas inesperadas. En el amor, una conversación profunda podría cambiarlo todo—¡no subestimes el poder de las palabras! Recuerda que la verdad es tu mejor aliada,

Cáncer

Eres como el alma de Hell's Kitchen: protector, leal y siempre dispuesto a luchar por quienes amas. Esta semana, alguien especial necesitará tu apoyo, y tu empatía será su refugio. En el amor, un momento inesperado podría hacerte sentir como en una escena de película.

Leo

Si Daredevil brilla en la oscuridad, tú lo haces bajo cualquier luz. Tu energía magnética atraerá oportunidades emocionantes esta semana. En el amor, alguien quedará cautivado por tu pasión y determinación. Recuerda que la verdadera grandeza no está solo en la victoria,

Virgo

Como Matt en la corte, tú analizas cada detalle antes de actuar. Esta semana, tu paciencia y planificación darán frutos. En el amor, alguien valora tu capacidad de hacerlos sentir seguros y comprendidos. No te preocupes demasiado por los pequeños errores; incluso los héroes más calculadores deben confiar.

Libra

Como Daredevil, equilibras la justicia con la compasión. Esta semana, una decisión importante te llevará a un nuevo nivel de crecimiento personal. En el amor, la conexión con alguien especial se fortalecerá gracias a un gesto inesperado.

Escorpio

Tienes el magnetismo de un anti-héroe y la intensidad de un justiciero. Esta semana, tu fuerza interior te permitirá superar cualquier desafío. En el amor, alguien siente una atracción irresistible hacia ti—¡úsalo a tu favor! Recuerda que a veces la mejor estrategia es dejar que las cosas fluyan.

Sagitario

Como Daredevil saltando de un edificio a otro, tú vives la vida sin miedo. Esta semana, una nueva aventura te espera, solo tienes que atreverte a dar el primer paso. En el amor, una sorpresa inesperada hará que tu corazón lata más rápido.

Capricornio

Si alguien sabe lo que significa caer y levantarse, eres tú. Esta semana, tu esfuerzo y disciplina serán recompensados. En el amor, alguien está esperando que bajes la guardia—¡dale una oportunidad! Incluso Daredevil necesita dejarse guiar por su corazón de vez en cuando.

Acuario

Tienes el ingenio de Foggy Nelson y la visión de Matt Murdock. Esta semana, una idea revolucionaria te pondrá un paso adelante. En el amor, una conexión intelectual te hará sentir mariposas en el estómago. Recuerda que los héroes no siempre siguen las reglas, a veces las reescriben.

Piscis

Como Daredevil en la noche, tú sientes el mundo con más intensidad que los demás. Esta semana, un sueño que creías lejano comenzará a hacerse realidad. En el amor, un gesto tierno te hará sentir en las nubes. No dudes de tu intuición; a veces, lo que parece un salto de fe es solo el primer paso hacia algo increíble.



Publisher:

Kartha Ramón

Editor:

Omar García

Graphic Design:

Jazz

Corrección de Estilo:

Araceli Susunaga

Fuente informativa:

Prensa Asociada. (AP)

azul615.com



Síguenos en:
@azul615mag



NAHP
National Association of Hispanic Publications, Inc.

AZUL615: Las opiniones de los artículos y 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.

EDUCACIÓN FINANCIERA:



"Gratificación Instantánea: ¿Un placer temporal o una ruta hacia la insatisfacción?"

En las cuatro ediciones pasadas se abordó el tema de la procrastinación.

Este hábito de dejar de hacer las cosas ahora para hacerlas después o tal vez nunca. Ahora abordaremos el de la “gratificación instantánea”. Tal vez somos procrastinadores porque somos impacientes para ver los resultados que deseamos.

En la actualidad, existen muchas personas, especialmente jóvenes que esperan y desean recibir una recompensa de manera inmediata, sin esperar los beneficios a largo plazo, inclusive si eso implica

renunciar a una recompensa mayor en el futuro. Eso es precisamente la gratificación instantánea, un impulso que busca satisfacción rápida, sin pensar en las consecuencias en el futuro.

Este fenómeno está vinculado con la impulsividad y la búsqueda de placer inmediato, lo que puede hacer más difícil resistir tentaciones o tomar decisiones más reflexivas. La gratificación instantánea resulta atractiva porque la recompensa es clara y fácil de obtener, pero puede interferir con metas a largo plazo como la salud, el ahorro o el éxito profesional.

