

Wolfhounds Legacy honra la Independencia salvando dos vidas a la vez

Celebrando la Libertad y el Servicio en el 4 de Julio

Al reunimos este 4 de Julio para celebrar la independencia de Estados Unidos, resulta imprescindible reconocer a los veteranos que han contribuido a la libertad. Una forma pequeña, pero poderosa de honrar su servicio es mediante organizaciones como Wolfhounds Legacy. Su labor recompensa a los veteranos al brindarles perros rescatados, entrenados como compañeros de servicio.

Fundada en diciembre de 2016, Wolfhounds Legacy constituye una organización sin fines de lucro 501(c)(3) cuya misión es salvar dos vidas a la vez: la de un veterano y la de un perro rescatado. Cuando las tasas de suicidio entre veteranos promediaban 18 muertes por día, esta organización tomó una postura valiente, no con medicamentos, sino con compañía leal.



Nacidos el Día de la Independencia



Bodie en entrenamiento



Miss Independence de cachorra

Como tributo simbólico a su misión, dos de los perros de servicio de Wolfhounds Legacy nacieron el 4 de julio:

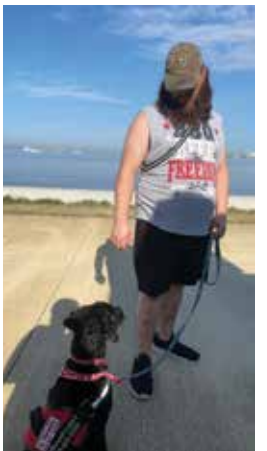
- Miss Independence, una Cane Corso nacida el 4 de julio de 2022
- Bodie, un Doodle nacido el 4 de julio de 2024

Estos cachorros patrióticos representan la libertad y sanación que surge del vínculo único entre un veterano y su perro de servicio.

Josh y Bodie: Una Historia de Sanación

El veterano Joshua Collins comparte su historia de transformación gracias a su perro Bodie:

“Antes de tener a Bodie, mi estancia en el Ejército me había



Wolfhounds Legacy honra en la página 4

Recuerda cuando...

Breve historia sobre Cape Coral y su desfile del 4 de julio

Primeros años

El desfile del 4 de julio en Cape Coral se remonta a los primeros años del desarrollo de la ciudad. En 1957 se fundó Cape Coral y, para la década de 1970, comenzaron a tomar forma las celebraciones comunitarias del Día de la Independencia, que incluían reuniones vecinales, pequeños desfiles y fuegos artificiales.

El desfile fue creciendo a medida que la población de la ciudad aumentaba. De esta manera atraía también a familias, organizaciones locales, grupos de veteranos, empresas y bandas escolares.

Organizado por la Ciudad

La Ciudad de Cape Coral comenzó a organizar y apoyar oficialmente el Desfile del 4 de Julio y las festividades

circundantes en años posteriores, integrándolo a la celebración más amplia de Rojo, Blanco y ¡BOOM!

Normalmente, el desfile se lleva a cabo la mañana del 4 de julio, recorriendo Cape Coral Parkway, e incluye:

- Carrozas
- Bandas de música
- Dignatarios locales y veteranos
- Autos clásicos y vehículos de emergencia
- Grupos de baile, exploradores y organizaciones comunitarias

¡Rojo, Blanco y BOOM!

Uno de los eventos, de un solo día, más grandes del suroeste de Florida, ¡Rojo, Blanco y BOOM!, se celebra la noche del 4 de julio, con música en vivo, puestos de comida y un enorme espectáculo de fuegos artificiales sobre el río Caloosahatchee.

Si bien el desfile da inicio a las celebraciones del día, ¡Rojo, Blanco y BOOM! sirve como gran final, atrayendo a decenas de miles de asistentes durante la tarde y la noche.



Desfile en Cape Coral Parkway durante 1976. Ubicación del edificio: 1031 Cape Coral Pkwy., E.

Recuerda cuando... en la página 4

Key Food FRESH

(239)800-5249
@KeyFoodCapeCoral

TU CULTURA, TU COMIDA, TU MERCADO

Camina por nuestras secciones y revive los recuerdos, las recetas y los aromas que te hacen sentir en casa.

Detalles en las páginas 8 y 9.

HORARIO

7 Días de la semana

7:30 a.m. - 9:00 p.m.

Visítanos en

110 NE 2nd Pl,
Cape Coral, FL 33909

Rynski Reporta:

En busca del equilibrio entre el trabajo y la vida

Por Ryn Gargulinski [Rynski]

Si hacemos cuentas, percibiremos que todo está patas arriba. Cuando decimos “todo” se trata del equilibrio entre el trabajo y la vida, y no cuadra si definimos “equilibrio” como la necesaria equidad entre el tiempo dedicado al trabajo y al ocio.



Porque la suma del horario laboral convencional de tiempo completo nos da cinco días de trabajo y solo dos de descanso en una semana de siete días. Desde ahí ya estamos perdiendo. Un equilibrio real implicaría dividir la semana en partes iguales: 3.5 días de trabajo y 3.5 de descanso, ¿no?

Pero si ese medio día laboral invade nuestros días libres, puede arruinar el ánimo. Consigue robarnos esas mágicas mañanas de playa y naturaleza o, si trabajamos por la tarde o noche, colgarse sobre el día como un globo tóxico a punto de explotar.

¿Y por qué el tiempo que tardamos en alistarnos y llegar al trabajo tiene que salir de nuestros momentos libres? Para que esta fórmula funcione, deberíamos contar como horas laborales el preparar el almuerzo, empacar la laptop y revisar los 27 atuendos casi idénticos para elegir “el adecuado”.

El tiempo de traslado definitivamente va en la columna del trabajo, al igual que cualquier actividad entre dos bloques laborales; como el almuerzo, por ejemplo.

Y no olvidemos esas incontables horas previas o después del trabajo, los fines de semana o justo antes de dormir, invadidas por pensamientos laborales: lo que hizo ese cliente la semana pasada, discusiones imaginarias con el jefe, o el dilema de qué ropa resulta la apropiada para usar mañana.

Si sumamos todo, muchos estamos “trabajando” todos

los días, a todas horas. Si hasta soñamos con el trabajo; ¡no descansamos, ni siquiera dormidos!

No es de extrañar el número de personas que anda por ahí tan malhumorada.

Visto así, el equilibrio entre trabajo y vida simplemente no existe. Claro, podríamos hablar de soluciones superficiales como no contestar llamadas después de las 7 p.m. o agendar más “tiempo para mí”.

Pero la verdad es que TODO el tiempo es “nuestro tiempo”. Al entender esto, podemos replantear el concepto de equilibrio. No se trata de dividir el tiempo en partes iguales, sino de sentirnos plenos, felices y realizados sin importar lo que estemos haciendo, y siempre dejar espacio para lo que realmente importa.

El autocuidado es esencial y pocos le otorgan la merecida importancia. A menos que queramos terminar como esas personas malhumoradas. Reír, pensar, crecer, celebrar... también resultan necesarios y pudieran concretarse mientras trabajamos, si disfrutamos nuestro empleo.



Como escritora, artista y creadora de toda la vida, me da cuenta de que técnicamente siempre estoy trabajando. Las ideas creativas no se detienen cuando marco la salida. Pero también descubrí que mi trabajo es, en gran parte, un juego que disfruto.

El truco no está en forzar un horario imposible dentro de una fórmula, sino en cambiar por completo la mentalidad sobre lo que significa el equilibrio.

¿Te estás divirtiendo? ¿Reservas tiempo para lo que realmente nutre tu cuerpo, mente y alma? ¿Tu trabajo aporta a tu propósito de vida?

