

el

Colusa

EDICIÓN 1063

MAYO DE 2024

MIAMI - DADE - BROWARD

AÑO XXIV

**RETORNO A
COLOMBIA**

**30 AÑOS
SIRVIENDO A
LA COMUNIDAD
COLOMBIANA**



Diana Rueda - Sterling
CEO - AMERICAN LOGISTIC

REGRESAR A COLOMBIA ES POSIBLE A \$0 IMPUESTOS

MIAMI - DADE • BROWARD • AÑO XXV - EDICIÓN 1063 - MAYO DE 2024

DIANA

RUEDA - STERLING

CEO AMERICAN LOGISTIC



UNA MUJER COLOMBIANA, EMPRESARIA EN CONEXIÓN CON LA COMUNIDAD EN EL EXTERIOR

Un puente de felicidad guiando el camino de regreso a Colombia a más de 85 familias con PLAN RETORNO APROBADO

LEY 1565 DE 2012

“Permiso para ingresar el menaje exento de impuestos en diferentes retornos, nuestra misión es más que ser una empresa de MUDANZAS, es el faro de esperanza para los Colombianos en el exterior, familias regresando, viviendo la experiencia de la jubilación, regresando a Colombia después de arduos años de trabajo”



“Entre Colombia y Estados Unidos desde una aguja hasta la casa entera”



Visitenos En:
4797 NW 72nd Ave
Miami, Fl 33166

 1 786 357 4592

www.americanlogisticcargo.com

DESPACHOS MARITIMOS A COLOMBIA

- Asesoramos **SIN COSTO** El proceso de aprobación y Mudanza.
- Comprometidos con orgullo a ayudar a la comunidad.
- Apoyo a instituciones de ayuda en Colombia para el mejoramiento de la calidad de vida de nuestros compatriotas.

AGENCIAS BIENVENIDAS



Aromas MedSpa

Derma ELIXIR

\$
1,000
USD

Precio Especial
Antes: \$2,000-



¡Descubre el secreto de una piel radiante con Derma-Elixir, el exclusivo producto de Aromas MedSpa!

Dale a tu piel el cuidado que se merece y luce una piel más joven y saludable

Formulado con una potente combinación de ácido hialurónico y ácido poliláctico, Derma-Elixir estimula la regeneración celular, aumenta la producción de colágeno y mejora visiblemente la apariencia de tu piel.

www.aromaslaser.com

Doral: 9831 NW 58 Street • Unit 149 • Doral, FL 33178 • Tel: 786.231.3115
Weston: 2402 Weston Road • Weston, FL 33126 • Tel: 786.231.3115
Kendall: 9554 SW 137 Ave • Miami, FL 33186 • Tel: 786.231.3115 • Fax: 305.392.0007
Email: aromas@me.com | Facebook: aromastherapy

Contenidos

6



El phubbing
¿Cómo la tecnología está afectando nuestras relaciones personales?

8



Dr. José Gregorio Hernández
Conoce por menores de la película del Beato venezolano

10



¿Te mudas?
Sigue estos consejos para una mudanza exitosa

12



Fútbol en Todo
Let's Fútbol Everything

13



El romero
Más que una hierba aromática, un aliado para tu salud

14



Belleza

16



Microneedling
Descubre tu piel después de un tratamiento con microneedling

18



Cien años de soledad
Explorando el mundo mágico de "Cien años de soledad" en la nueva serie de Netflix

20



Caldo de pollo
Un tesoro nutritivo para tu salud

22



Mazda CX-30 Turbo

el Colusa

El Colusa News - Casa Editorial GES
P.O. Box 165739 - Miami, Florida 33116
Tel: 786.845.6868 - Fax: 786.845.0855
Email: info@elcolusa.com

Directora
Silvana Martinez - silvanam@elcolusa.com

Arte y diagramación
Karol Traslaviña - karoldanielatraslavina@gmail.com

Editora
Johanna Amorocho - johanna@elcolusa.com

Ventas Miami
info@elcolusa.com

Ventas Broward
Alfonso Gualdron - kabanainc20@gmail.com
Tel: 786.484.9138

Facebook El Colusa
Instagram @elcolusa
TikTok @elcolusa
www.elcolusa.com

Miami, Mayo 2024



ZAMORA
LIVE

2 GRANDES ESTRELLAS *en concierto*

Hard Rock
LIVE

SEMINOLE
Hard Rock
HOTEL & CASINO

HOLLYWOOD, FL



SABADO

01 JUNIO



YIYO & SERGIO SARANTE VARGAS

ÚNICA FUNCIÓN

HOLLYWOOD, FL

TICKETS DISPONIBLES *ticketmaster*

JORGE CELEDÓN, GANADOR DE
PREMIOS GRAMMY LATINO,
TRAE SUS HITS DE VALLENATO
AL SEMINOLE CASINO HOTEL



JORGE CELEDÓN

TOUR 2024

**VIERNES 12 DE JULIO
SEMINOLE CENTER | 9PM**

A LA VENTA EN TICKETMASTER Y
MOREINPARADISE.COM

El phubbing

¿Cómo la tecnología está afectando nuestras relaciones personales?