Un ejemplo común en la actualidad es el uso de las redes sociales, donde recibir un “like” o un comen-



tario en una publicación proporciona una recompensa inmediata, generando un deseo constante de obtener esa gratificación, aunque esto nos desvíe de tareas más importantes.

Este comportamiento se observa en situaciones cotidianas por lo tanto tienen un impacto psicológico

significativo en el ser humano y está muy ligado a la falta de autocontrol y a lo impulsivos que podemos ser como personas al tomar decisiones apresuradas que le traigan satisfacción inmediata.

Para quitarnos este “mal”, es necesario desarrollar habilidades de autocontrol y la capacidad para tener la paciencia de esperar a que las recompensas surjan en su tiempo. Estas dos recomendaciones son la clave para que exista un equilibrio saludable entre lo mental y lo emocional.

En la siguiente edición daremos consejos de cómo desarrollar esas habilidades y esa capacidad de ser pacientes mientras esperamos.

¡No te la pierdas!

PRESENTADO POR CENTENNIAL PARK CONSERVANCY
EN ASOCIACIÓN CON URBAN GREEN LAB



Nashville Earth Day

¡Evento
gratuito!

SÁBADO 19 DE ABRIL

CENTENNIAL PARK BANDSHELL • 11:00 AM - 5:00 PM

75+ EXPOSITORES
MÚSICA EN VIVO
VENEDORES LOCALES

PUB DEL DÍA DE LA TIERRA
CAMIONETAS DE COMIDA
KIDSVILLE



amazon

HCA Healthcare
FOUNDATION

LIGHTNING 100
NASHVILLE, TN 37203

QZUL615
NASHVILLE, TN 37203

NashvilleEarthDay.org





TYPO

@Z

Karla Ramón



Servicios de Streaming:

Como la mayoría de la gente, consumo mi contenido a través de servicios de streaming. Empecé contratando uno, luego mi servicio de teléfono incluyó la membresía de otro, y en este punto creo que pago lo mismo que un servicio de televisión por cable con todas mis suscripciones.

Cada plataforma ofrece programas exclusivos y también están diseñadas para audiencias específicas, pero ¿qué es lo que hace diferente a cada una? ¿Y cuánto cuestan?

Aquí te dejo un análisis de los más populares y una comparativa de precios.



1. Netflix: dirigido a adultos jóvenes y adultos de entre 18 y 54 años.

Ventajas:

- Amplio catálogo de series, películas y documentales originales y adquiridos.
- Disponibilidad en múltiples dispositivos.
- Interfaz intuitiva y recomendaciones personalizadas.

Desventajas:

- El contenido varía según la región.
- Algunos títulos populares pueden ser retirados periódicamente.

2. Disney+ dirigido a familias y aficionados a las franquicias de Disney y contenido familiar.

Ventajas:

- Acceso a contenido exclusivo de Disney, Pixar, Marvel, Star Wars y National Geographic.
- Contenido familiar y apto para todas las edades.

Desventajas:

- Catálogo más limitado en comparación con otros servicios.
- Menos contenido dirigido a audiencias adultas.

3. HBO Max (ahora Max) dirigido a adultos jóvenes y adultos interesados en contenido premium y series de alta calidad.

Ventajas:

- Acceso a series aclamadas como Game of Thrones y Succession.
- Amplia selección de películas y documentales.

Desventajas:

- Precio más elevado en comparación con otros servicios.
- Interfaz menos intuitiva según algunos usuarios.

4. Amazon Prime Video dirigido a usuarios que buscan entretenimiento combinado con beneficios de compras en línea.

Ventajas:

- Amplio catálogo de películas y series, incluyendo producciones originales.
- Beneficios adicionales como envíos gratuitos en Amazon y acceso a Amazon Music.

Desventajas:

- Interfaz menos intuitiva.
- Algunos contenidos requieren pagos adicionales.

5. Apple TV+ dirigido a usuarios de dispositivos Apple y amantes del contenido original y de calidad.

Ventajas:

- Producciones originales de alta calidad como Ted Lasso y The Morning Show.
- Interfaz limpia y sin publicidad.