Entonces ya tienes dominado esto del equilibrio. Date una palmadita en la espalda. Y si además te pagan por el trayecto al trabajo, ¡date otra de mi parte!

Ryn Gargulinski [Rynski] es una escritora, artista, conferencista y sanadora independiente radicada en Cape Coral, apasionada por entretener e inspirar. Ha publicado más de 10 libros y ha recibido múltiples premios. Posee una Licenciatura en Escritura Creativa, una Maestría en Literatura Inglesa, ordenación ministerial y certificaciones en Reiki y coaching. Fundadora de la comunidad Sanctuary of the Wild Souls, Rynski vive con sus dos perros felices, un esposo igualmente feliz y demasiados cristales. Más información en RynskiLife.com. Contacto: Rynski@RynskiLife.com.

Wolfhounds Legacy honra de la página 1

dejado cicatrices físicas y mentales. Pasé alrededor de cinco meses en un refugio para personas sin hogar después de intentar quitarme la vida. Alguien me habló de Wolfhounds Legacy y de su ayuda a veteranos como yo, entrenando a perros de servicio.

Desde el día en que recibí a Bodie, todo cambió. No es solo un perro de servicio, es mi mejor amigo, mi compañero y la razón por la que me levanto cada mañana. No me juzga por mi pasado. Sabe cuál es su misión: ayudarme a disipar la oscuridad dentro de mí. Y durante casi un año, ha hecho un trabajo increíble. “Honestamente, no sé dónde estaría sin Bodie. Mi salud mental está mejor que en años. Estoy profundamente agradecido con el equipo de Wolfhounds Legacy. No podría haber pedido un mejor compañero que Bodie.”



En la clínica veterinaria para una revisión

¿Cómo Funciona?

Wolfhounds Legacy rescata perros de refugios o entornos difíciles y los entrena, de manera gratuita, como animales de servicio para veteranos. Cada emparejamiento incluye:

- Un perro rescatado
- Equipo de entrenamiento
- Atención veterinaria
- Entrenamiento profesional durante 7 a 8 meses

Cada perro de servicio se entrena para aprobar tres pruebas del American Kennel Club (AKC) y realizar tres tareas personalizadas que apoyan las necesidades específicas del veterano. Estas tareas brindan apoyo emocional y ayuda práctica, restaurando la independencia, la confianza y la conexión.

Únete a la Misión

Wolfhounds Legacy prospera gracias al apoyo comunitario. Si deseas ayudar a crear más emparejamientos que cambian vidas, puedes hacer donaciones a través de:

PayPal: @wolfhoundslegacy
Venmo: @WLC229

Si eres veterano y necesitas un perro de servicio, o conoces a alguien que podría beneficiarse, visita WolfhoundsLegacy.org y completa una solicitud.

Recuerda cuando... de la página 1

Orgullo y patriotismo comunitario

El desfile refleja el fuerte sentido de orgullo cívico de Cape Coral, honrando a los militares y celebrando la independencia del país.

También ofrece una oportunidad para que empresas locales, organizaciones sin fines de lucro y clubes interactúen con la comunidad en un ambiente festivo y familiar. Más que un simple desfile, es una muestra de la unidad, la libertad y la tradición de Cape Coral.

Acerca del Museo de Historia de Cape Coral

Desde su creación en 1987, el Museo de Historia de Cape Coral se ha dedicado a descubrir, preservar y compartir la historia de Cape Coral a través de sus archivos, exhibiciones y programas públicos. El museo es el repositorio oficial de la historia de Cape Coral y sirve como recurso público para todos los sectores de la comunidad local, así como para turistas internacionales y estadounidenses. Administrado por la Sociedad Histórica de Cape Coral, el museo exhibe artefactos, documentos y fotografías relacionados con la historia de Cape Coral y el suroeste de Florida.



Desfile del 4 de julio en Cape Coral: una fusión de imágenes entre 1976 y hoy

Horario: Miércoles, jueves y viernes, de 11:00 a. m. a 4:00 p. m., Sábados, de 10:00 a. m. a 2:00 p. m. Cerrado domingos, lunes y martes.

Entrada: Adultos \$10, mayores de 62 años \$5, militares \$5, estudiantes \$3, niños menores de 5 años gratis.

Museo de Historia de Cape Coral, 544 Cultural Park Blvd., Cape Coral, FL 33990, (239)772.7037, capecoralmuseum.org.



Se acerca la temporada de huracanes: ¿está preparado?

THE CAPE CORAL SUN

www.mycapacoralsun.com

Editor

Coastal Media Communications, LLC

Editor/Propietario Joe Yapello
publisher.ccsun@gmail.com, (239) 770-8284
Editor/Propietario Bonnie Yapello
bonniey.ccsun@gmail.com, (239) 464-3731
Editora Sherry Whalon
capecoralsuneditor@gmail.com
Reportera en Español Mavis Ibarra
mavis.ibarra.ccsun@gmail.com
Director de ventas de publicidad Kelsey Crandell
kelseykrandell.ccsun@gmail.com (239)313-3739
Columnista/Reportera Ryn Gargulinski
ryngargulinski.ccsun@gmail.com
Webmaster/Diseño de anuncios Mandy Carter
mandymichellecter@gmail.com

Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción o utilización de dichos contenidos en cualquier forma por cualquier medio electrónico, mecánico o de otro tipo, incluidas la xerografía y la fotocopia, sin el permiso por escrito del editor. El Editor no se hace responsable de la información errónea o de las erratas contenidas en este documento y se reserva el derecho de aceptar o rechazar todas las copias que se consideren inadecuadas para su publicación. Coastal Media Communications, LLC no respalda ninguna publicidad en lo que se refiere a las comunidades.

Escritores colaboradores

Ed Estes, Aventurero Culinario edestesjr@gmail.com
Judy Calla, Cape Coral Art League capecoralarleague.org
Mandy Michelle Carter info@mandydoesmarketing.com
Alguacil Carmine Marceno, Oficina del Alguacil del Condado de Lee www.sherifflee.org, www.facebook.com/sherifflee
Monica Rahman, Amigos de la Biblioteca de Cape Coral monica4608@comcast.net
Capitan. Bill Russell, Atrapa la acción www.fishpineisland.com, (239) 410-8576
Karen Ryan, Directora de Relaciones Públicas LCEC www.lcec.net, Karen.Ryan@lcec.net

Para consultas sobre publicidad, por favor, comuníquese con Joe Yapello al (239) 770-8284. Para publicidad en español, puede contactar a Mavis Ibarra al (786) 506-9731.

El canto de la libertad

Por Mavis Ibarra,
Reportera

A propósito de este mes en el cual los norteamericanos celebran con júbilo y fuegos artificiales el Día de la Independencia, he meditado mucho acerca del significado de esa palabra y su inexorable vínculo con la libertad.



Un derecho muchas veces limitado en nuestros países de origen, y el sueño tras el cual la mayoría de nosotros dejamos atrás seres queridos, cultura y nos aventuramos en un viaje con la nostalgia colgada de la maleta.

Esa facultad natural de actuar según la voluntad propia, sin ser sometidos a imposiciones externas, resulta una condición indispensable no solo para los seres humanos, sino para numerosos animales, también negados al cautiverio.

Nuestros países poseen una amplia representación de estas especies, sobre todo entre las aves. Por ejemplo: el águila real de México, vinculada a la soberanía, el cóndor andino que habita Colombia, Chile, Perú, Bolivia y Ecuador, así como el quetzal, ave nacional de Guatemala y símbolo de libertad absoluta, adorado en la mitología maya.