¡Es inevitable! En la era digital actual, estamos constantemente conectados a nuestros dispositivos electrónicos, ya sea revisando correos electrónicos, desplazándonos por las redes sociales o enviando mensajes de texto. Sin embargo, esta conexión constante puede tener un impacto negativo en nuestras relaciones personales, un fenómeno conocido como "phubbing".

El término "phubbing" se deriva de la combinación de las palabras en inglés "phone" (teléfono) y "snubbing" (ignorar) y se refiere a la acción de prestar más atención a nuestro teléfono u otros dispositivos electrónicos que a las personas que están físicamente presentes. Esta práctica puede llevar a que las personas se sientan ignoradas, infravaloradas o desconectadas en situaciones sociales.

Uno de los problemas principales del phubbing es su impacto en la calidad de nuestras interacciones sociales. **Cuando estamos absortos en nuestros dispositivos, perdemos la oportunidad de conectarnos realmente con las personas que nos rodean, lo que puede llevar a una comunicación superficial y una falta de conexión emocional.**

Además, el phubbing también puede tener consecuencias negativas en nuestra salud mental y bienestar emocional. Sentirse ignorado o excluido en situaciones sociales puede provocar sentimientos de soledad, ansiedad o depresión. Además, el uso excesivo de dispositivos electrónicos también se ha relacionado con problemas de sueño, estrés y falta de atención.

Para combatir el phubbing y mejorar nuestras relaciones personales, la web de 'Ivane Salud' establece cinco hábitos que podría añadir a su rutina para mejorar sus relaciones interpersonales haciendo de lado el phubbing:

- Establezca horarios para el uso de dispositivos.
- Haga pausas para descansar de su uso frecuente.
- Ocupe su tiempo libre para hacer actividades que no incluyan pantallas.
- Evite usar su teléfono mientras hace otra cosa.
- Anteponga su comunicación presencial con otros cuando sea posible.

No olvides la importancia de estar presentes en el momento y valorar las conexiones humanas por encima de la tecnología. Toma el tiempo para apreciar las interacciones cara a cara y estar verdaderamente presentes puede enriquecer tus relaciones y mejorar tu calidad de vida en general.

DEL ANNOVA

**VIERNES
7 DE JUNIO
THE FILLMORE
MIAMI BEACH**

BOLETOS A LA VENTA YA

GRUPO FIRME

**LA ÚLTIMA
PIEDRA**

2024 - TOUR

MÉXICO / USA / AMÉRICA LATINA / EUROPA

CIUDADES:

**SÁBADO 1 DE JUNIO
KASEYA CENTER**

COMPRA BOLETOS YA

+18 CAA 1



Copyright J© 2021

Dr. José Gregorio Hernández: La historia de un milagro

Conoce pormenores de la película del Beato venezolano

José Gregorio Hernández, fue un médico, científico, profesor, filántropo de vocación católica que fue declarado Beato por la Iglesia católica y que en la actualidad es venerado por muchos hispanohablantes alrededor del mundo, tendrá su película.

Dirigida por el cineasta venezolano, Jorge Zambrano, tiene previsto ser estrenada en el mes de diciembre, luego de una producción que inició en el 2020. "Me tomó como un año hacer el guion y en 2021 comenzó la producción", expresa Zambrano.

Uno de los retos, además del económico ya que la película es de carácter independiente financiada en su mayoría por él mismo y algunos productores ejecutivos, ha sido la documentación sobre la vida de José Gregorio Hernández "y como comprender en tan poco tiempo, tanta información, porque la vida de él es bastante extensa y la película no pretende ser documental. La película es de drama ficción, a pesar de que se basa en la vida real del doctor" comenta el director.

El director señala que antes de adentrarse en la vida del Beato no conocía a profundidad sobre su vida, y al hacerlo, comprendió cuán generosa y completamente dedicada al prójimo fue. Aseguró además sorprenderse de datos que no conocía sobre José Gregorio Hernández, como el que hablaba cinco idiomas, tocaba piano, escribía ensayos y poesía, pintaba, le gustaba bailar y fue el médico de cabecera de seis presidentes de Venezuela.

La película animada buscará llegar a las salas de cine en Venezuela, España, Estados Unidos y Chile y posterior a esto, llegaría a streaming. Para su director, es "increíble, todo el mundo lo conoce. Incluso muchas generaciones de Venezuela, los que están en el extranjero". La producción de animación se lleva a cabo en distintos países entre los que se encuentran Estados Unidos, Perú, Chile, Venezuela, España e Inglaterra.



Mira el trailer aquí:



GOYA CARES LANZA UN NUEVO VÍDEO EDUCATIVO PARA CONCIENTIZAR A LOS JÓVENES SOBRE LA SALUD MENTAL

Jersey City, Nueva Jersey (13 de mayo de 2024) - Goya Cares, una iniciativa mundial dedicada a proteger a los niños de los peligros del tráfico de menores y a concientizar sobre la prevención y la educación en materia de salud mental, anuncia el lanzamiento de su nuevo vídeo educativo, **#PressPause**, en apoyo al Mes de Concientización sobre la Salud Mental.