Desventajas:

- Catálogo más limitado en comparación con otros servicios.
- Menor frecuencia de lanzamiento de nuevos contenidos.



6 Hulu está dirigido a espectadores interesados en series de televisión actuales y contenido variado.

Ventajas:

- Acceso a series poco después de su emisión en televisión.
- Opciones de paquetes con Disney+ y ESPN+.

Desventajas:

- La versión básica incluye anuncios.
- Algunos contenidos están disponibles solo por tiempo limitado.

7 YouTube TV está dirigido a usuarios que buscan reemplazar la televisión por cable con una opción de streaming en vivo.

Ventajas:

- Acceso a más de 100 canales de televisión en vivo, incluyendo deportes y noticias.
- DVR en la nube con almacenamiento ilimitado.

Desventajas:

- Precio elevado en comparación con otros servicios de streaming.
- Algunos canales locales pueden no estar disponibles en todas las regiones.

8 Tubi está dirigido a usuarios que buscan contenido gratuito y están dispuestos a ver anuncios.

Precio: Gratis con publicidad.

Ventajas:

- Amplio catálogo de películas y series sin costo.
- No requiere suscripción.

Desventajas:

- Incluye anuncios durante la reproducción.
- Menos contenido reciente o de estreno.

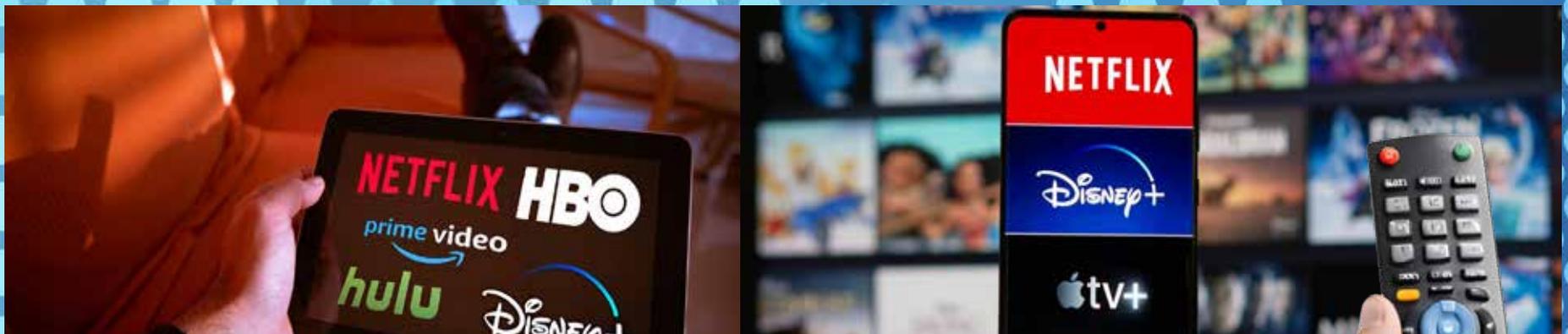
9 Paramount+ dirigido a fans de contenido de CBS, deportes en vivo y programas clásicos.

Ventajas:

- Acceso a contenido de CBS, Nickelodeon, MTV y Showtime.
- Transmisión de eventos deportivos en vivo.

Desventajas:

- Catálogo menos extenso en comparación con Netflix o HBO Max.



Comparación de Precios

Netflix	\$6.99	\$22.99
Disney+	\$7.99	\$13.99
HBO Max	\$9.99	\$15.99
Amazon Prime Video	\$8.99	\$14.99 (con Prime)
Apple TV+	\$9.99	\$9.99
Hulu	\$7.99	\$17.99
Peacock	\$5.99	\$11.99
Paramount+	\$5.99	\$12.99
YouTube TV	\$82.99	\$82.99
Tubi	Gratis	Gratis

Conclusión

Cada servicio de streaming ofrece algo distinto según el tipo de contenido y el público al que va dirigido:

Netflix, HBO Max y Amazon Prime Video → Para quienes buscan variedad y contenido premium.

