

VIERNES 11 DE JULIO DE 2025 ED. 096

QZUL615

FREE



Escaníame / Scan me

MINICVS CONTARENVS EQVES SERENISSIMAE VENE TIARVM REIP. LEGATVS PLENIPOTE
APVD S.C. LEOPOLDI P. MAIESTATEM HOC SACRVM TRIPLEX FADVS





Cómo mantenernos atractivas después de los 40

CUIDADO DEL CUERPO

A partir de los 40 años experimentamos cambios físicos y funcionales en nuestro cuerpo.

La masa muscular y la densidad ósea disminuyen, el metabolismo se vuelve más lento y aumentamos de peso con mayor facilidad. La distribución de la grasa cambia las curvas sensuales por cuerpos más redondeados. Además, la piel pierde elasticidad y, con el tiempo, aparecen más arrugas.

Sin embargo, la belleza no se pierde con la edad, solo se transforma. Crecemos, maduramos, y la seguridad que adquirimos con

los años nos hace más atractivas. Una mujer madura atrae miradas no solo por su apariencia, sino por la manera en que se proyecta y la energía que irradia. Eso la hace irresistible.

Alcanzar este punto en la vida requiere tiempo, conocimiento y dedicación. Lo primero y más importante es sentirnos seguras de nuestro cuerpo, amarlo y enamorarnos de él cada día, brindándole lo mejor. Esto comienza con una buena nutrición e hidratación, complementadas con ejercicio moderado. Encuentre un pasatiempo que le ayude a mantenerse activa, y que a la vez le relaje y le libere del estrés. Camine en lugares hermosos, cierre los ojos, respire profundamente y dé gracias a Dios por cada nuevo día de vida.

Procure siempre mantener una postura erguida, tanto al sentarse como al caminar. Lleve la cabeza



en alto y evite caminar mirando el celular, pues esto proyecta una imagen negativa. Evite usar ropa

arrugada, descuidada, demasiado ajustada o con escotes excesivos. Seleccione con cuidado sus accesorios; que no sean exagerados ni ruidosos. Que su maquillaje sea moderado y resalte sus atributos. No use tanto perfume que llegue a ser abrumador.

Asegúrese de que sus zapatos y su ropa estén siempre impecables. No importa la marca, sino que sean apropiados para su cuerpo y en tonos y estampados sobrios. Recuerde: **menos es más.**

Aprenda sobre el lenguaje corporal y evite dar una impresión negativa sin darse cuenta. Según los expertos, el 80% de lo que comunicamos lo hacemos con el lenguaje no verbal, y solo el 20% con palabras. Hacernos irresistibles para los demás es solo cuestión de conocernos y amarnos primero.

HORÓSCOPO SEMANAL

Aries

Tu espíritu es como una góndola que desafía la corriente del Gran Canal. Esta semana, atrévete a liderar con pasión y a amar sin miedo. Un gesto impulsivo conquistará a alguien especial. Como un guerrero otomano, nadie podrá resistirse a tu magnetismo. ¡Lánzate sin mirar atrás!

Cáncer

Tu corazón es como un jardín escondido en un palacio veneciano: delicado, misterioso y lleno de perfume. Esta semana, deja que alguien entre. El amor puede sentirse como una canción antigua flotando sobre el agua. No tengas miedo de sentir... ¡y de brillar!

Libra

Tu encanto es tan armonioso como una sinfonía tocada en un palacio de cristal. Esta semana, los encuentros serán dulces y los besos intensos. Deja que te admiren como a una obra de arte otomana: detallada, exquisita y única. ¡Amar es tu arte más fino!

Capricornio

Eres como un antiguo reloj veneciano: preciso, fuerte y bellamente complejo. Esta semana, tu esfuerzo traerá recompensas dulces. En el amor, alguien notará los detalles que otros ignoran. Eres un tesoro escondido... y estás por ser descubierto.

Tauro

Eres como un banquete real en un palacio veneciano: abundante, bello e inolvidable. Hoy el amor se sirve en bandeja de plata. Disfruta cada bocado de la vida, cada caricia, cada mirada. Recuerda: el placer también es una forma de arte. ¡Déjate adorar!

Leo

Eres el sultán o la sultana del zodiaco, y esta semana todos te rendirán homenaje. Tu carisma encenderá las velas de muchos corazones. Brilla como una lámpara de mosaicos en la noche veneciana. ¿Un nuevo amor? Sí. ¿Una nueva aventura? ¡También!