"Goya Cares se centra en la protección de la infancia y los niños que sufren enfermedades mentales y se vuelven vulnerables a las drogas, el alcohol, la manipulación y el abuso. Es esencial que dotemos a los jóvenes de los conocimientos y las herramientas que necesitan para cuidar de su bienestar mental y que apoyemos programas centrados en la educación y la prevención. Queremos llegar a los niños antes de que se conviertan en víctimas de abusos, tráfico o explotación", declaró Bob Unanue, Presidente y Director General de Goya Foods.

El vídeo, de 15 minutos de duración, presenta a Sofía Rodríguez, una joven de 15 años, que lucha contra problemas de salud mental, así como consejos de expertos profesionales de la salud mental. La moraleja de la película se centra en la importancia de tener compasión, defenderse a uno mismo y a los demás, abogar por una comunicación abierta en las familias y las comunidades sobre la salud mental y la necesidad de sistemas de apoyo para los jóvenes. "Press Pause" subraya la importancia de los pequeños gestos amables y de la valentía para enfrentarse a los problemas personales y hablar de ellos y sirve de recordatorio del profundo efecto que pueden tener la empatía y el apoyo.

El vídeo puede verse gratuitamente en **GoyaCares.com**. Con el apoyo de los socios de la **coalición Goya Cares**, Goya ofrece asambleas escolares gratuitas y programas de estudios en las aulas de todo Estados Unidos. Press Pause forma parte de los esfuerzos más amplios de Goya para educar a estudiantes y padres sobre las señales de advertencia y las señales de alarma de la trata de menores, los peligros de la explotación en línea y cómo obtener ayuda a través de la serie: **Goya Cares LIGHT**

Para más información, visite: <https://goyacares.com/es/home/>



TRABAJAR PROSPERAR *aquí*

MIAMI-DADE COUNTY

Sé una fuerza motriz en nuestra comunidad...

► miamidade.gov/busdriver

PRESENTA TU SOLICITUD AHORA

Cinco mil dólares al firmar el contrato

Para obtener esta información en un formato accesible, llame al 786-469-5225.

¿Te mudas?

Sigue estos consejos para una mudanza exitosa



Mudarse es una experiencia increíble ya que comenzarás una nueva etapa en un nuevo lugar ¡Felicidades! Sin embargo, es una logística que debes poner en marcha para que todo salga sin muchos contratiempos. A continuación, te presentamos algunas sugerencias para que tengas en cuenta en tu próxima mudanza:

- **Planifica:** Crea un cronograma detallado con fechas límites realistas que incluya desde el embalaje hasta la contratación del servicio de mudanza.
- **¡Adiós!** Esta es una gran oportunidad para revisar tus pertenencias y determinar que debe continuar contigo y que no. Clasifica tus objetos en tres categorías: mantener, donar y desechar, esto te ayudará a reducir la cantidad de artículos que debas empacar y te hará más simple el proceso de la mudanza.
- **Que tu embalaje sea de calidad.** Cajas resistentes, papel de embalaje, burbujas de aire, cinta adhesiva, son elementos que serán tus aliados para poder trasladar tus objetos de forma segura a su nuevo lugar. Recuerda, además, marcar cada caja con su contenido y destino correspondiente, esto ayudará a saber si es una caja con vajilla de porcelana que debe ser puesta en la cocina, o una caja de cobijas que debe ir en una habitación.
- **Prepara tu nuevo hogar.** Antes de la mudanza se recomienda planificar en el nuevo espacio disponible como ubicarás tus muebles y pertenencias. Además, es buena idea siempre realizar una limpieza del lugar previa a la mudanza.
- **Organiza una caja especial para esos primeros días.** Es posible que en aquellos primeros días tengas muchas cajas y también mucho cansancio, por lo que tener una caja distintiva con elementos que vas a necesitar esos primeros días es un acierto. En ella incluye elementos básicos de cocina, medicamentos, artículos de higiene personal, ropa de cama, cambios de ropa, todo aquellos que necesites a la mano.
- **Día de la mudanza:** supervisa. Después de haber contratado a un equipo de mudanza profesional y experto y de acuerdo con tus posibilidades, en el tan esperado día supervisa todo para que te asegures que salga de acuerdo con lo planeado. Comunica tus instrucciones de forma clara al equipo de mudanza y que tengan precaución con artículos que consideres deben ser transportados de forma cuidadosa por ser frágiles.
- **Toma tu tiempo.** Ya una vez con todas tus pertenencias en tu nuevo hogar, toma tu tiempo para organizarlas, no trates de hacerlo todo de una vez. Establece prioridades en las tareas a realizar de acuerdo con su importancia y avanza desde ahí.