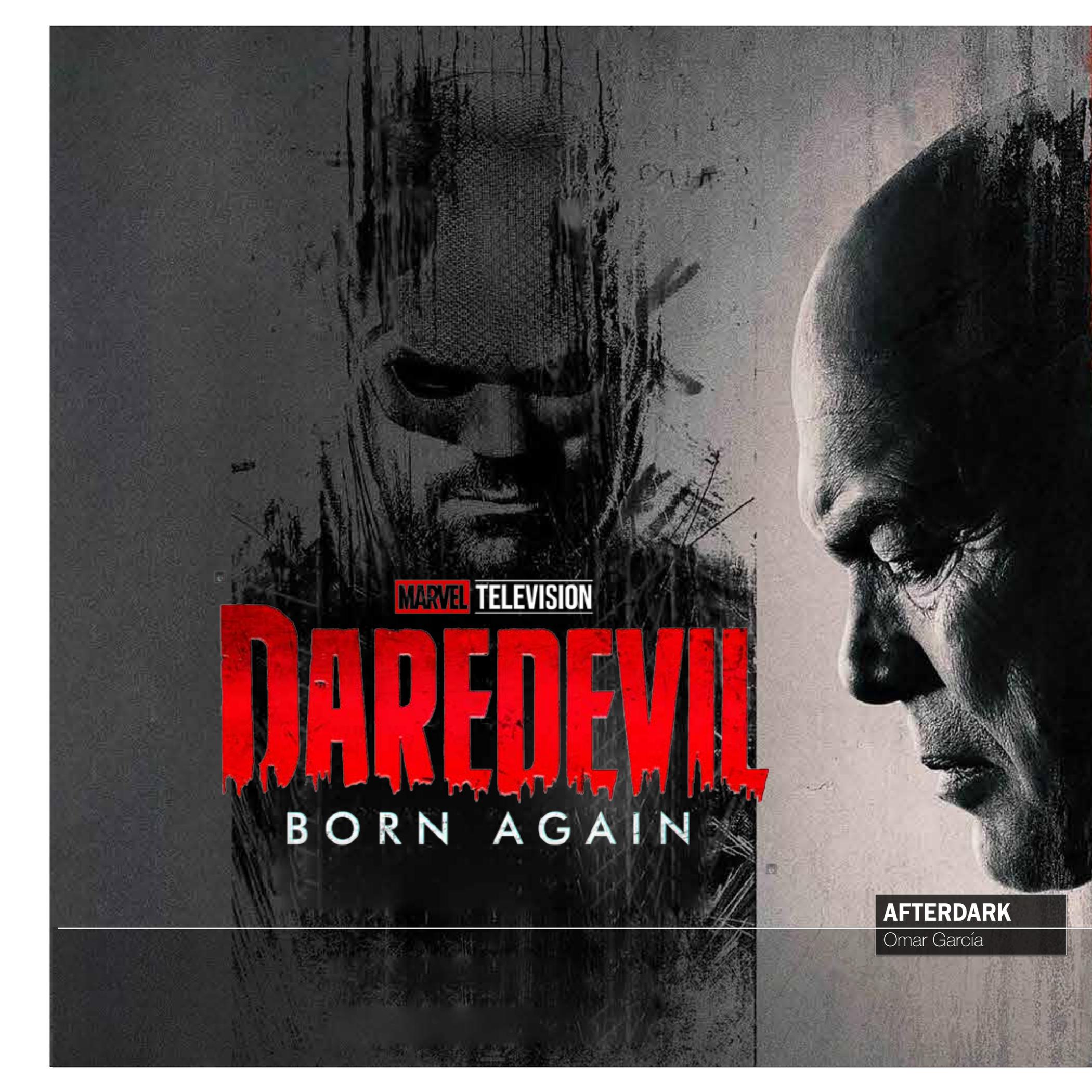
Disney+ y Paramount+ → Ideales para familias y fans de franquicias específicas.

Hulu y YouTube TV → Para quienes buscan TV en vivo y contenido actualizado.

Tubi y Peacock (gratis con anuncios) → Para quienes buscan entretenimiento sin pagar.

¿Cuál es tu favorito? ¿Y cuál debería ser la siguiente serie que veas?



A promotional poster for the Marvel TV series 'Daredevil: Born Again'. The background is a dark, textured grey with a faint, distressed image of Daredevil's mask on the left and a close-up profile of Matt Murdock's face on the right. The text is centered and reads 'MARVEL TELEVISION' in a small white box, 'DAREDEVIL' in large red letters with a dripping effect, and 'BORN AGAIN' in white letters below it. A small black box in the bottom right corner contains the text 'AFTERDARK' and 'Omar García'.