Escorpio

Tu energía es como una poción secreta en un mercado de Estambul: poderosa y fascinante. Esta semana, tu intensidad cautivará a quien te mire. En el amor, te esperan confidencias, pasión y misterios por descubrir. Seduce como solo tú sabes... con el alma.

Acuario

Tu mente brilla como un cielo estrellado sobre los minaretes de Estambul. Esta semana, inspiras a otros con tu visión única. En el amor, conecta desde lo profundo, desde lo auténtico. Déjate guiar por las corrientes de la vida... y llegarás a un puerto de ternura.

Géminis

Tu mente es un bazar otomano: llena de ideas exóticas y coloridas. Esta semana, una conversación te abrirá las puertas a una conexión tan mágica como un baile en la plaza San Marcos. Sé tú mismo, sin máscaras. El amor verdadero se enamora de tu esencia.

Virgo

Como un mapa antiguo que guarda rutas secretas, tu alma es sabiduría pura. Esta semana, el amor te premiará por tu constancia y elegancia. No temas soltar el control; el universo te lleva a un destino tan romántico como un paseo en góndola al atardecer.

Sagitario

Tu espíritu libre es como una caravana cruzando desiertos dorados hacia nuevas ciudades. Esta semana, el romance se esconde en lugares inesperados. Sé espontáneo, sueña alto y ama como si estuvieras en un carnaval veneciano sin fin. ¡Aventura y amor te llaman!

Piscis

Tu corazón es como un poema escrito en una carta que viaja en botella por los canales de Venecia. Esta semana, el amor se siente etéreo, casi mágico. Déjate llevar por tus emociones, sueña en grande, y recuerda: el alma que ama con fe, siempre encuentra su destino.



Publisher:

Karlha 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:



Roles y Responsabilidades:

La Clave para un Negocio Organizado y Rentable

Ya sea que tengas un equipo o trabajes solo por tu cuenta, definir claramente los roles y responsabilidades es fundamental para el éxito. Precisar estas responsabilidades permitirá dirigir y organizar de manera más eficiente, sin importar el tamaño del negocio.

Si se tiene un equipo de trabajo, se debe ser claro y asegurarse que cada persona en el equipo sabe y entiende exactamente qué hacer y qué se espera de su trabajo.

Si no está claro, se corre el riesgo de que las tareas se repitan o, peor aún, que las importantes queden sin atender. Por otro lado, se duplicarán los esfuerzos al realizarlas.



Establecer y definir horarios de trabajo claros y el tiempo o plazo en que deben llevarse a cabo las tareas y los proyectos. Esto es de gran ayuda para mantener a la empresa y traerá como resultado mayor y mejor rendimiento de los colaboradores.

Otro aspecto muy importante es establecer o fijar las metas a alcanzar, individualmente y en equipo. Es importante que, al establecerlas, estas puedan ser medibles, alcanzables, relevantes y fijar el tiempo en que deben lograrse.

Por último, y no menos importante, es la implementación de sistemas que permitan llevar a cabo evaluaciones del rendimiento de cada colaborador en la empresa. Deben incluir aspectos muy importantes, tales como: revisarlas periódicamente, realizar métricas de

productividad (son las utilizadas para medir la eficiencia de cada miembro que labora en la empresa), con el objetivo de realimentar constructivamente. Esta medición del desempeño permite identificar las áreas que necesita, mejorar y reconocer el buen trabajo realizado.

Por otro lado, si se trabaja solo, deben establecerse rutinas diarias o semanales que ayudan a mantenerse enfocado. Debe decidirse cuándo se realizarán las tareas específicas de finanzas, marketing, desarrollo de productos o servicios, etc. Además, priorizar esas tareas es vital y deben concentrarse en las más importantes para asegurar el progreso evitando así el sentirse abrumado.

En el siguiente artículo profundizaremos más en estos aspectos.

02

NINTENDO SWITCH™



Después de pasar varias semanas con la Nintendo Switch 2, puedo decir que no estamos ante una revolución, pero sí ante una mejora muy bien pensada. La consola mantiene su concepto híbrido, que sigue siendo su mayor fortaleza, pero ahora se siente más moderna y robusta.

AFTERDARK

Omar García



Lo primero que salta a la vista es la nueva pantalla OLED, que se ve increíble: colores más vivos, mejor contraste, y un tamaño ligeramente mayor que hace que jugar en modo portátil sea mucho más disfrutable. Los marcos más delgados le dan un toque más actual.

En cuanto al rendimiento, hay una mejora clara. Juegos como *Zelda: Echoes of Time* y *Mario Kart 9* corren con fluidez, y los tiempos de carga se redujeron bastante. También se nota el trabajo detrás del nuevo sistema de

ventilación: incluso en sesiones largas, la consola se mantiene silenciosa y sin sobrecalentarse.