PANDORA & FLANS
 INESPERADO TOUR
U.S. TOUR
2024

23 DE JUNIO
 JAMES L. KNIGHT CENTER
MIAMI, FL.

Loud Live WESTWOOD ENTERTAINMENT BLU² ENTERTAINMENT

RANCHENATO DEL AÑO

SEMINOLE
Hard Rock
 HOTEL & CASINO

HOLLYWOOD, FL

JUL | 21
HARD ROCK LIVE

LUIS ALBERTO POSADA JORGE CELEDÓN LUIS ALFONSO JEAN CARLOS CENTENO

ticketmaster®

Fútbol en Todo: Let's Fútbol Everything

En el vibrante mundo del deporte, cada temporada trae consigo nuevas emociones y experiencias. Con el lanzamiento de la colección "Let's Fútbol Everything" de WSS, la anticipación alcanza un nuevo nivel. Esta colección única no solo ofrece las últimas camisetas y productos deportivos, sino que también encapsula el espíritu apasionado del fútbol en cada detalle.

Desde la emocionante camiseta de Messi para el Inter Miami hasta las vibrantes camisetas de la Copa América, como las de México y Colombia, cada pieza de esta colección está diseñada para inspirar y celebrar la pasión por el fútbol. La elección de materiales de alta calidad y diseños innovadores garantiza que los aficionados puedan expresar su amor por el deporte de una manera auténtica y emocionante.

Además, nuestra selección de pelotas de equipos favoritos, como la MLS Mini, permite a los aficionados llevar su amor por el juego a todas partes. Desde el patio trasero hasta el parque local, estas pelotas son el complemento perfecto para cualquier momento de diversión futbolística.

Únete a nosotros mientras nos sumergimos en la emoción del fútbol en todas sus formas. Descubre la colección "Let's Fútbol Everything" en nuestro sitio web y prepárate para vivir el fútbol como nunca antes. ¡La pasión está en cada detalle, desde el campo hasta tu corazón!

• **Miami 8th Street**

4801 SW 8th St
Miami FL 33134

• **Miami 7th Street**

5785 NW 7th St
Miami FL 33126

• **Miami Bird St**

8508 Bird Rd
Miami FL 33155

• **Hialeah / 49th St**

1700 W 49th St Suite 3
Hialeah FL 33012



El romero

Más que una hierba aromática, un aliado para tu salud

El romero, una hierba aromática popular en la cocina mediterránea, no solo agrega sabor a los platos, sino que también ofrece una amplia gama de beneficios para la salud. Desde tiempos antiguos, el romero ha sido valorado por sus propiedades medicinales y se ha utilizado en diversas formas para tratar una variedad de dolencias.

Una de las principales propiedades del romero es su capacidad para mejorar la función cognitiva y la memoria. Varios estudios han demostrado que el aroma del romero puede mejorar la memoria y el estado de alerta, lo que lo convierte en un aliado para estudiar o realizar tareas que requieren concentración.

Además, el romero es rico en antioxidantes, que ayudan a combatir el daño causado por los radicales libres en el cuerpo. Estos antioxidantes pueden ayudar a prevenir enfermedades crónicas como el cáncer, enfermedades cardíacas y enfermedades neurodegenerativas.

El romero también tiene propiedades antiinflamatorias, lo que lo hace útil para aliviar el dolor y la inflamación en condiciones como la artritis. Además, se ha demostrado que el romero tiene propiedades antimicrobianas, lo que significa que puede ayudar a combatir las infecciones bacterianas y fúngicas.

Otro beneficio del romero es su capacidad para mejorar la digestión. El romero estimula la producción de bilis en el hígado, lo que ayuda a descomponer las grasas y mejorar la digestión. También puede ayudar a aliviar los síntomas del síndrome del intestino irritable y otros trastornos digestivos.

Además de sus beneficios internos, el romero también puede ser beneficioso para la piel y el cabello. Se ha demostrado que el aceite esencial de romero tiene propiedades antibacterianas y antifúngicas, lo que lo hace útil para tratar el acné y otras afecciones de la piel. También puede ayudar a estimular el crecimiento del cabello y prevenir la caída del mismo.

El romero es mucho más que una simple hierba aromática; es un tesoro de beneficios para la salud. Ya sea que se use en la cocina, como un aceite esencial o en forma de suplemento, el romero puede ser una adición valiosa a tu rutina diaria para mejorar tu salud y bienestar general.



La forma más común de tomar el romero es en té, para esto necesitarás los siguientes ingredientes:

- Una cucharadita de hojas de romero secas, si están frescas puedes usar dos cucharaditas
- Una taza con agua
- Si deseas endulzar puedes agregar miel
- Limón

Pones a hervir el agua y cuando esta ya este caliente agregas las hojas de romero y mantienes en fuego bajo por 5 minutos. Después apagas y sirves colando las hojas de romero y finalmente agregas la miel y limón al gusto (esto último es opcional)

Belleza

1



Charlotte Tilbury Fragrance Collection of Emotions

Created by master perfumers and backed by science, Charlotte's NEW! Fragrance Collection of Emotions allows you to spray on a feeling and manifest magic with the power of scent.

2



Charlotte Tilbury NEW! Pillow Talk Big Lip Plumpgasm

Charlotte's NEW! Pillow Talk Big Lip Plumpgasm is an ultra-comfortable oil infused gloss with powerful fire & ice actives to give a boost of lasting hydration for silky smooth, fuller looking lips.