MARVEL TELEVISION

DAREDEVIL

BORN AGAIN

AFTERDARK

Omar García

La serie de Netflix sembró en mí una conexión muy especial con Daredevil, ese héroe tan complejo que, a pesar de su ceguera, logra ver más allá de lo evidente y lucha contra la injusticia, tanto en la corte como en las calles, con una pasión inigualable. Recuerdo vívidamente aquel 2015 (imposible olvidarlo); me atrapó su crudeza, su tono oscuro y, sobre todo, esa dualidad en Matt Murdock que lo convertía en un personaje tan humano y real.

Daredevil: Born Again parte de un punto muy emotivo: tras una tragedia, Matt decide colgar el traje de Daredevil y concentrarse en su carrera como abogado, mientras Wilson Fisk se reinventa y se lanza a la arena política. Esta decisión marca un antes y un después en la vida del Hombre Sin Miedo y me hace reflexionar sobre la importancia de enfrentar dilemas morales profundos, donde lo humano y lo increíble convergen.

El equilibrio entre el abogado y el vigilante está muy bien logrado. En los cómics, siempre aprecié esa dualidad en la que cada caso en el estrado refleja la lucha interna de Matt entre confiar en el sistema o tomar la justicia por su cuenta cuando este falla.

Matt Murdock no es solo un vigilante enmascarado; es un hombre que carga con el peso de sus decisiones, lucha contra sus demonios internos y se esfuerza por hacer el bien, ya sea en los tribunales o en las calles de Hell's Kitchen. Esta humanidad se traduce en momentos muy emotivos y en diálogos que nos hacen reflexionar sobre la justicia y la redención.

Daredevil: Born Again es, para mí, un homenaje respetuoso a la serie original, pero también una evolución necesaria que abre la puerta a nuevas historias y personajes que enriquecen este universo. Aunque el ritmo es diferente al torbellino frenético de la versión de Netflix, Disney ha logrado capturar y respetar ese legado que tanto me marcó.

Al momento de publicar este artículo, se han emitido 6 de los 9 episodios de esta primera temporada, y ya hay una segunda en producción. Espero sinceramente que esta primera temporada termine en lo más alto, brindándonos una gran historia del Diablo de Hell's Kitchen.

ALL-NEW SERIES

March 4

Disney+

SCAN ME



Official Trailer



Refresh your earplug stash and hang onto your hats, friends. Music City is gearing up for another exhilarating concert season this year with a diverse array of performances that cater to all manner of musical tastes and then some. From country legends to indie-rock supergroups to classic plays, the city's venues are set to host an impressive lineup of artists this go 'round. Here's a heads-up on some of the more notable shows coming down the pike.

FESTIVALS

Back again for 2025 is the all-too-popular CMA Fest. Scheduled from June 5th - 8th, this year's is slated to feature a massive lineup including heavy hitters like Jason Aldean, Blake Shelton, and Marcus King. Performances will take place at Nissan Stadium and various other venues throughout the heart of the city with four-night stadium passes starting at \$249 and single-night tickets putting you out about \$110.

If you're like me and lean more rock-n-roll, Bonnaroo has its own impressive list of performers set to take one of the festival's handful of stages across its own four-day stretch. Acts slated range from the Lemon Twigs to Glass Animals to classic metal bands such as Megadeth to indie heroes Modest Mouse. Four-day tickets start at \$460, with VIP packages and more available for the high rollers among you.

Tickets to both of these are on sale now, so grab 'em while you can!

CONCERTS

This year's general concert calendar promises plenty of performances worthy of your attention, namely the genre-defying giants, Primus, at the Pinnacle on July 13th, freshly invigorated with their new drummer, John Hoffman. On the softer side, Coldplay's set to take the stage at Nissan Stadium on July 22nd as part of their "Music of the Spheres" world tour. Tickets for both of these are currently on sale.

Shortly before those land, my absolute favorite band on the planet is slated to return to Music City mid-May. I've seen them live several times, and they never fail to blow the place sky-high. May 17th, legendary rock gods, the Melvins (with brutal heavy metal opener, Napalm Death) are set to level it all at the fabulous Brooklyn Bowl. Tickets are on sale now, so snag yours and get ready for the heaviest night of your life.