En Cuba poseemos el loable ejemplo del tocororo que vive en parajes frondosos de las montañas en la Isla, donde los árboles respiran la neblina del alba. Su plumaje es tan vibrante que aparenta llevar el amanecer en el pecho y el crepúsculo en las alas. Campesinos de estas zonas de Cuba dicen que su canto es distinto al de otras aves, porque evoca una nostalgia antigua y la rebeldía de quien ha nacido para volar.

En una ocasión un coleccionista, cautivado por su belleza, quiso llevarse un tocororo consigo para adornar de exotismo su jardín. Ofreció unas monedas a un joven del pueblo, quien se sintió tentado y sin pensarlo mucho, atrapó al pájaro, que bebía rocío entre las hojas de un guayabo.

Lo encerraron en una jaula brillante, amplia y con abundante alimento de frutas frescas. Pero el ave dejó de cantar. Sus plumas se tornaron opacas y sus ojos antes vivaces se hundieron en la tristeza.

El coleccionista le puso música, grabaciones del bosque, ni siquiera el trino de otros pájaros logró animarlo. Así transcurrieron los días hasta que una noche, el joven que lo había capturado se acercó a la jaula. Miró al tocororo durante un rato mientras recordaba las palabras de su abuelo: "la libertad es sagrada y la vida sin ella no tiene ningún valor"

Con manos temblorosas y bastante vergüenza abrió la jaula.

El tocororo no huyó de inmediato. Saltó al borde de la jaula, lo miró con una mezcla de tristeza y perdón... y entonces, alzó el vuelo. Subió alto, hasta perderse entre los árboles, y dejó escuchar nuevamente su canto.

Desde entonces, se dice que cuando un tocororo deja de cantar, es porque su alma está encerrada. Y que no existe jaula, capaz de contener el espíritu de quien nació libre.

El tocororo no muere simplemente por estar en cautiverio, sino porque deja de ser. Su canto silenciado y sus alas inmóviles representan algo más grande: la negación de la esencia. Así también ocurre con los pueblos colonizados, oprimidos o silenciados.

Cada intento de encerrar al tocororo se asemeja a los sistemas que buscan domesticar culturas, controlar voces, imponer límites al pensamiento y a la identidad. Y al igual que el ave, los pueblos sometidos comienzan a perder color, fuerza y canto... hasta que un día, en un gesto de coraje o dignidad, se abre la jaula.

La independencia, entonces, no se limita solo a un acto político o militar. Constituye una forma de recuperar el canto, de reconstruir el vuelo, de volver a ser. Es resistencia. Es memoria. Es volver al aire libre con plumas propias.

Y lo más bello: así como el tocororo inspira con su canto tras ser liberado, los pueblos que han conquistado su libertad se convierten en símbolos vivos para otros.



Su historia, como su vuelo, trasciende fronteras.

Mavis Ibarra se graduó como periodista en 2007 desde entonces ha incursionado de manera exitosa en varios medios de comunicación. En ellos ha escrito sobre tópicos diversos, aunque sobresalen sus aportes a los temas culturales y medioambientales. Durante su trabajo de redactora reportera de prensa también ha colaborado como guionista de programas de radio y televisión destinado a diferentes públicos. Entre sus preferencias personales están el disfrute de la naturaleza y el mar, le encanta bailar, escuchar música y compartir en familia.

Sudoku

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

Respuesta en esta edición

Home Helpers Home Care

cuida a la más grande generación...la tuya

Su familia y usted merecen el mejor cuidado a domicilio. Estamos a su disposición 24/7, cuándo y dónde nos necesite.

- Limpieza básica
- Baños/Higiene personal
- Preparación de alimentos
- Recogida de recetas médicas
- Acompañamiento a citas médicas
- Transportación
- Lavandería
- Compras en los mercados
- Servicio de mandados
- Beneficios a los Veteranos del Ejército
- ¡Y mucho más!

Recibe un descuento si mencionas este anuncio

¡Contratamos cuidadoras!



Propietario Dennis Agrusti
(239) 347-9187

www.HomeHelpersHomeCare.com/Fort-Myers
4637 Vincennes Blvd., Suite 3 • Cape Coral, FL 33904

Lic # HHA #299994834 Sistemas de Franquicias, Inc. Propietario e Información Confidencial del Sistema de Franquicias de H.H, Inc. Todas las oficinas son propiedad privada y operadas independientemente.



Facilitando su vida

LCEC fortalece la red e insta a la comunidad a revisar sus planes ante tormentas

Por Karen Ryan, APR, CPRC – Directora de Relaciones Públicas de LCEC



El inicio de la temporada ciclónica nos recuerda cómo las comunidades del suroeste de Florida han superado desastres anteriores. Prepararse para la presente temporada marca la diferencia para evitar eventos desafortunados. Después de cada tormenta, las empresas de servicios públicos identifican áreas de mejora para afrontar el próximo desafío. Las cooperativas eléctricas son creadas por la comunidad, centradas en la comunidad y orientadas a servir a sus miembros.

Los propietarios de negocios y viviendas también pueden prepararse si se aproxima una tormenta esta temporada. Resulta necesario realizar anualmente al menos un simulacro de tormenta, revisar los planes de contingencia y asegurarles los suministros a sus familias y empleados. La Cooperativa Eléctrica del Condado de Lee (LCEC por sus siglas en inglés) trabaja con el propósito de disminuir el tiempo sin electricidad, en caso de ser afectados por una tormenta. LCEC tiene acuerdos con el personal y dispone de recursos necesarios para una restauración efectiva del servicio. Igualmente, ejecuta continuamente medidas rentables para reforzar la red. En lo que va de año, LCEC ha trabajado en la inspección de postes eléctricos, su reemplazo y mejora con el objetivo de instalar la tecnología que facilitará la restauración del servicio eléctrico. LCEC ha podado proactivamente kilómetros de vegetación cerca de las líneas eléctricas para prevenir la causa más común de interrupciones del servicio.

Visite FloridaDisaster.org para obtener información sobre cómo preparar a su familia o negocio para este tipo de eventos. También coménteles a sus familiares y vecinos su plan para mantenerse a salvo ante la amenaza de una tormenta. Inspeccione las posibles debilidades en su hogar o negocio y podela vegetación alrededor de su casa. Además, manténgase conectado con LCEC a través de sus redes sociales para obtener noticias y actualizaciones sobre tormentas y temas relacionados. Visite www.lcec.net/my-reliability/storm-center.

Infraestructura eléctrica: El impulso silencioso del progreso en Cape Coral

Detrás de toda comunidad próspera hay una red eléctrica sólida y confiable. A medida que Cape Coral continúa creciendo, también lo hace la demanda de electricidad. Nuevas viviendas, escuelas, comercios, restaurantes, negocios en expansión y tecnologías emergentes funcionan gracias a la cooperativa eléctrica local, LCEC (Cooperativa Eléctrica del Condado de Lee, LCEC). A través de las tarifas eléctricas, los residentes y propietarios de negocios, miembros de la cooperativa, garantizan que la red se mantenga fuerte y que la energía confiable esté siempre disponible.

Invertir en infraestructura eléctrica no se trata solo de mantener las luces encendidas: se trata de impulsar oportunidades. Nuevas subestaciones, postes y cables modernizados, y tecnología de red inteligente ayudan a asegurar una red resiliente, reducir interrupciones y fomentar el desarrollo económico. También sientan las bases para futuras innovaciones, como avances médicos, programas ecológicos accesibles, viviendas asequibles y laboratorios móviles de aprendizaje.

