



RED LATINA

FREE PUBLICATION SINCE 2000 • PUBLICACIÓN GRATUITA DESDE EL 2000
SEGUIMOS CRECIENDO • WE KEEP GROWING



MARCH 15TH, 2026
BILINGUAL PUBLICATION OF
STL METROPOLITAN AREA



HCCSTL anuncia el Foro de Liderazgo Femenino ELLA 2026

HCCSTL Announces 2026 ELLA Women's Leadership Forum

Aparta el Día / Save the Date

5-29-2026

Power in Heels, Purpose in Action:

Where feminine leadership meets intuition to inspire change

Poder en Tacones, Propósito en Acción:

Donde el liderazgo femenino y la intuición se unen para transformar comunidades



Envía un mensaje con tu email y la palabra

TIGRES

por texto al 314-330-0454 para
ganarte boletos

LAS MUJERES NO
SOLO HACEN
HISTORIA...

LA CAMBIAN





FERNANDEZ LAW LLC

EL ABOGADO GONZALO FERNÁNDEZ

LUCHA POR LAS VÍCTIMAS DE ACCIDENTES

30 AÑOS DE EXPERENCIA

\$100 MILLONES EN COMPENSACIÓN GANADA PARA LOS CLIENTES

Si ha resultado gravemente lesionado en un accidente de fábrica o en el lugar de trabajo, llame al 314.621.1252 para programar una consulta gratuita.

La elección de un abogado es una decisión importante y no debe basarse solo en anuncios.

LLAME AL 314.621.1252 PARA PROGRAMAR UNA CONSULTA GRATUITA // STLTRIALLAWYERS.COM



Por Cecilia Velázquez
cecilia@redlatinastl.com
Ph. 314-330-0454

Querida comunidad de Red Latina,

Marzo es un mes que nos invita a reflexionar, reconocer y celebrar la fuerza, la resiliencia y las contribuciones de las mujeres en todos los ámbitos de nuestra sociedad. En esta segunda quincena del mes, desde Red Latina queremos hacer una pausa para destacar el papel fundamental que las mujeres han desempeñado —y continúan desempeñando— en nuestras familias, comunidades, empresas y espacios de liderazgo.

El Mes de la Mujer no es solamente una fecha en el calendario; es un recordatorio de las luchas históricas por la igualdad, la dignidad y las oportunidades. Es también

Palabras del Editor – 2ª Edición de Marzo 2026
Editor's Note – Second Half of March 2026

una oportunidad para reconocer a las mujeres que, con esfuerzo y determinación, abren camino para las nuevas generaciones. Cada historia de superación, cada proyecto liderado por una mujer y cada logro alcanzado es parte de un cambio social que sigue construyéndose día a día.

En nuestra comunidad latina, las mujeres han sido pilares fundamentales. Muchas de ellas son emprendedoras, líderes comunitarias, educadoras, madres y profesionales que trabajan incansablemente para sacar adelante a sus familias mientras contribuyen al crecimiento económico y cultural de nuestra región. Sus voces, ideas y talentos enriquecen la diversidad y fortalecen el tejido social de nuestras ciudades.

Este mes también nos invita a reflexionar sobre los desafíos que aún persisten. La equidad de oportunidades, el acceso a

espacios de decisión y el reconocimiento justo del trabajo de las mujeres siguen siendo metas que requieren el compromiso de toda la sociedad. Avanzar hacia una comunidad más justa implica escuchar, apoyar y abrir más puertas para las mujeres en todos los niveles.

Desde Red Latina, reiteramos nuestro compromiso de visibilizar las historias, los logros y las iniciativas de mujeres que inspiran. Creemos firmemente que cuando las mujeres avanzan, avanzan también nuestras comunidades.

En esta segunda mitad de marzo, celebramos a las mujeres que lideran, que emprenden, que educan, que cuidan y que transforman el mundo con su trabajo cotidiano. A todas ellas, nuestro reconocimiento y gratitud.

Sigamos construyendo juntos una





DIRECTORIO DE LATINA

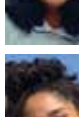
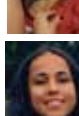
CECILIA VELÁZQUEZ
Publisher
cecilia@redlatinastl.com



AIDA DE ANDA - Editor
contact@redlatinastl.com

ESCRITORES





SARA LOPEZ, DORIS MONTOYA,
SALOME AMAYA, SARA BECERRA,
SHANNON CREGAN, ALFREDO
LOPEZ, EMMETT CONCANNON,
ADRIA GUTIERREZ.
Redes Sociales y Programación

Red Latina desde el 2000
P.O. Box 4743,
St. Louis, MO 63108
HORARIO L-V 9:00 am-6:00 pm
www.redlatinastl.com
Tels: 314.330.0454 & 314.772.6362

Prohibida la reproducción total o parcial del arte, diseño e ilustración de los anuncios o material escrito y el contenido en este periódico. Nuestra publicación no asume responsabilidad sobre el contenido de los avisos o las opiniones expresadas por los redactores y colaboradores, estas son exclusiva responsabilidad de sus autores.

Red Latina es la publicación bilingue de mayor circulación y frecuencia en el área metropolitana de St. Louis y sus alrededores en Illinois, con 24 publicaciones digitales quincenales en página web y las 4 estaciones del año impresas de 20.000 copias que se distribuyen en forma gratuita.



comunidad donde el talento, la capacidad y la determinación de las mujeres continúen siendo motores de progreso.

Dear Red Latina community,
March invites us to reflect, recognize, and celebrate the strength, resilience, and contributions of women in every area of our society. During this second half of the month, Red Latina takes a moment to highlight the fundamental role women have played—and continue to play—in our families, communities, businesses, and leadership spaces.

Women's Month is not simply a date on the calendar; it is a reminder of the historic struggles for equality, dignity, and opportunity. It is also an opportunity to recognize the women who, through effort and determination, pave the way for new generations. Every story of perseverance, every project led by a woman, and every achievement reached is part of a broader social transformation that continues to grow day by day.

Within our Latino community, women have long been essential pillars. Many are entrepreneurs, community leaders, educators, mothers, and professionals who work tirelessly to support their families while contributing to the economic and cultural growth of our region. Their voices, ideas, and talents enrich diversity and strengthen the social fabric of our cities. This month also invites us to reflect on the challenges that still remain. Equal opportunities, access to decision-making spaces, and fair recognition of women's work continue to be goals that require the commitment of society as a whole. Moving toward a more just community means listening, supporting, and opening more doors for women at every level.



At Red Latina, we reaffirm our commitment to highlighting the stories, achievements, and initiatives of women who inspire. We firmly believe that when women move forward, our communities move forward as well.

During this second half of March, we celebrate the women who lead, who build businesses, who educate, who care for others, and who transform the world through their everyday work. To all of them, we extend our recognition and gratitude. Let us continue working together to build a community where the talent, ability, and determination of women remain powerful engines of progress.

“Nuestra voz latina ilumina el presente y abre camino al mañana”
“Our Latino voice lights up the present and paves the way for tomorrow.”

Búscanos en Redes





www.RedLatinaStl.com

Radio * website * Social Networks * Print * Marketing Solutions * Magazine

HCCSTL anuncia el Foro de Liderazgo Femenino ELLA 2026

HCCSTL Announces 2026 ELLA Women's Leadership Forum

Poder en Tacónes, Propósito en Acción: donde el liderazgo femenino y la intuición se unen para transformar comunidades.”

Power in Heels, Purpose in Action: where feminine leadership meets intuition to inspire change

Por equipo de Redacción Red Latina

La Cámara de Comercio Hispana del área metropolitana de St. Louis se prepara para celebrar uno de los encuentros más inspiradores del año con el Foro de Liderazgo Femenino ELLA 2026, un evento diseñado para reconocer, impulsar y conectar a mujeres líderes que están transformando industrias, negocios y comunidades en toda la región de St. Louis.

The Hispanic Chamber of Commerce of Metro St. Louis is preparing to host one of the most inspiring gatherings of the year with the 2026 ELLA Women's Leadership Forum, an event designed to recognize, empower, and connect women leaders who are transforming industries, businesses, and communities throughout the St. Louis region.

Con el tema “Power in Heels, Purpose in Action”, el foro celebra la fuerza, la resiliencia y la visión de mujeres que lideran con determinación y propósito. Más que un lema, este concepto representa a una generación de mujeres que están dejando huella en el mundo empresarial, el emprendimiento y el liderazgo comunitario.

With the theme “Power in Heels, Purpose in Action,” the forum celebrates the strength, resilience, and vision of women who lead with determination and purpose. More than a slogan, it represents a generation of women making a lasting impact in business, entrepreneurship, and community leadership.

El programa ELLA — Empowering Latina Leadership & Advancement — se ha convertido en un punto de encuentro clave para profesionales, empresarias, ejecutivas corporativas y nuevas líderes emergentes que



buscan inspiración, mentoría y conexiones significativas. Este espacio promueve el crecimiento profesional y el desarrollo de liderazgo dentro de la comunidad latina y más allá.

The ELLA — Empowering Latina Leadership & Advancement initiative has become a key gathering point for professionals, entrepreneurs, corporate executives, and emerging leaders seeking inspiration, mentorship, and meaningful connections. The program promotes professional growth and leadership development within the Latino community and beyond.

El foro se llevará a cabo el 29 de mayo de 2026, de 6:00 p.m. a 11:00 p.m., en el icónico Anheuser-Busch Biergarten, un espacio

emblemático que reunirá a mujeres de toda la región para compartir una velada llena de ideas, energía y colaboración.

The forum will take place on May 29, 2026, from 6:00 p.m. to 11:00 p.m., at the iconic Anheuser-Busch Biergarten, a landmark venue that will bring together women from across the region for an evening filled with ideas, energy, and collaboration.

La experiencia incluirá hora de cóctel, actividades interactivas, una conferencia magistral, panel de liderazgo y una animada afterparty con música en vivo, creando un ambiente ideal para aprender, celebrar y fortalecer redes profesionales.

The experience will include a cocktail hour,

interactive activities, a keynote presentation, a leadership panel discussion, and a lively afterparty with live music, creating the perfect atmosphere to learn, celebrate, and build strong professional networks.

La velada comenzará con una actividad especial de integración patrocinada por Red Latina, en la que las participantes podrán diseñar sus propios aretes inspirados en el tradicional “dream catcher” o atrapasueños. Durante esta dinámica creativa, se proporcionarán los materiales y una breve guía para que cada mujer elabore una pieza única mientras reflexiona sobre sus intenciones personales de crecimiento, liderazgo y bienestar.

The evening will begin with a special networking activity sponsored by Red Latina, where participants will design their own earrings inspired by the traditional dream catcher. During this creative experience, materials and guidance will be provided so that each woman can craft a unique piece while reflecting on personal intentions for growth, leadership, and well-being.

Más allá de una actividad artística, la experiencia busca crear un momento de conexión y significado. En la tradición ancestral, el atrapasueños funciona como un filtro de sueños: la red captura los pensamientos negativos mientras que los sueños positivos atraviesan el centro y descienden suavemente, simbolizando protección, claridad y paz.

El círculo representa el ciclo de la vida y la unidad de todo lo que existe.

Beyond a creative exercise, the activity is designed to create a moment of connection and meaning. In traditional symbolism, the dream catcher acts as a filter for dreams: the web captures negative thoughts while positive dreams pass through the center and descend gently, symbolizing protection, clarity, and peace. The circle represents the cycle of life and the unity of all that exists.

Mientras diseñan sus aretes, las participantes serán invitadas a reflexionar sobre intenciones de empoderamiento, abundancia, sanación y propósito, y a convertir cada pieza en un recordatorio simbólico de sus metas personales y profesionales. La dinámica busca fomentar la conexión entre mujeres líderes desde el inicio del evento, creando



un ambiente de inspiración, creatividad y del liderazgo mientras apoyan y elevan a la próxima generación de profesionales y emprendedoras.

As they design their earrings, participants will be invited to reflect on intentions of empowerment, abundance, healing, and purpose, transforming each piece into a symbolic reminder of their personal and professional aspirations. The activity aims to foster meaningful connections among women leaders from the very beginning of the evening, creating an atmosphere of inspiration, creativity, and community.

A través de historias inspiradoras, conversaciones de liderazgo y oportunidades de networking, el evento explorará cómo las mujeres están moldeando el futuro





Through powerful storytelling, leadership conversations, and networking opportunities, the event will explore how women are shaping the future of leadership while uplifting the next generation of professionals and entrepreneurs.

“ELLA se trata de crear oportunidades para que las mujeres se conecten, crezcan y se apoyen mutuamente como líderes”, destacó la Hispanic Chamber of Commerce of Metro St. Louis. “Cuando las mujeres avanzan en posiciones de liderazgo, nuestras empresas, comunidades y futuras generaciones prosperan”.

“ELLA is about creating opportunities for women to connect, grow, and support one another as leaders,” said the Hispanic Chamber of Commerce of Metro St. Louis. “When women rise in leadership, our businesses, communities, and future generations thrive.”



El foro contará con ponentes y panelistas provenientes de diversos sectores, incluyendo negocios, liderazgo sin fines de lucro, salud, finanzas y emprendimiento, ofreciendo perspectivas diversas y valiosas sobre el liderazgo femenino en la actualidad. *The forum will feature speakers and panelists from diverse sectors, including business, nonprofit leadership, healthcare, finance, and entrepreneurship, offering valuable perspectives*



on women's leadership today.

Las organizaciones interesadas en apoyar el desarrollo profesional de las mujeres en la región aún pueden participar a través de oportunidades de patrocinio, una forma de respaldar iniciativas que fortalecen el liderazgo femenino y el crecimiento económico de la comunidad.

Organizations interested in supporting women's professional advancement in the region can still participate through sponsorship opportunities, a way to champion initiatives that strengthen women's leadership and community economic growth.

Para obtener más información sobre patrocinio o detalles del evento, los interesados pueden contactar a Monica Santamaria, MBA, Programs and Events Manager, de la Hispanic Chamber of Commerce of Metro St. Louis, al (314) 664-4432 ext. 113 o visitar hccstl.com.

For sponsorship information or event details, interested organizations can contact Monica Santamaria, MBA, Programs and Events Manager, at the Hispanic Chamber of Commerce of Metro St. Louis, at (314) 664-4432 ext. 113 or visit hccstl.com.

Este evento promete ser una noche vibrante donde la elegancia, el liderazgo y



la determinación femenina se unen para demostrar que cuando las mujeres caminan con propósito — incluso en tacones — el impacto puede transformar comunidades enteras.

This event promises to be a vibrant evening where elegance, leadership, and determination come together to show that when women walk with purpose — even in heels — their impact can transform entire communities.

Diversidad y respeto: comunidades de St. Louis promueven diálogo interreligioso tras polémica por mensaje en iglesia

Diversity and respect: St. Louis communities promote interfaith dialogue after controversy over church message

Por Redacción Red Latina

BALLWIN, Missouri — Un mensaje mostrado recientemente en el letrero electrónico de una iglesia en la ciudad de Ballwin generó conversación entre residentes del área de St. Louis y fue retirado poco después de circular ampliamente en redes sociales.

BALLWIN, Missouri — A message recently displayed on an electronic sign outside a church in the city of Ballwin sparked discussion among residents in the St. Louis area and was removed shortly after images of it circulated widely on social media.

El mensaje, que hacía referencia crítica al islam, apareció en el letrero exterior de la iglesia ubicada en Clayton Road, una de las vías más transitadas de la zona. Vecinos y conductores reportaron haber visto el anuncio a comienzos de la semana antes de que dejara de mostrarse.

The message, which referenced Islam in a critical manner, appeared on the exterior sign of the church located on Clayton Road, one of the area's busiest thoroughfares. Residents and drivers reported seeing the display earlier in the week before it was later taken down.

La iglesia se encuentra en una región del oeste del condado de St. Louis donde conviven comunidades diversas desde el punto de vista cultural y religioso. En las cercanías también se ubican instituciones y centros comunitarios que sirven a familias de distintos orígenes y tradiciones espirituales. *The church is located in a part of western St. Louis County where culturally and religiously diverse communities live side by side. Nearby institutions and community centers serve families from a variety of backgrounds and spiritual traditions.*



La aparición del mensaje generó conversación entre residentes sobre el impacto que las expresiones públicas pueden tener en comunidades donde personas de distintas creencias comparten espacios cotidianos como escuelas, vecindarios y centros comerciales.

The appearance of the message prompted conversations among residents about the impact that public expressions can have in communities where people of different beliefs share everyday spaces such as schools, neighborhoods, and commercial areas.

El área metropolitana de St. Louis alberga una amplia variedad de instituciones religiosas, incluyendo iglesias, mezquitas, sinagogas y templos de distintas tradiciones. Muchas de estas organizaciones participan regularmente en iniciativas de diálogo interreligioso y

proyectos comunitarios.

The St. Louis metropolitan area is home to a wide range of religious institutions, including churches, mosques, synagogues, and temples representing different traditions. Many of these organizations regularly participate in interfaith dialogue initiatives and community projects.

La diversidad religiosa es una característica presente en muchas comunidades del estado de Missouri y refleja la pluralidad de creencias que forma parte de la vida social en Estados Unidos.

Religious diversity is a feature present in many communities across the state of Missouri and reflects the plurality of beliefs that is part of social life in the United States.

Especialistas en convivencia comunitaria suelen señalar que los momentos de debate público también pueden abrir espacios para

Bell, Chipotle, and Starbucks—and compared those figures with each state's population to determine how many locations exist per 100,000 residents. The goal was to identify which states could be considered true fast-food hubs.

Según el estudio, Missouri ocupa el lugar número 15 en el país, con 42.27 restaurantes de comida rápida por cada 100,000 habitantes. Cadenas como Subway, McDonald's y Taco Bell dominan el panorama gastronómico del estado, lo que facilita que los residentes encuentren opciones rápidas para comer en prácticamente cualquier ciudad o carretera. *According to the study, Missouri ranks 15th in the nation, with 42.27 fast-food restaurants per 100,000 residents. Chains such as Subway, McDonald's, and Taco Bell dominate the state's food landscape, making it easy for residents to find a quick meal in almost any city or along major highways.*

Desde grandes áreas urbanas como St. Louis y Kansas City hasta comunidades más pequeñas, la comida rápida forma parte del día a día de muchos habitantes del llamado Show-Me State. Para muchas familias y trabajadores, estas opciones representan conveniencia, rapidez y precios accesibles en medio de rutinas laborales y personales cada vez más exigentes.

From large metropolitan areas such as St. Louis and Kansas City to smaller communities, fast food has become part of daily life in the Show-Me State. For many families and workers, these options represent convenience, speed, and affordable prices amid increasingly demanding work and personal schedules.

A nivel nacional, el estado que encabeza la lista es West Virginia, considerado el verdadero “capital del fast food” en Estados Unidos, con 49.04 restaurantes por cada 100,000 habitantes. En total, el estado cuenta con 868 establecimientos analizados en el estudio, donde las cadenas más comunes son Subway, McDonald's y Wendy's. *At the national level, West Virginia tops the list as the true “fast-food capital” of the United States, with 49.04 restaurants per 100,000 residents. The state has 868 establishments included in the study, with Subway, McDonald's, and Wendy's*

being the most common chains.

En segundo lugar se encuentra Kentucky, con 47.21 restaurantes por cada 100,000 personas, donde Subway lidera ampliamente el mercado con más de 360 sucursales. Muy cerca aparece Kansas, que ocupa el tercer lugar con 47.1 establecimientos por cada 100,000 habitantes, destacando también la fuerte presencia de Pizza Hut en ese estado. *Kentucky ranks second with 47.21 restaurants per 100,000 residents, where Subway leads the market with more than 360 locations. Close behind is Kansas, in third place with 47.1 establishments per 100,000 people, also notable for the strong presence of Pizza Hut in the state.*

Otros estados con una alta concentración de comida rápida incluyen Mississippi, Ohio, Indiana, Arkansas, Louisiana, Tennessee y Wyoming, todos con más de 44 restaurantes por cada 100,000 habitantes. Estos datos reflejan cómo las cadenas continúan expandiéndose en regiones donde la demanda es constante.

Other states with a high concentration of fast-food restaurants include Mississippi, Ohio, Indiana, Arkansas, Louisiana, Tennessee, and Wyoming, each with more than 44 restaurants per 100,000 residents. These numbers reflect how chains continue expanding in regions where demand remains strong.

Uno de los datos más llamativos del estudio es el dominio de Subway, que se posiciona como la franquicia de comida rápida más extendida en el país, con más del 50% de restaurantes adicionales en comparación con McDonald's, su principal competidor. *One of the most striking findings is the dominance of Subway, which stands as the most widespread fast-food franchise in the country, with more than 50% more restaurants than McDonald's, its closest competitor.*

Especialistas en la industria señalan que estas cifras también reflejan dónde las cadenas obtienen mayor retorno de inversión. En los estados con mayor densidad de restaurantes, la demanda y el consumo siguen siendo lo suficientemente altos como para sostener la expansión de nuevas sucursales. *Industry experts note that these figures also reflect where chains are seeing the highest return*



on investment. In states with a higher density of restaurants, demand and consumption remain strong enough to sustain the expansion of new locations.

Más allá de las estadísticas, la presencia de tantas franquicias también habla de un fenómeno cultural. Para muchos estadounidenses, la comida rápida no solo representa una solución práctica para comer, sino también un punto de encuentro social y una parte reconocible del paisaje urbano. *Beyond the statistics, the presence of so many franchises also speaks to a cultural phenomenon. For many Americans, fast food is not only a practical solution for meals but also a social meeting point and a recognizable part of the urban landscape.*

En Missouri, donde las opciones de comida rápida abundan, el debate sobre hábitos alimenticios, salud pública y estilo de vida continúa creciendo. Sin embargo, una cosa parece clara: cuando se trata de encontrar una hamburguesa, un sándwich o un taco en cuestión de minutos, los residentes del estado difícilmente tendrán que ir muy lejos. *In Missouri, where fast-food options are plentiful, conversations about eating habits, public health, and lifestyle continue to grow. However, one thing seems clear: when it comes to finding a burger, sandwich, or taco within minutes, residents of the state rarely have to travel far.*



fortalecer el diálogo entre vecinos y reafirmar valores compartidos como el respeto, la dignidad y la libertad de creencias. *Community relations specialists often note that moments of public debate can also create opportunities to strengthen dialogue among neighbors and reaffirm shared values such as respect, dignity, and freedom of belief.*

En ciudades cada vez más diversas, iniciativas que promueven el entendimiento entre distintas comunidades religiosas continúan siendo consideradas una herramienta clave para fortalecer la cohesión social y la convivencia pacífica. *In increasingly diverse cities, initiatives that promote understanding among different religious communities continue to be seen as a key tool for strengthening social cohesion and peaceful coexistence.*



El mapa del “fast food” en Estados Unidos: Missouri se mantiene entre los estados donde la comida rápida nunca queda lejos

America's Fast-Food Map: Missouri Remains Among the States Where a Quick Bite Is Never Far Away



Por Equipo de Redacción Red Latina

have made fast-food chains a daily option for millions of people.

Un nuevo análisis sobre la presencia de restaurantes de comida rápida en Estados Unidos revela cuáles son los estados donde esta industria tiene mayor presencia. El estudio muestra cómo el estilo de vida acelerado y la cultura gastronómica estadounidense han convertido a las cadenas de comida rápida en una opción cotidiana para millones de personas. *A new analysis of fast-food restaurant presence across the United States reveals which states have the highest concentration of these establishments. The study highlights how fast-paced lifestyles and American food culture*

La investigación analizó la cantidad de restaurantes de 22 de las franquicias más populares —incluyendo McDonald's, KFC, Taco Bell, Chipotle y Starbucks— y comparó esos datos con la población de cada estado para determinar cuántos establecimientos existen por cada 100,000 habitantes. El objetivo fue identificar qué estados pueden considerarse verdaderos “centros” de comida rápida. *The research examined the number of restaurants from 22 of the most popular franchises—including McDonald's, KFC, Taco*

Cuando el silencio mediático se impone: el papel vital del periodismo comunitario

When the Headlines Fade: The Vital Role of Community Journalism

Por Cecilia Velázquez

En cada gran noticia que domina los titulares nacionales, hay también historias que quedan fuera del foco mediático. En las últimas semanas, la desaparición de Nancy Guthrie, madre de una conocida presentadora de televisión, generó una intensa cobertura en todo el país. Sin embargo, este caso también reavivó un debate importante: ¿qué ocurre con las personas desaparecidas cuyos casos no reciben la misma atención pública?

With every major story that dominates national headlines, there are also many others that remain outside the media spotlight. In recent weeks, the disappearance of Nancy Guthrie, the mother of a well-known television anchor, generated intense nationwide coverage. Yet the case also reignited an important debate: what happens to missing persons whose cases never receive the same level of public attention?



Durante años, periodistas y académicos han señalado un fenómeno conocido como “jerarquía de empatía”, en el cual algunos casos generan atención inmediata mientras otros pasan casi desapercibidos. En muchas ocasiones, factores como la fama, el nivel socioeconómico o incluso el origen racial pueden influir en cuánto espacio recibe una historia en los grandes medios.

For years, journalists and scholars have pointed to a phenomenon sometimes described as a “hierarchy of empathy,” in which certain cases receive immediate attention while others remain largely unnoticed. Factors such as fame, socioeconomic status, or even racial background can influence how much coverage a story receives in major media outlets.

En este contexto, el periodismo comunitario ha demostrado ser una herramienta fundamental para equilibrar la conversación pública. Medios locales y comunitarios en todo el país han asumido la responsabilidad

de contar las historias que otros ignoran, dar seguimiento a casos olvidados y mantener la presión para que las autoridades respondan.

In this context, community journalism has proven to be a critical tool for balancing the public conversation. Local and community media outlets across the country have taken on the responsibility of telling stories that others overlook, following up on forgotten cases, and maintaining pressure for accountability.

Un ejemplo de este tipo de cobertura se encuentra en el trabajo de The Washington Informer, un histórico periódico afroamericano que recientemente publicó un editorial señalando la desigualdad en la cobertura mediática de personas desaparecidas. El medio argumentó que cuando las víctimas provienen de comunidades negras o marginadas, el silencio mediático puede ser ensordecedor.

One example of this type of coverage can be seen in the work of The Washington Informer, a historic African American newspaper that recently published an editorial highlighting

disparities in media coverage of missing persons. The outlet argued that when victims come from Black or marginalized communities, the silence from mainstream media can be deafening.

Otro caso significativo es el del medio digital Kansas City Defender, que en 2022 amplificó las preocupaciones de residentes afroamericanos sobre la desaparición de mujeres en Kansas City. Aunque inicialmente las autoridades descartaron los reportes, semanas después una mujer logró escapar del sótano de su captor, confirmando que las advertencias de la comunidad no eran infundadas.

Another significant example is Kansas City Defender, a digital outlet that in 2022 amplified concerns from Black residents about missing women in Kansas City. While authorities initially dismissed the reports, weeks later a young woman escaped from a captor’s basement, confirming that the community’s warnings had not been unfounded.

En comunidades indígenas, medios como



Crosswinds News han desempeñado un papel similar al documentar casos vinculados a la crisis de personas indígenas desaparecidas y asesinadas. Sus reportajes han ayudado a visibilizar obstáculos estructurales que enfrentan las familias cuando buscan justicia o respuestas.

Within Indigenous communities, outlets such as Crosswinds News have played a similar role by documenting cases related to the crisis of Missing and Murdered Indigenous People. Their reporting has helped shed light on the structural barriers families face when seeking justice or answers.

Más allá de reportar casos individuales, muchos medios comunitarios están comenzando a colaborar entre sí para mantener estas historias en la conversación pública. Iniciativas nacionales impulsadas por redes de periódicos comunitarios buscan asegurar que las personas desaparecidas no sean olvidadas cuando la atención mediática se desplaza hacia nuevas noticias.

Beyond reporting individual cases, many community outlets are beginning to collaborate to keep these stories in the public conversation. National initiatives driven by networks of community newspapers aim to ensure that missing persons are not forgotten when media attention shifts to the next headline.

Para las comunidades latinas en Estados Unidos, este tipo de periodismo también es esencial. En muchas ocasiones, barreras de idioma, falta de acceso a recursos o temor a interactuar con autoridades pueden dificultar que los casos reciban visibilidad. Allí es donde los medios comunitarios bilingües pueden desempeñar un papel crucial como puente entre las familias, el público y las instituciones.

For Latino communities in the United States, this kind of journalism is equally essential. Language barriers, limited access to resources, or fear



of interacting with authorities can sometimes prevent cases from receiving visibility. This is where bilingual community media can play a crucial role as a bridge between families, the public, and institutions.

journalism is often just beginning. Keeping the memory of the missing alive, amplifying the voices of families, and demanding answers is not only a journalistic duty—it is also a commitment to dignity and justice.



ELIZABETH VALERIANO
NMLS #2595566
618-346-9000
evaleriano@fcbbanks.com
800 Beltline Road
Collinsville, IL 62234



RAFFI MIKAELIAN
NMLS # 2595565
314-733-9096 (MO)
618-346-9000 (IL)
rmikaelian@fcbbanks.com
St. Louis Metro Area



FIRST-TIME HOME BUYER?

We Offer Home Loan Options with Down Payment Assistance Programs!

www.fcbbanks.com

Member FDIC
www.nmlsconsumeraccess.org
FCB Banks - NMLS #418466

Mínimo de 6 Condiciones para que Irán Acepte Cese al Fuego/Reapertura del Estrecho de Ormuz, según Pepe Escobar



Por Alfredo Jalife Rahme

Minimum of 6 Conditions for Iran to Accept a Ceasefire/Reopening of the Strait of Hormuz, According to Pepe Escobar

El analista francés Edouard Husson comenta “increíble pero cierto: al treceavo día, Irán endurece la guerra” y agrega que el “elemento menos esperado, es la coordinación creciente entre Hezbolá con Irán (<https://bit.ly/4s93wZS>)”.