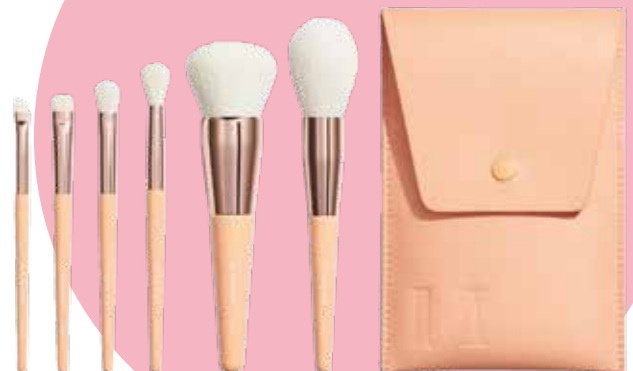
3



IT Cosmetics Your Skin But Better CC+ Cream Natural Matte SPF 40

Tackle your oily skin concerns with Your Skin But Better CC+ Cream Natural Matte SPF 40 – a hydrating, matte foundation + sunscreen that won't leave your complexion looking one-dimensional or dry.

4



Morphe Aurascape 6-piece Face & Eye Travel Brush Set

This limited-edition curation of 6 travel-sized face and eye brushes buff, blend, and line like a dream, and are stored in a chic pouch to keep them protected. This gorgeous set makes a great Mother's Day gift to make her feel spoiled.



AMARÚ
Condominio Campestre



 **SANTA ROSA DE LIMA, A 25 MINUTOS DE CARTAGENA**



SEPARA CON

\$250 USD

**FINANCIACIÓN DIRECTA A 36 MESES
LIBRE DE INTERESES**

 **+57 321 7161515**



Amarú condominio campestre



@amarucampestre

Descubre tu piel antes y después de un tratamiento con microneedling

El microneedling, también conocido como dermapen, es un tratamiento de rejuvenecimiento de la piel que ha ganado popularidad en los últimos años debido a sus impresionantes resultados. ¿Pero qué es exactamente el microneedling y cómo puede transformar tu piel?

¿Qué es el Microneedling o Dermapen?

El microneedling es un procedimiento que implica el uso de un dispositivo que utiliza pequeñas agujas para crear microcanales en la piel, estimulando la producción de colágeno y elastina. Estos microcanales permiten la penetración de sustancias beneficiosas para la piel como cócteles vitamínicos, plasma rico en plaquetas, exosomas y más.

Beneficios del Microneedling:

- Reduce las arrugas y líneas finas.
- Mejora la textura y la elasticidad de la piel.
- Minimiza el tamaño de los poros.
- Disminuye la apariencia de cicatrices de acné y estrías.
- Promueve un tono de piel más uniforme y luminoso.

¿Con qué frecuencia se debe realizar Dermapen?

La frecuencia recomendada para el microneedling varía según las necesidades de cada persona. Por lo general, se recomienda realizar sesiones cada 4-6 semanas para obtener resultados óptimos y mantener la salud de la piel a largo plazo.



Cuidados Post Tratamiento

- Evita la exposición al sol y usa protector solar (siempre).
- Hidrata tu piel con una crema suave.
- No uses maquillaje en el área tratada por al menos 24 horas.
- Evita tocar o frotar la piel tratada.
- No uses productos exfoliantes.
- Sigue las instrucciones de tu especialista en cuidado de la piel.

Resultados del Dermapen

La mejora de los resultados en los tratamientos con este dispositivo se debe a la estimulación de colágeno y elastina en el paciente. Estos efectos se ven después de algunas semanas, debido al ciclo de producción de colágeno. En pocos días, la piel del rostro recupera luminosidad, hidratación y suavidad, mostrando un tono más uniforme y rejuvenecido.



¡Agenda una sesión de Dermapen!

Estamos ubicados en:
7910 NW 25th St Suite 202,
Doral, FL 33122,
Estados Unidos
Síguenos en nuestras
redes sociales.

 @medilightcenter

 Medilight Center



MOTHER'S DAY GIFT CARDS

MEDILIGHT

Obsequia Belleza a Mamá
en su día



PAGA	DISFRUTA EN SERVICIOS
\$599	\$670
\$999	\$1100
\$1549	\$1700



AGENDA TU CITA
📞 786 413 0785

BOTOX- FILLERS- PLASMA RICO EN PLAQUETAS-
EXOSOMAS- HILOS TENSORES Y MÁS

Estamos en 7910 NW 25th St Suite 202, Doral, FL 33122

TELF.:(786) 413-0785



@medilightcenter



Medilight Center



FINANCIAMIENTO
DISPONIBLE

Dr. Cesar Velilla
Cirujano Cosmético
Colombiano en Miami



Evolution M.D.
Advanced Plastic Surgery

NO NECESITAS VIAJAR A COLOMBIA PARA REALIZARTE TUS PROCEDIMIENTOS COSMÉTICOS

Evolution MD es un centro antienvjecimiento y de cirugía cosmética con **resultados garantizados** en los procedimientos y con el **uso de anestesia local**

Puedes realizarte con nosotros

Liposucción · Aumento de Senos y Glúteos
Tummy Tuck · Cirugía de cara · Evaluación endocrina
Botox Cosmético · Remoción de manchas · Dermofillers
Eliminación de venas · Depilación definitiva con láser
Mesoterapia · Plasma y mucho más