La energía confiable es la columna vertebral del progreso. Cuando se planificaron las primeras seis casas modelo en Cape Coral en 1957, la infraestructura eléctrica fue lo primero, abriendo paso a lo que hoy es una ciudad en auge. A medida que la red eléctrica se fortalece e innova, se abren puertas al crecimiento, la creación de empleos y una mejor calidad de vida.

Las empresas de servicios públicos trabajan con años de anticipación, planificando las necesidades del mañana mientras mantienen la confiabilidad de hoy. Las inversiones en infraestructura pueden no ser siempre visibles, pero son esenciales: fortalecen la resiliencia, atraen nuevas industrias

y respaldan las comodidades y necesidades modernas.

Karen Ryan, APR, CPRC, es Directora de Relaciones Públicas de LCEC. Forma parte del equipo desde 1997 y ha escrito durante décadas sobre seguridad energética, ahorro y cooperativas eléctricas. LCEC presta servicio a casi 250,000 miembros en seis condados y ha suministrado electricidad en Cape Coral desde 1958. Karen forma parte de las juntas directivas de United Way de Lee, Hendry y Glades, y de Edison & Ford Winter Estates. También ha sido miembro de la Cámara de Comercio de Cape Coral, presidenta de la Asociación de Relaciones Públicas de Florida y del Festival Edison Festival of Light, y presidenta de campañas de la American Heart Association y United Way.



www.lcec.net

How LCEC Prepares for Storm Season

Hurricane season runs from June through December. For LCEC, preparation happens year-round. Storm hardening to maintain a resilient grid is part of the plan and employees are trained and ready to respond if needed.

<p>1.</p> <p>Grid Resilience</p> <p style="font-size: x-small;">Year round routine maintenance and inspection of infrastructure helps to identify and address potential issues and build a resilient grid. Upgrades and new construction enhance reliability and storm readiness.</p>	<p>2.</p> <p>Vegetation Management</p> <p style="font-size: x-small;">Proactive circuit-trimming and vegetation management helps to minimize the risk of storm-related outages due to falling branches or contact with power lines.</p>	<p>3.</p> <p>Response Plan</p> <p style="font-size: x-small;">The LCEC plan is adjusted and reviewed before, during, and after a storm to guarantee the most efficient and safest process for restoring power after a crisis.</p>
<p>4.</p> <p>Supply Chain Procurement</p> <p style="font-size: x-small;">Essential and specialized equipment and materials including excavators, trench machines, poles, transformers, wire, and fuel are secured prior to storm season.</p>	<p>5.</p> <p>Mutual Aid</p> <p style="font-size: x-small;">LCEC partners with contractors, cooperatives, investor-owned utilities, and suppliers across the nation to share resources and during emergencies, resources are pre-staged to be available as soon as it is safe to work.</p>	<p>6.</p> <p>Employee Training & Readiness</p> <p style="font-size: x-small;">Ongoing training for employees means readiness to respond to every situation. Training and exercises include response, safety, equipment, and technology.</p>
<p>7.</p> <p>Communication & Outreach</p> <p style="font-size: x-small;">Communicating before, during, and after the storm using multiple channels and being available ensures members stay informed.</p>	<p>8.</p> <p>Monitoring Weather</p> <p style="font-size: x-small;">Closely monitoring weather conditions utilizing tools and meteorologists helps to determine needed resources and be ready before the storm arrives.</p>	<p>9.</p> <p>Restoration Prioritization</p> <p style="font-size: x-small;">The plan calls for restoring critical infrastructure, essential services, the greatest number of customers, isolated pockets, and then individual services.</p>

SOPA DE PALABRAS

L	B	E	R	T	A	D	A	U	N	I	C	I	A	J
P	U	E	B	L	O	U	N	I	O	N	Í	I	H	F
H	I	S	T	O	R	I	A	D	E	R	E	C	H	O
E	S	P	E	R	A	N	Z	A	F	U	T	U	R	O
R	E	S	P	E	T	O	E	S	P	A	Z	C	D	E
L	U	C	H	A	I	D	E	N	T	I	D	A	D	C
C	U	L	T	U	R	A	S	O	B	E	R	A	N	Í
I	G	U	A	L	D	A	D	G	U	A	L	D	A	D
I	G	U	A	L	D	A	D	E	C	H	A	O	A	A
I	G	U	A	L	D	A	D	D	E	C	H	A	O	A
I	G	U	A	L	D	A	D	E	C	H	A	O	U	G
S	O	B	E	R	A	N	Í	A	C	U	L	T	U	R
S	O	B	E	R	A	N	I	A	I	U	A	L	D	A
I	G	U	A	L	D	A	D	A	C	E	C	H	A	O

LIBERTAD JUSTICIA PUEBLO
UNIÓN HISTORIA DERECHOS
ESPERANZA FUTURO RESPETO
PAZ LUCHA IDENTIDAD
CULTURA SOBERANÍA IGUALDAD

mantente a salvo

Carta a los lectores

Queridos lectores:

En la página 10 de *The Cape Coral Sun* en español les presentamos Sabores de Nuestros Pueblos, una sección dedicada a celebrar la herencia culinaria que une y distingue a nuestras comunidades hispanoamericanas.

Aquí no solo compartiremos recetas; daremos voz a nuestras raíces. Cada plato, cada ingrediente, cada historia de cocina, constituye un puente entre generaciones, un eco de nuestras abuelas, mercados, festividades y paisajes. Desde los aromas caribeños hasta la calidez de los fogones andinos, esta sección será un retrato de lo que somos y de todo lo que seguimos siendo.

Queremos que Sabores de Nuestros Pueblos sea una mesa abierta, donde podamos reencontrarnos con lo nuestro y saborear juntos la identidad que nos une desde México

hasta Argentina, desde Cuba hasta Bolivia, y más allá.

Otro de nuestros propósitos es convertirnos en una guía de sabores para los hispanohablantes que residen en Cape Coral, así como para sus visitantes. Descubrir los rincones de nuestra ciudad donde conectar con la cocina tradicional de nuestras tierras. Pretendemos que esta sección sirva como un mapa de identidad y sabor: un camino que nos conduzca al reconocimiento, al orgullo y al encuentro con lo nuestro.

En nuestra primera sección, celebramos uno de los mayores orgullos de la cocina peruana: el ceviche. Compartimos su receta en honor al Día Nacional del Ceviche, conmemorado cada 28 de junio, fecha que rinde homenaje al plato bandera de la gastronomía peruana. La Unesco lo ha reconocido como Patrimonio Cultural Inmaterial de la

Humanidad, y sus raíces se remontan a la ancestral cultura Moche, que ya marinaba pescado con jugos ácidos y ají.

Y la celebración continúa. Se aproxima otra fecha fundamental para los peruanos: el 28 de julio, día en que se conmemora la proclamación de la independencia del Perú, un momento clave en la historia que une a todo el país en una festividad cargada de identidad y orgullo nacional.

¿Tienes una receta tradicional? ¿Un platillo que te transporte a tu tierra? Envíanos tu historia a mavisibarra.ccsun@gmail.com.

Juntos construiremos un mosaico de sabores, memorias y orgullo.

Con afecto y sabor,
Mavis Ibarra

Amigos de la Biblioteca de Cape Coral

Exposiciones programadas en la galería de arte de la Biblioteca de Cape Coral – Verano y principios de otoño

Las exposiciones rotativas en la amplia galería de arte de la biblioteca de nuestra ciudad



son patrocinadas por los Amigos de la Biblioteca de Cape Coral (FOCCL) y tienen como objetivo brindar al público la oportunidad de disfrutar del talento de artistas locales. La biblioteca está ubicada en el 921 SW 39th Terrace, cerca de Mohawk Parkway. Las exposiciones estarán abiertas durante el horario habitual. Para más información, contacte a la presidenta de la galería, Monica Rahman, al correo gallery@capefriends.org o visita www.capefriends.org. También puede seguir a “Friends of the Cape Coral Library” en Facebook.