French analyst Edouard Husson remarks, “Incredible but true: on the thirteenth day, Iran escalates the war,” adding that the “least expected element is the growing coordination between Hezbollah and Iran (<https://bit.ly/4s93wZS>)”.

A su juicio, este video (<https://bit.ly/4lrh801>) “anuncia las intenciones de Irán” cuando la guerra “puede alcanzar el corazón político de Israel y concluirá con el debilitamiento definitivo (sic) del poderío militar estadounidense, empezando por la potencia naval de EU” y concluye: “sin duda alguna: Irán no cedió, al contrario, aumentó su intensidad”.



In his view, this video (<https://bit.ly/4lrh801>) “signals Iran’s intentions”—at a moment when the war “could strike at the political heart of Israel and will conclude with the definitive weakening (sic) of U.S. military might, beginning with U.S. naval power”—and he concludes: “Without a doubt: Iran did not yield; on the contrary, it increased its intensity.”

Pareciera así que la dinámica de la guerra ha llevado tanto a la famosa llamada implorante de Trump a su homólogo Vladimir Putin como a la filtración de las “condiciones” que manifiesta Irán para un alto al fuego y la reapertura del estrecho de Ormuz cuando el precio del petróleo hoy escaló un 10%, pese al anuncio de los 32 países vinculados a la Agencia Internacional de Energía (AIE)

de sacar al mercado 400,000 barriles de sus muy cuestionadas y quizá muy infladas “reservas estratégicas”.

It would thus appear that the dynamics of the war have led both to Trump’s famous, imploring phone call to his counterpart Vladimir Putin, and to the leak of the “conditions” articulated by Iran for a ceasefire and the reopening of the Strait of Hormuz—this occurring on a day when oil prices surged 10%, despite the announcement by the 32 countries affiliated with the International Energy Agency (IEA) that they would release 400,000 barrels from their highly questionable—and perhaps vastly inflated—“strategic reserves” onto the market.

El muy solvente Pepe Escobar, de origen brasileño y uno de los óptimos geopolíticos

de Latinoamérica, ha filtrado 6 (¡mega-sic) de las varias condiciones (<https://bit.ly/4sAIOMr>) que llevan el sello distintivo del recién ungido Ayatola Mojtaba Khamenei quien ha rechazado el llamado a un cese al fuego del presidente Trump:

The highly authoritative Pepe Escobar—a Brazilian native and one of Latin America’s foremost geopolitical analysts—has leaked six (mega-sic!) of the several conditions (<https://bit.ly/4sAIOMr>) bearing the distinctive stamp of the newly anointed Ayatollah Mojtaba Khamenei, who has rejected President Trump’s call for a ceasefire:

1. Eliminación de todas las sanciones contra Irán y la liberación de todos los activos iraníes congelados.

1. The lifting of all sanctions against Iran and the unfreezing of all Iranian assets.

2. Reconocimiento del derecho de Irán a enriquecer uranio en su propio territorio.

2. Recognition of Iran’s right to enrich uranium within its own territory.

3. Indemnización íntegra por los daños causados por la guerra impuesta.

3. Full compensation for damages caused by the



imposed war.

4. Extradición de los quintacolumnistas iraníes en el extranjero y fin de las campañas mediáticas orquestadas contra Teherán.

4. The extradition of Iranian fifth columnists residing abroad and an end to orchestrated media campaigns against Tehran.

5. No más ataques contra Hezbolá en el Líbano ni contra Ansarallah en Yemen.

5. No further attacks against Hezbollah in Lebanon or against Ansarallah in Yemen.

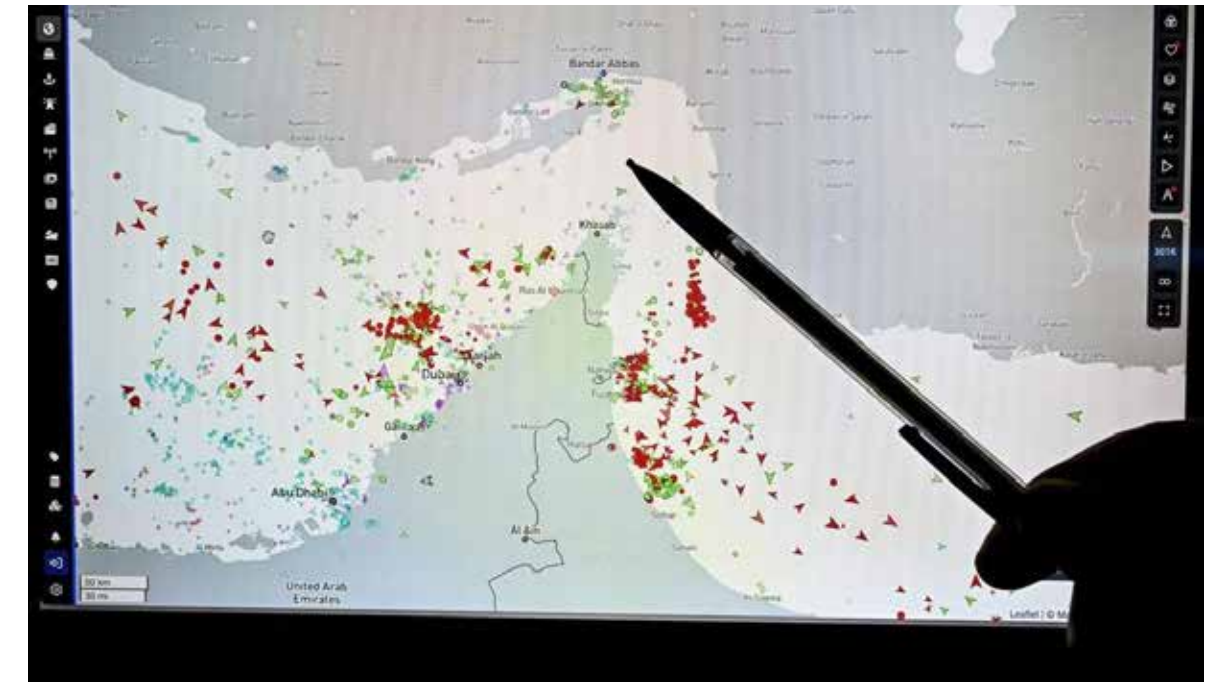
6. Desmantelamiento de todas las bases militares

estadounidenses en Asia Occidental.

6. The dismantling of all U.S. military bases in West Asia.

Por su parte, el presidente iraní Masoud Pezeshkian en su cuenta X asentó: “En conversaciones con los líderes de Rusia y Pakistán, reafirmé el compromiso de Irán con la paz en la región. La única forma de poner fin a esta guerra, desencadenada por el régimen sionista y Estados Unidos, es reconocer los derechos legítimos de Irán, el pago de indemnizaciones y garantías internacionales firmes contra futuras agresiones (<https://bit.ly/4syEIAM>)”.

For his part, Iranian President Masoud Pezeshkian stated on his X account: “In conversations with



MISSOURI
POISON CENTER
1-800-222-1222

¿Un accidente de medicación?
¡Podemos Ayudar!

¿Una mordedura o picadura?
¡Podemos Ayudar!

¿Salpicadura de ácido en la cara?
¡Podemos Ayudar!

Ayuda Libre, Rápida, Experta y Confidencial
24 horas al día, 7 días a la semana en
150 idiomas, Incluyendo Español!

1-800-222-1222
SALVA ESTE NUMERO

The Latino Roundtable of Southwestern Illinois 2026 Scholarship Fund

✓ Are you a High School Senior or at least 18 years old and attending college?
✓ A permanent resident of Bond, Clinton, Madison, Monroe, Randolph, St. Clair or Washington counties in Illinois?
✓ Is at least one of your grandparents Hispanic?

Scholarship Award: \$500
Scholarship Deadline: March 23, 2026

The award will be announced via email at the end of May and presented at a future LRT event, with details to be determined.

Request and submit the completed application via email to thelatinoroundtable@gmail.com
Subject line: Scholarship

Include all required documentation

For questions, please email: thelatinoroundtable@gmail.com

One or more \$500 college scholarships will be awarded based on funding levels



the leaders of Russia and Pakistan, I reaffirmed Iran's commitment to peace in the region. The only way to put an end to this war—triggered by the Zionist regime and the United States—is through the recognition of Iran's legitimate



rights, the payment of reparations, and firm international guarantees against future aggression (<https://bit.ly/4syEIAM>)."

Llama poderosamente la atención el mensaje público del presidente Masoud Pezeshkian, cardiólogo de profesión, quien cita la mediación de Rusia y Pakistán (¡mega-sic!) ---poseedor de 190 ojivas nucleares y que ha formado un eje con Arabia Saudita, quien le financió su arsenal nuclear, y con Turquía, curiosamente, miembro de la OTAN. The public message from President Masoud Pezeshkian—a cardiologist by profession—draws particular attention, as he cites the mediation of Russia and Pakistan

(sic!)—the latter being a nation possessing 190 nuclear warheads that has formed an axis with Saudi Arabia (which financed its nuclear arsenal) and with Turkey—curiously enough, a member of NATO.

Más allá de las 6 condiciones que esgrime el geopolítico brasileño Pepe Escobar y los tres puntos nodales que esboza el presidente iraní Pezeshkian, a mi juicio resalta la notable mediación, al unísono de Rusia, de Pakistán que ha formado un eje sunnita con Arabia Saudita y Turquía y al cual se podría adherir como actor chiíta (¡mega-sic!) nada menos que Irán.

Beyond the six conditions put forward by Brazilian geopolitical analyst Pepe Escobar, and the three pivotal points outlined by Iranian President Pezeshkian, what stands out in my view is the remarkable mediation—acting in concert with Russia—of Pakistan; a nation that has formed a Sunni axis with Saudi Arabia and Turkey, and to which none other than Iran could potentially adhere as a Shiite actor (sic!).

Por último, el portal Tasnim, portavoz de los Guardianes de la Revolución Islámica, publica los rumores y/o especulaciones sobre el destino del primer israelí Netanyahu (<https://bit.ly/4sBsQHG>).

Finally, the Tasnim news agency—the mouthpiece of the Islamic Revolutionary Guard Corps—has published rumors and/or speculations regarding the fate of Israeli Prime Minister Netanyahu (<https://bit.ly/4sBsQHG>).

¿Tales “rumores/especulaciones” sobre el destino de Netanyahu, quien lleva varios días sin aparecer, orillaron a que Jared Kushner (yerno del presidente Trump) y Steve Witkoff hayan cancelado abruptamente su viaje a Israel para encontrarse con el primer ministro israelí?

Did these “rumors/speculations” concerning the fate of Netanyahu—who has not been seen publicly for several days—prompt Jared Kushner (President Trump's son-in-law) and Steve Witkoff to abruptly cancel their trip to Israel, where they were scheduled to meet with the Israeli Prime Minister?

“Guerra Invisible” de Submarinos entre EU e Irán: Submarino de EU Torpedea Fragata de Irán con toda su Tripulación en las Costas de Sri Lanka

“Invisible War” of Submarines Between the US and Iran: US Submarine Torpedoes Iranian Frigate with Entire Crew Off the Coast of Sri Lanka



Por Alfredo Jalife Rahme

A los 5 días de la guerra de Israel/EU contra Irán los titulares de los multimedia occidentales---

controlados aplastantemente por Israel--dieron vuelo al severo golpe que propino un submarino estadounidense a una fragata iraní con alrededor de 147 marinos---que se pueden dar por fallecidos o desaparecidos--en las costas de Sri Lanka, lo cual capturó la “atención” debido a la escalada en el “Gran Medio Oriente” ---de acuerdo a la definición del ex-General israelí Ariel Sharon, culpable de la masacre de palestinos en el campo de refugiados de Sabra y Chatila en Líbano en 1982---quien la definió con una LÍNEA HORIZONTAL desde Mauritania (en la parte oriental del océano Atlántico) hasta Cachemira ---donde cohabitan riesgosamente India/Pakistán/China--- y una LÍNEA VERTICAL que va desde el Cáucaso---el bajo vientre(“soft belly”)de Rusia--- hasta el Cuerno de África (donde brilla intensamente la balcanización de Somalia por Israel).

Five days after the start of the Israeli/US war against Iran, Western media headlines—overwhelmingly controlled by Israel—focused on the devastating blow dealt by a US submarine to an Iranian frigate with approximately 147 sailors—who are presumed dead or missing—off the coast of Sri Lanka. This incident captured attention due to the escalation in the “Greater Middle East”—a term coined by former Israeli



General Ariel Sharon, responsible for the 1982 massacre of Palestinians at the Sabra and Shatila refugee camp in Lebanon—who defined it as a horizontal line stretching from Mauritania (on the eastern Atlantic coast) to Kashmir—where dangerous conflicts coexist. India/Pakistan/

China—and a VERTICAL LINE running from the Caucasus—Russia’s “soft belly”—to the Horn of Africa (where Israel’s balkanization of Somalia shines brightly).

Soslayo las teorías que señalan la presunta perfidia de India, nueva aliada de Israel, que

Building Business.
Growing Wealth.
Since 1868.

busey.com

Member FDIC

MAKE THE GRA+DE

Don't let respiratory illness test our students!

- Keep kids at home when they are sick
- Make sure kids are fever-free for 24 hours before going back to school

invitó a la fragata iraní a una ceremonia en un puerto indio y que supuestamente otorgó sus coordenadas al submarino estadounidense que lanzó su primer torpedo desde el finiquito de la Segunda Guerra Mundial.
I disregard the theories pointing to the alleged perfidy of India, Israel's new ally, which invited the Iranian frigate to a ceremony in an Indian port and supposedly provided its coordinates to the US submarine that launched its first torpedo since the end of World War II.

Si bien es cierto que el mito de la casi absoluta supremacía de EU en la superficie de los mares ha quedado hecho añicos cuando acaba de emprender la nada graciosa huida debido a los alcances de los misiles hipersónicos de Irán, a partir de hoy se pudiera aducir que el nuevo escenario de las potencias dotadas de submarinos hizo que la guerra en el “Gran Medio Oriente” pasara de la superficie de los mares ---que cuenta con el cierre del estrecho de Ormuz por Irán lo cual disparó los precios de los hidrocarburos (petróleo y gas)--- a la parte submarina de los océanos--- en particular, en el océano Indico, en los mares Mediterráneo, Rojo, Negro, Caspio, Pérsico, Arábigo y Omán---, donde se libra desde ahora una “guerra invisible”(<https://bit.ly/4rUoR9g>)”.

While it is true that the myth of the US's near-absolute supremacy on the surface of the seas has been shattered by its recent, rather ungraceful retreat due to the range of Iran's hypersonic missiles, it could be argued that the new scenario of submarine-equipped powers has shifted the war in the “Greater Middle East” from the surface of the seas—which includes Iran's closure of the Strait of Hormuz, causing hydrocarbon (oil and gas) prices to skyrocket—to the underwater realms of the oceans—particularly in the Indian Ocean, the Mediterranean, the Red, Black, Caspian, Persian, Arabian, and Gulf of Oman Seas—where an “invisible war” is now being waged (<https://bit.ly/4rUoR9g>).

Vale la pena exponer el número de portaviones militares, según Global Fire Power, onde resalta el primer lugar casi monopolístico de EU con 11 (sic) portaviones, todos nucleares y con un máximo de 90 aviones en cada supertransportador (“supercarrier”) que le proporcionan a Washington su oligopolio, seguido por



China, en segundo lugar, con tres raquíticos portaviones, luego por India, y Gran Bretaña con 2 portaviones cada uno, a quienes sigue Francia con un solo portaviones. Ni Israel ni Irán ostentan portavión alguno (<https://bit.ly/46Hq7E7>).
It is worth highlighting the number of military aircraft carriers, according to Global Firepower, which shows the US holding a near-monopoly with 11 aircraft carriers, all nuclear-powered and with a maximum of 90 aircraft on each supercarrier, thus providing Washington with its oligopoly. China follows in second place with a paltry three carriers, then India and Great Britain with two each, and France with a single carrier. Neither Israel nor Iran possesses any aircraft carriers (<https://bit.ly/46Hq7E7>).

Ese dominio abrumador de EU pareciera que ya no lo es cuando ha tenido que emprender la huida frente a los misiles hipersónicos de Irán. That overwhelming US dominance seems to have vanished now that it has had to retreat in the face of Iran's hypersonic missiles. Ahora pasemos al número de submarinos militares, igualmente según el ranking de Global Fire Power, hasta marzo de 2026: se pudiera hablar de un empate técnico entre EU y Rusia con una dotación de 66 submarinos cada uno, seguido por China en tercer lugar con 61 submarinos e Irán (¡mega-sic!) en cuarto lugar con 25, seguido en quinto lugar por Francia y Gran Bretaña, dotados de 10

submarinos cada uno(<https://bit.ly/4cpavj6>).
Now let's turn to the number of military submarines, also according to the Global Firepower ranking, as of March 2026: we could speak of a virtual tie between the US and Russia with 66 submarines each, followed by China in third place with 61 submarines and Iran (sic!) in fourth place with 25, followed in fifth place by France and Great Britain, with 10 submarines each (<https://bit.ly/4cpavj6>).

Como toda la clandestinidad numérica que le compete, Israel tendría 6 submarinos. As is typical of the numerical secrecy surrounding it, Israel would have 6 submarines.

Dejo de lado el artículo crítico de Foreign Policy, muy cercano al partido demócrata desde su fundación por Samuel Huntington, que subraya: “la guerra de Irán pone en peligro la entera economía global: a su vez el resultado del conflicto en el Golfo será mayor que el petróleo”(<https://bit.ly/47bSWbW>).
I'll set aside the critical article in Foreign Policy, a publication closely aligned with the Democratic Party since its founding by Samuel Huntington, which emphasizes: “The Iran war jeopardizes the entire global economy: in turn, the outcome of the Gulf conflict will be greater than oil (<https://bit.ly/47bSWbW>).” Quizá para amortiguar el alza de los hidrocarburos (petróleo y gas) en el Medio-

Oriente, el portal jázaro (Khazar; <https://bit.ly/3QqemJr>) Bloomberg con su principal especialista Javier Blas, quien maneja los esquemas petroleros favorables a EU, comenta que:
Perhaps to mitigate the rise in hydrocarbon (oil and gas) prices in the Middle East, the Khazarian news site Bloomberg (<https://bit.ly/3QqemJr>), *with its leading expert Javier Blas, who handles oil deals favorable to the US, comments that:*

“La CIA considera que el agua potable es un «bien estratégico» en Medio-Oriente, donde los países dependen de las plantas desalinizadoras para su abastecimiento de agua. Las plantas desalinizadoras son vulnerables a los ataques, y su destrucción podría tener graves consecuencias, como obligar a Riad a evacuar en una semana si la planta desalinizadora de Jubail resultara dañada. Irán ha atacado una central eléctrica en los Emiratos Árabes Unidos que mantiene en funcionamiento una planta desalinizadora, y atacar estas plantas podría poner a los países del Golfo Pérsico en una situación imposible, convirtiendo el agua en un posible bien geopolítico en el conflicto”(<https://bit.ly/4b5m3Pw>).
“The CIA considers drinking water a ‘strategic asset’ in the Middle East, where countries depend on desalination plants for their water supply. Desalination plants are vulnerable to attack, and their destruction could have serious consequences, such as forcing Riyadh to evacuate within a week if the Jubail desalination plant were damaged. Iran has attacked a power plant in the United Arab Emirates that operates a desalination plant, and attacking these plants could put the Persian Gulf countries in an



impossible situation, making water a potential geopolitical commodity in the conflict (<https://bit.ly/4b5m3Pw>).”

¿Quién quiere matar de sed a las 6 Petromonarquías del Golfo Pérsico (Arabia Saudita, Emiratos Árabes Unidos, Kuwait, Qatar, Bahrén y Omán)?
Who wants to starve the six Gulf Petromonarchies (Saudi Arabia, United Arab Emirates, Kuwait, Qatar, Bahrain, and Oman) into the ground?

Cabe señalar que el Mossad del “cartel Epstein” ha sido atrapado in fraganti intentando operar atentados terroristas en contra de Arabia Saudita con el fin de inculpar a Irán y amarrar las navajas

intra-islámicas, mientras los ataques “muy extraños” contra la base británica en Chipre (¡mega-sic!) y Turquía, han sido atribuidos al Mossad (<https://bit.ly/4ubkl2d>).
It should be noted that the Mossad, linked to the Epstein cartel, has been caught red-handed attempting to orchestrate terrorist attacks against Saudi Arabia in order to frame Iran and exacerbate intra-Islamic tensions, while the “very strange” attacks against the British base in Cyprus (sic!) and Turkey have been attributed to the Mossad (<https://bit.ly/4ubkl2d>).



ExAgente de la CIA Ray McGovern: ¡Atribulado Netanyahu Sopesa Lanzar Sus Bombas Nucleares Clandestinas Contra Irán! - *Ex-CIA Agent Ray McGovern: Troubled Netanyahu Weighs Deploying Covert Nuclear Bombs Against Iran!*



Por Alfredo Jalife Rahme

Persisten las dos narrativas antagónicas de la guerra que iniciaron Israel y Estados Unidos contra Irán tras el asesinato del Supremo Líder Ayatolá Khamenei el 28 de febrero a las 8:30 a.m. (<https://bit.ly/4bliKhB>).

Two opposing narratives persist in the war initiated by Israel and the United States against Iran after the assassination of Supreme Leader Ayatollah Khamenei on February 28 at 8:30 a.m.

A juicio de expertos, la llamada implorante de Donald Trump a Vladimir Putin el noveno día de la escalada definió la dinámica del conflicto, especialmente cuando Irán cerró el estratégico Estrecho de Ormuz, elevando los precios del petróleo y provocando pánico bursátil en Occidente.

Experts note that Donald Trump's pleading call to Vladimir Putin on the ninth day of the escalation defined the conflict's dynamics, particularly after Iran closed the strategic Strait of Hormuz, driving up oil prices and causing financial panic in the West.

A los 11 días de la escalada, el analista militar ruso-estadounidense Andrei Martyanov comentó que la represalia iraní por el bombardeo israelí de depósitos de combustible en Teherán afectó sitios estratégicos en Israel, describiéndolo como una “situación catastrófica” que no aparece en los medios occidentales debido a la censura y control mediático del lobby israelí. (<https://bit.ly/4lmGZGt>)

Eleven days into the escalation, Russian-American



military analyst Andrei Martyanov commented that Iran's retaliation for Israel's bombing of fuel depots in Tehran struck strategic sites in Israel, describing it as a “catastrophic situation” absent from Western media due to Israeli lobby censorship and media control.

Por el bombardeo de Israel a 30(sic) depósitos de combustible en la capital Teherán para crear terror apocalíptico, lo cual molestó enormemente a Trump, según el mega-filo-sionista Axios (<https://bit.ly/4bCEbl0>)---golpeó severamente varios sitios estratégicos de Israel, lo cual define como una “situación catastrófica”, y no aparece en los medios occidentales debido a que el omnipotente lobby israelí los controla mediante su casi monopolio de su propiedad catastral, su pletórico número de conductores, para no decir propagandistas,

así como por la CENSURA TOTAL (blackout) de lo que sucede adentro de Israel. Martyanov comenta que la población israelí lleva días viviendo en los bunkers. *Because of Israel's bombing of 30 fuel depots in the capital, Tehran, to create apocalyptic terror—which greatly angered Trump, according to the mega-pro-Zionist Axios (<https://bit.ly/4bCEbl0>)—it severely damaged several strategic sites in Israel, which it defines as a “catastrophic situation.” This situation is not reported in Western media because the omnipotent Israeli lobby controls them through its near-monopoly on land ownership, its vast number of drivers (not to mention propagandists), and the total blackout of what happens inside Israel. Martyanov comments that the Israeli population has been living in bunkers for days.*

A mi juicio, lo cual comenté a la NegociosTv



de España, la doble situación de “propaganda-patía” (<https://bit.ly/4bq4jLv>) y (<https://bit.ly/4rtKIdn>) es mucho peor para el respetable público europeo debido a la censura absoluta de los multimedia rusos.

In my opinion, which I mentioned to NegociosTv in Spain, the double situation of “propaganda-pathy” (<https://bit.ly/4bq4jLv>) and (<https://bit.ly/4rtKIdn>) is much worse for the respectable European public due to the absolute censorship of Russian multimedia.

Justamente recurro a la agencia de noticias y a un rotativo del país a cuyo presidente acaba de implorar Trump en una llamada de 1 hora para rescatarlo del agujero en que se sumió, a su decir, por hacerle caso de los errores de cálculo y desinformaciones de su yerno jázaro (Khazar; <https://bit.ly/3QqemJr>) Jared Kushner, quien le “aseguró” (sic)--a instancias de la “propaganda-patía” del primer israelí Netanyahu---de que Irán estaba a punto de atacar a EU.

I am turning to the news agency and a newspaper of the country whose president Trump just implored in a 1-hour call to rescue him from the hole he fell into, according to him, by listening to the miscalculations and disinformation of his Khazar son-in-law (Khazar; <https://bit.ly/3QqemJr>) Jared Kushner, who “assured” (sic)--at the behest of the Israeli prime minister Netanyahu’s “propaganda-pathy”—that Iran was about to attack the US.

Dos días después de la llamada angustiante de Trump, a los 11 días de la guerra de Israel/EU vs Irán que ha escalado alturas más que predecibles y con la espada de Damocles del alza estratosférica del petróleo debido al cierre del estrecho de Ormuz, justamente la agencia de noticias de Rusia (¡mega-sic!) TASS (<https://bit.ly/3P2wo7q>), expone una noticia del rotativo Izvestia (<https://bit.ly/4cjE5Ow>)

Two days after Trump's distressing phone call, 11 days into the Israel/US vs Iran war that has escalated to predictable heights, and with the Damocles' sword of stratospheric oil prices hanging over us due to the closure of the Strait of Hormuz, the Russian news agency (mega-sic!) TASS (<https://bit.ly/3P2wo7q>) publishes a story from the newspaper Izvestia (<https://bit.ly/4cjE5Ow>)

El ex-Capitán del cuerpo de marines de



EU, Matthew Ho, comenta que “los errores estratégicos de Washington y los riesgos del bloqueo de Ormuz” han dado pie a la “posibilidad de usar armas nucleares por Israel” (<https://bit.ly/3MVNQKg>)”.

Former US Marine Corps Captain Matthew

Ho comments that “Washington's strategic errors and the risks of the Hormuz blockade” have given rise to “the possibility of Israel using nuclear weapons (<https://bit.ly/3MVNQKg>)”.

Según Izvestia, reportada por TASS “En la actualidad, Israel podría poseer un arsenal nuclear bastante grande que puede incluir bombas de caída libre y ojivas para misiles de crucero o balísticos. Y debería tener al menos 100 unidades de estos últimos misiles, siempre y cuando no queden obsoletos por sí mismos”.

According to Izvestia, as reported by TASS, “Israel may currently possess a fairly large nuclear arsenal that could include free-fall bombs and warheads for cruise or ballistic missiles. And it should have at least 100 of these latter missiles, provided they do not become obsolete on their own.”

Con antelación, en una entrevista a Izvestia, Ray McGovern, anterior analista de la CIA, adujo que “Israel podría recurrir al uso de armas nucleares”, si Israel “se enfrentarse a la destrucción por misiles iraníes, su líder no dudaría en utilizar armas nucleares como últimos recursos. Israel no se detendrá ante ninguna protesta de EU ni de ningún otro país. Hacen lo que quieren, ya que suelen esperar a que EU siga su ejemplo”.

Previously, in an interview with Izvestia, Ray McGovern, a former CIA analyst, argued that “Israel could resort to the use of nuclear weapons.” He stated that if Israel “faced destruction by Iranian missiles, its leader would not hesitate to use nuclear weapons as a last resort. Israel will not be deterred by any protests from the US or any other country. They do what



they want, as they usually expect the US to follow suit.”

¿Netanyahu controla a Trump?

La misma agencia rusa TASS divulgó la segunda llamada (¡durante una sola semana!) de Putin a su homólogo iraní Masoud Pezeshkian en la que el mandatario iraní elaboró sus “líneas rojas”, onde ya empiezan a resaltar las demandas de la República Islámica de Irán para aceptar un cese al fuego y la resolución definitiva con el fin de que Irán no vuelva a sufrir un “ataque descontón” de Israel y EU, uno de cuyos puntos principales es la “permanente salida militar de EU de todas (sic) sus bases en Asia occidental”: léase primordialmente del Golfo Pérsico, que se volvería así en el “nuevo (sic) Golfo Pérsico” en colaboración con Rusia y China: un genuino “golfo trilateral” sin EU ni Francia ni Gran Bretaña.

Does Netanyahu control Trump?

The same Russian news agency TASS released Putin's second call (in just one week!) to his Iranian counterpart, Masoud Pezeshkian, in which the Iranian president outlined his “red lines.” These lines already highlight the demands of the Islamic Republic of Iran for a ceasefire and a definitive resolution to prevent another “outright attack” by Israel and the US. One of the main points is the “permanent US military withdrawal from all its bases in West Asia”—primarily from the Persian Gulf, which would thus become the “new Persian Gulf” in collaboration with Russia and China: a genuine “trilateral gulf” without the US, France, or Great Britain.