954-367-7984

12781 Miramar Parkway - Suite 304 - Miramar, FL 33027

WWW.EVOLUTIONMD.COM



@evolutionmdofficial



Evolution MD

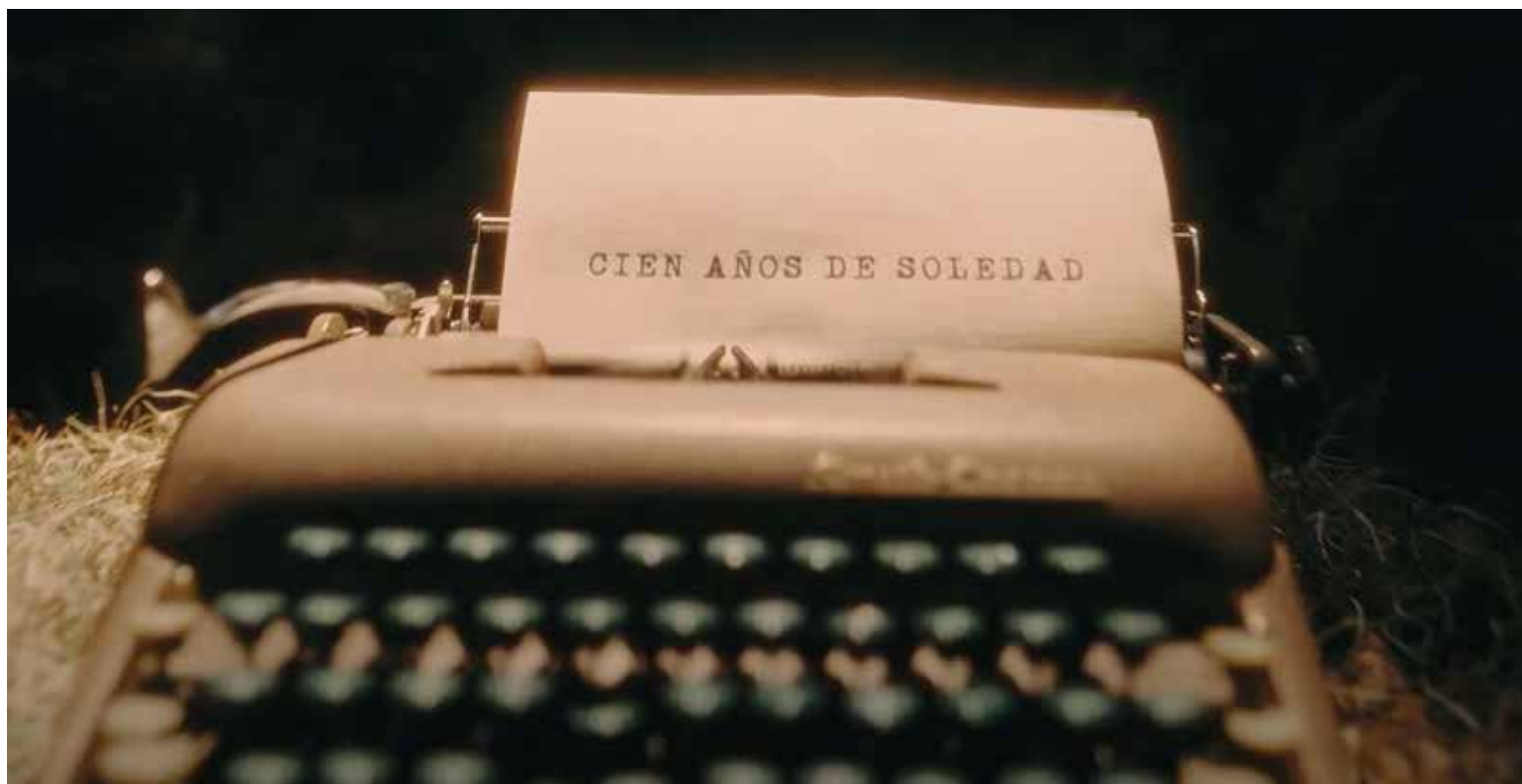


@EvolutionMD



Evolution MD by Cesar Velilla

Explorando el mundo mágico de “Cien años de soledad” en la nueva serie de Netflix