Exposición individual de pinturas de Robert Bozek– del 8 de julio al 28 de agosto

Más de 40 pinturas del artista Robert Bozek, en diversos tamaños, están en exhibición en la galería de arte de la biblioteca. Las obras más grandes decoran las paredes, mientras que las más pequeñas figuran en tres vitrinas iluminadas. Muchas de las piezas de Bozek corresponden a las series temáticas: El Mago de Oz (con el Camino Amarillo, la Bruja Malvada, etc.), Flores, Viajes y Abstractos. También se destacan entre sus temas favoritos: faros y paisajes marinos.

Robert Bozek conocido como “Capitán Bob”, nació y vivió durante, varios años en Nueva York. Actualmente mantiene su hogar y estudio en Cape Coral. Sus obras han sido ampliamente exhibidas y vendidas en los Hamptons de Nueva York. A lo largo de sus 90 años, ha trabajado durante 43 como jefe de diseño en el periódico *Newsday* y capitán de barco con licencia de 100 toneladas. Su pasión



Painting by Robert Bozek

por la pintura comenzó a los 12 años y nunca se detuvo. Fue el primer estudiante de arte en su escuela secundaria, donde lo apodaron “el Rembrandt de Oceanside”.

Tras décadas de exhibiciones en Nueva York, constituye un honor contar con la obra de Robert Bozek en la galería de la Biblioteca de Cape Coral, y se espera verla pronto en otros espacios locales.

Obras de los miembros de DASF– del 4 de septiembre al 30 de octubre

Una amplia variedad de obras bidimensionales y tridimensionales creadas por miembros de Los Artistas Dedicados del Suroeste de Florida Inc (DASF por sus siglas en inglés) llenará las paredes y vitrinas de la biblioteca. Por octava ocasión el club artístico local expone en dicho espacio. Los miembros han trabajado en nuevas piezas, por lo que la diversidad de estilos y superficies resultará notable esta vez. La exposición siempre constituye una de las más esperadas por los visitantes.

¡Todos son bienvenidos! Reunión general – sábado 26 de julio

Todos están invitados a la reunión general de los Amigos de la Biblioteca de Cape Coral el sábado 26 de julio. La sesión de la mañana comenzará a las 9:30 a.m. con café, té, refrigerios ligeros y un momento social. La parte administrativa iniciará a las 10:00 a.m., seguida del programa especial. Las reuniones generales de FOCCL son gratuitas y abiertas al público. Tienen lugar en la sala de reuniones principal de la Biblioteca de Cape Coral, ubicada en el 921 SW 39th Ter. Puedes asistir con uno o dos invitados si lo deseas.

Programa de julio: “Libros que hemos leído”

Esta actividad tradicional es una de las más populares. Los asistentes se sientan alrededor de una mesa redonda, comparten libros que han leído recientemente y recomiendan los mejores. Cada persona puede hablar de uno o dos libros, o más, si alcanza el tiempo. ¿Te da pena hablar en público? No te preocupes, el ambiente es amigable y también puedes simplemente escuchar.

Para más información, visita www.capefriends.org y síguelos en Facebook.

Roman Roofing: un lugar de trabajo basado en la excelencia y el espíritu de equipo

En Roman Roofing Inc., la base del éxito no reside solo



en los techos que construyen, sino en las personas que conforman la empresa. Conocido por sus excelentes servicios de techado, Roman Roofing es igualmente celebrado como un lugar de trabajo de primer nivel, donde los empleados son valorados, apoyados y motivados para distinguirse.

El equipo de atención al cliente de la empresa ejemplifica este espíritu. Allí trabajan Marina García, Erica Masser, Ashley Lehmann y Keven Turnbull conocido como “The Bull”, a quienes hacemos justicia al extenderles nuestro agradecimiento. Este grupo dinámico de profesionales es una de las fuerzas impulsoras detrás del enfoque centrado en el cliente de Roman Roofing. Como primer punto de contacto para muchos clientes, el equipo de ventas internas combina el conocimiento experto con un cuidado genuino para guiar a los propietarios de viviendas y empresas a través del proceso de techado sin enfrentar contratiempos.

Roman Roofing fomenta una cultura de colaboración e innovación. Los miembros del equipo reciben oportunidades de desarrollo profesional continuo para mantenerse a la vanguardia en una industria en constante evolución. Las sesiones de formación periódicas y los eventos de equipos cultivan un lugar de trabajo en el que los empleados se sienten seguros e inspirados.

El compromiso de la empresa con su gente va más allá del desarrollo profesional. Roman Roofing es conocida por sus políticas centradas en los empleados, que ofrecen una compensación competitiva, beneficios integrales y un equilibrio positivo entre el trabajo y la vida personal. El equipo de liderazgo prioriza la comunicación abierta, asegurando que todas las voces sean escuchadas y valoradas.



“Nuestro equipo de atención al cliente es el corazón de nuestra organización. Desempeñan un papel fundamental en la prestación del excelente servicio por el que Roman Roofing es conocido”, dice Jayson Rogers, Gerente de Ventas. “Su dedicación, experiencia y trabajo en equipo es lo que nos distingue en la industria”.

En Roman Roofing, los empleados no son solo parte de una empresa, constituyen parte de una familia. Es un lugar donde se construyen carreras, se nutren los talentos y se celebran las contribuciones. ¿Estás interesado en unirse a un lugar de trabajo que realmente se destaque? Roman Roofing es el lugar adecuado.

Roman Roofing, 921 NE 27th Ln, Cape Coral, FL 33909, www.romanroofing.com, (239) 458-7663.



Art & Motion Studio abre sus puertas al arte, la disciplina y la comunidad

Cape Coral suma arte y movimiento a su panorama cultural con la apertura de un nuevo espacio para el ballet clásico y el pilates mat. Art & Motion Studio, inaugurado el pasado 16 de mayo en 4536 SE 16th Pl., abre sus puertas a niños desde los 3 años y adultos de todas las edades, combinando disciplina física y expresión artística en un entorno inclusivo.

El centro ofrece instrucción profesional en técnica clásica del ballet, basada en fundamentos anatómicos y estilísticos, así como clases de pilates mat orientadas al fortalecimiento muscular profundo, alineación postural y respiración controlada. La propuesta se adapta a distintos niveles y objetivos físicos.

Las clases para niñas se organizan en cuatro grupos etarios fundamentales, que abarcan desde la etapa inicial de preparación, pensada para introducir a los estudiantes en el universo del ballet, hasta niveles avanzados que los capacitan para el ingreso a compañías o la continuidad en el ámbito profesional.

Para adultos, las clases no contemplan límite de edad y se enfocan en disciplinas como stretching, pilates y ballet. Este último se ofrece con el propósito de fomentar el conocimiento y la apreciación cultural de una de las más importantes manifestaciones dancísticas. La formación técnica se adapta a las capacidades individuales de cada alumno, permitiendo una experiencia artística inclusiva y enriquecedora.

Los creadores de Art & Motion Studio son los jóvenes bailarines Rosmary Cárdenas y Aliosha Peralta naturales de Venezuela y Perú respectivamente. Ambos poseen numerosos años de formación en el ballet clásico, así como presentaciones en diversos escenarios.