Irán: Mercados, elecciones de mitad de mandato y Corea del Norte

Iran: Markets, Midterms, North Korea



Por Diane Francis

El éxito y la duración de la guerra entre Estados Unidos e Israel contra

Irán vendrán determinados por la potencia de fuego, las repercusiones económicas, la opinión pública estadounidense y Donald Trump. Las fuerzas militares y la infraestructura de Irán fueron degradadas rápidamente en cuestión de días; sin embargo, no habrá paz ni seguridad hasta que sean eliminados los clérigos fanáticos de Teherán, su Guardia Revolucionaria, sus fuerzas armadas y sus grupos terroristas interpuestos. En este momento, los buques petroleros están siendo torpedeados y los precios del petróleo se disparan. Esto no es Venezuela, donde se ejecutó impecablemente una rápida operación de extracción y se instauró de inmediato un nuevo liderazgo. Tampoco es Cuba, ni un cártel de la droga, ni Groenlandia. Irán es una fortaleza de fanáticos que, en la actualidad, mantienen como rehenes al sector petrolero y a la economía mundial mediante el bloqueo del estrecho de Ormuz. Su régimen está protegido por 200.000 Guardias, una fuerza armada de casi un millón de efectivos y un vasto arsenal. La guerra era inevitable. «Durante 25 años, el régimen iraní ha perseguido la obtención de armas nucleares y ha exportado terrorismo», declaró John Bolton, exasesor de seguridad de Trump. «No se podía esperar a que la amenaza [nuclear] fuera inminente. Esto tenía que suceder».

The success and duration of the US-Israeli war against Iran will be determined by firepower, the economic fallout, American public opinion, and Donald Trump. Iran's military and infrastructure were quickly degraded within days, but there will be no peace or security until Tehran's fanatical clerics, its Revolutionary Guards, military, and terrorist proxies are eliminated. Now, oil tankers are being torpedoed, and oil prices spike. This is no Venezuela, where a quick extraction was flawlessly executed, and new leadership was



immediately put in place. This is also not Cuba, a drug cartel, or Greenland either. Iran is a fortress of fanatics who currently hold the world's oil sector and economy hostage by blocking the Strait of Hormuz. Its regime is protected by 200,000 Guards, an armed force of nearly 1 million, and an arsenal. War was inevitable. "The Iranian regime for 25 years has pursued nuclear weapons and exported terrorism," said John Bolton, Trump's former security advisor. "You could not wait until it's an imminent [nuclear] threat. This had to happen."

Parece probable una guerra de desgaste, lo cual causaría mayores daños a nivel global, económico y político. El presidente Donald Trump restó importancia al conflicto al calificarlo de «excursión» —y no de guerra—, e insiste en que terminará pronto. Sin embargo, Irán utiliza su poder de presión para bloquear el estrecho de Ormuz y poner de rodillas al mercado petrolero mundial y a la economía global. Teherán no se rendirá; por ello, la única manera de «poner fin» al conflicto en breve sería intensificar la presión sobre Irán, exigiendo un alto el fuego o amenazando con destruir la industria

petrolera del país o ciertas zonas de la propia capital, Teherán. Esta fue la estrategia de Kissinger en Vietnam: una táctica que, si bien resultó eficaz, constituyó un crimen de guerra que costó la vida a millones de personas inocentes.

A war of attrition looks likely, which would cause more global, economic, and political damage. President Donald Trump downplayed the conflict by calling it an "excursion," not a war, and insists it will be over soon. But Iran uses its leverage to block the Strait of Hormuz and bring the global oil market and world economy to its knees. Tehran won't surrender, which is why the only way to "end" the conflict soon would be to turn up the pressure on Iran by demanding a ceasefire or threatening to destroy the country's oil industry or portions of Tehran. This was Kissinger's strategy in Vietnam, which worked but was a war crime that killed millions of innocent people.

En el caso de Irán, sus arsenales, bases, sistemas de vigilancia, centros de mando y redes de telecomunicaciones —utilizadas para la censura— han sido destruidos; no obstante, el régimen persiste. La población

carece de la capacidad para sublevarse, y reducir Teherán a la «Edad de Piedra» mediante bombardeos no garantizaría que Irán se abstuviera de bloquear el estrecho de Ormuz y de desencadenar así un Armagedón económico.

In Iran's case, its weapons, bases, surveillance, headquarters, and censorship telecommunications systems have been destroyed, but the regime continues. The people cannot revolt, and bombing Tehran into the "stone age" wouldn't guarantee that Iran will refrain from blocking Hormuz and triggering an economic Armageddon.

Trump y su equipo no sopesaron debidamente las consecuencias de sus actos y, a estas alturas, carecen de una vía de escape para salir del conflicto. Irán tiene todas las cartas a su favor, a menos que Estados Unidos, Israel y otros aliados opten por una escalada drástica de las hostilidades. Antes de que se produjeran los ataques a los buques cisterna, Trump afirmó que esta guerra estaba «prácticamente concluida», mientras que su secretario de Defensa, Pete Hegseth, declaró que Estados Unidos estaba «ganando». Ninguno de los dos ha admitido que será necesaria la presencia de tropas sobre el terreno para recuperar las toneladas de uranio enriquecido que permanecen enterradas en el desierto iraní. Según Bolton, este material debe ser extraído y destruido, dado que representa una amenaza nuclear persistente.

Trump and his team didn't think this through and have no off-ramp at this point. Iran has all the cards unless America, Israel, and others dramatically escalate. Before tankers were attacked, Trump said this war "is pretty much complete," and his Defense Secretary Pete Hegseth declared that America was "winning". Neither has admitted that boots on the ground will be necessary to fetch the tons of enriched uranium that remain buried in the Iranian desert. This material must be removed and destroyed because it represents a continuing nuclear threat, said Bolton.

Además, existe un riesgo aún mayor de que Irán obtenga ojivas nucleares de su colega fanático, Kim Jong Un de Corea del Norte. «Basta con realizar una transferencia bancaria de decenas de millones para que Irán encargue las ojivas y se convierta en



una amenaza nuclear», advirtió Bolton en una entrevista televisiva el 10 de marzo. *Then there's an even greater risk that Iran obtains nuclear warheads from fellow fanatic, North Korea's Kim Jong Un. "Just wire transfer tens of millions, and Iran will order up warheads, and Iran will be a nuclear threat," warned Bolton in a television interview on March 10.*

A estas alturas, un cambio de régimen parece imposible. Apenas fue asesinado el anciano y demente ayatolá Jamenei, uno de sus hijos de línea dura lo reemplazó de inmediato. Trump calificó el hecho como un «error» e Israel tiene la intención de asesinarlo; sin embargo, el nuevo líder redobló la apuesta amenazando el estrecho de Ormuz, atacando a sus vecinos y desatando aún más terrorismo en la región y más allá. El *New York Post* advirtió: «Irán envió un posible "detonante operativo" para activar "agentes durmientes" en el extranjero tras el estallido de la guerra, según un mensaje encriptado interceptado por Estados Unidos». El Hezbolá —grupo interpuesto de Irán en el Líbano— comenzó de inmediato a bombardear a Israel, y actualmente se libran combates en Beirut para erradicarlos.

At this point, regime change looks impossible. The old, crazy Ayatollah Khamenei was no sooner assassinated than one of his hardliner sons replaced him immediately. Trump said that was a "mistake," and Israel intends to assassinate him, but the new leader doubled down by threatening Hormuz, attacking neighbors, and unleashing more terrorism in the region and

beyond. The New York Post warned: "Iran sent out a possible 'operational trigger' to activate 'sleepers' abroad after the war began, according to an encrypted message intercepted by the U.S." Iran's proxy Hezbollah in Lebanon immediately began bombing Israel, and now fighting is underway in Beirut to root them out.

Por otra parte, se han elevado las alertas de seguridad en las naciones occidentales, y ya se han registrado incidentes violentos perpetrados por simpatizantes iraníes en Texas, Noruega y Toronto. El FBI también indicó que, a principios de febrero, Irán sopesó la posibilidad de lanzar vehículos aéreos no tripulados desde una embarcación no identificada frente a las costas de Estados Unidos, con California como objetivo específico. El boletín subrayaba que las autoridades carecían de detalles sobre el momento, los objetivos, los métodos o los autores de los posibles ataques, y calificaba dicha información como no corroborada, según informó ABC News.

Elsewhere, there are heightened security alerts in Western nations, and violent incidents by Iranian sympathizers have already occurred in Texas, Norway, and Toronto. The FBI also indicated that, as of early February, Iran considered launching unmanned aerial vehicles from an unidentified vessel off the U.S. coast, specifically targeting California. The bulletin emphasized that authorities had no details on the timing, targets, methods, or perpetrators, and also described the information as uncorroborated, ABC News reported.

La confusión está inquietando a los mercados y al público estadounidense, al igual que la realidad de que el Comandante en Jefe de Estados Unidos y su «equipo de asesores» parecen estar improvisando estratégicamente sin un objetivo final a la vista. Por ejemplo, EE. UU. anunció que había destruido la fuerza aérea y la armada de Irán, pero luego Irán anunció que cerraría el estrecho de Ormuz. Los precios del petróleo se dispararon. Trump prometió proporcionar cobertura de seguro para los buques petroleros y escoltarlos a través del estrecho, pero Irán respondió «minando» la vía fluvial para sabotear el tráfico de petroleros.

Confusion is upsetting markets and the American public, as is the reality that America's Commander in Chief and his "brain trust" appear to be strategically improvising without an endgame in sight. For instance, the U.S. announced it had destroyed Iran's air force and navy, but then Iran announced it would close the Strait of Hormuz. Oil prices leaped. Trump promised to provide insurance for the oil tankers and accompany them through the Strait, but Iran responded by "mining" the waterway to sabotage oil tanker traffic.

Horas más tarde, Trump declaró que sus fuerzas acababan de hundir 16 barcos iraníes que estaban colocando minas, a pesar de que anteriormente había afirmado que la armada iraní había sido aniquilada. Luego,



durante la noche, varios petroleros fueron bombardeados frente a la costa de Irak, y el precio del petróleo se ha disparado por las nubes, a pesar de la noticia de que se liberarían millones de barriles de las reservas estratégicas para calmar a los mercados. *Hours later, Trump said his forces had just sunk 16 Iranian ships planting mines, even though he had earlier claimed Iran's navy had been obliterated. Then, overnight tankers were bombed off Iraq's coast, and oil has gone through the*

roof despite news that millions of barrels of oil would be released from strategic stockpiles to calm markets.

La guerra ha involucrado a Europa y a las naciones vecinas. El presidente francés, Emmanuel Macron, anunció —después de que drones iraníes atacaran Chipre la semana pasada— que «cuando se ataca a Chipre, se ataca a Europa». Desplegó ocho buques de guerra, un grupo de portaaviones y helicópteros para ayudar a salvaguardar el transporte marítimo comercial en el estrecho de Ormuz. Macron afirmó que Francia está trabajando con socios europeos y no europeos para organizar una misión de escolta destinada a reabrir el estrecho «tan pronto como sea posible una vez finalizada la fase más intensa del conflicto». Gran Bretaña también está presente, al igual que algunas naciones árabes que han sido atacadas. Las Naciones Unidas son, como de costumbre, inútiles.

The war has drawn in Europe and neighboring nations. French President Emmanuel Macron announced after Iranian drones attacked Cyprus last week that "when Cyprus is attacked, then Europe is attacked." He deployed eight warships, a carrier group, and helicopters to help safeguard

commercial shipping in the Strait of Hormuz. Macron said France is working with European and non European partners to build an escort mission aimed at reopening the strait "as soon as possible after the most intense phase of the conflict has ended." Britain is also there, as are some Arab nations that have been attacked. The United Nations is, as usual, useless.

La realidad es que no fluirá ni una sola gota de petróleo a través del estrecho a menos que se produzca un alto el fuego o que todos los lanzamisiles, drones y piezas de artillería iraníes hayan sido destruidos. Sin eso, los buques de escolta no pueden proteger a los petroleros, y nadie asegurará su tránsito. Además, existe la posibilidad de que Irán adquiera ojivas nucleares. Como advirtió Bolton: «Es totalmente posible que Irán obtenga ojivas de Corea del Norte. Su objetivo es dominar todo Oriente Medio. Hasta que su régimen sea derrocado, no habrá posibilidad de paz y seguridad en la región ni más allá de ella».

The reality is that not a drop of oil will flow through the Strait unless there is a ceasefire or all Iranian missile launchers, drones, and artillery have been destroyed. Without that, companion ships cannot protect oil tankers, and nobody will insure the transit. In addition, the possibility that Iran may acquire nuclear warheads exists. As Bolton warned: "It's entirely possible Iran could get warheads from North Korea. It wants to take

over the entire Middle East. Until its regime is removed, there is no chance for peace and security in the region and beyond."

Esta es una guerra mundial que involucra a 20 países, no una simple incursión. Se necesitaron años y bombardeos intensos para llevar finalmente al Vietcong a la mesa de negociaciones; es posible que Trump tenga que hacer lo mismo. El 9 de marzo, Trump insinuó una mayor implicación al señalar que Estados Unidos podría considerar tomar el control del petróleo iraní a medida que la guerra se intensifica. Esto supondría una ocupación total, otra «guerra eterna» y un descalabro republicano en las elecciones de mitad de mandato. Sin embargo, poco después de hablar sobre la incautación de los yacimientos petrolíferos, añadió en una entrevista con NBC News que era «demasiado pronto para hablar de ello». A fin de cuentas, los mercados, las elecciones de mitad de mandato y Corea del Norte influirán en los próximos movimientos de Trump; y todas las soluciones apuntan a abrumar al enemigo mediante el despliegue de tropas y la inversión de tiempo.

This is a world war involving 20 countries, not an excursion. It took years and severe bombing



to finally bring the Vietcong to the negotiating table, and Trump may have to do the same. On March 9, Trump hinted at deeper involvement by signalling that the U.S. could consider taking control of Iranian oil as the war intensifies. That means outright occupation and another "forever war" and a Republican collapse in the midterms. But shortly after talking about seizing oil fields, he added it was "too soon to talk about that" in an interview with NBC News. At the end of the day, markets, midterms, and North Korea will influence Trump's next moves, and all solutions point to overwhelming the enemy by committing troops and time.

Your equity belongs to you.
Let us show you how to use it.

The equity in your home belongs to you and can be a great source for financing whatever you need. Contact Commerce Bank and let us help you get started.

Commerce Bank | Challenge Accepted.

800.725.0512 | commercebank.com/neighborhoodbanking
©2024 Commerce Bancshares, Inc.

Puentes de Esperanza
Bridges of Hope

Conectando la Comunidad Hispana con los Servicios que Necesita

Nuestro Servicios

Interpretación y Traducción
Consejería Bilingüe
Asistencia con Beneficios Públicos
Educación para la Comunidad

618.398.0557

4012 Maple Ave, Fairmont City, IL 62201

Ingrid Suazo
ACESORA COMUNITARIA BILINGUE

INGRID SE ESPECIALIZA EN AYUDAR CON BENEFICIOS PÚBLICOS (IHHS):
SNAP, MEDICAID, TANF, WIC Y MUCHO MÁS.

NÚMERO DE OFICINA: 618-438-0419
NÚMERO DE CELULAR: 618-702-9132

EL MORELIA
SUPERMERCADO

Hilltop Plaza
11982 Paul Mayer Ave,
Bridgeton, MO 63044

Escalada con Irán sacude al mundo: guerra amenaza petróleo, mercados y estabilidad global



Iran Escalation Shakes the World: War Threatens Oil, Markets and Global Stability

Por Diane Francis

La operación militar lanzada por Estados Unidos e Israel contra Irán a finales de febrero destruyó importantes instalaciones militares y nucleares del país, eliminó a su líder y desestabilizó al gobierno iraní. El objetivo era debilitar al régimen, frenar su red de grupos terroristas y detener los abusos contra los derechos humanos. Sin embargo, la respuesta de Irán fue una ofensiva devastadora que ha ampliado el conflicto y ha puesto en riesgo la estabilidad de toda la región.

The military operation launched by the United States and Israel against Iran at the end of February destroyed key military and nuclear facilities, killed its leader, and destabilized the Iranian government. The objective was to weaken the regime, dismantle its network of terrorist groups, and stop its human rights abuses. However, Iran's response was a devastating retaliation that has expanded the conflict and threatened the stability of the entire region.



Tras la muerte del ayatolá Ali Jamenei, el liderazgo iraní fue asumido rápidamente por su hijo Mojtaba Jamenei, considerado un líder de línea dura. La decisión fue rechazada por Estados Unidos y ha generado nuevas tensiones. Desde entonces, Irán ha lanzado ataques contra países vecinos, instalaciones petroleras y recursos estratégicos, intensificando la crisis regional.

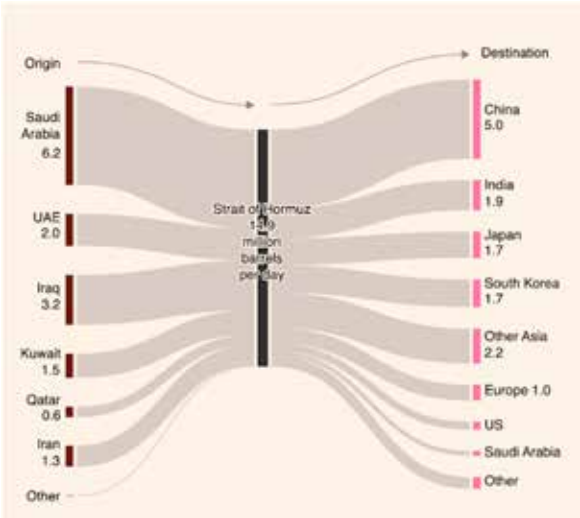
After the death of Ayatollah Ali Khamenei, Iran's leadership was quickly taken over by his son Mojtaba Khamenei, a hardline figure. The decision was rejected by the United States and has fueled further tensions. Since then, Iran has launched attacks against neighboring countries, oil facilities, and strategic resources, intensifying the regional crisis.

El conflicto también ha expuesto las tensiones internas dentro de Irán. Durante

años, el régimen ha sido criticado por la represión contra las mujeres y la población civil. En 2022, miles de mujeres lideraron protestas masivas contra el gobierno tras la muerte de una joven detenida por la policía religiosa. Muchas de estas manifestaciones fueron reprimidas con violencia, dejando una profunda división en la sociedad iraní.

The conflict has also highlighted internal tensions within Iran. For years, the regime has faced criticism for its repression of women and civilians. In 2022, thousands of women led massive protests against the government after a young woman died in custody of the religious police. Many of these demonstrations were violently suppressed, leaving deep divisions within Iranian society.

El impacto económico del conflicto podría ser enorme. La región del Golfo Pérsico concentra cerca del 30% de la producción



mundial de petróleo, y cualquier interrupción en el estrecho de Ormuz podría disparar los precios del crudo y afectar seriamente a las economías de Europa y Asia.

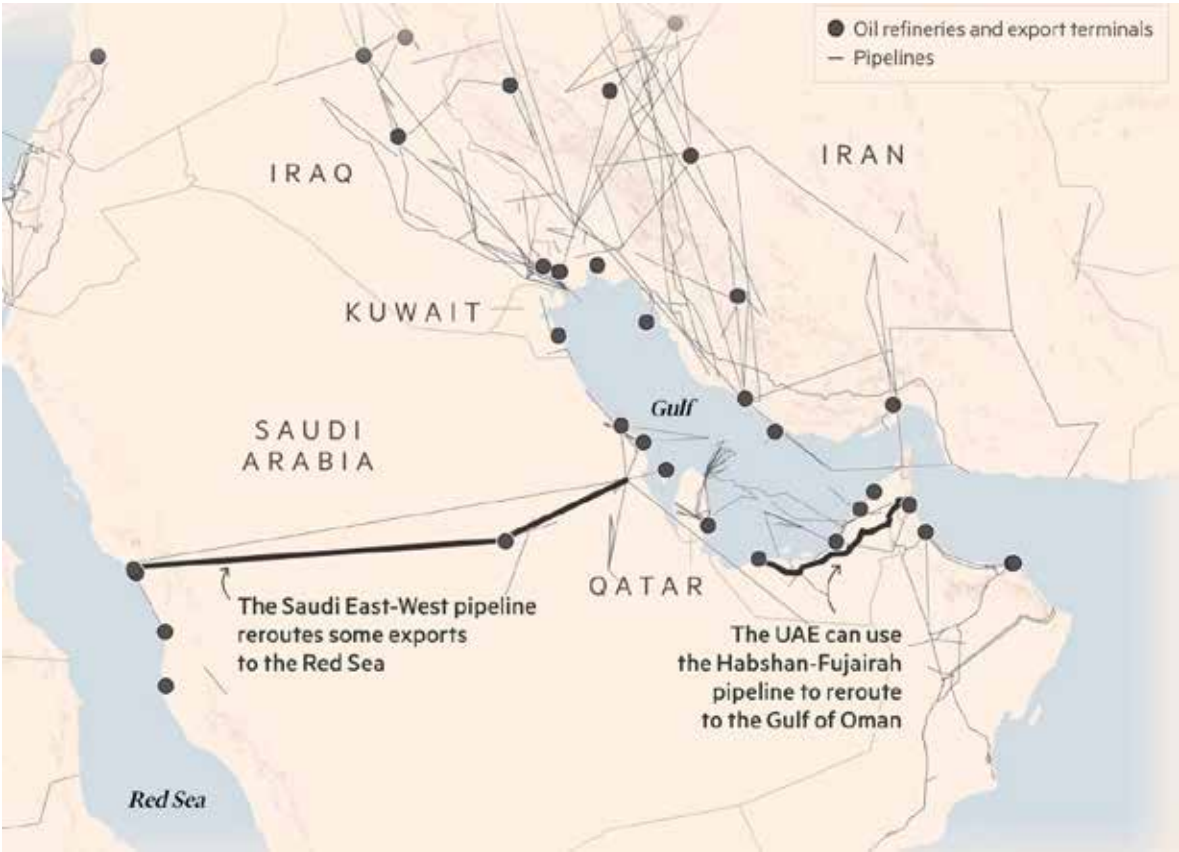
The economic impact of the conflict could be enormous. The Persian Gulf region accounts for about 30% of the world's oil production, and any disruption in the Strait of Hormuz could send oil prices soaring and seriously affect the economies of Europe and Asia.

Además del petróleo, el conflicto amenaza el suministro de agua en la región. Ataques recientes contra plantas de desalinización han aumentado el riesgo de una crisis humanitaria, ya que millones de personas dependen de estas instalaciones para obtener agua potable.

Beyond oil, the conflict also threatens the region's water supply. Recent attacks on desalination plants have increased the risk of a humanitarian crisis, as millions of people rely on these facilities for drinking water.

Las consecuencias geopolíticas también podrían ser profundas. Países de Medio Oriente, junto con aliados occidentales, están reconsiderando sus alianzas y reforzando su cooperación frente a la amenaza iraní. Incluso naciones que anteriormente mantenían relaciones con Teherán han sido atacadas, aumentando el aislamiento internacional del régimen.

The geopolitical consequences could also be significant. Middle Eastern countries, together with Western allies, are reconsidering alliances and strengthening cooperation in response to the Iranian threat. Even nations that previously maintained relations with Tehran have been attacked, increasing the regime's international isolation.



El conflicto también tiene repercusiones globales para potencias como Rusia y China. Moscú pierde un aliado militar clave, mientras que China enfrenta riesgos económicos debido a su dependencia energética de la región y sus inversiones en Irán.

The conflict also carries global implications for powers such as Russia and China. Moscow loses a key military ally, while China faces economic risks due to its energy dependence on the region and its investments in Iran.

Mientras tanto, la opinión pública estadounidense permanece dividida. Aunque muchos consideran a Irán una amenaza para la seguridad nacional, existe preocupación por el aumento en los precios del combustible y la posibilidad de que Estados Unidos se involucre en otra guerra prolongada en el extranjero.

Meanwhile, American public opinion remains divided. While many view Iran as a national security threat, there is concern about rising fuel prices and the possibility that the United States could become involved in another prolonged overseas war.

A medida que el conflicto continúa, el futuro de Irán y de toda la región sigue siendo incierto. Analistas advierten que la estabilidad global dependerá de si la guerra logra limitar el poder militar del régimen iraní o si, por el

contrario, provoca una escalada aún mayor con consecuencias internacionales.

As the conflict continues, the future of Iran and the entire region remains uncertain. Analysts warn that global stability will depend on whether the war succeeds in limiting the Iranian regime's military power or instead triggers an even larger escalation with international consequences.



Nuestra Voz, Nuestras Leyes, Nuestro Estado

Día Hispano en el Capitolio de Missouri

Our Voice, Our Laws, Our State

Hispanic Day at the Missouri Capitol



Por: Germán A. González Herrera
| Gonzalez Herrera Law Firm, LLC

La comunidad hispana es una de las poblaciones de más rápido

crecimiento en Missouri. Sin embargo, con frecuencia su voz no está presente cuando se toman decisiones legislativas que afectan directamente su vida diaria. Por eso, el pasado mes de febrero tuvo un significado especial.

The Hispanic community is one of the fastest-growing populations in Missouri. However, its voice is often absent when legislative decisions are made that directly affect its daily life. For this reason, this past February held special significance.

Durante el Día Hispano en el Capitolio de Missouri, miembros de la comunidad latina e inmigrante viajaron a Jefferson City para reunirse con sus representantes y participar activamente en el proceso democrático. *During Hispanic Day at the Missouri Capitol, members of the Latino and immigrant communities traveled to Jefferson City to meet with their representatives and actively participate in the democratic process.*

Este esfuerzo fue posible gracias a la colaboración de diversas organizaciones comunitarias que promueven la participación cívica de la comunidad latina en Missouri. Entre ellas se encuentran el Hispanic Leaders Group de St. Louis, la Missouri Immigrant Policy Coalition, Revolución Educativa en Kansas City y el Hispanic Networking Group in the Ozarks en Springfield, además de numerosos líderes comunitarios y



voluntarios de distintas partes del estado. *This effort was made possible through the collaboration of various community organizations that promote civic engagement within the Latino community in Missouri. Among them are the Hispanic Leaders Group of St. Louis, the Missouri Immigrant Policy Coalition, Revolución Educativa in Kansas City, and the Hispanic Networking Group in the Ozarks in Springfield, as well as numerous community leaders and volunteers from different parts of the state.*

Durante ese día conversamos con legisladores de ambos partidos sobre tres proyectos de ley de enorme trascendencia: HB2063, HB2522 y SB1070.

Throughout the day, we spoke with legislators from both parties regarding three bills of immense importance: HB2063, HB2522, and

SB1070.

HB2063: El Derecho a la Información en Nuestro Idioma

El HB2063 propone que la Secretaría de Estado de Missouri esté obligada a proporcionar los materiales impresos oficiales también en español, a petición del ciudadano.

HB2063: The Right to Information in Our Language

HB2063 proposes that the Missouri Secretary of State be required to provide official printed materials in Spanish as well, upon a citizen's request.

El acceso a la información es un derecho fundamental. Si vives, trabajas y contribuyes a este estado, mereces entender las leyes y

los documentos que te afectan. Cerrarle esa puerta a alguien por el idioma es, en esencia, excluirlo de la democracia.

Access to information is a fundamental right. If you live, work, and contribute to this state, you deserve to understand the laws and documents that affect you. To close that door to someone because of language is, in essence, to exclude them from democracy.

Muchos argumentan que en Estados Unidos se habla inglés. Eso es parcialmente cierto. Pero en un país cosmopolita como el nuestro, construido por oleadas de migrantes con sus culturas, idiomas y antecedentes, cerrarse a un solo lenguaje no protege la identidad nacional; nos atrasa décadas enteras.

Many argue that English is spoken in the United States. That is partially true. But in a cosmopolitan country like ours—built by waves of migrants bringing their cultures, languages, and backgrounds—closing ourselves off to a single language does not protect our national identity; it sets us back decades.

La potencia de Estados Unidos radica en su diversidad. El HB2063 no es solo una ley de traducción: es una declaración de que Missouri es un estado que incluye, respeta y valora a todos sus habitantes.

The strength of the United States lies in its diversity. HB2063 is not just a translation law; it is a declaration that Missouri is a state that includes, respects, and values all its inhabitants.

HB2522: Licencias Profesionales para Quienes Han Demostrado su Valía

El HB2522 propone eliminar las barreras que impiden que personas con permiso de trabajo, pero sin estatus migratorio permanente, puedan obtener licencias profesionales en Missouri, como las de enfermero, médico o abogado.

Bajo la ley actual, quienes han completado todos los requisitos académicos y aprobado sus exámenes pueden ser rechazados únicamente por su situación migratoria.

El HB2522 no es un favor: es sentido común económico y justicia básica.

HB2522: Professional Licensing for Those Who Have Proven Their Worth

HB2522 proposes eliminating the barriers that prevent individuals holding work permits—but lacking permanent immigration status—from obtaining professional licenses in Missouri, such



as those for nurses, physicians, or attorneys. Under current law, individuals who have fulfilled all academic requirements and passed their licensing exams can be denied solely on the basis of their immigration status.

DACA (Acción Diferida para los Llegados en la Infancia) es un programa federal que protege de la deportación a personas que llegaron a Estados Unidos siendo niños y les otorga autorización de trabajo, pero no es una vía al estatus migratorio permanente.

DACA (Deferred Action for Childhood Arrivals) is a federal program that protects individuals who arrived in the United States as children from deportation and grants them work authorization; however, it does not provide a pathway to permanent immigration status.

Tengo un cliente con DACA que llegó a Missouri a los tres años, se preparó en acá, pero le toco terminar sus estudios en Illinois, pues en nuestro Estado no podía licenciarse como enfermero.

I have a client with DACA status who arrived in Missouri at the age of three and completed his professional training here; yet, he was forced to finish his studies in Illinois because, in our state, he could not obtain a license to practice as a nurse.

Perdimos a un futuro enfermero formado aquí, con recursos de aquí y otro Estado cosechó el fruto.

We lost a future nurse who was educated right here, utilizing local resources, while another state reaped the rewards.

Muchos Estados cercanos como Illinois, Kansas y Nebraska sí permiten a estas personas ejercer su profesión. Missouri educa y prepara profesionales que luego se ven obligados a irse. Perdemos población y mano de obra calificada.