SYMPHONY & STAGE PRODUCTIONS

Beyond the traditional live music events, Nashville's cultural scene is set to step up strong as always in 2025 with new performances by the Nashville Symphony and a solid line of stage plays. On May 4th (naturally), the Nashville Symphony returns to perform their classic, the Music of Star Wars, then, throughout the year, they're scheduled to perform in a series of "in concert" film screenings, where the symphony plays along with a selec-

tion of beloved classics in real time. Among them are Raiders of the Lost Ark (May 17-18), The Princess Bride (June 21-22), Gladiator (July 2), and The Goonies (July 17-18).

As for stage productions, TPAC has us covered with a glorious line of operas, comedy shows, plays, and more. Upcoming, we have Lucia: The Bride of Lammermoor presented by the Nashville Opera (Apr 3-5), musicals MJ (Apr 29 - May 11) and The Outsiders (Oct 14-19), Fred Armisen's Comedy For Musicians (June 21), and capping off the year, It's A Wonderful Life (Dec 5-21).

All in all, Nashville's 2025 concert season promises an eclectic mix of country, rock, electronic, and classical music along with a string of incredible stage productions and other goodies in between. Regardless of your tastes, you're sure to have plenty to keep you entertained, and I hope I've helped give you a few ideas here. Check out NashvilleSymphony.org, TPAC.org, Ticketmaster.com, and more for all the rest, and I'll see you all at the show!

NOTICIA PÚBLICA

AGENCIA METROPOLITANA DE DESARROLLO Y VIVIENDA

AVISO DE SOLICITUD DE COMENTARIOS PÚBLICOS ENMIENDA SIETE AL GOBIERNO METROPOLITANO DE NASHVILLE Y EL CONDADO DE DAVIDSON 2010 PLAN DE ACCIÓN DE LA SUBVENCIÓN EN BLOQUE PARA EL DESARROLLO COMUNITARIO Y LA RECUPERACIÓN ANTE DESASTRES (CDBG-DR)

Período de Comentarios Públicos: A partir del viernes 28 de marzo de 2025, la Agencia Metropolitana de Desarrollo y Vivienda (MDHA) pondrá a disposición del público el borrador de la Enmienda Siete para su análisis y comentarios. El público puede acceder a copias de las siguientes maneras:

- Descargar del sitio web de la MDHA: bit.ly/CDBGDR7
- Solicitar copias contactando al Departamento de Desarrollo Comunitario de la MDHA al **615-252-8505** o al Dispositivo de Telecomunicaciones para Personas Sordas (TDD) al **615-252-8599**.

La MDHA recibirá comentarios por escrito hasta las **4 p.m. CDT del martes 29 de abril de 2025**, de las siguientes maneras:

- Electrónicamente a consolidad plan@nashville-mdha.org (asunto: Plan de Recuperación ante Desastres);
- Por fax al 615-252-8533 (atención: Plan de Recuperación ante Desastres);
- Por correo postal al Departamento de Desarrollo Comunitario de MDHA (atención: Plan de Recuperación ante Desastres), P.O. Apartado Postal 846, Nashville, TN 37202.

Propósito y Resumen: La Enmienda Siete propone transferir los ingresos del programa de Préstamos y Subvenciones para la Rehabilitación de Viviendas y los Programas de Compra/Reparación financiados por CDBG-DR, recibidos hasta el 17 de marzo de 2025, por un total de \$2,004,658.86, más montos adicionales que se estima no superarán los \$30,000 (según los pagos amortizados del préstamo), que se recibirán antes del cierre de la subvención CDBG-DR, previsto para el 30 de junio de 2025, a la subvención CDBG del Condado Metropolitano de Nashville-Davidson. Los ingresos del programa recibidos después del cierre de la subvención CDBG-DR se ingresarán directamente en la subvención CDBG. La siguiente tabla refleja los ingresos actuales del programa, los ingresos del programa que se estima que se recibirán antes del cierre de la subvención CDBG-DR y los montos que se transferirán para su uso en el Programa CDBG del Condado Metropolitano de Nashville-Davidson.