Rosmary estudió en la Academia Allegro Ballet de Venezuela y ha interpretado roles en producciones completas como integrante de Orlando Metropolitan Ballet Academy y Gulfshore Ballet. Por su parte, Aliosha recibió formación durante varios años en el Estudio de Ballet Lucy Telge de Lima, y más adelante en la Academia Capitol de Polonia, país natal de su mamá. Su vínculo profesional, y también sentimental, nació durante una función en el Teatro Municipal de Lima, Perú.

Donde el ballet vuelve a sus raíces y el pilates se conecta con el alma



“Hace 4 años cuando me mudé a Cape Coral, todavía buscaba un lugar donde seguir entrenándome, y para encontrarlo tuve que irme a Fort Myers. Esa necesidad constituyó el punto de partida de nuestro estudio. Ahora mismo no existe en la ciudad un espacio igual al nuestro, destinado a impartir clases de ballet clásico puro desde nuestra perspectiva formativa. En los existentes se enseña ballet mezclado con tap y una amplia variedad de estilos” dice Rosmary.

“La tendencia general es tomar el ballet como un pasatiempo”, comenta Aliosha. “Pero nuestro objetivo va mucho más allá: buscamos compartir los conocimientos que hemos adquirido para ofrecer una formación integral. También impartimos pilates, aunque no en su versión convencional enfocada únicamente en sudor y músculos. Nosotros nos remontamos a sus raíces dentro del ballet, aprovechando su potencial para fortalecer el cuerpo, aumentar la flexibilidad y facilitar la recuperación”.

A esto añade Rosmary: “Nos enfocamos en la conexión entre cuerpo y mente, en desarrollar conciencia corporal y entender qué músculos intervienen en cada ejercicio. Nuestra formación como bailarines nos da una ventaja al enseñar pilates: contamos con herramientas como la postura, la coordinación y la energía necesaria para transmitir que esta práctica es completamente pacífica y consciente”.

La modalidad de pilates mat se distingue por emplear el peso corporal como resistencia sin necesidad de máquinas. Favorece el control corporal, la conciencia postural y la estabilidad. Puede complementarse con accesorios como pelotas, bandas y aros.

Un espacio adaptado para crecer, expresarse y entrenar con confianza

El espacio que alberga a Art & Motion Studio ha sido acondicionado cuidadosamente para brindar un ambiente óptimo tanto en la enseñanza del ballet como en la práctica del pilates.

Para las clases cuenta con un salón con capacidad para 8 o 9 adultos y entre 12 o 15 niños, dependiendo de la edad.

Este dispone de un piso flotante con cámara de aire, diseñado para amortiguar el impacto de saltos y giros, protegiendo las articulaciones de los bailarines. Además, está recubierto con una capa de linóleo antideslizante que previene caídas y resbalones, reduciendo el riesgo de lesiones durante las clases y prácticas. Las barras de sujeción son ajustables, lo cual permite adaptarlas a la estatura y nivel técnico de cada alumno.

El local también tiene camerinos, una oficina para tramitar los temas administrativos y proporcionar retroalimentación a los padres, así como una recepción con sección de café gratuita.



Allí las personas pueden aguardar a que comience su clase o los padres esperar a sus hijos. Otra de sus ventajas es tener un amplio estacionamiento.

Estas condiciones y la excelente propuesta de Art & Motion Studio han contribuido a su aceptación inmediata, y apenas un mes después de su apertura ya contaban con una matrícula de 10 estudiantes.

Para Cape Coral significa una gran oportunidad de nutrir los espacios culturales con el talento que germinará a partir de ahora con las clases de ballet clásico.

Horarios de Agosto

Ballet Preprimaria (3 a 5 años)

Horario: Lunes y miércoles, de 6:10 p.m. a 6:55 p.m.

Objetivo: Introducción lúdica al ballet mediante juegos, dinámicas grupales y ejercicios de coordinación, musicalidad y orientación espacial.

Ballet Nivel 1 (6 a 8 años)

Horario: Martes y jueves, de 6:25 p.m. a 7:25 p.m.

Objetivo: Familiarización con la terminología y los pasos básicos del ballet, priorizando el aprendizaje sobre la técnica perfecta.

Ballet Nivel 2 (9 a 12 años)

Horario: Martes y jueves, de 5:00 p.m. a 6:15 p.m.

Objetivo: Perfeccionamiento técnico. Se trabaja en giros, alineación y preparación para comenzar a bailar en puntas.

Ballet Nivel 3 / Avanzado (13 años en adelante)

Horario: Lunes y miércoles, de 4:30 p.m. a 6:00 p.m.

Objetivo: Consolidación técnica y artística. Se fortalecen habilidades en puntas, giros y variaciones individuales. Las estudiantes culminan este nivel listas para audiciones profesionales si desean seguir una carrera como bailarinas.

Clases complementarias

Acondicionamiento físico

Viernes, 4:00 p.m. a 4:50 p.m.

Para niñas de 9 años en adelante que deseen fortalecer cuerpo y técnica.

Ballet para adultos: Lunes y miércoles, de 7:05 p.m. a 8:00 p.m.

Pilates Mat: Martes y jueves, de 7:30 p.m. a 8:20 p.m.

Sujeto a ampliación según demanda.

Descubre la propuesta completa de Art & Motion Studio: clases, horarios, nivel técnico y filosofía artística.

Sitio web: artmotionstudio.net

Instagram: @studio.artmotion

Dirección: 4536 SE 16th Pl, Cape Coral

Teléfono: (407) 633-9094

Aventurero Culinario

Sabor y frescura en cada escapada a Sidecar Treats

Por Ed Estes

No conozco a nadie que le desagrade un buen helado en verano. Hace un año aproximadamente, participé en una “búsqueda del tesoro” organizada por el Departamento de Comunicación de la Ciudad de Cape Coral, llamada Cape Coral Quest.

Fue una actividad genial en la que debía descargar una aplicación en el celular con una guía a distintos puntos de la ciudad: parques, negocios, arte público, etc. Al llegar, seguía las pistas para encontrar una placa con un código secreto. Cada nuevo código sumaba créditos y si lograba alcanzar cierta cantidad, podía ganar hasta tres premios: una bolsa



para conchas, una bolsa impermeable para actividades acuáticas y un vaso térmico Tervis. Desde entonces suelo llevar uno de estos en el auto con té helado hasta la mitad. Fue un gran juego; lamentó que lo hayan interrumpido.

Durante esa aventura, descubrí Sidecar Treats, un refugio ideal para escapar de cualquier eventualidad que nos complique el día: el calor, el tráfico, un jefe gruñón, un empleado difícil... ¡o incluso niños quejumbrosos!

El local tiene murales festivos con temática marina, mesas en forma de tabla de surf, con la obligatoria “mordida de tiburón” en el borde, y bancos altos, tipo barra. Ofrecen unas 70 variedades de helado Love Boat y todas sus versiones: malteadas, boles de açaí, sundaes, etc.; incluso palomitas gourmet y dulces. Si se puede hacer con helado, ellos lo preparan con gusto. Para quienes son más saludables que yo, también tienen sorbetes, una opción vegana, así como sabores sin azúcar o bajos en grasa... aunque ¿dónde está la diversión en eso?

También hay opciones para adultos: las llamadas Boozy Milkshakes, los clásicos batidos de helado, pero con alcohol. La última vez que fui, me ofrecieron probar la Shamrock (vodka, crema irlandesa, helado de menta, crema batida y chocolate) y la Samoa (ron de coco,

helado de galletas con crema, crema batida, caramelo y chocolate), de un lote preparado para otros clientes. Mi próxima elección podría ser la Rum Barrel Raisin (ron blanco, helado de pasas al ron, crema batida y caramelo). También tienen wine slushies y cerveza, para quienes no toleran la lactosa.