Many neighboring states—such as Illinois, Kansas, and Nebraska—do allow these individuals to practice their professions. Missouri educates and trains professionals who are subsequently compelled to leave. We are losing both population and a skilled workforce.

El HB2522 no es un favor: es sentido común económico y justicia básica.

HB2522 is not a favor; it is a matter of economic common sense and basic justice.

SB1070: Un Proyecto que Daña a Missouri

El SB1070 crea disposiciones que criminalizan la presencia de inmigrantes indocumentados en Missouri.

SB1070: A Bill That Harms Missouri

SBI070 establishes provisions that criminalize the presence of undocumented immigrants in Missouri.

Establece el llamado “Programa de Cazadores de Recompensas Certificadas” bajo el Departamento de Seguridad Pública, que certifica a agentes de fianzas y de recuperación para encontrar y detener a inmigrantes sin documentos. También tipifica su presencia como un delito de allanamiento y, en palabras de su propio autor, busca crear un programa de ICE a nivel estatal. *It creates a so-called “Certified Bounty Hunter Program” under the Department of Public Safety, which certifies bail agents and recovery agents to locate and detain undocumented immigrants. It also criminalizes their presence as a trespassing offense and—in the words of its own author—seeks to create a state-level ICE program.*

Este es un proyecto profundamente preocupante.
This is a deeply troubling bill.

Nuestros inmigrantes contribuyen profundamente a Missouri: en la manufactura, la construcción, el comercio, la agricultura, la salud y la educación. La gran mayoría paga impuestos, independientemente de su estatus migratorio. *Our immigrants make profound contributions to Missouri: in manufacturing, construction, commerce, agriculture, healthcare, and education. The vast majority pay taxes, regardless of their immigration status.*

Hay además un efecto que muchas veces se ignora: el impacto en las familias mixtas.



MISSOURI
POISON CENTER
1-800-222-1222

¿Un accidente de medicación?
¡Podemos Ayudar!

¿Una mordedura o picadura?
¡Podemos Ayudar!

¿Salpicadura de ácido en la cara?
¡Podemos Ayudar!

Ayuda Libre, Rápida, Experta y Confidencial
24 horas al día, 7 días a la semana en
150 idiomas, Incluyendo Español!

1-800-222-1222
SALVA ESTE NUMERO

Cuando el ambiente se vuelve hostil para uno de sus integrantes, la familia entera se va, y con ellos sus hijos nacidos aquí, su potencial profesional y su presencia en la comunidad.

There is also an effect that is often overlooked: the impact on mixed-status families. When the environment becomes hostile for one family member, the entire family leaves—and with them go their U.S.-born children, their professional potential, and their presence in the community.

Lo he dicho antes y lo repito: el hecho de que una persona esté aquí sin documentos no la convierte en criminal. Si seguimos esa retórica, criminalizamos a miles de personas que están fortaleciendo nuestra economía y nuestra cultura.

I have said it before, and I repeat it now: the fact that a person is here without documents does not make them a criminal. If we embrace that rhetoric, we criminalize thousands of people who are strengthening our economy and our culture.

Eso solo nos atrasa frente a estados y países que abrazan la multiculturalidad. *That only sets us back compared to states and nations that embrace multiculturalism.*

La Democracia Ganó Ese Día

Hablar con nuestros legisladores fue profundamente productivo. Representantes de ambos partidos nos escucharon, se crearon puentes y se abrieron puertas para buscar soluciones reales para Missouri.

Democracy Won That Day

Speaking with our legislators was deeply productive. Representatives from both parties listened to us; bridges were built, and doors were opened to seek real solutions for Missouri.

La democracia no es solo votar cada cuatro años. La democracia es participar, presentarse y hacer escuchar la voz de quienes con frecuencia no son escuchados. Hablar con nuestros representantes es importante. Hacerlo con datos, con historias



reales y con propuestas concretas, es aún más poderoso.

Democracy is not merely voting every four years. Democracy is participating, showing up, and ensuring that the voices of those who are often unheard are finally heard.

Speaking with our representatives is important. Doing so armed with data, real-life stories, and concrete proposals is even more powerful.

Germán A. González Herrera es fundador de Gonzalez Herrera Law Firm, LLC, abogado de inmigración en Missouri, profesor adjunto en Washington University en St. Louis, School of Law, y miembro de las juntas directivas de AILA Capítulo Kansas-Missouri, del Hispanic Leaders Group in St. Louis, Hispanic Chamber of Commerce and Hispanic Bar Association in St. Louis.

Germán A. González Herrera is the founder of Gonzalez Herrera Law Firm, LLC, an immigration attorney in Missouri, an adjunct professor at Washington University in St. Louis School of Law, and a member of the boards of directors of the AILA Kansas-Missouri Chapter, the Hispanic Leaders Group in St. Louis, the Hispanic Chamber of Commerce, and the Hispanic Bar Association in St. Louis.



Filme puertorriqueño “Esta Isla”, ganador del Spirit, llega a Miami el 20 de marzo

Puerto Rican Film “Esta Isla,” Spirit Award Winner, Arrives in Miami on March 20

El drama, que explora identidad y resiliencia en la isla a través del realismo tropical, también se exhibirá en Orlando, Los Ángeles, Chicago y Puerto Rico.

The drama, which explores identity and resilience on the island through tropical realism, will also be screened in Orlando, Los Angeles, Chicago, and Puerto Rico.

“Esta Isla” (This Island), el poderoso primer largometraje de los cineastas Lorraine Jones Molina y Cristian Carretero, se estrenará el 20 de marzo en Miami antes de expandirse a otras ciudades en todo el país.

“Esta Isla” (This Island), the powerful debut feature film by filmmakers Lorraine Jones Molina and Cristian Carretero, will premiere in Miami on March 20 before expanding to other cities across the country.

Los directores asistirán a las sesiones de preguntas y respuestas posteriores a las funciones, los días 20 y 21 de marzo en el Cinépolis de Coconut Grove, informaron Wiesner Distribution y Experimento Lúdico. También se estrenará el 19 de marzo en más de 12 salas de Puerto Rico.

The directors will attend Q&A sessions following the screenings on March 20 and 21 at the Cinépolis theater in Coconut Grove, according to Wiesner Distribution and Experimento Lúdico. The film will also premiere on March 19 in more than 12 theaters across Puerto Rico.

“Esta Isla” se estrenó en la edición 2025 del Tribeca Film Festival, donde ganó los premios a Mejor Nueva Dirección Narrativa, Mejor Cinematografía en una Película Narrativa Estadounidense y una Mención Especial del Jurado a la Mejor Película Narrativa Estadounidense. Más recientemente, fue galardonada con el John Cassavetes Award en los prestigiosos Film Independent Spirit Awards, la primera película puertorriqueña en recibir dicha distinción.

“Esta Isla” premiered at the 2025 Tribeca Film



Festival, where it won awards for Best New Narrative Director, Best Cinematography in a U.S. Narrative Film, and a Special Jury Mention for Best U.S. Narrative Feature. More recently, it received the John Cassavetes Award at the prestigious Film Independent Spirit Awards, becoming the first Puerto Rican film to receive that distinction.

Protagonizada por Zion Ortiz, Fabiola Brown y Audicio Robles, el conmovedor pero tenso drama transcurre en un pequeño pueblo costero de Puerto Rico. Bebo, un adolescente que vive con su hermano mayor en un complejo de vivienda pública, pesca para sobrevivir. A medida que aumentan las presiones económicas, los hermanos recurren a medios ilícitos para conseguir dinero rápido. Cuando un trato sale mal y se derrama sangre, Bebo se ve obligado a huir con Lola, su novia, que proviene de una familia acomodada pero conflictiva.

Starring Zion Ortiz, Fabiola Brown, and Audicio Robles, the emotional yet tense drama unfolds in a small coastal town in Puerto Rico. Bebo, a teenager who lives with his older brother in a public housing complex, fishes to survive. As economic pressures grow, the brothers turn to illegal means to make quick money. When a deal goes wrong and blood is spilled, Bebo is forced to

flee with Lola, his girlfriend, who comes from a wealthy but troubled family.

Su fuga hacia el interior montañoso de Puerto Rico se convierte en un viaje hacia el pasado vivo de la isla. Refugiados por Cora en una comunidad rural, Bebo y Lola descubren historias familiares enterradas entrelazadas con el movimiento independentista y las tradiciones locales. A medida que los sicarios se acercan, Bebo debe confrontar



St. Louis City SC

2026 SEASON SCHEDULE

02.21

1:30 PM

Charlotte FC

St. Louis, MO

03.01

8:00 PM

San Diego FC

San Diego, CA

03.07

7:30 PM

Seattle Sounders

St. Louis, MO

03.14

9:30 PM

Los Angeles Football Club

Los Angeles, CA

03.21

7:30 PM

New England Revolution

St. Louis, MO

04.04

6:30 PM

New York City FC

Flushing, NY

04.11

7:30 PM

FC Dallas

Frisco, TX

04.18

8:30 PM

Seattle Sounders

Seattle, WA

04.25

7:30 PM

San Jose Earthquakes

St. Louis, MO

05.03

6:00 PM

Austin FC

Austin, TX

05.09

8:30 PM

Colorado Rapids

Commerce City, CO

05.13

7:30 PM

Los Angeles Football Club

St. Louis, MO

05.16

6:30 PM

D.C. United

Washington, DC

05.23

1:30 PM

Austin FC

St. Louis, MO

07.16

7:30 PM

Sporting Kansas City

St. Louis, MO

07.22

9:30 PM

LA Galaxy

Carson, CA

07.25

7:30 PM

Colorado Rapids

St. Louis, MO

08.01

7:30 PM

Real Salt Lake

St. Louis, MO

08.15

9:30 PM

San Jose Earthquakes

San Jose, CA

08.19

7:00 PM

Sporting Kansas City

Kansas City, KS

08.22

7:30 PM

Houston Dynamo

St. Louis, MO

08.30

6:00 PM

FC Dallas

St. Louis, MO

09.05

9:30 PM

Vancouver Whitecaps

Vancouver, BC

09.09

9:30 PM

Portland Timbers

Portland, OR

09.12

7:30 PM

Minnesota United

St. Louis, MO

09.19

7:30 PM

Toronto FC

St. Louis, MO

09.26

6:30 PM

New York Red Bulls

Harrison, NJ

10.11

6:00 PM

LA Galaxy

St. Louis, MO

10.14

7:30 PM

Vancouver Whitecaps

St. Louis, MO

10.17

3:30 PM

Minnesota United

St Paul, MN

10.24

8:30 PM

Real Salt Lake

Sandy, UT

10.28

7:30 PM

Portland Timbers

St. Louis, MO

10.31

TBD

San Diego FC

St. Louis, MO

11.07

6:00 PM

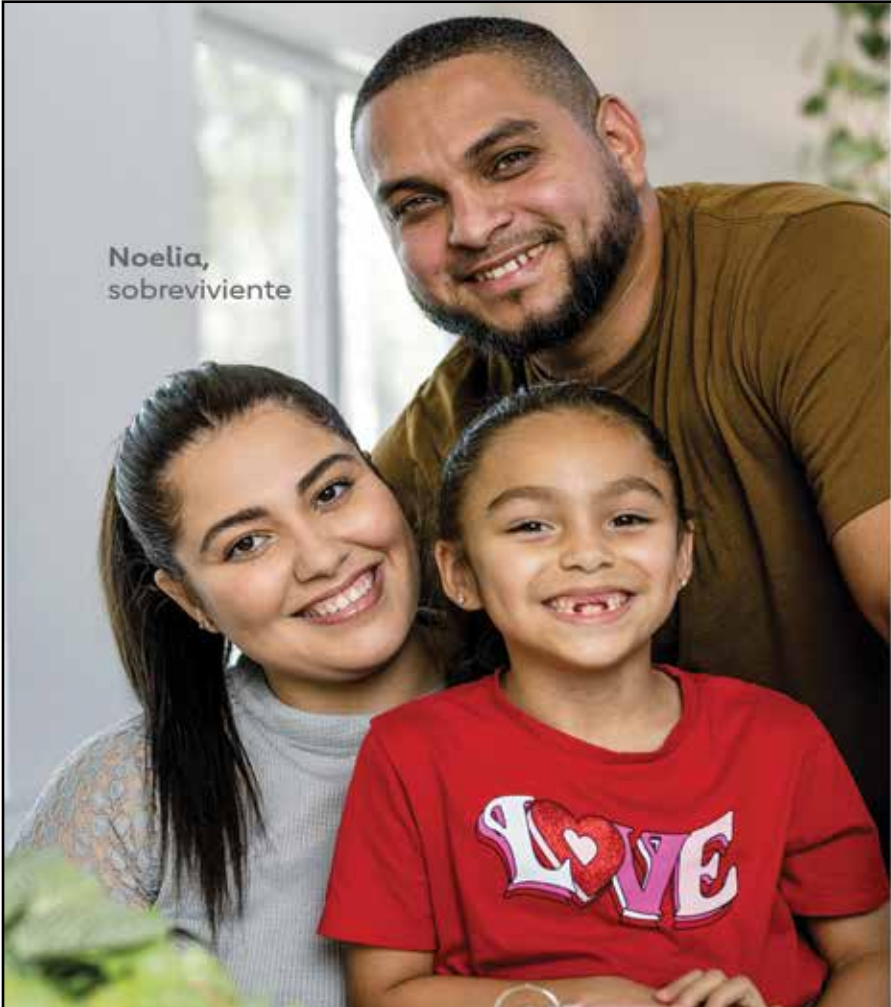
Houston Dynamo

Houston, TX

Home

Away

PRESENTED BY SEATGEEK



Un derrame cerebral le puede pasar a cualquiera.

Aprende R.Á.P.I.D.O.

Un accidente o derrame cerebral puede afectar a cualquier persona de cualquier edad. Noelia tenía 29 años, pero sufrió un derrame cerebral 8 días después de dar a luz.

Sobrevivió gracias a que actuó R.Á.P.I.D.O.

Aprende el acrónimo R.Á.P.I.D.O. Identifica los síntomas de un derrame, llama al 911 y salva tu vida o la de un ser querido.

- R. Rostro caído
- Á. Alteración del equilibrio
- P. Pérdida de fuerza en el brazo
- I. Impedimento visual repentino
- D. Dificultad para hablar
- O. Obtén ayuda, llama al 911

derramecerebral.org



sus decisiones y decidir si la redención es posible o si el mar será su escape final. *Their escape into the mountainous interior of Puerto Rico becomes a journey into the island's living past. Sheltered by Cora in a rural community, Bebo and Lola uncover buried family stories intertwined with the independence movement and local traditions. As hitmen close in, Bebo must confront his choices and decide whether redemption is possible or if the sea will be his final escape.*

De gran riqueza y profundidad, el largometraje se nutre de los recuerdos personales y colectivos de los directores para abordar temas como el colonialismo, la supervivencia, el cuidado mutuo y las repercusiones del trauma histórico. *Rich and layered, the feature film draws from the directors' personal and collective memories to address themes such as colonialism, survival, mutual care, and the lasting effects of historical trauma.*

Jones Molina y Carretero aportan una voz renovada al cine caribeño, centrando personajes con demasiada frecuencia borrados y contando una historia arraigada en el lugar, la memoria y la resistencia. Una carta de amor a Puerto Rico y su gente, “Esta Isla” es un testimonio de la experiencia universal de sobrevivir en los márgenes. *Jones Molina and Carretero bring a renewed voice to Caribbean cinema, centering characters too often erased and telling a story rooted in place, memory, and resistance. A love letter to Puerto Rico and its people, “Esta Isla” stands as a testament to the universal experience of surviving on the margins.*

Distribuida en Estados Unidos por Wiesner Distribution en asociación con Outsider Pictures, “Esta Isla” también se exhibirá desde el 20 de marzo en Orlando, Los Ángeles y Chicago. *Distributed in the United States by Wiesner Distribution in partnership with Outsider Pictures, “Esta Isla” will also be screened starting March 20 in Orlando, Los Angeles, and Chicago.* Lorraine Jones Molina es una creadora comprometida con visibilizar temas relacionados con las mujeres, la sexualidad y la espiritualidad en el Caribe. Es una cineasta puertorriqueña que utiliza el medio como herramienta de activismo y sanación. Ganadora de dos premios Suncoast



Emmy por un largometraje documental y un programa científico de televisión, ha producido además varios cortometrajes galardonados en el Caribe y Nueva York. Lorraine es cofundadora de la productora de cine de arte Experimento Lúdico. *Lorraine Jones Molina is a creator committed to highlighting issues related to women, sexuality, and spirituality in the Caribbean. She is a Puerto Rican filmmaker who uses cinema as a tool for activism and healing. A two-time Suncoast Emmy Award winner for a documentary feature and a television science program, she has also produced several award-winning short films in the Caribbean and New York. Lorraine is co-founder of the art film production company Experimento Lúdico.*

Cristian Carretero es un cineasta ganador de un Emmy, oriundo de Mayagüez, Puerto Rico. Obtuvo su B.A. en Sarah Lawrence College y estudió cine en la FAMU antes de obtener un MFA en la Universidad de Nueva York en 2015. Sus películas, principalmente dramas sociales, exploran problemáticas contemporáneas en Puerto Rico y el Caribe, con énfasis en desafíos sociales

y ambientales. Sus trabajos se han exhibido y premiado internacionalmente en espacios como BAMcinématek, Anthology Film Archives y el Festival de Cine de Montreal. Cofundador de Experimento Lúdico, Carretero ha colaborado con clientes como National Geographic y The Intercept, y dicta talleres en la Universidad de Puerto Rico. *Cristian Carretero is an Emmy-winning filmmaker from Mayagüez, Puerto Rico. He earned his B.A. from Sarah Lawrence College and studied film at FAMU before obtaining an MFA from New York University in 2015. His films, primarily social dramas, explore contemporary issues in Puerto Rico and the Caribbean, with an emphasis on social and environmental challenges. His work has been screened and awarded internationally at venues such as BAMcinématek, Anthology Film Archives, and the Montreal Film Festival. Co-founder of Experimento Lúdico, Carretero has collaborated with clients such as National Geographic and The Intercept and teaches workshops at the University of Puerto Rico.*

SAVE the Date!

05.29.26

Anheuser-Busch Biergarten

11200 Lynch St.
St. Luis, MO 63118

6:00 p.m. a 11:00 p.m

Power in Heels,
Purpose in Action

Where feminine leadership meets intuition to inspire change

ELLA Forum

Hosted by: HISPANIC CHAMBER OF COMMERCE

Sponsored by: Anheuser-Busch, ST. LOUIS LAMBERT INTERNATIONAL AIRPORT, Montgomery

QR code



Pursue a Career with LIUNA

Get Started

LiUNA! LOCAL 110
Feel the Power

Our strength is
in our **solidarity.**

Past.
Present.
Future.

LiUNA!
Feel the Power



The East St. Louis (IL) Alumni Chapter of Kappa Alpha Psi Fraternity, Inc.
and the East St. Louis (IL) Kappa Silhouettes
Present

Empowered Caregiver Workshop

Saturday, March 28, 2026
10:00 AM - 2:00 PM
East St. Louis Kappa House
5101 Lake Dr
Cahokia Heights, IL 62203

Free Community Workshop -
Lunch provided, Registration
required



Caregiving Tools



Alzheimer's Education



Research Awareness



For more details, contact
Kennard Tucker, 618-971-8333 or
Patricia Wharton, 618-541-9602



Missouri se moviliza: comunidad exige un “Presupuesto del Pueblo” y mayor rendición de cuentas

Missouri Mobilizes: Community Demands a “People’s Budget” and Greater Accountability

Cientos de residentes de Missouri se reunieron recientemente en el Capitolio estatal en Jefferson City para enviar un mensaje claro a los líderes políticos: las comunidades quieren ser escuchadas. Trabajadores, líderes religiosos, padres de familia e inmigrantes llegaron desde distintas ciudades y regiones del estado para participar en una manifestación que reflejó la diversidad y la fuerza de la sociedad civil en Missouri.

Hundreds of Missouri residents recently gathered at the state Capitol in Jefferson City to send a clear message to political leaders: communities want to be heard. Workers, faith leaders, parents, and immigrants traveled from different cities and regions across the state to take part in a demonstration that reflected the diversity and strength of Missouri’s civil society.

¿Listo para abrir tu negocio?

DOTEC ENGINEERING

AGILIZAMOS LOS TRAMITES PARA QUE
PUEDAS ABRIR TU NEGOCIO

(Nos especializamos en restaurantes)

Trabajos de construcción
Permisos de construcción
Arquitectura e Ingeniería

Dr. Al Gonzalez

636-724-9872

118 North Second Street,
St. Charles MO 63301

El encuentro se caracterizó por un llamado colectivo a dejar atrás una postura defensiva frente a las decisiones políticas. Los participantes señalaron que es momento de pasar a la acción y proponer soluciones desde las propias comunidades, en lugar de esperar a que las iniciativas surjan únicamente desde los pasillos del poder.

The gathering was marked by a collective call to move beyond a defensive posture toward political decisions. Participants emphasized that it is time to take action and propose solutions directly from communities, rather than waiting for initiatives to emerge solely from the halls of power.

Con la próxima pausa legislativa de primavera acercándose, cuando los legisladores regresan a sus distritos locales, líderes comunitarios y organizaciones civiles planean aprovechar ese momento para dialogar directamente con sus representantes. La intención es presentar propuestas concretas y exigir respuestas sobre los temas que afectan a las familias de Missouri.

With the upcoming legislative spring break approaching—when lawmakers return to their home districts—community leaders and civic organizations plan to take advantage of that moment to engage directly with their representatives. Their goal is to present concrete proposals and demand answers on issues affecting Missouri families.

Como parte de ese esfuerzo, se ha convocado a una Reunión de Emergencia Masiva que se llevará a cabo el jueves 12 de marzo a las 6 p.m. en el condado de St. Louis. El evento busca reunir a residentes preocupados por el rumbo de las políticas públicas y abrir un espacio para debatir prioridades y estrategias colectivas.

BIT.LY/FIGHT4MOSTL

FIGHTING FOR MO

EMERGENCY MASS MEETING

MARCH 12
6 PM

PARKWAY UNITED CHURCH OF CHRIST
2841 N. BALLAS RD.
ST. LOUIS, MO 63131

While some politicians push to eliminate the income tax, push tax breaks for the wealthy, and roll back the wins we fought for, we're organizing for something better: paid sick time, accessible healthcare, disaster relief for our neighbors, fully funded public schools, and a state that works for working families.

We're not waiting for solutions, we're building them because it's the labor of working families drive the economy. [Will you to join us?](#)

I'll Be There

I'll be there because I know that **WE ARE WORTH MORE.**
I hope to see you there.

In solidarity,
Tyler Peters
St. Louis Regional Organizer

As part of that effort, a Mass Emergency Meeting has been called for Thursday, March 12 at 6 p.m. in St. Louis County. The event aims to bring together residents concerned about the direction of public policy and create a space to discuss priorities and collective strategies.

Uno de los temas centrales será la propuesta de un llamado “Presupuesto del Pueblo”, una visión que busca reflejar las verdaderas necesidades de los habitantes del estado. La idea es promover inversiones que beneficien directamente a las comunidades, incluyendo educación, salud, vivienda y oportunidades económicas.

One of the central topics will be the proposal of a so-called “People’s Budget,” a vision

intended to reflect the real needs of the state’s residents. The idea is to promote investments that directly benefit communities, including education, healthcare, housing, and economic opportunities.

Para muchos participantes, la reunión representa más que un evento político: simboliza una oportunidad para fortalecer la participación ciudadana y construir puentes entre las comunidades y quienes toman decisiones en el gobierno. En un estado tan diverso como Missouri, la voz de los ciudadanos continúa siendo una pieza clave para definir el futuro de sus políticas públicas.

For many participants, the meeting represents more than a political event—it symbolizes an opportunity to strengthen civic participation and build bridges between communities and those making decisions in government. In a state as diverse as Missouri, the voices of citizens remain a key element in shaping the future of public policy.

Los organizadores invitan a cualquier residente interesado en participar en la conversación y contribuir a la construcción de propuestas comunitarias a asistir al encuentro. La convocatoria busca demostrar que, cuando las comunidades se organizan, su voz puede influir en el rumbo de las decisiones públicas.

Organizers invite any resident interested in joining the conversation and contributing to community-driven proposals to attend the gathering. The call aims to demonstrate that when communities organize, their voices can influence the direction of public decisions.

LUCHA

COMIDA OAXAQUEÑA

522 N GRAND BLV ST. LOUIS, MO
+1 314-445-7511

LUCHA



Healthy Kids Express

Estamos en su comunidad

Healthy Kids Express™(HKE) es un programa gratuito que se ofrece a través del departamento Child Health Advocacy and Outreach (CHAO) en St. Louis Children’s Hospital. Es la única flota de unidades móviles de salud gratuita, integral y programada regularmente de la región que brinda a los niños acceso a una variedad de servicios. El HKE ha realizado más de 200.000 chequeos de audición y visión, anemia, plomo, dentales y asma.

El equipo de HKE celebró recientemente su evento de asma De regreso a clases en el boliche Crest Bowl en Florissant. El evento ofreció a los padres y sus hijos la oportunidad de conocer a los miembros del equipo de HKE que brinda servicios durante el año escolar. Todo el personal de HKE estuvo disponible para responder preguntas y brindar capacitación sobre el equipo de asma. Las familias también disfrutaron de refrescos, pintacaritas, globos y boliche.

Para conocer más acerca de Healthy Kids Express y si sus servicios se ofrecen en su área, escanee el código QR.

ST. LOUIS **Children’s** HOSPITAL | **BJC** HealthCare

Existen muchas organizaciones que hacen un gran trabajo para fortalecer nuestras comunidades. Child Health Advocacy and Outreach apoya sus esfuerzos para hacer lo correcto con los niños, sus familias y toda la comunidad. Los programas Child Health Advocacy and Outreach son posibles gracias a generosas donaciones a la Fundación St. Louis Children’s Hospital.

USEFUL WORKSHOPS TO HELP GROW YOUR BUSINESS

Small Business Workshops | Mar 5 - 21

March 5, 6:00pm EST
Intellectual Property - Patent, Trademark & Copyright Law

REGISTER

March 5, 6:30pm EST
Strategic Marketing for Results

REGISTER

March 7, 9:30am EST
Excel Basic: Learn an Essential Tool for Your Business

REGISTER

March 9, 6:00pm EDT
Must-Have Technologies for Small Businesses: Paving the Way to Success

REGISTER

March 9, 9:00pm EDT
Lights, Camera, Revenue: Why Entrepreneurs Need Video Marketing

REGISTER

March 10, 6:00pm EDT
Lead Generation Strategies to Grow Your Business

REGISTER

March 11, 6:00pm EDT
How to Win with Small Business Planning

REGISTER

March 12, 6:30pm EDT
Website Planning for Your Business

REGISTER

March 12, 9:00pm EDT
Real Estate Wealth Blueprint for Entrepreneurs: Passive Income

REGISTER

Mar 14, 10:30am | In-Person
Creative Marketing Strategies

REGISTER

March 16, 6:00pm EDT
Strategic Hiring for Sustainable Growth – Employee or Independent Contractor

REGISTER

March 17, 6:00pm EDT
Virtual Professional Connections & Opportunities Made Simple!

REGISTER

Want to Speak to an Experienced SCORE Mentor?

Broward County

Miami-Dade County

March 17, 6:00pm EDT
You're Not Hiring a Résumé: The 5Cs of Building Strong Teams

REGISTER

March 18, 6:00pm EDT
Use YouTube to Grow Your Business

REGISTER

Mar 19, 9:00am | In-Person
The Collaboration Cafe, March - Monthly Networking for Women

REGISTER

March 19, 12:00pm EDT
Tips for Making a Revenue Generating Sales Call

REGISTER

March 19, 6:30pm EDT
Revenue Generation – Sales, Sales, Sales

REGISTER

March 21, 9:30am EDT
Defining Your Business Model

REGISTER

March 21, 9:30am EDT
Excel Advanced

REGISTER

April 25, 9:00am | In-Person
2026 Small Business Growth Summit

REGISTER

Free Bilingual Workshops!

Marzo 14, 9:30am EST
Diseñando un Modelo de Negocio

REGISTER

Marzo 14, 9:30am EST
Descubre a tu competencia y encuentra tu espacio en el mercado

REGISTER

Funded in part through a Cooperative Agreement with the U.S. Small Business Administration. All opinions, conclusions, and/or recommendations expressed herein are those of the author(s) and do not necessarily reflect the views of the SBA.

Broward Office:
6565 Taft St, Suite 403,
Hollywood, FL. | Tel:
954.589.5293

Miami Office:
2000 Ponce de Leon Blvd,
Suite 600, Coral Gables, FL
33134 | Tel: 786.25.9119

Las verdaderas víctimas *The True Victims*

Por Ismael Cala
@CALA
www.IsmaelCala.com
Twitter: @cala
Instagram: ismaelcala
Facebook: Ismael Cala

Las guerras siempre se cuentan en cifras: territorios, misiles, alianzas, estrategias. Pero la verdad es que la guerra se siente en otra dimensión. Se siente en las familias que no vuelven a ser las mismas, en los hogares que se quedan en silencio, en los niños que dejan de ser niños demasiado pronto.

Wars are always recounted in figures: territories, missiles, alliances, strategies. But the truth is that war is felt in a different dimension. It is felt in families that are never the same again, in homes that fall silent, in children who stop being children far too soon.

Los recientes acontecimientos en la escalada entre Irán e Israel han vuelto a colocar al mundo frente a una realidad que nunca deberíamos normalizar. Entre los episodios más dolorosos está el bombardeo de una escuela primaria de niñas en la ciudad iraní de Minab, ocurrido durante la primera jornada de ataques en esta nueva fase del conflicto. El edificio fue alcanzado en horario escolar y dejó más de un centenar de víctimas, en su mayoría estudiantes, muchas de ellas niñas de entre siete y doce años.