Título del proyecto de subvención CDBG-DR	Título de la actividad de subvención CDBG-DR	Presupuesto de Ingresos del Programa Actual	Ingresos del programa actual Presupuesto	Cambios propuestos
Alojamiento	Programa de préstamos y subvenciones para rehabilitación de viviendas para propietarios	\$516,814.13 – recibidos al 17 de marzo de 2025	\$516,814.13	Transferencia a actividades elegibles de derecho a CDBG que se identificarán en el Plan de Acción 2025-2026
Alojamiento	Programa de préstamos y subvenciones para rehabilitación de viviendas	Se estima que no superará los \$2,098.00; se estima que se recibirá antes del cierre estimado de la subvención CDBG-DR a más tardar en junio de 2025	Se estima que no excederá los \$2,400.00	Transferencia a actividades elegibles de derecho a CDBG que se identificarán en el Plan de Acción 2025-2026
Alojamiento	Programa de Compra/Reparación	\$1,387,612.73	\$1,387,612.73	Transferencia a actividades elegibles de derecho a CDBG que se identificarán en el Plan de Acción 2025-2026
Alojamiento	Programa de Compra/Reparación	Se estima que no superará los \$25,701.00; se estima que se recibirá antes del cierre estimado de la subvención CDBG-DR a más tardar en junio de 2025	Se estima que no excederá los \$27,600.00	Transferencia a actividades elegibles de derecho a CDBG que se identificarán en el Plan de Acción 2025-2026
Administration	Administración del programa - MDHA	\$100,232.00	\$100,232.00	Utilice hasta el 5% de los ingresos del programa CDBG-DR para la administración de CDBG-DR hasta el cierre y luego transfiera el saldo para usarlo en actividades elegibles de derecho a CDBG que se identificarán en el Plan de Acción 2025-2026.
Total		\$2,032,457.86	\$2,034,658.86	

Solicitud de Adaptaciones: La MDHA hace todo lo posible por proporcionar adaptaciones razonables para ayudar a las personas con discapacidad. Cualquier persona que necesite ayuda para acceder a esta información o tenga otras necesidades que requieran adaptaciones especiales puede comunicarse al 615-252-8562 o al TDD al 615-252-8599.

Para asistencia en Español llame al 615-252-8505.

如果需要本通知的中文翻译，请打电话 615-252-8505

Để nhận một bản dịch Tiếng Việt của thông báo này, vui lòng gọi: 615-252-8505

للحصول على ترجمة عربية لهذا البيان، يرجى الإتصال بـ: 615-252-8505

Haddii aad rabto qoraalkan oo af-Soomaali lagu tarjumay haddii aad

doonayso faqlan naga soo wac: 615-252-8505

Statement of Non-Discrimination: MDHA does not discriminate on the basis of age, race, sex, sexual orientation, gender identity, genetic information, color, national origin, religion, disability or any other legally protected status in admission to, access to, or operations of its programs, services, or activities.



NOTICIA PÚBLICA

AVISO DE REUNIÓN PÚBLICA

La Junta Ejecutiva de la Organización de Planificación Metropolitana del Área Urbanizada de Clarksville (CUAMPO) se reunirá el jueves, 10 de abril de 2025 a partir de las 11:00 a.m.

Dicha reunión será una reunión en persona en la RPC en la sala de conferencias inferior, abierta a todos con una opción de reunión en línea / virtual en el sitio web de la MPO: www.cuampo.com. El enlace para participar en la reunión estará en la página de inicio del sitio web de la MPO.

La Junta Ejecutiva debe asistir a la reunión en persona para votar. Los asuntos incluyen: la revisión y adopción de la Resolución 2025-05 para KYTC # 3 enmienda a la FY2023-FY2026 TIP para agregar fondos para I24/KY115 mejoras de intercambio; la revisión y adopción de la Resolución 2025-06 para el Plan de Seguridad de la Agencia de CTS; la revisión y adopción de la Resolución 2025-07 para el Plan de Gestión de Activos de Tránsito de la CTS; actualizaciones sobre el proyecto de desarrollo TIP; y actualizaciones sobre los proyectos patrocinados por KYTC SHIFT.

Dichos documentos están disponibles para su revisión pública durante el horario normal de trabajo en la MPO y disponible en línea en www.cuampo.com. La discusión de la calidad del aire, actualizaciones de proyectos

y otros asuntos de rutina puede llevarse a cabo. Cualquier persona que tenga preguntas o comentarios sobre estos temas deben comunicarse con Michael Ziarnek o Jill Hall en 931-645-7448 o correo electrónico michael.ziarnek@cityofclarksville.com o jill.hall@cityofclarksville.com y / o asistir a esta reunión.