El dueño, Chris, suele estar presente y listo para servir. Su equipo es excelente: amable, atento y rápido para ofrecer muestras si no sabes qué pedir. Aunque no acostumbro a dejar propina en servicio de mostrador, aquí siempre lo hago, porque el personal es encantador. Abren todos los días de 11 a.m. a 10 p.m., y constituye una parada obligada si te encuentras en el sur de Cape Coral. Sidecar Treats está ubicado en 434 SE 47 Ter. (entre Pine Tree Boulevard y Coronado Parkway, a una cuadra al norte de Cape Coral Parkway), con amplio estacionamiento al frente y en la calle. ¡Disfrútalo!

Ed Estes es autor, abogado, profesor y corredor de bienes raíces retirado. Escribe para el Sun como excusa para visitar restaurantes en Cape Coral. Su pasión por la gastronomía y el buen vino lo convierte en la persona ideal para reseñar tu establecimiento. Si deseas que Ed escriba sobre tu restaurante en futuras publicaciones, puedes contactarlo en edestesjr@gmail.com.



Centro de Atención

Respuesta inmediata: Profesionales de Vigilancia Residencial

Por Ryn Gargulinski

Todos hemos oído que “cuando el gato no está, los ratones hacen fiesta”. Bueno, cuando el dueño de casa no está, pueden aparecer ocupantes ilegales, el aire acondicionado puede congelarse, y un ventilador de techo con cableado defectuoso podría incendiarse, caer sobre la cama y quemar toda la casa. ¡Auch!

Y esos son apenas algunos de los escenarios que ha visto o escuchado Dom Prochilo durante su labor.

El hombre de 35 años comenzó su negocio de vigilancia residencial hace aproximadamente un año. Oficialmente conocido como First Response Home Watch Pros, el objetivo de la empresa es brindar tranquilidad a los propietarios mientras están lejos de casa.

Las inspecciones visuales semanales o quincenales encabezan la lista de servicios. Los clientes reciben una inspección visual completa que cubre todos los aspectos, junto con una lista de verificación por correo electrónico, fotos y un informe detallado después de cada visita.

Si todo está en orden, se envía el informe por correo. Si existe algo que requiera atención, Dom se comunica de inmediato con el propietario, esté donde esté, para decidir qué acción tomar.

Esto puede incluir coordinar una visita del técnico de aire acondicionado, abastecer la despensa antes del regreso del propietario, o incluso llevar una camioneta al concesionario por un retiro de seguridad para un residente estacional que pasó el verano en el norte.

“Yo soy ellos cuando no pueden estar”, dice Dom sobre su rol como vigilante residencial. “Hacemos todo lo que haría un propietario normal. No es una solución única. Podemos personalizar nuestros servicios según las necesidades de cada cliente.”

Su clientela incluye una mezcla de “snowbirds” tradicionales que pasan el invierno en Florida, residentes híbridos que van y vienen entre sus hogares en el suroeste de Florida y otros lugares, y personas que ya se mudaron, pero aún están vendiendo su casa en Florida.

Además de su variedad de servicios y atención al detalle, hay otros factores que hacen de First Response Home Watch Pros una empresa destacada en la industria.

Uno de ellos es el historial de 12 años de Dom en seguridad pública, incluyendo su actual puesto como bombero



La empresa de Dom ofrece servicios integrales de vigilancia residencial cuando los propietarios están fuera de casa.



Juntos desde hace 18 años, Dom y Melissa disfrutan de una verdadera sociedad, apoyándose mutuamente en todos los aspectos.

del condado de Lee. Su experiencia le permite detectar situaciones peligrosas y saber cómo actuar ante ellas.

Su pasión por la seguridad pública comenzó cuando era estudiante de biología y trabajaba en Starbucks. Equipos de rescate pasaban por café y hablaban de sus trabajos.

Poco después, Dom cambió la biología por la escuela de técnicos de emergencias médicas (EMT) y bomberos. Su primer viaje en ambulancia lo enganchó por completo.

Trabajó como EMT cerca de Fort Lauderdale, y se mudó a Cape Coral cuando quedó disponible una posición como bombero en el condado de Lee. También tiene una licenciatura en gestión de emergencias y planea obtener una maestría en el mismo campo.

Otro aspecto destacado de la empresa es su acreditación con la National Home Watch Association (NHWA). Como la industria de vigilancia residencial es relativamente nueva y poco regulada, la asociación ofrece acreditación para quienes cumplen con estrictos estándares.

Dom asiste regularmente a eventos de la asociación y ha encontrado en sus miembros una gran disposición para compartir experiencias y ayudarlo a hacer crecer su negocio.

Un beneficio adicional resulta de la verdadera sociedad que Dom comparte con su esposa, Melissa. Desde hace 18 años, ambos comparten responsabilidades. Ella gestiona el negocio mientras Dom está en el cuartel de bomberos.

Dom, a su vez, ayuda a Melissa con su tienda en línea de suministros de arte y manualidades, Glitter Heart Co. “A menudo estoy cubierto de brillantina y destellos”, bromea, demostrando que el amor verdadero no tiene límites.



Las vacaciones familiares de los Prochilo son habituales. En esta foto tomada en Alaska aparecen (fila trasera) Melissa, Nick, Madison, Dom y (fila delantera) Matthew.



En esta imagen aparecen Matthew y el perro Buster que ha sido parte de la familia durante 13 años. Lo aman profundamente, y el cariño es mutuo.

Quando no están trabajando, disfrutan de viajes, salidas y tiempo con su labrador amarillo, Buster, y sus tres hijos: Nick de 16 años, Matthew de 10 y Madison, que pronto cumplirá 9.

Resulta probable que los veas en algún evento de Cape Coral, porque la comunidad y la familia son prioridades para Dom. Por eso está comprometido con mantenerlas protegidas y seguras.

Respuesta inmediata:

Profesionales de Vigilancia Residencial

(239) 406-9148

info@frhomewatch.com

www.FRHomeWatch.com



Dom Prochilo, de Cape Coral, es bombero y también propietario y operador de First Response Home Watch Pros



First Response Home Watch Pros participó con un puesto, y mucha diversión, en el Holiday Festival of Lights de Cape Coral en 2024.



Revisión del funcionamiento correcto del termostato, niveles de humedad y lecturas de humedad ambiental, asegurando que estén dentro de los límites normales y programaciones establecidas.



El propietario, Dom Prochilo, inspecciona la caja de válvulas del sistema de riego en busca de fugas visibles.

Cada producto, un pedacito de país

En el supermercado Key Food de Cape Coral, lo que antes era una fila de productos dispersos ha cobrado vida como un homenaje a la identidad latina. Ahora, al recorrer sus pasillos temáticos puede encontrar diversos productos organizados por país. Muchos clientes sienten que han regresado, al menos por un instante, a sus raíces.

Además de mejorar la experiencia de compra, esta iniciativa ha generado un sentido de orgullo entre los consumidores, quienes reconocen el esfuerzo de Key Food por adaptarse a las necesidades reales de su clientela. La idea de comprar no solo alimentos, sino también identidad, memoria y comunidad, se ha convertido en el nuevo ingrediente secreto detrás del éxito de estos pasillos temáticos.

Al menos una vez al mes, Yajaira viaja desde Lehigh Acres hasta el supermercado de Cape Coral en busca de la comida que le gusta, productos frescos y precios económicos. A pesar de tener un Key Food bien cerca de la casa, prefiere el supermercado de nuestra ciudad, que destaca por organización y la facilidad para encontrar sus preferidos en menos tiempo.