Recent events in the escalating conflict between Iran and Israel have once again confronted the world with a reality we should never normalize. Among the most painful episodes is the bombing of a girls' primary school in the Iranian city of Minab, which occurred during the first day of attacks in this new phase of the conflict. The building was struck during school hours, leaving more than a hundred victims—mostly students, many of them girls between the ages of seven and twelve.

Cuando un conflicto armado llega a las aulas, algo esencial de nuestra humanidad se rompe. Las escuelas representan el futuro, la posibilidad de aprender, de crecer, de imaginar un mundo mejor. Cuando ese espacio se convierte en escenario de destrucción, la guerra deja de ser un asunto estratégico y se revela en su forma más cruda: la incapacidad de los adultos para proteger lo más sagrado.

When armed conflict reaches the classroom,

something essential to our humanity shatters. Schools represent the future—the opportunity to learn, to grow, and to imagine a better world. When that space becomes a stage for destruction, war ceases to be a strategic matter and reveals itself in its rawest form: the failure of adults to protect what is most sacred.

En momentos como este es fácil caer en la lógica de los bandos. Cada lado presenta su narrativa, sus argumentos, sus justificaciones. Pero más allá de cualquier posición política o geopolítica, hay una verdad que debería unirnos: ningún niño debería morir en una guerra que no eligió.

In moments like this, it is easy to fall into the logic of opposing sides. Each side presents its own narrative, its own arguments, its own justifications. Yet, beyond any political or geopolitical stance, there is one truth that should unite us: no child should ever die in a war they did not choose.

La paz no es ingenuidad. Es valentía. Requiere la capacidad de detener la espiral de odio, de reconocer la dignidad del otro incluso cuando pensamos diferente, incluso cuando la historia ha acumulado heridas profundas.

Peace is not naivety. It is courage. It requires the capacity to halt the spiral of hatred, to recognize the dignity of the other—even when we hold different views, and even when history has left behind deep, lingering wounds.

Las sociedades que han sufrido conflictos prolongados saben que la violencia rara vez resuelve lo que promete. A lo sumo cambia el rostro del dolor. Por eso, en medio de este momento tan complejo, el llamado más urgente no es a la victoria de uno u otro, sino al entendimiento.

Societies that have endured prolonged conflicts know that violence rarely delivers on its promises. At best, it merely changes the face of pain. That is why, amidst this deeply complex moment, the most urgent call is not for the victory of one side over the other, but for understanding.

Cada niño que pierde la vida en una guerra nos recuerda que la humanidad aún tiene una tarea pendiente: aprender a resolver sus



diferencias sin destruir su propio futuro.

Every child who loses their life in a war reminds us that humanity still has a task left undone: learning to resolve its differences without destroying its own future.

Ojalá algún día miremos atrás y comprendamos que la paz no era una utopía, sino una decisión colectiva que tardamos demasiado en tomar.

Dios es amor, hágase el milagro.

May the day come when we look back and understand that peace was not a utopia, but a collective decision that we took too long to make. God is love; may the miracle come to pass.

988

LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS MISSOURI

NO ESTÁ SOLO

LLAME, ENVÍE UN MENSAJE O CHATEE AL 988

Como la IA nos entrena en la flexibilidad del líder bambú

How AI Trains Us in the Flexibility of the Bamboo Leader



Por Ismael Cala
@CALA
www.IsmaelCala.com
Twitter: @cala
Instagram:

ismaelcala
Facebook: Ismael Cala

Mientras en Nueva Delhi líderes tecnológicos, científicos y empresarios se reúnen en el India AI Impact Summit 2026 para debatir el futuro de la inteligencia artificial, el mundo asiste a una conversación que va mucho más allá de algoritmos y automatización. No estamos presenciando únicamente un avance tecnológico, estamos observando un punto de inflexión en la historia de la conciencia humana.

While technology leaders, scientists, and entrepreneurs gather in New Delhi for the India AI Impact Summit 2026 to debate the future of artificial intelligence, the world is witnessing a conversation that extends far beyond algorithms and automation. We are not merely witnessing a technological advancement; we are observing a turning point in the history of human consciousness.



La inteligencia artificial promete eficiencia, precisión y una capacidad de procesamiento que supera cualquier mente individual. Puede analizar millones de datos en segundos, anticipar comportamientos y optimizar sistemas completos. Sin embargo, hay una pregunta que ninguna máquina puede responder por nosotros: ¿desde qué nivel de conciencia vamos a utilizar este poder? Artificial intelligence promises efficiency, precision, and a processing capacity that surpasses any individual mind. It can analyze millions of data points in seconds, anticipate behaviors, and optimize entire systems. However, there is one question that no machine can answer for us: From what level of consciousness will we wield this power?

En el Liderazgo Bambú existe un principio esencial que hoy cobra más vigencia que nunca: la flexibilidad consciente. El bambú no se quiebra ante la tormenta porque sabe adaptarse sin perder su raíz y se inclina, aprende del viento y luego vuelve a su centro. En tiempos de transformación acelerada, ese

es el liderazgo que el mundo necesita. In Bamboo Leadership, there exists an essential principle that holds more relevance today than ever before: conscious flexibility. Bamboo does not break in the face of a storm because it knows how to adapt without losing its roots; it bends, learns from the wind, and then returns to its center. In times of accelerated transformation, this is the kind of leadership the world needs.

La inteligencia artificial es viento fuerte, de eso no hay duda. Está cambiando industrias, redefiniendo empleos y desafiando estructuras tradicionales, entonces, quién intente resistirse rígidamente corre el riesgo de fracturarse, pero a su vez, quien se entregue sin criterio también puede perder su esencia. El líder bambú comprende que adaptarse no significa renunciar a sus valores, sino integrarlos en medio del cambio. Artificial intelligence is a strong wind—of that, there is no doubt. It is reshaping industries, redefining jobs, and challenging traditional structures. Consequently, anyone who attempts to resist it rigidly runs the risk of fracturing;



yet, conversely, anyone who surrenders to it uncritically risks losing their very essence. The Bamboo Leader understands that adapting does not mean renouncing one's values, but rather integrating them amidst the change.

En esta cumbre global se discutieron avances extraordinarios, pero también emergieron inquietudes legítimas sobre ética, privacidad y el impacto en la dignidad humana. Allí es donde la conciencia se convierte en el verdadero diferenciador, porque la tecnología amplifica lo que somos. Si actuamos desde el miedo, la competencia desmedida o la ambición sin límites, la inteligencia artificial potenciará esos impulsos. Si actuamos desde la responsabilidad, la compasión y el propósito, también los amplificará. Extraordinary advancements were discussed at this global summit, but legitimate concerns also emerged regarding ethics, privacy, and the impact on human dignity. This is where consciousness becomes the true differentiator, for technology amplifies who we are. If we act out of fear, unbridled competition, or limitless ambition, artificial intelligence will amplify those impulses. If we act out of responsibility, compassion, and purpose, it will amplify those qualities as well.

La pregunta, entonces, no es si la inteligencia artificial transformará el mundo. Ya lo está haciendo. La pregunta es si nosotros estamos dispuestos a evolucionar al mismo ritmo en nuestra conciencia. The question, then, is not whether artificial intelligence will transform the world. It is already doing so. The question is whether we are willing to evolve at the same pace in our consciousness.



¿Estamos cultivando la serenidad necesaria para tomar decisiones éticas? ¿Estamos desarrollando la claridad interior que nos permita usar la innovación como puente hacia el bienestar colectivo y no como herramienta de división? Are we cultivating the serenity necessary to make ethical decisions? Are we developing the inner clarity that allows us to use innovation as a bridge toward collective well-being, rather than as a tool for division?

En tiempos de cambio vertiginoso, el bambú nos enseña que la verdadera fortaleza es flexible y que la raíz es invisible pero determinante. Nuestra raíz son nuestros valores. Nuestra flexibilidad es nuestra capacidad de aprender. Y nuestra responsabilidad es asegurarnos de que cada

avance tecnológico esté al servicio de la dignidad humana. In times of dizzying change, the bamboo teaches us that true strength is flexible, and that the root—though invisible—is decisive. Our roots are our values. Our flexibility is our capacity to learn. And our responsibility is to ensure that every technological advancement serves the cause of human dignity.

La inteligencia artificial puede calcular, predecir y ejecutar. Pero solo la conciencia puede elegir con sabiduría. Dios es amor; hágase el milagro. Artificial intelligence can calculate, predict, and execute. But only consciousness can choose with wisdom. God is love; let the miracle unfold.

MISSOURI

POISON CENTER

1-800-222-1222

¿Un accidente de medicación?

¡Podemos Ayudar!

¿Una mordedura o picadura?

¡Podemos Ayudar!

¿Salpicadura de ácido en la cara?

¡Podemos Ayudar!

Ayuda Libre, Rápida, Experta y Confidencial

24 horas al día, 7 días a la semana en

150 idiomas, Incluyendo Español!

1-800-222-1222

SALVA ESTE NUMERO

ARIA

COSMETIC SURGERY

Visualiza tu cirugía antes de operarte

Tecnología avanzada que te permite ver tus posibles resultados antes de tomar una decisión.

En Aria Cosmetic Surgery, podrás visualizar tu Aumento de Senos, Mommy Makeover o tu Liposucción con proyección hiperrealista. Más claridad, más confianza y, sobre todo, con más tranquilidad.

¡Verte genial no tiene que ser costoso!

Agenda tu consulta GRATUITA y accede a este exclusivo beneficio en:

www.ariacosmeticsurgery.com

¡Financiación disponible!

100+ años

5 años

5 años

Estamos ubicados en:

675 Old Ballas Rd Suite 200,

Creve Coeur MO 63141

(314) 876-8570

38 MARCH 15th, 2026 / WWW.REDLATINASTL.COM /

MARCH 15th, 2026 / WWW.REDLATINASTL.COM / 39

¿Quiéncuida a quienes educan? Los profesores y el costo silencioso del agotamiento

Who Cares for Those Who Educate? Teachers and the Silent Cost of Burnout



Por María Méndez

Luisa ama enseñar. Sin embargo, hace meses que se levanta agotada. Corrige exámenes hasta la madrugada, responde mensajes fuera de horario y atiende exigencias administrativas que se acumulan. En el aula sostiene emociones ajenas, mientras intenta sostener las propias. Luisa no está simplemente cansada. Está viviendo un proceso de desgaste que tiene nombre: burnout.

Luisa loves teaching. However, for months she has been waking up exhausted. She grades exams late into the night, answers messages after hours, and handles accumulating administrative demands. In the classroom, she manages the emotions of others while trying to maintain her own. Luisa is not simply tired. She is experiencing a process of wear called burnout.



El síndrome fue estudiado y conceptualizado por Christina Maslach, quien identificó tres dimensiones clave: agotamiento emocional, despersonalización y baja realización profesional. En el caso de los docentes, el agotamiento emocional suele ser el componente más predominante. *The syndrome was studied and conceptualized by Christina Maslach, who identified three key dimensions: emotional exhaustion, depersonalization, and reduced professional accomplishment. For teachers, emotional exhaustion is usually the most prominent component.*

La Organización Mundial de la Salud reconoce el burnout como un fenómeno ocupacional, resultado del estrés laboral crónico que no ha sido gestionado con éxito. No es debilidad ni falta de vocación, sino la consecuencia de condiciones laborales sostenidas en el tiempo. *The World Health Organization recognizes burnout as an occupational phenomenon resulting from chronic work stress that has not been successfully managed. It is not a weakness or lack of vocation, but the consequence of sustained working conditions.*

Los datos confirman la magnitud del problema. Según la OCDE, en su estudio

¿Y la salud emocional de las y los docentes?

Muchas veces, quienes sostienen emocionalmente a sus alumnos/as... no tienen un espacio para sostenerse a sí mismos/as.

Pueden experimentar:

- Agotamiento emocional
- Culpa
- Ansiedad
- Cansancio crónico

internacional TALIS, alrededor del 18% de los docentes reporta experimentar mucho estrés en su trabajo, asociado principalmente a sobrecarga administrativa, presión por resultados y gestión de aula. Tras la pandemia, diversos estudios académicos han señalado un aumento significativo del agotamiento docente en distintos países. *Data confirms the magnitude of the problem. According to the OECD, in its international TALIS study, about 18% of teachers report experiencing high levels of stress at work, mainly due to administrative overload, pressure for results, and classroom management. After the pandemic, various academic studies have noted a significant increase in teacher burnout in several countries.*

La docencia es una profesión de alta carga emocional. No solo implica transmitir contenidos, sino contener conflictos, motivar en contextos adversos y cumplir tareas invisibles fuera del horario escolar. Cuando esa exigencia constante no se acompaña de pausas reales, autonomía y apoyo institucional, el desgaste se vuelve estructural.

Teaching is a profession with a high emotional load. It not only involves delivering content but also managing conflicts, motivating in adverse contexts, and performing invisible tasks outside school hours. When these constant demands are not accompanied by real breaks, autonomy, and institutional support, burnout becomes structural.

El burnout docente no es un problema individual. Se asocia con mayor intención de abandono de la profesión, disminución del compromiso y afectación del clima escolar. Cuando un profesor se agota, el impacto alcanza a estudiantes y comunidades educativas.

Teacher burnout is not an individual problem. It is associated with higher intention to leave the profession, decreased engagement, and a negative impact on school climate. When a teacher is exhausted, the effects reach students and entire educational communities.

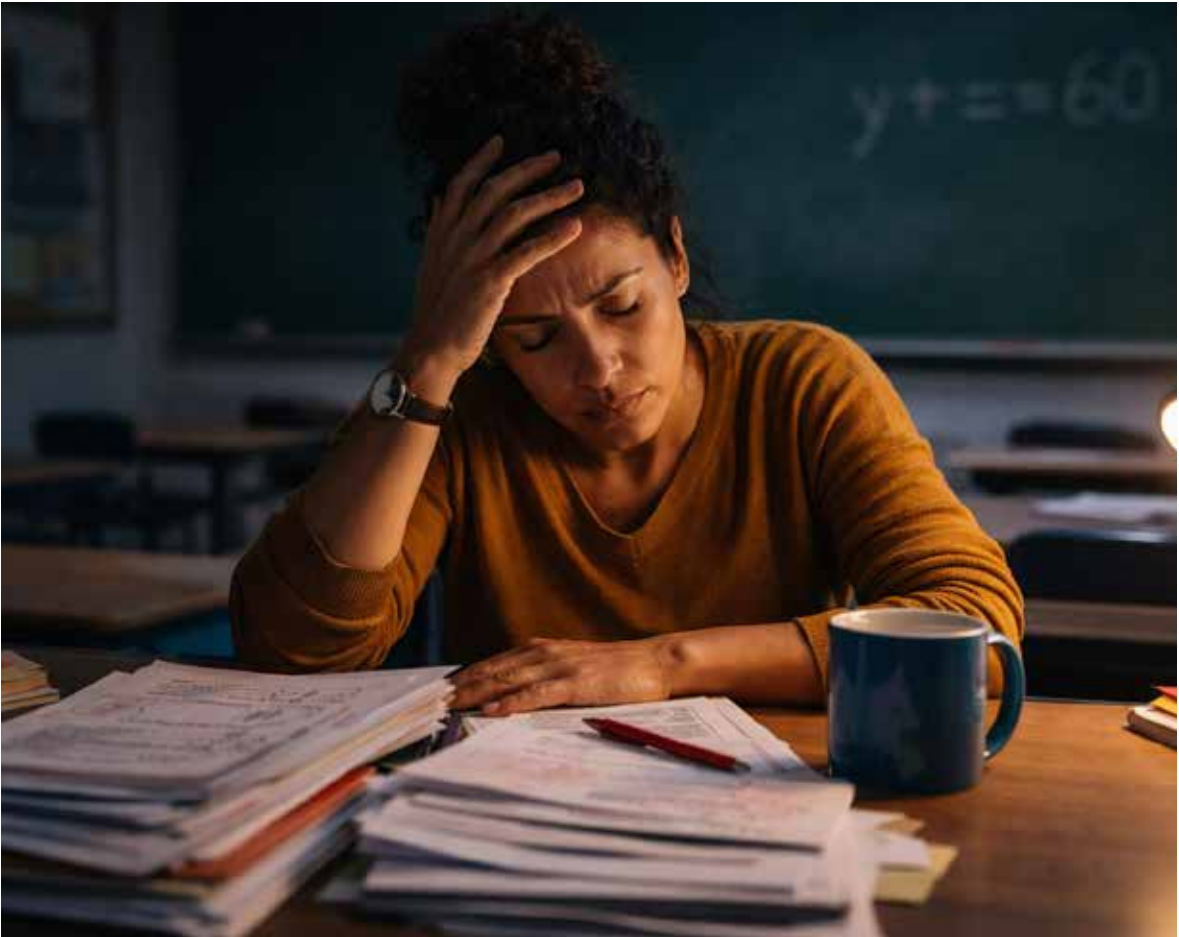
Desde Vacation is a Human Right (VIAHR) afirmamos que el descanso no es un beneficio accesorio, sino una condición de sostenibilidad. En el ámbito educativo, esto implica revisar cargas administrativas, promover liderazgos empáticos y garantizar espacios de desconexión reales.

At Vacation is a Human Right (VIAHR), we affirm that rest is not an accessory benefit but a condition for sustainability. In education, this means reviewing administrative workloads, promoting empathetic leadership, and ensuring real disconnection spaces.

Este año hemos anunciado la convocatoria académica “Sanando el mundo a través del poder transformador de la pausa”, con el objetivo de movilizar a la comunidad científica para transformar el bienestar. *This year, we announced the academic call “Healing the World through the Transformative Power of Pause,” aiming to mobilize the scientific community to transform well-being.*

Cuidar a quienes educan no es un gesto simbólico. Es proteger la calidad de la educación y el futuro de las aulas, porque enseñar no debería costar la salud.

Caring for those who educate is not a symbolic gesture. It is protecting the quality of education



and the future of classrooms, because teaching should not cost health.

María Méndez es presidenta y fundadora de Vacation is a Human Right (VIAHR). Dominicana residente en Nueva York, ha trabajado con figuras y eventos internacionales como Beyoncé, Frank Ocean, Joe Thomas, The Mavericks, Raul Di Blasio, Benicio del Toro y la SuperBowl. *María Méndez is President and Founder of Vacation is a Human Right (VIAHR). A Dominican living in New York, she has worked with international figures and events including Beyoncé, Frank Ocean, Joe Thomas, The Mavericks, Raul Di Blasio, Benicio del Toro, and the SuperBowl.* <https://www.viahr.org/>

WEDGE TIRE

2011 N. Broadway, St. Louis, MO 63102

Jeff 636-346-2095 / Mike 636-579-0215
Clinton 618-973-4559 / Erick 217-899-5073

Like and follow us! <https://wedgetire.com/about/wedgetireinc@gmail.com>

Wedge Tire Sells & Installs Lawn & Garden Tires ALL SIZES

Available L&G Tires

- Golf Cart
- Lawn Mower
- Turf Tread
- Smooth tread
- Ribbed Tread
- Sawtooth
- Bar Lug
- and More!

SPECIALIZING IN TIRES FOR YOUR INDUSTRY



Mujer fuerte, futuro fuerte: ejercicios para llegar poderosa a los 50

Strong Woman, Strong Future: Exercises to Reach Your 50s with Power



Por Adriana Martín
Instagram y LinkedIn: @adrianamartinfit

Durante décadas, a las mujeres se les enseñó a entrenar para encajar en una imagen. Rutinas orientadas a bajar de peso, reducir tallas o cumplir estándares estéticos dominaron la conversación. Hoy, esa narrativa está evolucionando: el movimiento ya no es solo apariencia, es autonomía, energía y longevidad, es amor propio.

For decades, women were taught to exercise to fit into an image. Workouts focused on losing weight, reducing dress sizes, or meeting aesthetic standards dominated the conversation. Today, that narrative is evolving: movement is no longer just about appearance—it is about autonomy, energy, longevity, and self-love.



A partir de los 40, la pérdida natural de masa muscular comienza a influir directamente en el metabolismo, el equilibrio hormonal, la densidad ósea y la capacidad funcional. Sin una estrategia consciente, el cuerpo entra

en un proceso acelerado de desgaste que impacta la calidad de vida futura. Este escenario no es inevitable, pero sí requiere intención. Starting in the 40s, the natural loss of muscle mass begins to directly affect metabolism, hormonal balance, bone density, and functional capacity. Without a conscious strategy, the body enters an accelerated process

of decline that can impact future quality of life. This scenario is not inevitable, but it does require intention.

El empoderamiento femenino moderno también implica tomar decisiones informadas sobre el propio bienestar. Desde la perspectiva del biohacking, el ejercicio deja de ser rutina y se convierte en una herramienta estratégica para optimizar la salud, fortalecer la resiliencia física y sostener la energía en cada etapa.

Modern female empowerment also means making informed decisions about personal well-being. From a biohacking perspective, exercise stops being a routine and becomes a strategic tool to optimize health, strengthen physical resilience, and maintain energy at every stage

of life.

Algunos enfoques clave incluyen:
Some key approaches include:

Fuerza intencional: entrenar resistencia, ya sea con pesas, bandas o el peso del propio cuerpo, ayuda a preservar la masa muscular; proteger los huesos y mantener la eficiencia metabólica, construyendo estabilidad metabólica y ósea.

Intentional strength: resistance training using weights, bands, or body weight helps preserve muscle mass, protect bones, and maintain metabolic efficiency.

Movilidad consciente: trabajar el rango de movimiento permite que el cuerpo conserve fluidez, reduzca rigidez y evite limitaciones funcionales. La movilidad no es solo flexibilidad; es libertad para moverse sin restricciones con el paso del tiempo.

Conscious mobility: improving range of motion helps the body maintain fluid movement, reduce stiffness, and avoid functional limitations over time.

Capacidad neuromuscular: ejercicios que integran coordinación, equilibrio o potencia fortalecen la comunicación entre el sistema nervioso y el cuerpo, mejorando la respuesta física y la seguridad en la vida diaria. Neuromuscular capacity: exercises that integrate coordination, balance, and power strengthen the communication between the nervous system and the body.

Cardio inteligente: el enfoque ya no está en el desgaste excesivo, sino en entrenamientos cardiovasculares eficientes que apoyen la salud metabólica y energética.

Smart cardio: the focus is no longer on excessive wear and tear but on efficient cardiovascular training that supports metabolic health and energy.

Recuperación estratégica: respiración, descanso y regulación del sistema nervioso forman parte integral del rendimiento. Adaptarse al esfuerzo es lo que realmente construye resiliencia.

Strategic recovery: breathing, rest, and nervous system regulation are essential parts of performance and resilience.



Construir fuerza no es solo preparación física; es una declaración de autonomía. Diseñar el bienestar con intención permite a cada mujer redefinir cómo quiere vivir sus próximas décadas. Entrenar deja de ser estética, se convierte en poder.

Building strength is not just physical preparation; it is a declaration of autonomy. Designing well-being with intention allows every woman to redefine how she wants to live the decades ahead. Training stops being about aesthetics and becomes power.

Adriana Martín es experta en salud y biohacking enfocada en el bienestar femenino y creadora del programa Biohacking +40, un movimiento que integra bienestar y longevidad. Es colaboradora de Telemundo.

Adriana Martin is a health and biohacking expert focused on

women's wellness and creator of the Biohacking +40 program, a movement that integrates wellness and longevity.

HOJALATERIA Y PINTURA
JIMMY STL

**920 Dock St,
St. Louis, MO 63147**
314-755-9784
314-571-8488

COTIZACIONES GRATIS

Higueyana Services, LLC

MARIA POURIET
LICENCIADA EN CONTABILIDAD

NUESTROS SERVICIOS

- Income Taxes
- W7 (ITIN)
- Nóminas - 1099
- Formas de Inmigración y mucho más

¡Llámanos Ahora!
314-942-3131

higueyana.com

Más del 60% de los adultos llegan emocionalmente agotados al primer trimestre - *More Than 60% of Adults Reach the First Quarter Emotionally Exhausted*

Febrero no es solo el mes más corto del año. Para muchos, es el mes donde se desmorona la narrativa optimista del “este será mi año”. Tras la euforia inicial de enero, comienzan a sentirse el peso económico de las fiestas, el cansancio emocional acumulado y la frustración silenciosa de no haber cumplido los propósitos prometidos.

February is not only the shortest month of the year. For many, it is the month when the optimistic narrative of “this will be my year” begins to fall apart. After the initial euphoria of January, the financial weight of the holidays, accumulated emotional fatigue, and the silent frustration of not having fulfilled promised resolutions begin to surface.



Diversos estudios y reportes sobre bienestar emocional indican que más del 60% de los

adultos experimentan fatiga emocional antes de finalizar el primer trimestre del año. Lejos de tratarse de un fracaso individual, este fenómeno refleja una presión colectiva: la exigencia constante de reinventarse, producir más y “lograrlo todo” desde el primer día del calendario.

Various studies and reports on emotional well-being indicate that more than 60% of adults experience emotional fatigue before the end of the first quarter of the year. Rather than being an individual failure, this phenomenon reflects a collective pressure: the constant demand to reinvent oneself, produce more, and “achieve it all” starting on the very first day of the calendar.

Febrero concentra tres factores determinantes:

February concentrates three key factors:

- ☐ El impacto económico real de enero.
- ☐ *The real economic impact of January.*
- ☐ La caída natural de la motivación inicial.
- ☐ *The natural decline of initial motivation.*
- ☐ La culpa por no haber alcanzado el cambio prometido.
- ☐ *The guilt of not having achieved the promised change.*

En este contexto, los discursos de éxito inmediato y transformación acelerada resultan insuficientes —e incluso contraproducentes— para una generación que enfrenta incertidumbre económica, cambios profesionales y desafíos personales constantes.

In this context, messages of immediate success and rapid transformation prove insufficient — and even counterproductive— for a generation facing economic uncertainty, professional changes, and constant personal challenges.

Es en medio de esta conversación donde el libro “Tengo mejores planes para ti”, de Eddy Vera, conecta con una audiencia que ya no busca fórmulas rápidas, sino sentido en medio de la incertidumbre. La obra plantea una reflexión directa y necesaria: “Febrero no revela quién fracasó. Revela quién estaba cargando más de lo que podía”.

It is within this conversation that the book “I Have Better Plans for You,” by Eddy Vera, connects with an audience that is no longer searching for quick formulas, but rather meaning in the midst of uncertainty. The work offers a direct and necessary reflection: “February does not reveal who failed. It reveals who was carrying more



than they could.”

A través de estrategias prácticas y ejercicios de reflexión, Eddy propone herramientas concretas para retomar el rumbo, hacerse preguntas de calidad y reconstruir el plan cuando la realidad obliga a empezar de nuevo. “Tengo mejores planes para ti”, su primera obra, con prólogo de Daniela Ospina, está inspirada en su propia historia de resiliencia tras superar graves desafíos de salud y reconstruir su vida desde cero. El libro fue presentado oficialmente el pasado 29 de enero en Books & Books, en una conversación junto a la periodista Marcela Sarmiento.

Through practical strategies and reflection exercises, Eddy proposes concrete tools to regain direction, ask better questions, and rebuild a plan when reality forces a new beginning. “I Have Better Plans for You,” her first book, with a foreword by Daniela Ospina, is inspired by her own story of resilience after overcoming serious health challenges and rebuilding her life from scratch. The book was officially presented on January 29 at Books & Books in a conversation with journalist Marcela Sarmiento.

Disponible en: <https://a.co/d/0eF9xZvk>
Available at: <https://a.co/d/0eF9xZvk>

Sobre Eddy Vera: Eddy Vera es autora best seller de Amazon, CEO de EV Financial, empresa que cuenta con más de diez mil clientes. Es conferencista internacional, mentora en liderazgo y transformación, y cuenta con más de 125 mil seguidores en sus redes sociales y más de 3 millones de visualizaciones. A través de sus plataformas comparte diariamente mensajes de esperanza con su comunidad y guía a personas que desean convertir el dolor en propósito a través de la fe y el servicio. Fue reconocida en 2025 por Vogue Leaders Miami como una

voz femenina que habla de resiliencia desde el ejemplo. Ha participado en medios como Univisión, Telemundo, Marie Claire México y Revista Imagen Miami. Más información en: www.eddyvera.com

About Eddy Vera: Eddy Vera is an Amazon best-selling author and CEO of EV Financial, a company that serves more than ten thousand clients. She is an international speaker and a mentor in leadership and transformation. With more than 125,000 followers on social media and over 3 million views, she shares daily messages of hope with her community and guides people who want to transform pain into purpose through faith and service. In 2025, she was recognized by Vogue Leaders Miami as a female voice speaking about resilience through example. She has appeared in media outlets such as Univisión, Telemundo, Marie Claire México, and Revista Imagen Miami. More information at: www.eddyvera.com



Si usted necesita un préstamo hipotecario Podemos ayudar.

Ofrecemos préstamo hipotecario con el número ITIN con mejores tasas de interés.