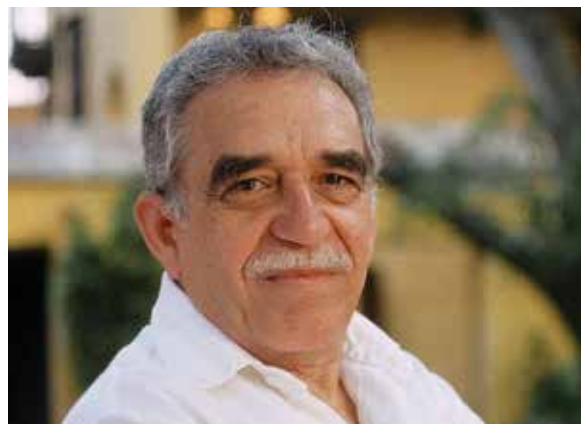


La esencia y la magia de la aclamada novela de Gabriel García Márquez, “Cien años de soledad”, en su nueva serie homónima, llegará a Netflix y por lo poco que se ha revelado, la serie promete transportar a los espectadores al misterioso y encantador mundo de Macondo. La serie, que consta de varios episodios, sigue la historia de la familia Buendía a lo largo de varias generaciones en un pueblo ficticio de América Latina. Desde la fundación de Macondo por José Arcadio Buendía hasta el trágico destino de la última descendiente de la familia, la serie teje una compleja red de personajes y eventos que exploran temas universales como el amor, la soledad, la familia y la búsqueda de significado en la vida. Uno de los aspectos más destacados de la serie es su impresionante producción. Desde los exuberantes paisajes hasta los detallados sets, cada elemento contribuye a crear la atmósfera mágica y surrealista de la historia. Se ha dado a conocer que Netflix ha invertido aproximadamente US\$50 millones para realizar esta adaptación (la primera de esta novela).

La producción construyó un pueblo de la nada, en cercanías de Alvarado, Tolima, en Colombia en un espacio de 52 hectáreas equivalente al de 70 canchas de fútbol. Una de las condiciones impuestas por los hijos y herederos del autor de la historia y premio Nobel, Gabriel García Márquez, fue que la serie se realizará en español fuera filmada en Colombia.

De acuerdo a Francisco Ramos, vicepresidente de contenidos de Netflix Latinoamérica “ni siquiera las series estadounidenses filmadas en Colombia han alcanzado el nivel de complejidad de esta producción”.

“Cien años de soledad” de Netflix desde el anuncio del próximo estreno de la serie, tiene en expectativa a los amantes de esta obra literaria, ya que Gabriel García Márquez expresó que no quería una película de Cien años de Soledad ya que consideraba que no cabía en dos horas ni en dos películas de dos horas, por lo cual, la serie y lo que se ha dado a conocer genera una alta intriga de poder ver en formato audiovisual la magia de la novela original, y que se espera sea un digno tributo a la obra maestra del Nobel colombiano.



EDEN MUÑOZ

TOUR COMO EN
LOS VIEJOS TIEMPOS

VIERNES 30 DE AGOSTO
THE FILLMORE
MIAMI BEACH

BOLETOS A LA VENTA YA



LIVE NATION



SILVESTRE DANGOND

'TA MALO USA TOUR

MIAMI

KASEYA CENTER
DIC 6

BOLETOS YA A LA VENTA | WWW.SILVESTREDANGOND.COM

Loud Live



ticketmaster



Caldo de pollo

Un tesoro nutritivo para tu salud

El caldo de pollo es un alimento reconfortante y versátil que ha sido apreciado por generaciones en todo el mundo. Más allá de su delicioso sabor, este caldo ofrece una variedad de beneficios para la salud que lo convierten en un componente valioso de cualquier dieta equilibrada.

Una de las principales razones por las que el caldo de pollo es tan beneficioso es su perfil nutricional. Está lleno de vitaminas y minerales esenciales, como la vitamina A, la vitamina C, el hierro y el zinc, que son clave para mantener un sistema inmunológico saludable y combatir enfermedades.

Además, el caldo de pollo es bajo en calorías y grasas, lo que lo convierte en una excelente opción para aquellos que buscan perder peso o mantenerse en forma. Al mismo tiempo, es rico en proteínas, lo que lo hace ideal para apoyar la salud muscular y la saciedad.

Otro beneficio importante del caldo de pollo es su capacidad para aliviar los síntomas del resfriado y la gripe. Se ha demostrado que el caldo de pollo caliente ayuda a abrir las vías respiratorias, alivia la congestión y reduce la inflamación en la garganta, lo que puede hacer que te sientas mejor cuando estás enfermo.

Además de sus beneficios nutricionales, el caldo de pollo también es fácil de digerir, lo que lo convierte en una excelente opción para aquellos con problemas digestivos o sensibilidades alimentarias. Además, se puede personalizar con una variedad de ingredientes, como verduras y hierbas, para adaptarse a tus preferencias y necesidades dietéticas específicas.

El caldo de pollo es mucho más que una simple sopa reconfortante; es un tesoro nutritivo que puede mejorar tu salud en general. Ya sea que lo disfrutes solo, como base para sopas y guisos, o como parte de una dieta equilibrada, el caldo de pollo es una adición deliciosa y beneficiosa a tu alimentación diaria.

Prepara tu caldo de pollo

Ingredientes para 12 porciones / Tiempo de preparación 3 horas
Receta tomada de paulinacocina.net

- 1 pollo entero (o piezas de pollo con hueso)
- 2 zanahorias grandes, cortadas en trozos grandes
- 2 tallos de apio, cortados en trozos grandes
- 1 cebolla grande, pelada y cortada en cuartos
- 4 dientes de ajo, pelados
- 1 hoja de laurel
- 1 cucharadita de granos de pimienta enteros
- Sal a gusto
- Agua c/n para cubrir los ingredientes (aproximadamente 4 litros).