Los Joy-Con también han sido mejorados. Se sienten más cómodos en la mano y, al menos hasta ahora, no ha habido señales de “drift”, algo que fue un dolor de cabeza en la primera generación. Los gatillos analógicos son un buen añadido para ciertos juegos.

La batería aguanta bien: entre 6 y 8 horas, dependiendo del título. No es una mejora

radical, pero sí suficiente para jugar sin estar pendiente del cargador.

Sigue siendo compatible con los juegos y accesorios de la Switch original, lo cual se agradece mucho. Y aunque el sistema operativo no cambió demasiado, sigue siendo rápido y fácil de usar.

La Switch 2 no intenta ser algo completamente nuevo, sino una versión más refinada de una fórmula que ya funciona muy bien. Si te gustó la primera, esta te va a encantar.



TYPO

QZ

Karla Ramón



Venecia y el Imperio Otomano:

Un viaje sensorial al corazón del Mediterráneo

¡Awww, por dónde comenzar este artículo! Esta exhibición del Museo de Arte Frist es una delicia para todos los amantes del arte, pero también para quienes disfrutan de la historia. Prepárate para embarcarte en un fascinante viaje al Mediterráneo entre los años 1400 y 1800, cuando dos gigantes del mundo antiguo —Venecia y el Imperio Otomano— se convirtieron en protagonistas de una de las historias más cautivadoras de intercambio cultural, artístico y comercial.

Venecia, la ciudad de los canales construida sobre islotes al noreste de Italia, fue mucho más que un destino romántico: era el centro de una red comercial que unía África, Asia y Europa. Para mantener su prestigio, Venecia se expandió hacia el este y fortaleció sus lazos con el poderoso Imperio Otomano, que, tras conquistar Constantinopla en 1453, dominó el Mediterráneo oriental con riqueza, arte y diplomacia.

Esta historia cobra vida en una exposición inolvidable que reúne más de 150 piezas provenientes de siete museos venecianos, incluyendo el famoso Palazzo Ducale, el Museo del Vetro y las Gallerie dell'Accademia. También cuenta con aportes de la Universidad de Zadar, en Croacia.

A través de pinturas, esculturas, armaduras, libros, cerámicas, sedas... ¡y hasta zapatos!, descubrirás cómo Venecia y el Imperio Otomano compartieron mucho más que intereses económicos: intercambiaron sabores, saberes, aromas y arte. A pesar de los conflictos, ambas culturas apreciaban sus diferencias y se beneficiaban mutuamente. La muestra incluso incluye objetos recuperados de un barco veneciano del siglo XVI hundido con mercancías destinadas a tierras otomanas. Puedes ver un fragmento documental y sumergirte en una atmósfera mística, como si tú mismo estuvieras descubriendo los restos.

Pero esta exposición no solo se contempla, ¡se vive! Te envolverá un paisaje sonoro de olas mediterráneas, una muestra de especias aromáticas, fragancias históricas (¡sí, hay cajitas con perfumes para que encuentres tu favorita!) y una experiencia culinaria protagonizada por la chef Paulette e Ilyas Bakla, del restaurante TashTea Café. Además, podrás llevarte recetas inspiradas en ambos mundos y tocar exquisitas telas Fortuny con estampados de ensueño... ¡y te aseguro que no vas a poder decidir cuál es tu favorita!

Una muestra pensada para despertar todos los sentidos y recordarnos que, en medio de las diferencias culturales, siempre han existido puentes hechos de arte, sabor y belleza.

En estos tiempos de incertidumbre, esta exposición nos inspira a apostar por el intercambio positivo, el entendimiento mutuo y la creación de lazos que vayan más allá de nuestras diferencias.

P.D. No dejes pasar la oportunidad de visitar el Café Cheeserie. ¡Créeme, me lo vas a agradecer!



SCAN ME





Nashville Symphony
Schermerhorn Symphony Center



MEMBERS OF
NASHVILLE SYMPHONY
PERFORMS WINDBORNE'S
THE MUSIC OF QUEEN

FEATURING CONDUCTOR BRENT HAVENS AND VOCALIST MIG AYESA



A LIVE ORCHESTRA & FULL ROCK BAND PERFORM QUEEN'S CLASSIC SONGS
IN A BRILLIANT COMBINATION OF PASSION AND POWER

DOMINGO 27 DE JULIO DE 2025
19:30 | Centro Sinfónico
Schermerhorn

MIEMBROS DE LA SINFÓNICA DE NASHVILLE
BRENT HAVENS, DIRECTOR | MIG AYESA, VOCALISTA

Coopresentado por Nashville Symphony y AEG Live.