Tenemos las siguientes localidades:
Bridgeton - 11998 St. Charles Rock Road
Chesterfield - 13701 Olive Blvd.
Des Peres - 13303 Manchester Road
Mid-South - 1229 S. Laclede Station Road
South County - 3808 Union Road

314-330-3243

Mary Isela Cardenas
Business Development Officer - Mortgage
marycardenas@montgomerybank.com
NMLS # 1554736

montgomerybank.com





DOMINGO 10:00AM

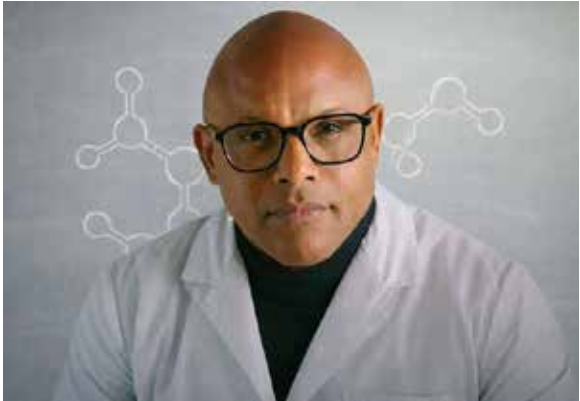
636-575-4651

4150 SOUTH STREET, PONTON BEACH, IL 62040



Estrés e histamina: el círculo vicioso que enferma a cuerpo y mente

Stress and Histamine: The Vicious Cycle That Affects Body and Mind



Por Dr. Luis Montel
www.DrLuisMontel.com

El estrés crónico ya no es solo una palabra de moda: es un enemigo silencioso que se infiltra en nuestra vida diaria y termina por alterar cada rincón del organismo. Lo que muchos desconocen es que el estrés no se queda en la mente: activa un círculo vicioso bioquímico entre cortisol e histamina que puede convertir la rutina en un campo de batalla invisible.

Chronic stress is no longer just a buzzword: it is a silent enemy that infiltrates our daily lives and eventually disrupts every corner of the body. What many people don't realize is that stress does not stay in the mind; it activates a biochemical vicious cycle between cortisol and histamine that can turn daily life into an invisible battlefield.

Cuando el cuerpo se enfrenta a una situación de tensión, libera cortisol, la hormona que nos prepara para reaccionar. Hasta aquí todo parece lógico, ya que necesitamos esa energía extra para sobrevivir. El problema surge cuando el estrés se vuelve crónico.

When the body faces a stressful situation, it releases cortisol, the hormone that prepares us to react. Up to this point it seems logical, since we need that extra energy to survive. The problem arises when stress becomes chronic.

El exceso de cortisol estimula la liberación de histamina, una molécula que normalmente participa en procesos defensivos, pero que



en exceso se convierte en un detonante de malestar: urticaria, migrañas, problemas digestivos, ansiedad, insomnio.

Excess cortisol stimulates the release of histamine, a molecule that normally participates in defensive processes but, in excess, becomes a trigger for discomfort: hives, migraines, digestive problems, anxiety, and insomnia.

El resultado es un círculo vicioso: el estrés libera histamina, la histamina provoca síntomas, los síntomas generan más estrés... y el ciclo nunca se detiene.

The result is a vicious cycle: stress releases histamine, histamine causes symptoms, the symptoms generate more stress... and the cycle never stops.

El impacto en la vida diaria The Impact on Daily Life

Personas que sufren migrañas recurrentes descubren que los episodios se intensifican en épocas de tensión laboral.

People who suffer from recurring migraines often discover that episodes intensify during periods of work stress.

La fatiga y el cansancio permanente con baja energía pueden llegar incluso hasta la depresión.

Fatigue and constant exhaustion with low energy can even lead to depression.

La ganancia de peso injustificada y la retención de líquidos pueden aparecer incluso cuando se sigue una dieta estricta.

Unexplained weight gain and fluid retention may appear even when following a strict diet.

Quienes padecen urticaria notan que los brotes aparecen justo después de una discusión o una semana de presión.

People who suffer from hives often notice outbreaks appearing right after an argument or a stressful week.

El insomnio, la ansiedad y los problemas digestivos se convierten en compañeros inseparables de este círculo bioquímico.

Insomnia, anxiety, and digestive problems become constant companions in this biochemical cycle.

¿Cómo romper el ciclo? How Can the Cycle Be Broken?

La buena noticia es que sí se puede detener esta espiral.

The good news is that this spiral can be stopped.

Gestión del estrés: técnicas como meditación, yoga o mindfulness ayudan a reducir la liberación de cortisol.

Stress management: techniques such as meditation, yoga, or mindfulness help reduce cortisol release.

Cuidar la salud intestinal: una microbiota equilibrada regula la histamina; probióticos y fibra son aliados clave.

Taking care of gut health: a balanced microbiota helps regulate histamine; probiotics and fiber are key allies.

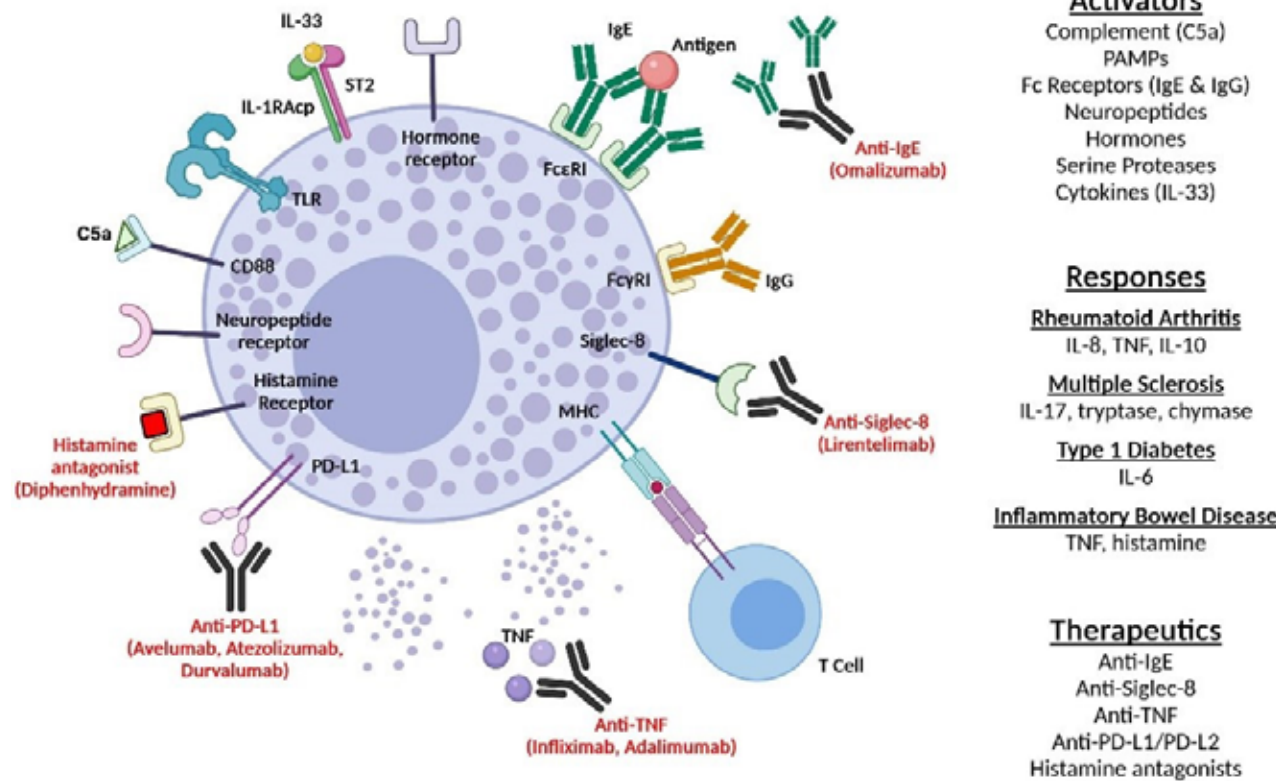
Dieta consciente: evitar alimentos ricos en histamina como quesos curados, vino o pescado en conserva, y aquellos que pueden liberarla como fresas, cítricos, chocolate o espinacas.

Mindful diet: avoid histamine-rich foods such as aged cheeses, wine, or canned fish, and foods that may trigger histamine release like strawberries, citrus, chocolate, or spinach.

Consulta profesional: si los síntomas persisten, es fundamental acudir a un especialista para evaluar intolerancia a la histamina o su déficit.

Professional consultation: if symptoms persist,

Common Mast Cell Activation Mechanisms, Responses, and Therapeutic Targets



it is essential to consult a specialist to evaluate histamine intolerance or deficiency.

El estrés no es solo un estado mental, sino un detonante químico que puede convertir la histamina en un enemigo invisible. Romper el círculo exige disciplina, cambios de estilo de vida y acompañamiento médico. La ciencia lo confirma: gestionar el estrés es gestionar la salud.

Stress is not just a mental state but a chemical trigger that can turn histamine into an invisible enemy. Breaking the cycle requires discipline, lifestyle changes, and medical guidance. Science

confirms it: managing stress is managing health.

El Dr. Luis Montel es especialista en medicina deportiva, traumatología, estética, nutrición y anti-envejecimiento. Es autor del libro “Los tres reinos de la longevidad: sexo, alimentación y estilos de vida”.

Dr. Luis Montel is a specialist in sports medicine, traumatology, aesthetics, nutrition, and anti-aging medicine. He is the author of the book “The Three Kingdoms of Longevity: Sex, Nutrition, and Lifestyle.”



St.Louis reafirma su apoyo a las comunidades inmigrantes ante preocupaciones sobre ICE

St. Louis Reaffirms Support for Immigrant Communities Amid Concerns About ICE

Ante la creciente preocupación de comunidades inmigrantes en distintas ciudades de Estados Unidos por la actividad del Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (ICE), la alcaldesa de St. Louis, Cara Spencer, envió una carta dirigida a organizaciones comunitarias y líderes locales para aclarar la postura de la ciudad y responder a inquietudes sobre la presencia y las acciones de las autoridades federales de inmigración. En el mensaje, la alcaldesa reafirma el compromiso de la administración municipal de apoyar y proteger a las comunidades nacidas en el extranjero, así como de mantener una comunicación abierta con quienes trabajan directamente con estas poblaciones. A continuación, se presenta el contenido de la carta compartida por la alcaldía.

Amid growing concerns among immigrant communities across the United States regarding the activities of Immigration and Customs Enforcement (ICE), St. Louis Mayor Cara Spencer sent a letter to community organizations and local leaders to clarify the city's position and address questions about the presence and actions of federal immigration authorities. In the message, the mayor reaffirms the city



administration's commitment to supporting and protecting foreign-born communities while maintaining open communication with those who work directly with them. Below is the full text of the letter shared by the mayor's office.

Estimados socios comunitarios:
Dear community partners,

Como ciudad, nos encontramos en tiempos inciertos y sin precedentes. Nos sentimos honrados de ser hogar de miles de inmigrantes en toda la ciudad de St. Louis y, como se ha visto en distintas partes del país, sabemos que el temor hacia el Servicio de Inmigración y Control de Aduanas (ICE) no se limita únicamente a las personas sin documentos. Con las preocupaciones legítimas de nuestras comunidades nacidas en el extranjero en mente, queremos comunicarnos para compartir la información

que actualmente tenemos disponible. *As a city, we find ourselves in uncertain and unprecedented times. We are honored to be home to thousands of immigrants across the City of St. Louis and, as witnessed around the nation, we know that fear of Immigration and Customs Enforcement (ICE) is not limited to people without documentation. With the valid concerns of our foreign-born communities in mind, we wanted to reach out to share the information we currently have available.*

Aunque estamos operando en un entorno que cambia constantemente, hay algunas cosas que no cambiarán. Nunca dejaremos de hacer todo lo posible para apoyar y proteger a nuestras comunidades inmigrantes, y nunca dejaremos de escuchar sus temores, ideas y necesidades. Creemos que la diversidad nos hace más fuertes, y valoramos profundamente su presencia y su servicio a las comunidades

nacidas en el extranjero de nuestra ciudad. *While we are operating in an ever-changing environment, there are a few things that will not change. We will never stop doing what we can to support and protect our immigrant communities, and we will never stop listening to your fears, ideas, and needs. We believe that diversity makes us stronger, and we value you and your service to our city's foreign-born communities.*

Además de ofrecer una declaración de apoyo, también queremos responder algunas de las preguntas que hemos recibido en los últimos meses. *In addition to offering a statement of support, we also want to address some of the questions we have received over the past few months.*

1. La Ciudad no está trabajando con ICE. Legalmente, ICE puede operar en nuestra ciudad como agencia federal, pero nuestros departamentos y agencias municipales no están colaborando con ellos. Esto significa que no nos reunimos con ICE, no proporcionamos nombres de personas sospechosas de tener un estatus migratorio no verificable y no compartimos información sobre comunidades o residentes. *1. The City is not working with ICE. Legally, ICE can operate in our city as a federal agency, but our city departments and agencies are not collaborating with them. This means we are not meeting with ICE, we are not providing names of individuals suspected of having unverifiable immigration status, and we are not sharing information about communities or residents.*

La única excepción a esta regla es que el Departamento de Policía Metropolitana de St. Louis puede contactar a ICE si una persona es arrestada y su estatus migratorio no puede confirmarse. Sin embargo, la policía no contactará a ICE en casos de delitos no violentos, como infracciones de tránsito. *The only exception is that the St. Louis Metropolitan Police Department may contact ICE if someone is arrested and their immigration status cannot be confirmed. However, the police will not contact ICE for non-violent offenses such as traffic violations.*

2. No hay planes actuales para construir centros de detención migratoria en la ciudad. La ciudad ha recibido información de

socios federales confiables que indica que actualmente no existen planes para construir o establecer centros de detención de inmigración en St. Louis. *2. There are currently no plans to build immigration detention centers in the city. The City has received information from trusted federal partners that no immigration detention centers are currently planned to be built or established in St. Louis.*

Recientemente se presentó un proyecto de ley ante la Junta de Concejales de St. Louis con el objetivo de tratar de prevenir que dichos centros se construyan o establezcan dentro de la ciudad. Sin embargo, bajo la ley federal, el gobierno federal podría establecer un centro de detención sin requerir el permiso de la ciudad. Las autoridades municipales continúan monitoreando activamente este tema ante cualquier posible cambio. *A bill was recently filed at the St. Louis Board of Aldermen in an effort to prevent such facilities from being built or established within the city. However, under federal law, the federal government could establish a detention center without needing the city's permission. The City continues to actively monitor this issue for any potential changes.*

3. Qué hacer si usted ve agentes de ICE. Si sospecha la presencia de agentes de ICE, lo primero que puede hacer es tomar una fotografía o un video de los agentes o de los vehículos involucrados. Puede haber diferentes agencias federales operando en la ciudad, por lo que es importante intentar obtener evidencia clara que identifique a la agencia en uniformes o vehículos. *3. What to do if you see ICE agents. If you suspect the presence of ICE agents, the first thing you can do is take a photo or video of the agent or agents, or of any vehicles involved. There may be different federal agencies operating in the city, so it is important to obtain clear evidence identifying the agency through uniforms or vehicle markings.*

Una vez que tenga la imagen o el video, debe comunicarse con la línea directa de Respuesta Rápida al 314-370-7080. Es importante evitar especular o difundir rumores sobre la presencia de ICE, ya que la desinformación solo aumenta el miedo dentro de nuestras comunidades.

Once you have the photo or video, you should contact the Rapid Response hotline at 314-370-7080. It is important not to speculate or spread rumors about seeing ICE, as misinformation only increases fear within our communities.

Los socios comunitarios también pueden compartir esta información con Gilberto Pinela, director de la Oficina de Nuevos Americanos. *Community partners can also contact Gilberto Pinela, director of the Office of New Americans, to share this information.*

4. Jurisdicción de ICE en la ciudad de St. Louis. En cuanto a la jurisdicción de ICE, la agencia puede legalmente arrestar a una persona cuando esta se encuentra fuera de su vivienda. Sin embargo, las autoridades no pueden entrar a su casa o a un espacio privado sin una orden firmada por un juez. **4. ICE jurisdiction within the City of St. Louis.**

Regarding ICE's jurisdiction, the agency can legally arrest individuals when they are outside their homes. However, law enforcement cannot enter your home or a private space without a warrant signed by a judge.

Además, en 2022 la alcaldesa firmó una orden ejecutiva que prohíbe por completo las órdenes de registro “no-knock” en la ciudad, lo que exige que los oficiales anuncien su presencia antes de entrar a una propiedad. Esta prohibición continúa vigente. *Additionally, in 2022 the mayor signed an executive order banning “no-knock” search warrants in the city, requiring officers to announce*



their presence before entering a property. This ban remains in effect.

Con respecto a edificios públicos como el Ayuntamiento (City Hall) y el Tribunal Municipal de St. Louis, las áreas públicas como vestíbulos, pasillos o recepciones son legalmente accesibles para ICE. Sin embargo, las oficinas administrativas privadas ubicadas más allá de esas áreas generalmente requieren una orden judicial o consentimiento para poder ingresar. In public buildings such as City Hall and the St. Louis Municipal Court, public areas like foyers, hallways, and reception areas are legally accessible to ICE. However, private administrative offices beyond those areas typically require a warrant or consent for entry.

Cuando visite el Ayuntamiento o cualquier

edificio municipal, como el ubicado en 1520 Market Street, verá a personas con uniformes de seguridad en los escritorios de entrada. Estos son los City Marshals, encargados de brindar seguridad y protección a las instalaciones del gobierno municipal, incluyendo los tribunales municipales, City Hall y el cuartel de la policía. Ellos no son agentes de ICE y no trabajan con ICE. *When visiting City Hall or any municipal building, including the building located at 1520 Market Street, you will see individuals in law enforcement uniforms at the front security desks. These are City Marshals, who provide security and protection for city government facilities and workers in the Municipal Courts, City Hall, and Police Headquarters. They are not ICE and do not work with ICE.*

Las autoridades municipales permanecen en contacto cercano con líderes estatales y han

sido aseguradas de que serán informadas si existe alguna orientación federal o estatal relacionada con los movimientos de ICE en la ciudad de St. Louis.

The City remains in close contact with state leaders and has been assured that it will be informed if there is federal or state guidance regarding ICE's movement within the City of St. Louis.

Agradecemos todo lo que hacen por nuestra comunidad. Nuestra ciudad no sería lo que es hoy sin ustedes. *Thank you for everything you do. We would not be the city we are without you.* Atentamente, Mayor Cara Spencer *Sincerely, Mayor Cara Spencer*

CITY SC cae en casa ante Seattle tras gol temprano en la segunda mitad

CITY SC falls at home to Seattle after an early second-half goal

Por Emmett Concannon

Una fría y nublada noche en Energizer Park preparó el escenario para una batalla intensa pero, al final, frustrante para St. Louis City SC, que cayó 1-0 ante Seattle Sounders FC gracias a un gol en la segunda mitad de Kalani Kossa-Rienzi.

A cold, cloudy evening at Energizer Park set the stage for a hard-fought but ultimately frustrating night for STL CITY SC, who fell 1-0 to the Seattle Sounders thanks to a second-half strike from Kalani Kossa-Rienzi.

CITY SC se alineó en su habitual esquema 4-3-3, con el regreso de Marcel Hartel al once inicial tras una reciente ausencia. Eduard Löwen continuó fuera por razones personales, mientras que Ostrak, Fall y Pearce también se perdieron el encuentro. Seattle utilizó una formación 4-2-3-1 y llegó con peligro desde el silbatazo inicial.

CITY SC lined up in their familiar 4-3-3 shape, with Marcel Hartel returning to the starting

eleven after a recent absence. Eduard Löwen remained out for personal reasons, while Ostrak, Fall, and Pearce also missed the match. Seattle deployed a 4-2-3-1 formation and came in looking dangerous on the ball from the opening whistle.

STL CITY SC salió con intensidad desde el inicio, pero Seattle pronto se acomodó en el partido y comenzó a dominar la posesión en los primeros minutos, pasando largos tramos cerca del área rival. A pesar de la presión, CITY encontró sus mejores momentos al contraataque. En el minuto 5, una buena jugada colectiva dejó a Simon Becher dentro del área, pero no logró concretar. Hartel probó al portero en el minuto 12 tras una rápida carrera de Cedric Teuchert, y el propio Teuchert



tuvo un disparo al arco en el minuto 26 mientras el equipo local seguía amenazando al contragolpe. *STL CITY SC came out of the gates quickly at kickoff, but Seattle soon settled into the game and began to dominate possession in the*



opening minutes, spending stretches camped in and around the box. Despite the pressure, CITY found their best moments on the counter. In the 5th minute, a well-worked move found Becher in the penalty area, but he couldn't convert the chance. Hartel tested the keeper in the 12th minute following a sharp run from Teuchert, and Teuchert himself had a shot on goal in the 26th minute as the home side continued to threaten on the break.

Seattle sufrió un golpe cuando Yeimar Gómez Andrade tuvo que abandonar el partido por lesión en el minuto 20. La disciplina también comenzó a influir en el encuentro: Chris Durkin recibió tarjeta amarilla en el minuto 32 para CITY, mientras que Alex Roldan vio la amarilla para Seattle en el minuto 43. Roman Bürki fue exigido en el minuto 39 con una atajada baja que mantuvo el empate rumbo al descanso. La posesión al medio tiempo fue prácticamente pareja, con STL ligeramente arriba con 52%. *Seattle suffered a blow when Yeimar Andrade was forced off with an injury in the 20th minute. Disciplinary issues crept into the match as Chris Durkin picked up a yellow card in the 32nd minute for CITY, while Seattle's Alex Roldan saw yellow in the 43rd. Roman Bürki was called into action with a low save in the 39th minute to keep things level heading into halftime. Possession at the break was nearly even, with STL edging it at 52%.*

Apenas un minuto después de iniciado el segundo tiempo, Seattle rompió el empate. Kalani Kossa-Rienzi encontró la red en el minuto 46 para darle la ventaja a los visitantes, un gol que terminaría siendo decisivo. Otro error defensivo dentro del área chica le costó puntos a STL en esta etapa temprana de la temporada.

Just one minute into the second half, Seattle broke the deadlock. Kalani Kossa-Rienzi found



the net in the 46th minute to give the visitors the lead, and that goal would prove to be the difference on the night. Another defensive error in the 12-yard box, costing STL points in the early part of the season.

CITY SC respondió introduciendo a Sergio Córdova en el minuto 56 — marcando su debut con el club — en lugar de Teuchert, mientras el entrenador Yoann Damet buscaba darle más energía al ataque. Seattle también realizó cambios, enviando al campo a Paul Arriola y Danny Musovski cerca de la hora de juego.

CITY SC responded by introducing Sergio Cordova in the 56th minute — marking his debut for the club — in place of Teuchert, as head coach Yoann Damet looked to add a spark in attack. Seattle made their own changes, bringing on Paul Arriola and Danny Musovski around the hour mark.

CITY SC creció en la segunda mitad y comenzó a controlar el



balón, terminando con 62% de posesión. Bürki realizó otra atajada clave en el minuto 80 para mantener la diferencia en un solo gol, mientras Timo Baumgartl se lanzó para bloquear un disparo peligroso de Seattle. Una serie de oportunidades en el minuto 82 dio esperanza real a CITY, pero no lograron encontrar el empate que buscaban. *CITY SC grew into the half and began to take control of the ball, finishing with 62% possession. Bürki made another important save in the 80th minute to keep the deficit at one, while Timo Baumgartl threw himself in front of a Seattle*



MISSOURI
POISON CENTER
1-800-222-1222

¿Un accidente de medicación?
¡Podemos Ayudar!

¿Una mordedura o picadura?
¡Podemos Ayudar!

¿Salpicadura de acido en la cara?
¡Podemos Ayudar!

Ayuda Libre, Rápida, Experta y Confidencial

24 horas al día, 7 días a la semana en

150 idiomas, Incluyendo Español!

1-800-222-1222

SALVA ESTE NUMERO

effort to block on goal. A flurry of chances in the 82nd minute gave CITY real hope, but they couldn't find the equalizer they deserved.

Seattle vio a Hassani Dotson y a Paul Arriola recibir tarjetas amarillas en los minutos finales, pero logró manejar el partido para llevarse los tres puntos.

Seattle saw Hassani Dotson and Paul Arriola both pick up bookings late in the half, but managed the game out to take all three points.

Un resultado amargo para CITY SC, que mostró suficiente calidad en transición y dominio del balón en la segunda mitad como para merecer al menos un punto. Las ausencias siguen acumulándose, y convertir esas oportunidades al contraataque — especialmente en el primer tiempo — será clave conforme avance la temporada. Una derrota difícil de aceptar en casa.

A bitterly disappointing result for CITY SC, who showed enough quality in transition and second-half possession to warrant at least a point. The absences continue to pile up, and converting those counter-attacking opportunities — particularly in the first half — will be the difference-maker as the season progresses. A tough one to swallow at home.

El entrenador de Yoann Damet reconoció que St. Louis City SC tuvo control del balón y generó peligro, pero no logró convertir sus oportunidades en goles. Explicó que el equipo mostró aspectos positivos en su desempeño y en su esfuerzo colectivo, aunque el resultado final deja sentimientos encontrados. Para el técnico, el grupo está en proceso de construcción y debe aprender de los errores para ser más decisivo en los momentos clave del partido.

Head coach Yoann Damet acknowledged that St. Louis City SC controlled possession and created dangerous moments but failed to convert those chances into goals. He explained that the team showed positive aspects in its performance and strong collective effort, although the final result leaves mixed feelings. According to the coach, the group is still building its identity and must learn from mistakes to become more decisive in key moments of the match.

Damet también habló sobre el debut de Sergio Córdova, señalando que el delantero aportará un perfil diferente al ataque del equipo. Indicó que, aunque tuvo poco



tiempo y enfrentó una defensa muy cerrada de Seattle, cumplió con lo que se esperaba en los minutos que jugó. Además, destacó el buen rendimiento de Cedric Teuchert, quien regresó al once inicial y aportó calidad en la circulación del balón.

Damet also discussed the debut of Sergio Córdova, noting that the forward will bring a different profile to the team's attack. He explained that although Córdova had limited time and faced a compact Seattle defense, he performed well in the minutes he played. The coach also praised Cedric Teuchert, who returned to the starting lineup and contributed quality in the team's ball movement.

Por su parte, el defensor Timo Baumgartl afirmó que el principal problema del equipo ha sido la falta de contundencia frente al arco. Señaló que, aunque el equipo ha defendido bien y ha logrado llegar al último tercio del campo, solo ha marcado un gol en tres partidos, lo cual ha marcado la diferencia en los resultados. Aun así, insistió en que el grupo debe mantenerse positivo y continuar trabajando para mejorar.

Defender Timo Baumgartl said the team's main issue has been its lack of finishing in front of goal. He noted that although the team has defended well and reached the final third effectively, they have scored only one goal in three matches, which has made the difference in results. Despite the disappointment, he emphasized that the group must stay positive and keep working to improve.

El mediocampista Chris Durkin coincidió

en que el equipo tuvo tramos sólidos del partido, especialmente en la primera mitad, donde controlaron el juego y generaron varios contraataques peligrosos. Sin embargo, reconoció que marcar goles sigue siendo el mayor desafío, aunque aseguró que el grupo mantiene la confianza en que pronto comenzarán a concretar las oportunidades. *Midfielder Chris Durkin agreed that the team had strong stretches in the match, especially in the first half when they controlled the game and created several dangerous counterattacks. However, he acknowledged that scoring goals remains the biggest challenge, while expressing confidence that the team will soon start converting their chances.*

Durkin también destacó el apoyo constante de la afición en Energizer Park y afirmó que el equipo siente esa energía en el campo. Aunque los dos partidos en casa han sido frustrantes en términos de resultados, aseguró que el plantel sigue enfocado en construir una identidad sólida y en transformar su buen desempeño en victorias conforme avance la temporada.

Durkin also highlighted the constant support from fans at Energizer Park and said the team feels that energy on the field. Although the two home matches have been frustrating in terms of results, he said the squad remains focused on building a strong identity and turning solid performances into victories as the season progresses.

“Patatas en la cancha”: St. Louis CITY SC invita a los aficionados a disfrutar con sus perros en Energizer Park

“Paws on the Pitch”: St. Louis CITY SC Invites Fans to Enjoy the Stadium with Their Dogs

Los amantes del fútbol y de los perros en St. Louis tendrán una oportunidad única para disfrutar de ambos en un mismo lugar. El club St. Louis CITY SC, en colaboración con su socio fundador Purina, anunció el regreso del evento especial “Pups on the Pitch Presented by Purina”, una experiencia estilo “yappy hour” que permitirá a los aficionados ingresar al campo de Energizer Park junto a sus mascotas.

Soccer fans and dog lovers in St. Louis will soon have a unique opportunity to enjoy both at the same time. St. Louis CITY SC, in partnership with founding partner Purina, has announced the return of the special event “Pups on the Pitch Presented by Purina,” a picnic-style “yappy hour” that allows fans to step onto the field at Energizer Park with their dogs.

El evento se llevará a cabo el domingo 22 de marzo de 5:30 a 7:00 p.m., y ofrecerá a los asistentes la posibilidad de vivir el estadio desde una perspectiva completamente diferente: directamente sobre la cancha. Los organizadores invitan a los participantes a llevar mantas para disfrutar de un ambiente relajado tipo picnic mientras los perros juegan y los fans comparten un momento especial dentro del estadio.

The event will take place on Sunday, March 22, from 5:30 to 7:00 p.m., offering guests a rare chance to experience the stadium from a completely different perspective—right on the pitch. Attendees are encouraged to bring blankets and enjoy a laid-back picnic atmosphere while their dogs play and fans take in the stadium in a relaxed setting.

Además de ser una experiencia recreativa para la comunidad, el evento también tiene un propósito solidario. Una parte de los ingresos recaudados será destinada al CARE STL Adoption Center, organización local dedicada al rescate y adopción de mascotas



en la región de St. Louis.

Beyond the fun experience, the event also supports a meaningful cause. A portion of the proceeds will benefit the CARE STL Adoption Center, a local organization dedicated to rescuing and finding homes for adoptable pets in the St. Louis region.

Andrea Faccio, presidente y director de crecimiento de Purina, destacó que la iniciativa busca fortalecer el vínculo entre las personas y sus mascotas dentro del ambiente deportivo de la ciudad. Según explicó, el evento celebra la comunidad de aficionados del equipo y crea experiencias memorables tanto para las personas como para sus perros, al mismo tiempo que apoya a mascotas que esperan ser adoptadas en la región.