Preparación

1. En una olla grande, colocar el pollo y cubrir con agua fría. Llevar a ebullición hasta que hierva. Reducir el fuego a bajo y retirar la espuma que se forma en la superficie.
2. Agregar las zanahorias, el apio, la cebolla, el ajo, la hoja de laurel y los granos de pimienta a la olla. Envolver los ingredientes en un trozo de gasa o muselina para facilitar su posterior remoción o dejarlos sueltos en el caldo.
3. Cocinar a fuego lento durante aproximadamente 1 hora y media. Asegurar que el caldo burbujee. Durante la cocción, agregar agua adicional si es necesario para mantener los ingredientes cubiertos.
4. Luego, retirar las piezas de pollo y reservar para usar en otras preparaciones. Mientras tanto, colar el caldo a través de un colador para eliminar los sólidos y obtener un líquido claro.
5. Enfriar el caldo y retirar por completo la capa de grasa solidificada que se forma en la superficie. Condimentar y servir.

el Colusa
presenta



**LA NUEVA GENERACIÓN
DEL PERIODISMO...**

El mejor programa de Streaming
24h desde el sur de Florida

¡Miranos por YouTube, Facebook,
Instagram, Twicht y Roku!



www.paramount.tax/doral
Phone: 786-718-1575
E-mail: aibarra@paramount.tax

- ✓ Servicios administrativos
- ✓ Planificación de negocios
- ✓ Planificación y declaración de impuestos

**Aliados estratégicos
para tu empresa**

**Te asesoramos
para que
tengas
un negocio**

**Eficiente &
Rentable**



Accounting CPA

Primera Visita
30 minutos
GRATIS

(305) 477-9336

7791 NW 77th St Suite 311
Doral, FL 33166

info@paramount.tax

info@ajicpa.tax

SABADO, NOVIEMBRE 9

ANA BARBARA

REVENTON
PROMOTIONS

PRESENTA

LIVE NATION

BOLETOS A LA
VENTA YA
EN LIVENATION.COM



REINA GRUPERA

T O U R - 2024

MIAMI BEACH, FL - MIAMI BEACH BANDSHELL

**EL
NUEVO**



EL LÍDER EN VARIEDAD

TAMBIÉN EN EL APP

la musica



Mazda CX-30 Turbo

¿Qué se le regala al chico o chica que lo tiene todo? Es una pregunta difícil de responder y a la que me enfrento varias veces al año con algunos de mis amigos y familiares. ¡También es una pregunta que tuve que responder recientemente con mi Mazda CX-30!

El CX-30 tiene todo lo que un propietario podría desear. Desde el punto de vista de la potencia, el motor está asociado a una transmisión automática de seis velocidades, lo hace, mientras que un motor turboalimentado de 2,5 litros proporciona unos sorprendentes 250 caballos de fuerza. Por supuesto, toda esa potencia se entrega de la forma típica de Mazda. Es decir, el CX-30 es rápido, ágil y muy divertido de conducir. Si eres fanático del Mazda 3 hatchback, y aun si no lo eres, encontrarás que el CX-30 es igual de ágil, atlético y divertido de conducir. De 0 a 60, no hay problema, se puede hacer en unos sorprendentes 5,8 segundos.

Sin embargo, Mazda no se centra sólo en el exterior... el interior también es espectacular. La pantalla de info-entreteni-



miento en el centro del tablero se controla mediante un botón giratorio finamente diseñado en la consola central. El software es fácil de seguir y responsivo. La versión Premium agrega tapicería de cuero bien suave y una puerta trasera eléctrica. Al ser un SUV y todo, también se ofrece espacio de carga con suficientes pies cuadrados para las próximas vacaciones de una familia de cuatro. No es necesario empacar artículos en el techo de este SUV.

¿Qué pasa con esos extras que normalmente se encuentran en las importaciones europeas más "elegantes"? La versión del Turbo Premium Plus lo cubre con características como sensores de estacionamiento traseros, un sistema de cámara de 360 grados de alta resolución, frenos automáticos de emergencia en reversa con alerta de tráfico cruzado trasero y asistencia de dirección a baja velocidad para el control de crucero adaptativo.

Entonces sí, si el Mazda CX-30 fuera una persona, sería esa persona a la que es imposible de regalar, ¡¡¡porque ya lo tiene todo!! Lo cual es exactamente como quieres que sea tu SUV.

Servicarga Miami

Compañía courier especializada con más de **13 años de experiencia en envíos internacionales de USA** a Colombia, Ecuador, México, República Dominicana, Panamá y Venezuela

- ✓ Paquetería courier
- ✓ Menajes y/o mudanzas
- ✓ Carga aérea
- ✓ Carga marítima
- ✓ Bodegaje
- ✓ Casillero Internacional
- ✓ Envío de equipaje no acompañado
- ✓ Envío de dinero
- ✓ Recargas de celulares

Visita nuestras sucursales en **Miami, Doral, Hialeah Gardens, Homestead, Flagler y Kendall.**

Servicarga ¡La familia de USA que no te falla!



Contáctanos

 **+1 (305) 812-8606**

 **+1 (305) 812-1542**



info@servicargamiami.com

www.servicargamiami.com