De conformidad con la «Ley de Estadounidenses con Discapacidades», si usted tiene una discapacidad, para que el MPO tiene que proporcionar, notifiquenos sus requisitos antes del 10 de abril de 2025. Esta solicitud no tiene que ser por escrito. Es política de la MPO garantizar el cumplimiento del Título VI de la Ley de Derechos Civiles de 1964; 49 CFP parte 26; Ninguna persona será excluida de participar, se le negarán los beneficios ni estará sujeta a discriminación en ningún programa o actividad que reciba fondos federales por motivos de raza, color, sexo u origen nacional.



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!





Calabaza Rellena



¡Buenas, buenas, mi gente!

Hoy les traigo una receta sencilla y algo fuera de lo común. Para esta calabaza rellena, vamos a necesitar un horno para poder cocinarla bien. ¡Espero que les guste! Es uno de mis inventos, y afortunadamente salió riquísimo. ¡Comenzamos!

Ingredientes

Proteína:

½ lb de carne molida

Verduras:

2 calabazas pequeñas

1 tomate

1 chile jalapeño

⅛ de cebolla blanca

1 diente de ajo

Otros:

1 barra de mantequilla

1 oz de sal

1 oz de pimienta

500 ml de leche espesa

4 oz de harina

4 oz de almendra o nuez

Preparación

1. Preparar la calabaza

Lo primero que haremos será cortar nuestras calabazas por la parte de arriba, como si fuéramos a hacer un vaso con tapa. Retiramos el relleno de la calabaza y lo cortamos en trozos pequeños.

Precalentamos el horno a 150°C. Colocamos las calabazas y los trozos en una bandeja, añadimos mantequilla y sazonomos con sal y pimienta al gusto. Horneamos por 25 minutos.

2. Preparar el relleno

Cortamos el tomate, la cebolla y el ajo en trozos pequeños y los agregamos a un sartén con aceite caliente. Añadimos el chile picado y, después, la carne molida. Sazonamos con sal y pimienta al gusto y dejamos cocinar hasta que la carne esté bien cocida.

3. Preparar la crema

Esta es la parte más deliciosa, ya que haremos una crema con los trozos de calabaza. Hay dos opciones:

- Licuar los trozos para hacer un puré.
- Dejarlos enteros para que la crema tenga trozos para masticar.

En este caso, usé los trozos grandes. En un sartén, derretimos una cucharada de mantequilla, cocinamos un poco y agregamos la leche espesa. Mezclamos y agregamos la harina lentamente hasta obtener la consistencia deseada. Incorporamos la almendra o nuez previamente triturada. Dejamos cocinar por unos dos minutos para que todo se integre bien.

¡Y listo! Espero que les guste esta receta. Es fácil de hacer, solo es cuestión de ajustar bien los tiempos, y créanme que se hace súper rápido. ¡Que tengan un día productivo y eficiente!

¡Bendiciones!



Juego Del Momento

Juega en línea



Escanéa tu
Código QR
y Disfruta

CADA 15 DÍAS
UN JUEGO DIFERENTE

SOPAS De letras

TEMA:

Ciudades Portuguesas

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

GUARDA
LEIRIA
LISBOA
OPORTO
PORTALEGRE
SANTARÉM

AVEIRO
BEJA
BRAGA
COIMBRA
ÉVORA
FARO

6 Diferencias



SUDOKU

MINI:

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

MEDIO:

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

EXPERTO:

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



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

CONECTADOS AL NUEVO MUNDO

DON'T GET BLUE, GET AZUL!

CONTÁCTENOS AL: 615-337-2894

Information from 



Síguenos en:
@azul615mag



#TUVOZESAZUL

BNA



Estacionate cerca y vuela lejos.

El estacionamiento inconveniente no va con nosotros. Por eso, ofrecemos una variedad de opciones de estacionamiento diseñadas para adaptarse a la agenda de cada viajero. Ya sea que prefieras la comodidad del valet parking o la cercanía de los aparcamientos economicos y garajes en el aeropuerto, viajar por Nashville International Airport es pan comido, para que puedas concentrarte en tu viaje.

PARA MÁS INFORMACIÓN,
VISITA FLYNASHVILLE.COM