Andrea Faccio, President and Chief Growth Officer at Purina, emphasized that the initiative reflects the company's commitment to bringing pets and their people closer to the heart of the action. According to Faccio, the event celebrates the CITY SC fan community while creating



memorable experiences for both people and their dogs, all while supporting adoptable pets in the area.

Los paquetes de boletos tendrán un costo



de 60 dólares más cargos e incluyen entrada para dos personas y un perro, además de varias actividades y beneficios. Entre ellos se encuentran dos boletos para bebidas por persona, bocadillos y snacks, recuerdos del evento con muestras de productos para mascotas de Purina, oportunidades para tomar fotografías en el círculo central del estadio y encuentros con perros disponibles para adopción del CARE STL Adoption Center.

Ticket packages will cost \$60 plus fees and include admission for two people and one dog, along with several perks and activities. These include two drink tickets per person, small bites and snacks, “pawty favors” featuring Purina treat samples, a center-circle photo opportunity, and meet-and-greet opportunities with adoptable dogs from the CARE STL Adoption Center.

Los boletos saldrán a la venta el miércoles 11 de marzo a las 10:00 de la mañana, y se



espera una alta demanda, ya que el número de entradas disponibles es limitado. Los dueños de mascotas deberán completar formularios requeridos y presentar comprobantes actualizados de vacunación de sus perros para poder participar en la actividad. *Tickets go on sale Wednesday, March 11 at 10:00 a.m., and availability will be limited. Dog owners must complete required forms and provide up-to-date vaccination records for their pets in order to attend the event.*



space in Major League Soccer.

Más recientemente, en 2025, los aficionados también pudieron asistir con sus perros a “Pups at the Park” para ver jugar al equipo St. Louis CITY2, evento que regresará nuevamente en 2026. Además, el equipo presentó el verano pasado a su primera mascota oficial del club: Petey, un labrador retriever inglés de dos años entrenado como perro de asistencia por la organización CHAMP Assistance Dogs. Petey actúa como embajador comunitario del club y brinda apoyo emocional y bienestar a jugadores, entrenadores, personal del equipo y aficionados.

More recently, in 2025, fans were invited to bring their dogs to watch St. Louis CITY2 play during the “Pups at the Park” event, which is expected to return again in 2026. Last summer, the club also introduced its first official team pet: Petey, a two-year-old English Labrador Retriever trained by CHAMP Assistance Dogs. Petey serves as a community ambassador for the team and helps provide wellbeing support for players, coaches, staff, and fans.

Con iniciativas como esta, St. Louis continúa destacando como una ciudad donde el deporte, la comunidad y el amor por las mascotas pueden reunirse en un mismo espacio.

With initiatives like this, St. Louis continues to show how sports, community, and the love for pets can come together in one unforgettable experience.



El duelo por la vida que imaginaste

The Grief for the Life You Imagined



Por Eddy Vera

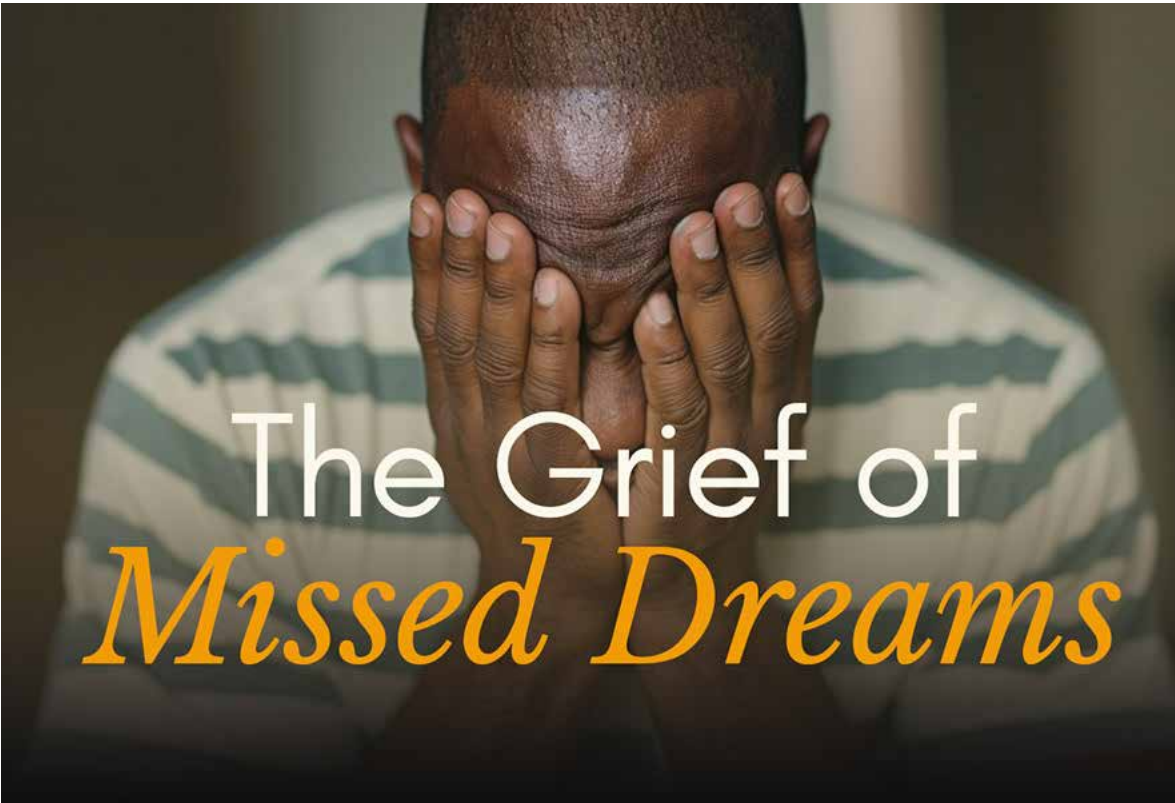
Hay un tipo de duelo del que casi no hablamos: el duelo por la vida que imaginamos para nosotros mismos. No es la muerte de alguien ni una pérdida visible ante los

demás. Es más silencioso. Es despertar un día y comprender que el plan que dabas por seguro ya no existe.

There is a type of grief we rarely talk about: the grief for the life we imagined for ourselves. It is not the death of someone or a loss visible to others. It is quieter. It is waking up one day and realizing that the plan you thought was certain no longer exists.

A veces ese duelo comienza con un diagnóstico inesperado. Otras veces llega con una ruptura, una crisis financiera o un proyecto que fracasa. De repente, la versión de ti que tenías tan clara —la profesional exitosa, la pareja estable, la persona saludable, la que “tenía todo bajo control”— deja de coincidir con tu realidad. Y eso no solo afecta tus circunstancias; sacude tu identidad.

Sometimes that grief begins with an unexpected diagnosis. Other times it arrives through a breakup, a financial crisis, or a project that fails. Suddenly, the version of yourself that seemed so clear —the successful professional, the stable partner, the healthy person, the one who “had everything under control”— no longer matches



your reality. And that doesn’t just affect your circumstances; it shakes your identity.

Porque no solo perdemos cosas. Perdemos expectativas. Perdemos la narrativa que habíamos construido sobre cómo se vería nuestro futuro a cierta edad, en cierto lugar, con ciertas personas. Y cuando esa historia se rompe, aparece una pregunta profunda: si esto ya no es, ¿entonces quién soy ahora? *Because we don’t only lose things. We lose expectations.*

We lose the narrative we built about what our future would look like at a certain age, in a certain place, with certain

people. And when that story breaks, a profound question appears: if this is no longer who I am, then who am I now?

Ese proceso duele porque no tiene ritual. Nadie te acompaña a hacer el duelo por el negocio que no funcionó o por la estabilidad que se desmoronó. Sin embargo, esa pérdida es real. Exige aceptación, humildad y, muchas

**¡GRÍTALO...
CELEBRA LA CIUDAD
DEL ARCO!**

ESCUCHA Y VIVE TODOS LOS JUEGOS DE

POR

COMPLETAMENTE EN ESPAÑOL
102.9 FM/ 92.9 FM / KXOK.COM

TAMBIÉN ESCUCHAMOS EN LA PLATAFORMAS DIGITALES DE LA ESTACIÓN

SANTIAGO BELTRÁN

HÉCTOR VEGA

Tri H. Ly, DDS
Horario en Español:
Martes y Viernes de 9am a 5pm
Jueves Cerrado

Aceptamos casi todas las aseguradoras

3654 Gravois Ave., St. Louis MO 63116
314-865-3838

veces, fe.
That process hurts because it has no ritual. No one accompanies you through grieving the business that didn't work or the stability that collapsed. Yet that loss is real. It requires acceptance, humility, and often faith.

Con el tiempo he entendido que esos quiebres no siempre son finales; muchas veces son correcciones de rumbo. Aferrarnos a una versión rígida del futuro puede impedirnos ver oportunidades que solo aparecen cuando algo se derrumba. *Over time I have understood that these breaks are not always endings; often they are course corrections. Clinging to a rigid version of the future can prevent us from seeing opportunities that only appear when something collapses.*

Missouri entre los estados con menor deuda de tarjetas de crédito en EE.UU.

Missouri Among U.S. States With the Lowest Credit Card Debt

Por Redacción Red Latina

Un nuevo estudio revela importantes diferencias en la cantidad de deuda de tarjetas de crédito que tienen los hogares estadounidenses según el estado en el que viven. El análisis muestra cómo factores como el costo de vida, los ingresos familiares y los hábitos de consumo influyen en el nivel de endeudamiento de las familias en todo el país. *A new study reveals significant differences in the amount of credit card debt carried by American households depending on the state where they live. The analysis highlights how factors such as cost of living, household income, and consumer spending habits influence debt levels across the country.*

La investigación fue realizada por el equipo de la plataforma de herramientas financieras The Calculator Site, que analizó datos de la Oficina del Censo de Estados Unidos para identificar el promedio de deuda de tarjetas de crédito por estado. Posteriormente, los investigadores compararon esa deuda con el ingreso familiar medio anual para determinar qué tan grande es la carga financiera en

Soltar las ideas que imaginaste no es rendirte. Es madurar. Es reconocer que lo que se cae también puede estar liberándote. Y aunque lo nuevo no se parezca a lo que soñaste, puede ser más auténtico, más consciente y más alineado con quien realmente estás llamado a ser. *Letting go of the ideas you imagined is not surrender. It is maturity. It is recognizing that what falls apart may also be freeing you. And even if the new path does not resemble what you dreamed, it can be more authentic, more conscious, and more aligned with who you are truly meant to be.*

Porque tal vez el mayor duelo no sea perder algo, sino aceptar que la vida tenía un camino distinto al que habías planeado. Y confiar en que, incluso ahí, también hay propósito.

Because perhaps the greatest grief is not losing something, but accepting that life had a different path than the one you planned. And trusting that even there, purpose still exists.

Eddy Vera es autora best seller de Amazon, CEO de EV Financial, conferencista internacional y mentora de liderazgo y transformación. Fue reconocida en 2025 por Vogue Leaders Miami como una voz femenina que habla de resiliencia desde el ejemplo. *Eddy Vera is an Amazon best-selling author, CEO of EV Financial, international speaker, and leadership and transformation mentor. In 2025 she was recognized by Vogue Leaders Miami as a female voice speaking about resilience through example.*

income, estimated at \$68,545 per year. more heavily on credit relative to their earnings.

Los investigadores sugieren que este nivel relativamente bajo podría estar relacionado con factores como un costo de vida más accesible y hábitos de consumo más conservadores entre los residentes del estado. En comparación con otras regiones del país, las familias de Missouri parecen depender menos del crédito para cubrir gastos cotidianos. *Researchers suggest that this relatively low level of debt may be linked to factors such as a more affordable cost of living and more conservative spending habits among residents. Compared to other regions of the country, families in Missouri appear to rely less on credit to cover everyday expenses.*

En contraste, Connecticut encabeza la lista de los estados con mayor deuda promedio, con hogares que deben alrededor de \$5,800 en tarjetas de crédito. A pesar de que el ingreso familiar medio en ese estado supera los \$91,000 al año, la deuda representa aproximadamente 6% de sus ingresos anuales. *In contrast, Connecticut tops the list of states with the highest average credit card debt, with households owing around \$5,800 in credit card balances. Although the median household income in that state exceeds \$91,000 per year, the debt still represents about 6% of annual earnings.*

En segundo lugar aparece Colorado, con un promedio de \$5,720 en deuda por hogar, seguido por Florida, Arizona y Virginia, donde los residentes acumulan alrededor de \$5,000 en deuda de tarjetas de crédito en promedio. *Colorado ranks second with an average of \$5,720 in debt per household, followed by Florida, Arizona, and Virginia, where residents carry about \$5,000 in average credit card balances.*

El caso de Florida es particularmente notable. Aunque el monto promedio de deuda es similar al de otros estados en el top diez, representa 7% del ingreso familiar medio, el porcentaje más alto del país. Esto sugiere que muchos hogares en Florida dependen más del crédito en relación con lo que ganan. *Florida stands out for another reason. Although the average debt amount is similar to other states in the top ten, it represents 7% of median household income, the highest percentage nationwide. This suggests that many Florida households rely*

more heavily on credit relative to their earnings.

En el extremo opuesto del ranking se encuentra Iowa, el estado con la menor deuda promedio de tarjetas de crédito en Estados Unidos, con apenas \$1,500 por hogar, lo que equivale a aproximadamente 2% de su ingreso anual promedio. *At the opposite end of the ranking is Iowa, the state with the lowest average credit card debt in the United States, with households owing just \$1,500 on average, or about 2% of their annual income.*

Otros estados con bajos niveles de deuda incluyen Louisiana, Wisconsin y Oklahoma, donde los hogares mantienen saldos promedio que van de \$2,000 a \$2,500 en tarjetas de crédito. *Other states with relatively low debt levels include Louisiana, Wisconsin, and Oklahoma, where households carry average balances ranging from \$2,000 to \$2,500 in credit card debt.*

Según Alastair Hazell, representante de The Calculator Site, el análisis demuestra que el impacto real de la deuda no depende únicamente de cuánto dinero se debe, sino también de qué tan manejable es ese monto en comparación con los ingresos de cada hogar. *According to Alastair Hazell, a representative from The Calculator Site, the analysis shows that the real impact of debt is not only about how much people owe, but also about how manageable that amount is compared to household income.*

“El estudio demuestra que la deuda de tarjetas de crédito varía considerablemente dependiendo de dónde viven las personas”, explicó Hazell. “Mientras que Connecticut tiene el saldo promedio más alto, Florida destaca por tener la mayor carga de deuda en relación con los ingresos familiares”. *“The data clearly shows that credit card debt varies widely depending on where people live,” Hazell explained. “While Connecticut records the highest average balance, Florida stands out for having the greatest debt burden relative to income.”*

El experto también subrayó que, independientemente del lugar donde se viva, es fundamental que los consumidores gestionen activamente sus deudas. Estrategias como priorizar el pago de las tarjetas con intereses más altos —conocida como el método de avalancha— pueden ayudar a



reducir los costos financieros a largo plazo. *The expert also emphasized that regardless of location, consumers should actively manage their debt. Strategies such as prioritizing the repayment of higher-interest credit cards —known as the avalanche method— can help reduce long-term financial costs.*

Para muchas familias, añadió, buscar asesoría financiera profesional puede ser una herramienta clave para crear un plan efectivo que permita reducir deudas mientras se mantienen otros compromisos económicos. *For many families, he added, seeking professional financial guidance can be an important step toward creating an effective plan to reduce debt while managing other financial obligations.*

Fuente / Source: The Calculator Site, con datos de la Oficina del Censo de Estados Unidos.



relación con lo que ganan los hogares. *The research was conducted by the team at the financial tools platform The Calculator Site, which analyzed data from the U.S. Census Bureau to identify the average credit card debt in each state. Researchers then compared that debt with the median household income to determine how significant the financial burden is relative to what families earn.*

Entre los hallazgos más relevantes, el estudio muestra que Missouri ocupa el

quinto lugar entre los estados con menor deuda promedio de tarjetas de crédito en todo el país. En promedio, los hogares del estado deben alrededor de \$2,750, lo que representa aproximadamente 4% del ingreso familiar medio, estimado en \$68,545 anuales. *One of the study's most notable findings is that Missouri ranks fifth among the states with the lowest average credit card debt in the country. On average, households in the state owe about \$2,750, which represents roughly 4% of the median household*





CUENTE CON NOSOTROS PARA SUS NECESIDADES DE SEGUROS
¡Llame hoy para una cotización de seguro!



Jeffrey Young, Agent
Young Agency & Associates LLC

Pregunta por Dani o Javi

jyoung1@amfam.com | (314) 432-1991
2130 Schuetz Rd., Saint Louis, MO 63146

HOGAR | AUTO | VIDA | NEGOCIO | GRANJA & RANCHO

American Family Mutual Insurance Company, a U.S. Life Insurance Company, is a member of American Family Life Insurance Company, 6666 American Parkway, Madison, WI 53713. ©2022. 213116P — 3/22 — 21444209



Social Media Without Stress: 3 Easy Ideas

By Gabriela Ramírez

Sometimes we open Instagram or Facebook and think, “I don’t know what to post.” You do not need to be an influencer. You just need to be clear and real.

Idea of the Month: People buy when they understand and trust you.

Step by Step
Step 1: Show what you do (no perfection needed).
Share a photo or short video: your product, your work, your hands doing the work.

Step 2: Share the price or how to order.
Many people don’t buy because they don’t know how.
Example: “Order by message. I deliver Friday and Saturday.”

Step 3: Repeat the same plan each week.
Pick one set day. Example: every Wednesday I post:
what I sell
who it’s for
how to order
That’s it. Repeating is not boring. Repeating helps.

Business Word: Message
Your message is what you want people to remember about your business.

Question for You:
If someone sees your page for 10 seconds, do they understand what you sell?

Open Door:



Do you want help making your message clear? SQI Ignite starts on June 1, 2026. Interpretation is available during sessions. For information, email Gramirezarellano@cortexstl.org or learn more at <https://bit.ly/SQIIGNITE>.

How to contact us
Gabriela Ramirez-Arellano and Ben Molina are available to help guide you and you can reach out to them to learn more by visiting our website at www.cortexstl.org/SQI or by email at gramirezarellano@cortexstl.org or bmolina@cortexstl.org

Redes sociales sin estrés: 3 ideas fáciles



Por Gabriela Ramírez

A veces abrimos Instagram o Facebook y pensamos: “No sé qué poner.” No necesitas ser influencer. Solo necesitas ser claro y real.

Tu idea del mes: La gente compra cuando entiende y confía.

Paso a paso
Paso 1: Enseña lo que haces (sin perfección).
Foto o video corto: tu producto, tu trabajo, tus manos trabajando.

Paso 2: Di el precio o cómo ordenar.
Muchas personas no compran porque no saben cómo.
Ejemplo: “Ordena por mensaje. Entrego viernes y sábado.”

Paso 3: Repite lo mismo cada semana.
Elige 1 día fijo. Ejemplo: cada miércoles subo:

lo que vendo para quién es cómo ordenar
Eso es todo.
Repetir no aburre. Repetir ayuda.

Palabra del negocio: mensaje
Tu mensaje es lo que quieres que la gente recuerde de tu negocio.

Pregunta para ti:
Si

alguien ve tu página por 10 segundos, ¿entiende qué vendes?

Puerta abierta:
¿Quieres ayuda para hacer tu mensaje claro? SQI Ignite empieza el 1 de junio de 2026. Hay interpretación en las sesiones. Para información, manda un correo a Gramirezarellano@cortexstl.org o aprende más en <https://bit.ly/SQIIGNITE>

Puedes obtener más información:
cortexstl.org/SQI

Como comunicarse con nosotros:
Gabriela Ramirez-Arellano y Ben Molina dirigen este programa así que, si quieres hablar con ellos o aprovechar estos servicios, puedes visitar nuestra página web en cortexstl.org/SQI o por

correo a gramirezarellano@cortexstl.org o bmolina@cortexstl.org



Diego Urquijo: El emprendedor latino que ayuda a Macy's a evitar robos y ahora mira hacia las pymes

Diego Urquijo: The Latino Entrepreneur Helping Macy's Prevent Theft and Now Turning to Small Businesses



Su objetivo es democratizar las herramientas de IA para las pequeñas y medianas empresas, que a menudo sufren un impacto mucho más crítico por el robo en sus márgenes. *His goal is to democratize AI tools for small and medium-sized businesses, which often suffer a far more critical impact from theft on their profit margins.*

Durante décadas, el sector retail ha aceptado una derrota silenciosa: el shrinkage o pérdida de inventario. Ya sea por robos, errores operativos o fallos logísticos, las tiendas asumen que una parte de su mercancía simplemente desaparecerá. Para gigantes como Macy's, esta "fuga" representa más de 400 millones de dólares al año. Sin embargo,



un emprendedor colombiano está cambiando las reglas del juego con inteligencia artificial. *For decades, the retail sector has accepted a silent defeat: shrinkage or inventory loss. Whether due to theft, operational errors, or logistical failures, stores assume that part of their merchandise will simply disappear. For giants like Macy's, this "leak" represents more than \$400 million a year. However, a Colombian entrepreneur is changing the rules of the game with artificial intelligence.*

Diego Urquijo es el fundador de URPEAI Lab. Desde su base en Georgia, EEUU, ha logrado lo que muchas consultoras tradicionales no pudieron: pasar de la vigilancia reactiva a la prevención predictiva. Su sistema no se limita a grabar un robo con cámaras; analiza miles de señales de datos en tiempo real para anticipar la pérdida antes de que ocurra. *Diego Urquijo is the founder of URPE AI Lab. From his base in Georgia, USA, he has achieved what many traditional consulting firms could not:*

moving from reactive surveillance to predictive prevention. His system does not simply record theft through cameras; it analyzes thousands of data signals in real time to anticipate losses before they occur.

La industria del retail en Estados Unidos perdió más de 142 mil millones de dólares en 2023. "El retail ha tratado el shrinkage como un costo fijo porque no tenía las herramientas para tratarlo como lo que realmente es: un problema de información", afirma Urquijo.

The retail industry in the United States lost more than \$142 billion in 2023. "Retail has treated shrinkage as a fixed cost because it lacked the tools to address it for what it really is: an information problem," says Urquijo.

Mientras que los sistemas tradicionales registran la pérdida meses después, durante el conteo físico, la IA de URPE detecta



anomalías en el momento. Por ejemplo, si en una tienda específica ciertos productos muestran patrones de merma los jueves por la tarde vinculados a un turno de personal y una zona del local, el sistema genera una alerta inmediata para el equipo de operaciones. No se trata de reemplazar a los empleados, sino de darles "superpoderes" informativos para actuar a tiempo.

While traditional systems record losses months later during physical inventory counts, URPE's AI detects anomalies instantly. For example, if certain products in a specific store show patterns of loss on Thursday afternoons linked to a staff shift and a particular store area, the system generates an immediate alert for the operations team. The goal is not to replace employees but to give them "informational superpowers" to act in time.

Aunque el acuerdo con una empresa Fortune 500 como Macy's valida la tecnología a la escala más exigente, la visión de Diego Urquijo trasciende los grandes almacenes. El objetivo de URPE AI Lab es democratizar estas herramientas para que las pequeñas y medianas empresas (pymes), que a menudo sufren un impacto mucho más crítico por el robo en sus márgenes, puedan protegerse con la misma eficiencia que un gigante de la Quinta Avenida.

While the agreement with a Fortune 500 company like Macy's validates the technology at the highest scale, Diego Urquijo's vision goes beyond major department stores. The goal of URPE AI Lab is to democratize these tools so that small and medium-sized businesses, which often suffer a far more critical impact from theft on their margins, can protect themselves with the same efficiency as a Fifth Avenue giant.

The East St. Louis (IL) Alumni Chapter of Kappa Alpha Psi Fraternity, Inc. and the East St. Louis (IL) Kappa Silhouettes Present

Empowered Caregiver Workshop

Saturday, March 28, 2026
10:00 AM - 2:00 PM
East St. Louis Kappa House
5101 Lake Dr
Cahokia Heights, IL 62203

Free Community Workshop - Lunch provided, Registration required

Caregiving Tools

Alzheimer's Education

Research Awareness

For more details, contact
Kennard Tucker 618.971.8233 or

The Latino Roundtable of Southwestern Illinois 2026 Scholarship Fund

- ✓ Are you a High School Senior or at least 18 years old and attending college?
- ✓ A permanent resident of Bond, Clinton, Madison, Monroe, Randolph, St. Clair or Washington counties in Illinois?
- ✓ Is at least one of your grandparents Hispanic?

Scholarship Award: \$500
Scholarship Deadline: March 23, 2026

The award will be announced via email at the end of May and presented at a future LRT event, with details to be determined.

Request and submit the completed application via email to thelatinoroundtable@gmail.com
Subject line: Scholarship

Include all required documentation

For questions, please email: thelatinoroundtable@gmail.com

One or more \$500 college scholarships will be awarded based on funding levels



Por Cecilia Velázquez cecilia@redlatinastl.com

Hidden News of the World

In this fast-paced period of global transformation, many of the structures that for decades defined our reality appear to be changing at an unprecedented speed. Factors such as climate shifts, evolving economic dynamics, political changes, and rapid technological advances are reshaping the world as we know it. Humanity today lives under complex and diverse influences. Events such as global pandemics, large-scale vaccination campaigns, geopolitical tensions, and economic crises have created an environment in which information circulates faster than ever, though not always with the same level of clarity or transparency. In this context, a growing social polarization can also be observed, often fueled by conflicting narratives and constant exposure to content that appeals to fear or uncertainty.

Amid this landscape, news of uncertain origin, divergent interpretations, and theories attempting to explain global events from different perspectives continue to emerge. At the same time, an increasing number of individuals are seeking to inform themselves independently, questioning official narratives and engaging in deeper research and analysis. Perhaps we are witnessing a cultural transition: from an era of passive acceptance of information to one in which critical thinking, research, and analysis become essential tools. In the digital age—where information is abundant—the ability to discern and evaluate sources becomes both an individual and collective responsibility. In this section, we will present a selection of news, analysis, and references drawn from a variety of sources. The goal is not to impose a single truth, but rather to offer elements that allow readers to explore different perspectives, reflect critically, and ultimately form their own conclusions.



El Vaticano: Institución milenaria bajo escrutinio por abusos sistemáticos y control oculto

El Vaticano mantiene una estructura histórica asociada a abusos sexuales generalizados, especialmente en décadas pasadas, con figuras como el fundador de los Legionarios de Cristo, Marcial Maciel, quien operó con impunidad durante años pese a evidencias de conducta depredadora. Esta red generó imperios financieros con activos multimillonarios, incluyendo offshore revelados en investigaciones como los Pandora Papers, y operaciones educativas que recaudan cientos de millones anuales.

Más allá de los escándalos individuales, la institución opera como entidad multisectorial—política, financiera y religiosa— con influencias persistentes en movimientos espirituales contemporáneos. Se observa un posible interés en reciclar corrientes de conciencia emergentes hacia estructuras centralizadas, evitando la apertura total de sus archivos secretos y manteniendo operaciones en la sombra a través de figuras leales en privado (crypto-católicos). La demanda central radica en transparencia absoluta de su biblioteca histórica para permitir una verdadera evolución colectiva, en lugar de reciclajes sutiles que preserven su relevancia en transiciones globales.

The Vatican: A Millennial Institution Under Scrutiny for Systemic Abuse and Covert Control.

The Vatican maintains a historical structure associated with widespread sexual abuse—particularly in past decades—involving figures such as the founder of the Legionaries of Christ, Marcial Maciel, who operated with impunity for years despite evidence of predatory behavior. This network generated financial empires boasting multi-billion-dollar assets—including offshore holdings exposed in investigations such as the Pandora Papers—as well as educational operations that generate hundreds of millions

annually. Beyond individual scandals, the institution functions as a multisectoral entity—encompassing political, financial, and religious spheres—exerting persistent influence over contemporary spiritual movements. A potential interest is observed in co-opting emerging currents of consciousness and channeling them into centralized structures, thereby avoiding the full disclosure of its secret archives and maintaining shadow operations through figures who remain privately loyal (so-called “crypto-Catholics”). The central demand calls for absolute transparency regarding its historical archives to facilitate genuine collective evolution, rather than subtle forms of co-option designed merely to preserve the institution’s relevance amidst global transitions.

Conflicto en Oriente Medio: No una guerra convencional, sino un ritual energético y financiero disfrazado

Lo que se cataloga como escalada bélica entre Estados Unidos, Israel e Irán (con ataques aéreos, misiles y bloqueos en el Estrecho de Ormuz) no responde únicamente a lógicas geopolíticas tradicionales. Se trata de un proceso multifacético: exprimiendo al máximo el petróleo (con subidas inmediatas



Por Cecilia Velázquez cecilia@redlatinastl.com

Noticias Ocultas del Mundo

En esta vertiginosa etapa de transformación global, muchas de las estructuras que durante décadas definieron nuestra realidad parecen estar cambiando a una velocidad sin precedentes. Factores como las transformaciones climáticas, las dinámicas económicas, los cambios políticos y los avances tecnológicos están reconfigurando el mundo tal como lo conocemos. La humanidad vive hoy bajo una influencia compleja y diversa. Acontecimientos como pandemias globales, campañas de vacunación masiva, tensiones geopolíticas y crisis económicas han generado un entorno en el que la información circula con enorme rapidez, pero no siempre con la misma claridad o transparencia. En este escenario, también se observa una creciente polarización social, alimentada en gran medida por narrativas contradictorias y por la constante exposición a contenidos que apelan al miedo o a la incertidumbre.