Reduciendo la brecha entre el rock and roll y la música clásica, los miembros de la Sinfónica de Nashville interpretan "La Música de Queen" en el Centro Sinfónico Schermerhorn. El director Brent Havens sube al podio para presentar "La Música de Queen" de Windborne, un programa musicalizado para ampliar la experiencia auditiva de las excepcionales melodías de Queen. Interpretado por una orquesta, con la vocalista MiG Ayesa, y amplificado con una banda de rock completa y voces, este espectáculo captura el sonido distintivo de Queen, presentando música conocida y mucha nueva con diferentes matices.



Para compra de tickets,
escanea el Cod. QR.

AZUL 615

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



Inglés Básico



Take aback

La expresión “take aback” es una frase verbal idiomática que significa sorprender o desconcertar a alguien...

Expresiones con Take Aback’:

La sorpresa lo desconcertó.	The surprise took him aback.
El gesto me sorprendió.	The gesture took me aback.
La reacción lo sorprendió.	The reaction took him aback.
Me dejó atónito.	It really took me aback.
El resultado lo sorprendió.	The result took him aback.
Nos dejó sorprendidos.	It really took us aback.
Los dejó desconcertados.	It took them aback.
La crítica me desconcertó.	The criticism took me aback.

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 A to Z



Síguenos en:
@azul615mag



#TUVOZESAZUL



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!**





H vs. KITCHEN

Hector S.



Lentejas

¡Buenas, buenas mi gente!

Hoy les traigo una receta fácil y simple de preparar. Las lentejas son un platillo crucial en la vida de todos; es casi imposible que algún latino no las haya probado alguna vez. Existen distintas maneras de prepararlas, y hoy les voy a mostrar cómo las hice yo.

¡Sin tanto preámbulo, comenzamos!

Proteína:

- 4 chorizos colombianos
- 8 oz de tocino

Verduras:

- 1/6 de cebolla blanca
- 2 dientes de ajo
- 1 chile serrano
- 2 aguacates
- 1/8 de manojo de cilantro
- 1/2 cebolla morada

Otros:

- 1 lb de lentejas
- 2 oz de sal
- 2 oz de pimienta negra
- 2 oz de consomé de tomate
- 4 litros de agua

Preparación:

Comenzamos cortando el chorizo en rodajas y lo ponemos en el sartén a cocinar. Agregamos el ajo finamente picado, luego el tocino, el chile y la cebolla (también picados finamente). Cocinamos todo durante 8 minutos, dejando que el tocino se dore bien y suelte su grasa.

Después de eso, agregamos las lentejas y las cocinamos por dos minutos. Luego, vertemos el agua, revolvemos bien y añadimos los ingredientes secos: la sal, el consomé de tomate y la pimienta negra. Dejamos hervir durante 35 minutos, ¡y listo! Tendremos un delicioso caldo de lentejas.

Espero que disfruten esta receta deliciosa. ¡Que tengan un día productivo y eficiente!

**¡Bendiciones y nos
leemos a la próxima!**



Juego del Momento

Juega en línea



Escanéa tu Código QR y Disfruta

CADA 15 DÍAS
UN JUEGO DIFERENTE

SOPAS De letras

TEMA:
cultura romana antigua

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

ADRIANO
AUGUSTO
CALÍGULA
CLAUDIO
CÓMODO
MACRINO

NERÓN
PERTINAX
TÁCITO
TIBERIO
TITO
TRAJANO

7 Diferencias



SUDOKU

MINI:

5				6	4
1					2
	3				1
4			2		
	5				
					6

MEDIO:

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

EXPERTO:

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



Ocúpate de organizar
tu evento
y nosotros nos
encargaremos de
invitarlos a...

TODOS!

RSVP
by July 15th

Ahora contamos con un nuevo portal
disponible para que puedas publicar tus
próximos eventos

GRATIS

Tu evento será visible
para miles de lectores locales.

El proceso de envío es sencillo: ¡solo llena el formulario y listo!



Síguenos en:
@azul615mag



QZUL615

QZUL615

CONECTADOS AL **NUEVO MUNDO**

ENCUÉNTRANOS
EN IMPRESO



VÍVENOS
EN DIGITAL

SOMOS UN NUEVO CONCEPTO
EN INFORMACIÓN, CONECTADOS
CON LAS NUEVAS TENDENCIAS



Síguenos en:
@azul615mag



#TUVOZESAZUL