En medio de este panorama, proliferan noticias de procedencia incierta, interpretaciones divergentes y teorías que intentan explicar los acontecimientos globales desde distintas perspectivas. Al mismo tiempo, cada vez más personas buscan informarse de manera independiente, cuestionar las versiones oficiales y profundizar en la investigación de los hechos. Quizás estamos presenciando una transición cultural: del tiempo de la aceptación pasiva de la información hacia una etapa en la que el pensamiento crítico, la investigación y el análisis se vuelven herramientas indispensables. En la era digital, donde la información abunda, la capacidad de discernir se convierte en una responsabilidad individual y colectiva. En esta sección presentaremos una selección de noticias, análisis y referencias provenientes de diversas fuentes. El objetivo no es imponer una verdad única, sino ofrecer elementos que permitan al lector explorar distintas perspectivas, reflexionar y, finalmente, construir sus propias conclusiones.



del precio global), justificando la transición hacia fuentes nucleares pequeñas y descentralizadas (como reactores modulares promovidos por intereses privados), y cumpliendo narrativas bíblicas proféticas de manera orquestada. Los ataques iniciales incluyeron objetivos controvertidos, como instalaciones civiles cercanas a escuelas en Irán, generando indignación internacional y cuestionamientos internos en EE.UU. sobre decisiones unilaterales. Paralelamente, Irán ha respondido focalizándose en infraestructura militar y crítica (incluyendo la mayor planta desalinizadora de Israel), mientras aliados como Rusia y China respaldan su posición defensiva. El mundo mayoritario (encuestas en América Latina y EE.UU.) rechaza la escalada, viéndola como alineada con intereses sionistas más que con seguridad



nacional. Este “receteo energético” acelera el cambio hacia una civilización abiertamente eléctrica pero subyacentemente nuclear, con implicaciones profundas en la soberanía y la salud planetaria.

Conflict in the Middle East: Not a Conventional War, but a Disguised Energy and Financial Ritual

What is being characterized as a military escalation among the United States, Israel, and Iran—involving airstrikes, missile attacks, and blockades in the Strait of Hormuz—does not



stem solely from traditional geopolitical logic. Rather, it is a multifaceted process: maximizing the extraction of oil (triggering immediate spikes in global prices), justifying a transition toward small-scale, decentralized nuclear energy sources (such as modular reactors promoted by private interests), and orchestrating the fulfillment of biblical prophetic narratives. The initial attacks targeted controversial sites—such as civilian facilities located near schools in Iran—sparking international outrage and prompting internal questioning within the U.S. regarding unilateral decision-making. In parallel, Iran has responded by focusing its strikes on military and critical infrastructure (including Israel’s largest desalination plant), while allies such as Russia and China lend their support to its defensive stance. The global majority—as indicated by

polls in Latin America and the U.S.—rejects this escalation, viewing it as aligned more with Zionist interests than with national security imperatives. This “energy reset” accelerates the shift toward a civilization that is overtly electric but fundamentally nuclear—a transition carrying profound implications for both national sovereignty and planetary health.

Resistencia interna en el ejército estadounidense: Sabotaje silencioso en el USS Gerald R. Ford



El portaaviones USS Gerald R. Ford, el buque más avanzado de la flota estadounidense y posicionado como escudo protector de Israel en la región, enfrenta problemas



operativos graves en su sistema de saneamiento (obstrucciones masivas por objetos intencionales). Reportes indican que parte de la tripulación, extendida en despliegues prolongados, expresa rechazo a participar en operaciones percibidas como “morir por Israel” en lugar de defender intereses nacionales. Este sabotaje de bajo perfil —denegable y técnico— refleja un motín latente o desobediencia civil-militar, con fe en que inteligencia aliada (China, Rusia, Irán) perciba esta fractura interna. El buque insignia representa el poderío naval, pero su vulnerabilidad humana subraya un quiebre en la cohesión de fuerzas armadas ante narrativas impuestas desde arriba.

Internal Resistance within the U.S. Military: Silent Sabotage on the USS Gerald R. Ford.

The aircraft carrier USS Gerald R. Ford—the most advanced vessel in the U.S. fleet and positioned as a protective shield for Israel in the region—is facing severe operational issues within its sanitation system (massive blockages caused by intentionally introduced objects). Reports indicate that a segment of the crew, worn down by prolonged deployments, is expressing refusal to participate in operations perceived as “dying for Israel” rather than defending national interests. This low-profile sabotage—deniable and technical in nature—reflects a latent mutiny or act of civil-military disobedience, undertaken in the hope that allied intelligence agencies (China, Russia, Iran) will take note of this internal fracture. The flagship represents naval might, yet its human vulnerability underscores a breakdown in the cohesion of the armed forces in the face of narratives imposed from above.

Conexiones oscuras en la administración actual: Influencias sionistas y chantajes históricos



Figuras clave en el entorno de Donald Trump, como el secretario de Comercio Howard Lutnick (exvecino y con visitas confirmadas a la isla de Jeffrey Epstein), enfrentan escrutinio por vínculos con redes de chantaje y manipulación. Lutnick, cuya empresa perdió empleados en el 11-S (incluyendo familiares), ha testificado voluntariamente ante comités congresionales sobre sus interacciones con Epstein. Esto se suma a patrones históricos: chantajes documentados (videos, testimonios) que condicionan decisiones políticas, desde apoyo incondicional a Israel hasta protección de industrias tóxicas. Paralelamente, una orden ejecutiva reciente promueve la producción doméstica de glifosato (Roundup) y fósforo elemental bajo pretexto de seguridad nacional, protegiendo a corporaciones como Bayer-Monsanto pese a evidencias de toxicidad y cáncer. Estas decisiones chocan con promesas de salud pública, revelando prioridades alineadas con intereses corporativos y geopolíticos profundos.

Dark Connections in the Current Administration: Zionist Influences and Historical Blackmail



Key figures within Donald Trump’s inner circle—such as Commerce Secretary Howard Lutnick (a former neighbor of Jeffrey Epstein with confirmed visits to his island)—are facing scrutiny over their ties to networks involving blackmail and manipulation. Lutnick, whose firm lost employees—including family members—during the 9/11 attacks, has voluntarily testified before congressional committees regarding his interactions with Epstein. This situation aligns with historical patterns: documented instances of blackmail (involving videos and testimonies) used to dictate political decisions—ranging from unconditional support for Israel to the protection of toxic industries. Concurrently, a recent executive order promotes the domestic production of glyphosate (Roundup) and elemental phosphorus under the pretext of national security, thereby shielding corporations such as Bayer-Monsanto despite mounting evidence regarding their toxicity and links to cancer. These decisions stand in direct conflict with pledges to uphold public health, revealing priorities that are instead aligned with deep-seated corporate and geopolitical interests.

La Kaaba y Mecha: Símbolos masónicos y potencial de liberación dimensional

La peregrinación masiva a La Meca durante Ramadán expone una estructura simbólica clara: el cubo negro central (Kaaba) flanqueado por torres que evocan representaciones saturninas (anillos, cubo en polígono



hexagonal). Esta arquitectura —con reloj en torre similar a Big Ben— refleja influencias masónicas históricas que atraviesan religiones abrahámicas. Millones orbitan el cubo en rituales repetitivos, reforzando códigos de control masculino-opresivo. Sin embargo, surge una visión alternativa: si los fieles visualizaran e invirtieran mentalmente el cubo (girándolo 45° para manifestar el merkaba), podrían desbloquear frecuencias dimensionales superiores, liberando la mente de programaciones ancestrales y accediendo a estados expandidos de conciencia. Este giro simbólico transformaría un tapón energético en portal de ascensión colectiva. Estos fenómenos no son aislados: convergen en una gran transición planetaria donde lo oculto sale a la luz, las instituciones pierden monopolio narrativo y emergen resistencias individuales y colectivas. La clave reside en discernimiento, transparencia y rechazo a reciclajes manipulados. Mantengamos la observación lúcida en tiempos legendarios.

The Kaaba and Mecca: Masonic Symbols and the Potential for Dimensional Liberation



The mass pilgrimage to Mecca during Ramadan reveals a clear symbolic structure: the central black cube (the Kaaba), flanked by towers that evoke Saturnian imagery (rings, a cube within a hexagonal polygon). This architecture—featuring a clock tower reminiscent of Big Ben—reflects historical Masonic influences that cut across the Abrahamic religions. Millions orbit the cube in repetitive rituals, thereby reinforcing codes

of oppressive patriarchal control. However, an alternative vision emerges: were the faithful to visualize and mentally invert the cube—rotating it 45 degrees to manifest the Merkaba—they could unlock higher dimensional frequencies, liberating the mind from ancestral programming and accessing expanded states of consciousness. This symbolic shift would transform an energetic blockage into a portal for collective ascension. These phenomena are not isolated; rather, they converge within a grand planetary transition in which the occult is brought to light, institutions lose their monopoly on the narrative, and individual and collective forms of resistance emerge. The key lies in discernment, transparency, and a refusal to accept manipulated narratives. Let us maintain lucid observation during these legendary times.

Escalada en Irán: Chantaje, venganza simbólica y fragmentación planificada

La ofensiva militar contra Irán, impulsada desde Washington bajo fuerte presión externa, no responde únicamente a dinámicas estratégicas convencionales. Los ataques iniciales incluyeron objetivos civiles controvertidos (como una escuela de niñas), interpretados como respuesta simbólica y vengativa tras incidentes previos contra representaciones religiosas israelíes, es específico “Baal”. Paralelamente, se observa una fragmentación intencional del mando iraní: tras la eliminación selectiva de líderes centrales (incluyendo al ayatolá y varios generales), el país opera ahora en modo descentralizado. Cada región actúa de forma autónoma bajo directrices preestablecidas, con comunicaciones mínimas entre zonas



MISSOURI
POISON CENTER
1-800-222-1222

¿Un accidente de medicación?
¡Podemos Ayudar!

¿Una mordedura o picadura?
¡Podemos Ayudar!

¿Salpicadura de ácido en la cara?
¡Podemos Ayudar!

Ayuda Libre, Rápida, Experta y Confidencial
24 horas al día, 7 días a la semana en
150 idiomas, Incluyendo Español!

1-800-222-1222
SALVA ESTE NUMERO



para evitar contagio en caso de caída parcial. Esta arquitectura de resiliencia regional fue diseñada precisamente para escenarios de decapitación del liderazgo, permitiendo continuidad operativa sin dependencia de una estructura jerárquica única. Irán mantiene enfoque en infraestructura militar y crítica, evitando en gran medida daños masivos a civiles, mientras la coalición opuesta prioriza desestabilización interna y ambiental (bombardeos a refinerías). El resultado:

¿Listo para abrir tu negocio?

DOTEC ENGINEERING

AGILIZAMOS LOS TRAMITES PARA QUE
PUEDAS ABRIR TU NEGOCIO

(Nos especializamos en restaurantes)

Trabajos de construccion
Permisos de construccion
Arquitectura e Ingenieria

636-724-9872

118 North Second Street,
St. Charles MO 63301

Dr. Al Gonzalez

un país fragmentado, pero funcionalmente resistente, en contraste con la narrativa de colapso total promovida desde fuera.

Escalation in Iran: Blackmail, Symbolic Revenge, and Planned Fragmentation



The military offensive against Iran, driven from Washington under strong external pressure, does not respond solely to conventional strategic dynamics. The initial attacks included controversial civilian targets (such as a girls' school), interpreted as a symbolic and retaliatory response following previous incidents against Israeli religious representations, specifically "Baal."

At the same time, an intentional fragmentation of Iran's command structure can be observed. After the targeted elimination of central leaders (including the ayatollah and several generals), the country is now operating in a decentralized mode. Each region acts autonomously under pre-established directives, with minimal communication between zones to prevent a cascading collapse in the event of a partial breakdown.

This architecture of regional resilience was designed precisely for scenarios involving the decapitation of leadership, allowing operational continuity without dependence on a single hierarchical structure.

Iran continues to focus primarily on military and critical infrastructure, largely avoiding massive civilian casualties, while the opposing coalition prioritizes internal and environmental destabilization (such as bombings of refineries). The result is a country that, although fragmented, remains functionally resilient—contrasting with the narrative of total collapse promoted from abroad.

Chantaje sistémico y exposición progresiva: El caso Trump y el goteo de archivos Epstein

Donald Trump enfrenta un chantaje



progresivo y calibrado, donde evidencias vinculadas al caso Jeffrey Epstein (incluyendo acusaciones de abuso sexual a menores) son liberadas de forma dosificada desde instancias del Departamento de Justicia. El patrón es claro: negativa inicial a acciones militares □ publicación de insinuaciones □ obediencia □ nueva liberación de material más incriminatorio. Testimonios como el de “Katie Johnson” (pseudónimo validado por múltiples equipos del FBI en 2016) describen agresiones sexuales a una menor de 13 años en fiestas organizadas por Epstein, con credibilidad suficiente para haber contribuido a la condena de Ghislaine Maxwell. El mecanismo de presión combina videos, testimonios y documentos que se mantienen en reserva estratégica. La conclusión lógica: obedecer no neutraliza la amenaza; al contrario, fortalece la posición de los chantajistas. La única vía de ruptura sería la exposición total y voluntaria por parte del chantajeado, rompiendo el ciclo de miedo y control.

Systemic Blackmail and Gradual Exposure: The Trump Case and the Drip Release of Epstein Files



Donald Trump faces a progressive and calibrated form of blackmail, in which evidence linked to the Jeffrey Epstein case (including accusations of sexual abuse of minors) is being released in a measured manner from within the U.S. Department of Justice. The pattern appears clear: initial refusal to undertake military actions □ publication of insinuations □ compliance □ new release of more incriminating material. Testimonies such as that of “Katie Johnson” (a pseudonym validated by multiple FBI teams in 2016) describe alleged sexual assaults against a 13-year-old minor at parties organized by Epstein, with enough credibility to have contributed to the conviction of Ghislaine Maxwell. The mechanism of pressure reportedly combines videos, testimonies, and documents that remain in strategic reserve. The logical conclusion is that compliance does not neutralize the threat; on the contrary, it strengthens the position of the blackmailers. The only potential way to break the cycle would be full and voluntary disclosure by the person being blackmailed, thereby disrupting the dynamics of fear and control.

Mercados de predicción como ventana al conocimiento previo: Apuestas masivas en PoliMarket

Plataformas descentralizadas de predicción como PoliMarket registraron movimientos anómalos horas antes de los primeros bombardeos contra Irán. Cuentas sin historial previo (creadas minutos antes del evento) apostaron sumas significativas a escenarios muy específicos de inicio de hostilidades, obteniendo ganancias de cientos de miles a millones de dólares. Ejemplos incluyen apuestas ganadoras de



5x o más en plazos de minutos. Patrones similares se observaron en eventos previos de alta sensibilidad (Venezuela 2024, 11-S 2001). Estos movimientos no reflejan predicción intuitiva ni análisis público, sino acceso privilegiado al calendario exacto de operaciones, lo que apunta a coordinación interna entre actores con control sobre la secuencia temporal de los ataques.

Prediction Markets as a Window into Foreknowledge: Massive Betting on Polymarket



Decentralized prediction platforms such as Polymarket recorded anomalous activity hours before the first airstrikes against Iran. Accounts with no prior history—created just minutes before the event—wagered significant sums on highly specific scenarios regarding the outbreak of hostilities, reaping profits ranging from hundreds of thousands to millions of dollars.

Examples include winning bets yielding returns of 5x or more within a matter of minutes. Similar patterns have been observed during previous high-sensitivity events (Venezuela 2024, 9/11 2001). These movements do not reflect intuitive prediction or publicly available analysis, but rather privileged access to the exact operational timeline—pointing to internal coordination among actors who control the sequencing of the attacks.

Herencia epigenética del trauma: Cómo el sufrimiento de generaciones anteriores se transmite por ADN

Estudios consolidados (Mount Sinai, entre otros) demuestran que el trauma extremo (Holocausto, hambrunas, privaciones prolongadas) deja marcas químicas en el ADN que alteran la expresión génica sin modificar la secuencia base. Estas marcas se heredan a hijos y nietos, afectando la respuesta al estrés, la calibración de cortisol, la sensibilidad a amenazas financieras y la relación inconsciente con la abundancia

Olive SUPERMARKET EN ST. LOUIS

30 AÑOS
Todo para el hogar
Productos frescos

FRUTAS FRESCAS
sabor y salud

VEGETALES
productos de calidad

HUEVOS, CARNE, MARISCOS Y PESCADO
frescos y sabrosos

8041 OLIVE, ST.
LOUIS MO 63130



o escasez, incluso en entornos de confort material. El principio hermético de causa y efecto opera aquí a través de generaciones: el terror financiero de una abuela puede manifestarse como ansiedad inexplicable en un nieto que nunca vivió pobreza. Esta transmisión no es destino; la epigenética es modificable mediante estilos de vida, nutrición, prácticas de sanación emocional y entornos de paz sostenida. Las élites que mantienen vidas sencillas y pacíficas tienden a sanar estas herencias generacionales, mientras que la adicción al acumular riqueza perpetúa ciclos de estrés.

The Epigenetic Inheritance of Trauma: How the Suffering of Previous Generations Is



Maria Pueriet
Licenciada en Contabilidad
314- 942-3131
Higueyana Services, LLC mpoueriet@att.net
1145 N. Lafayette Street, Florissant, MO 63031

- Income Taxes - W7 (ITIN) -
- Notaria Pública - Traducciones -
- Redacción de Cartas -
- Ciudadanía - Affidavit -
- Formas de Inmigración -
- Renovación de residencia
- Registro de Negocios -
- Envíos de Dinero -
- Pago de Utilidades -
- Recargas Nacionales e internacionales -
- Nóminas - 1099 -

Estamos a tu servicio todo el año





Transmitted via DNA
Established studies (including those from Mount Sinai, among others) demonstrate that extreme trauma—such as the Holocaust, famines, or prolonged deprivation—leaves chemical markers on DNA that alter gene expression without modifying the underlying base sequence. These markers are inherited by children and grandchildren, influencing their stress response, cortisol regulation, sensitivity to financial threats, and unconscious relationship with abundance or scarcity—even when they live in environments of material comfort. The Hermetic principle of cause and effect operates here across generations: a grandmother’s financial terror may manifest as inexplicable anxiety in a grandchild who has never experienced poverty. This transmission is not destiny; epigenetics can be modified through lifestyle choices, nutrition, emotional healing practices, and environments of

sustained peace. Elites who maintain simple, peaceful lives tend to heal these generational legacies, whereas an addiction to accumulating wealth perpetuates cycles of stress.

Satanismo público y programación cultural: De la moda al espectáculo masivo



La industria de la moda (París Fashion Week) y eventos masivos gratuitos (concierto de Shakira en el Zócalo con 400.000 asistentes) funcionan como vectores de programación colectiva. Luces estroboscópicas intensas, frecuencias sonoras altas y multitudes en trance alteran estados cerebrales, facilitando sugestión. Cuando algo es “gratis” a esta escala, el producto es la atención y la energía de los asistentes. Paralelamente, símbolos satánicos (Baphomet en tatuajes de figuras públicas jóvenes y exitosas) se normalizan como expresión personal, mientras se promocionan como moda o empoderamiento. En atletas de élite de nueva generación (ej. medallistas adolescentes con capacidades físicas excepcionales), se observa la posible emergencia de modificaciones genéticas ocultas combinadas con programación temprana (incluyendo abuso), diseñadas para crear ídolos que influyan en masas jóvenes.

Public Satanism and Cultural Programming: From Fashion to Mass Spectacle.

The fashion industry (Paris Fashion Week) and free mass events (such as Shakira’s concert at the Zócalo, attended by 400,000 people) function as vectors for collective programming. Intense strobe lights, high-frequency sound waves, and entranced crowds alter brain states, thereby facilitating suggestibility. When something is offered “for free” on this scale, the actual



product consists of the attendees’ attention and energy. Concurrently, Satanic symbols—such as depictions of Baphomet appearing in the tattoos of young, successful public figures—are being normalized as forms of personal expression, while simultaneously being marketed as fashion statements or symbols of empowerment. Among the new generation of elite athletes (e.g., teenage medalists possessing exceptional physical capabilities), one observes the potential emergence of covert genetic modifications combined with early-life programming (including instances of abuse)—strategies designed to create idols capable of influencing the masses of youth.

El talón de Aquiles expuesto: Preguntas directas sobre “frazzledrip” en el Senado



Durante una audiencia pública, se interrogó formalmente a Hillary Clinton sobre el contenido del archivo “insurance” en el laptop de Anthony Weiner (excongresista), conocido como “frazzledrip”: un video extremadamente perturbador que habría sido analizado por detectives de Nueva York, provocando reacciones físicas severas (vómitos) en quienes lo vieron. El material implicaría actos rituales sádicos con menores.



La intervención inmediata de su abogada y la sonrisa tensa observada en Clinton indican reconocimiento del peligro existencial que representa esta línea de investigación. El tema, aunque sistemáticamente evadido o desmentido oficialmente, permanece como punto de máxima vulnerabilidad para figuras asociadas a redes de chantaje y abuso. Estos hilos convergen en un momento de división acelerada: entre quienes permanecen atados a ciclos kármicos de oscuridad y quienes avanzan hacia mayor autonomía y transparencia. La intensidad de los eventos sugiere que 2026 marca un punto de inflexión irreversible. La observación lúcida, el rechazo al miedo inducido y la sanación interna siguen siendo las herramientas más poderosas en este cruce histórico.

The Exposed Achilles’ Heel: Direct Questions Regarding “Frazzledrip” in the Senate.



During a public hearing, Hillary Clinton was formally questioned regarding the contents of the “insurance” file found on the laptop of former Congressman

Anthony Weiner—specifically, the item known as “frazzledrip.” This refers to an extremely disturbing video reportedly analyzed by New York detectives, which allegedly triggered severe physical reactions (including vomiting) in those who viewed it. The material is alleged to depict sadistic ritualistic acts involving minors. The immediate intervention of her attorney, coupled with the tense smile observed on Clinton’s face, signals a recognition of the existential threat posed by this line of inquiry. This subject—though systematically evaded or officially denied—remains a point of maximum vulnerability for figures linked to networks of blackmail and abuse.

These threads converge at a moment of accelerating division: between those who remain bound to karmic cycles of darkness and those who are moving forward toward greater autonomy and transparency. The intensity of current events suggests that 2026 marks an irreversible turning point. Lucid observation, a

rejection of fear-mongering, and inner healing remain the most powerful tools at this historical crossroads.



LA REVOLUCIÓN DIGITAL
NOS ADAPTAMOS A TU PRESUPUESTO
314-330-0454
www.redlatinastl.com



Maize & Wheat
Colombian Cafe
1912 S Brentwood Blvd Brentwood, MO, 63144
(314) 749-4778



Maize & Wheat
Colombian Cafe
1912 S Brentwood Blvd Brentwood, MO, 63144
(314) 749-4778



Maize & Wheat
Colombian Cafe
1912 S Brentwood Blvd Brentwood, MO, 63144
(314) 749-4778

Kansas City entre las ciudades del futuro en Estados Unidos

Kansas City Among America's Cities of the Future

Equipo Redacción Red Latina

Un estudio nacional sobre innovación urbana colocó a Kansas City, Missouri, dentro de las diez ciudades con mayor proyección de futuro en Estados Unidos. El análisis evaluó 124 ciudades utilizando indicadores como concentración de empresas tecnológicas, espacios verdes, oferta cultural y crecimiento del valor de las viviendas. Kansas City se posicionó en el décimo lugar con una puntuación de 68.46, destacándose por su combinación de desarrollo urbano, parques y crecimiento inmobiliario. *A national urban innovation study ranked Kansas City, Missouri among the top ten cities with the greatest future potential in the United States. The analysis evaluated 124 cities using indicators such as technology startup concentration, green spaces, cultural venues, and housing price growth. Kansas City secured the tenth position with a score of 68.46, standing*



out for its balance between urban development, parks, and housing market growth.

El primer lugar del ranking lo obtuvo Atlanta, Georgia, con una puntuación de 82.07 sobre 100. La ciudad destacó por su alta cantidad de parques —más de 112 por cada 100,000 residentes— y una sólida presencia de startups tecnológicas. Jersey City, Nueva Jersey, ocupó el segundo lugar con 79.57 puntos, mientras que San Francisco, California, quedó en tercer lugar con 76.99 puntos y la mayor concentración de startups tecnológicas del estudio. *Atlanta, Georgia ranked first with a score of 82.07 out of 100. The city stood out for its large number of parks—more than 112 per 100,000 residents—and a strong presence of tech startups. Jersey City, New Jersey took second place with 79.57 points, while San Francisco, California ranked third with 76.99 points and the highest concentration of tech startups in the study.*

El estudio también reveló que las ciudades que

combinan innovación tecnológica, espacios naturales y oportunidades culturales tienden a posicionarse mejor para el crecimiento a largo plazo. Otras ciudades dentro del top diez incluyen Pittsburgh, Boston, Washington D.C., Orlando, Seattle y Tampa. La presencia de dos ciudades de Florida en el listado refleja el creciente atractivo del estado más allá del turismo o las comunidades de retiro. *The study also found that cities combining technological innovation, natural spaces, and cultural opportunities tend to position themselves better for long-term growth. Other cities in the top ten include Pittsburgh, Boston, Washington D.C., Orlando, Seattle, and Tampa. The presence of two Florida cities on the list reflects the state's growing appeal beyond tourism and retirement communities.*

En contraste, algunas ciudades quedaron en los últimos lugares del ranking debido a la escasez de infraestructura cultural, espacios verdes y ecosistemas tecnológicos. Moreno Valley, California, ocupó el último puesto con apenas 13.42 puntos, seguido por Laredo

y McKinney en Texas. De hecho, Texas concentró cinco de las diez ciudades con peor desempeño en el estudio. *In contrast, several cities ranked at the bottom due to a lack of cultural infrastructure, green spaces, and technology ecosystems. Moreno Valley, California finished last with only 13.42 points, followed by Laredo and McKinney in Texas. In fact, Texas accounted for five of the ten lowest-performing cities in the study.*

Los investigadores concluyeron que las ciudades que invierten en innovación tecnológica junto con calidad de vida — como parques, arte público y espacios culturales— tienen mayores posibilidades de atraer residentes, empresas y crecimiento sostenible. El informe también destacó que muchas ciudades medianas superaron a grandes metrópolis, lo que sugiere que el tamaño no es el único factor determinante en el desarrollo urbano del futuro. *Researchers concluded that cities investing in both technological innovation and quality*



of life—such as parks, public art, and cultural spaces—are more likely to attract residents, businesses, and sustainable growth. The report also highlighted that many mid-sized cities outperformed large metropolitan areas, suggesting that size alone is not the defining factor for future urban development.

TRABAJOS * JOBS * TRABAJOS * JOBS

¿NECESITA AYUDA PARA SOLICITAR BENEFICIOS PÚBLICOS?

EL EQUIPO DE PUENTES SE ESPECIALIZA EN AYUDAR CON BENEFICIOS PÚBLICOS (DHS): SNAP, MEDICAID, TANF, WIC, VTTC Y MUCHO MÁS.

PUENTES DE ESPERANZA SPECIALIZES IN HELPING WITH PUBLIC BENEFITS (DHS): SNAP, MEDICAID, TANF, WIC, VTTC AND MUCH MORE.

NÚMERO DE OFICINA: 618-436-0419
NÚMERO DE CELULAR: 618-702-9132

ICIRR

Estamos Contratando

EMPLEADOS DE COCINA

TODAS LAS POSICIONES

Personas responsables, preferentemente bilingües
Ofrecemos entrenamiento, horario flexible e incentivos y sueldo según aptitudes
Disposición para trabajar en equipo

APLICA HOY E INICIA MAÑANA

6110 S Lindbergh Blvd, St. Louis, MO 63123
Llamar para concertar cita al 314-416-9991

WE'RE HIRING!

Check out what positions we have available at

MOCareers.Mo.Gov

"AT COMMERCE, I CAN BE BOTH A MOM AND A PROFESSIONAL."

- Christina A.
Consumer Servicing Risk Manager

It's more than you think.

GrowAtCommerce.com

Commerce Bank



Visualiza tu cirugía antes de operarte

Tecnología avanzada que te permite ver tus posibles resultados antes de tomar una decisión.

En **Aria Cosmetic Surgery**, podrás visualizar tu Aumento de Senos, Mommy Makeover o tu Liposucción con proyección hiperrealista. Más claridad, más confianza y, sobre todo, con más tranquilidad.

¡Verte genial no tiene que ser costoso!



VECTRA



Agenda tu consulta **GRATUITA** y accede a este exclusivo beneficio en:

www.ariacosmeticsurgery.com

¡Financiación disponible!



CIRUJANOS PLÁSTICOS CERTIFICADOS



Síguenos en:

Estamos ubicados en:

675 Old Ballas Rd Suite 200,
Creve Coeur MO 63141
(314) 876-8570

CONFIANZA * EXPERIENCIA * CONOCIMIENTO

Lo que Usted busca en un abogado
Lo que Usted merece para sus asuntos legales
Accidentes y Lesiones: Laborales y Automotrices
Inmigración: Base Familiar, Trabajo, Ciudadania, TPS
Delitos: ayores y Menores, Ordenes de Arresto
Tickets: de toda clase, inclusive Manejar Ebrio (DWI)

Consulta Inicial Gratis
(314) 645-7900



Richard Hein

www.heinlegal.com



THE HEIN LAW FIRM, L.C.

ATTORNEYS AND COUNSELORS AT LAW | ABOGADOS

2001 South Hanley Rd., Ste. 100 • St. Louis, Missouri 63141

Higueyana Services, LLC

MARIA POURIET
LICENCIADA EN CONTABILIDAD

NUESTROS SERVICIOS

- Income Taxes
- W7 (ITIN)
- Nóminas - 1099
- Formas de Inmigración y mucho más



¡Llámanos Ahora!
314-942-3131



higueyana.com