En el momento de nuestra entrevista la dominicana se disponía a degustar una de las empanadas que expende el deli. “Hoy compré una empanadita que me recuerda a República Dominicana”, asegura.

“Aquí encuentro los productos de otros países y en particular los dominicanos que me encantan: el café y el queso o los tratamientos de belleza. Me parece fabulosa la idea de que hayan organizado todo según diferentes nacionalidades porque de esa manera uno se ahorra tiempo y localiza fácilmente lo que busca”.



Yajaira a punto de saborear su empanada dominicana.

“No creo que sea difícil encontrar lo que consumíamos en nuestro país, porque aquí hay de todo, añade Rafaela quien también es dominicana”.

En el corazón de Pine Island, el supermercado Key Food ha dado un paso audaz hacia la representación cultural. Desde ingredientes clásicos de la cocina mexicana y brasileña hasta especias típicas dominicanas y bebidas tradicionales del sur del continente, la nueva disposición ha sido recibida con beneplácito por la comunidad.



Rafaela en el Key Food con su carro de compras.

Este es el caso de Esther, una hondureña que viene con toda su familia al supermercado y lo frecuenta al menos 3 veces en la semana. “Compró aquí casi todo lo que consumimos regularmente: los productos latinos en general y los frescos como: leche,

verduras, frutas y carnes. Por ejemplo, me gustan mucho los bananos, el aguacate, el chile dulce, los tomates. Usualmente busco los de mi país, aunque a veces compro algunas salsas mejicanas o especias de otras regiones que me han recomendado.



Esther y su familia comenzando su compra por el área de productos frescos.

Algo similar le sucede a Odette quien a pesar de estar rodeada de grandes supermercados adquiere en el Key Food los productos de su preferencia como el coco y la caña de azúcar, esta última resulta una rareza encontrarla en otro lugar. Ella es de Jamaica y según nos cuenta, siempre que indaga entre los productos caribeños, le sorprende algo que nunca ha visto en otras tiendas.



Odette ya salía del Key Food cuando accedió a nuestra entrevista.

Otros destacan cómo esta disposición de productos facilita descubrir nuevas culturas vecinas.



A la colombiana Luz Ruiz la nueva organización le ha parecido excelente. “Lo primero que perseguimos es lo que conocemos de nuestros países, pero a mí también me agrada probar productos de otras regiones de Latinoamérica, porque nuestras culturas son muy similares. Aquí he descubierto la comida nicaragüense: las tortillas, los frijoles pequeños que habitualmente no se cocinan en Colombia, ahora me gustan mucho”. Luz descubrió el Key Food en el 2018 y desde entonces adquiere en el supermercado todo lo que necesita en su casa, desde arroz y aceite hasta artículos de aseo. “Uno encuentra lo que habitualmente consumía en su país. Además, buscamos economía y calidad”.



Luz prefiere, las verduras, frutas y viandas frescas del Key Food.

La reorganización por nacionalidades no solo constituyó una decisión comercial. Para muchos, fue una declaración de respeto. “Es como si dijeran: ‘Sabemos que estás aquí. Esto también es para ti.’” comentan Minerva y Reinaldo una pareja de cubanos que visitan el Key Food semanalmente para conectar con sabores de su tierra como los del cilantro y el popular ají cachucha. Y al igual que muchos, compran aquí la mayoría de sus víveres. Al respecto nos cuenta Minerva: “Un día yo entré y dije: ¡qué bueno está este mercado, aquí hay de todo! Un trabajador que me escuchaba me preguntó si me gustaba y le respondí: este es el mejor de todos los que he visitado.”



Minerva y Reinaldo



Twin Plaza Central
110 NE 2nd Place
Cape Coral, FL 33909
(239) 800-5249

Horario: 7:30 a.m. to 9 p.m. – 7 Days a Week



@KeyFoodCapeCoral



Especial

\$10.00 Off

Por la compra de \$100.00
Si trae este periódico.

¡ Súper Oferta !



ENCUENTRA DESCUENTOS IRRESISTIBLES EN NUESTRO PROMOCIONAL

CON LOS BÁSICOS PARA LA DESPENSA Y ANTOJITOS QUE TE HARÁN SENTIR COMO EN CASA.

- FRUTAS Y VERDURAS FRESCAS
- CARNES AL MEJOR PRECIO
- PRODUCTOS LATINOS AUTÉNTICOS.

¡Cada viernes llega uno nuevo, vigente por una semana!

Descárgalo también en:

[\[https://www.instagram.com/keyfoodcapecoral\]](https://www.instagram.com/keyfoodcapecoral)



DISPONIBLE EN

110 NE 2nd Pl, Cape Coral, FL 33909

(239)800-5249



@KeyFoodCapeCoral

HORARIO

7 DÍAS DE LA SEMANA

7:30 AM a 9:00 PM

Mirada retrospectiva al 4 de julio

¿Cómo germinaron las tradiciones del Día de la Independencia?

Mientras se apagan los fuegos artificiales y se enfrían las parrillas, resulta un momento adecuado para reflexionar sobre el significado y la historia del 4 de Julio. Celebrado cada año para conmemorar la Declaración de Independencia de los Estados Unidos en la misma fecha de 1776. La conmemoración del Día de la Independencia constituye una de las festividades más queridas del pueblo estadounidense: rica en tradiciones, importancia histórica y datos fascinantes que continúan dando forma a la identidad nacional.

Durante las primeras décadas después de que se redactó la Declaración, no había mucho interés en una celebración anual, como tampoco existía una fecha acordada. El concepto era demasiado nuevo, y la joven nación enfrentaba muchos otros asuntos. Para la década de 1790, marcada por intensos conflictos partidistas, la Declaración era considerada controvertida. El partido Demócrata-Republicano admiraba a Jefferson y la Declaración, mientras que el partido Federalista la consideraba demasiado anti-británica y pro-francesa, lo cual iba en contra de sus políticas.

Antes de 1817, John Adams lamentaba en una carta, que la joven América parecía desinteresada en su pasado. Sin embargo, ese sentimiento empezaría a cambiar.

Tras la Guerra de 1812, a medida que el partido Federalista comenzó a desintegrarse, ganaron protagonismo los nuevos partidos de las décadas de 1820 y 1830, que se consideraban herederos de Jefferson y los Demócratas-Republicanos.

La fecha del 4 de julio, que aparece en la Declaración de Independencia y en la elegante copia manuscrita firmada en agosto, se plasmó también en los ejemplares Dunlap. Así se les conoce a las primeras copias impresas de la Declaración de Independencia realizadas por John Dunlap, un impresor de Filadelfia gracias a quien pudo darse a conocer el contenido del documento en toda la nueva nación. Esto ayudó a consolidar el 4 de julio de 1776 como la fecha histórica que todos reconocemos actualmente. A esto se suma la consideración de algunos historiadores, quienes creen que las muertes de Thomas Jefferson y John Adams, el 4 de julio de 1826, contribuyeron a la idea de conmemorar tan importante fecha.

Para no dar lugar a confusiones debemos aclarar que el Día de la Constitución se celebra el 17 de septiembre, pero en esta fecha se celebra el aniversario de la firma, no de su aprobación.

Con el paso de las décadas, las celebraciones del 4 de



julio se hicieron más comunes y en 1870, casi cien años después de la redacción de la Declaración, el Congreso lo anunció como feriado nacional.

Datos Históricos

- **Adopción de la Declaración:** Fue adoptada el 4 de julio de 1776, pero firmada oficialmente el 2 de agosto de ese año.
- **Primeras celebraciones:** Ocurrieron en Filadelfia el 8 de julio de 1776.
- **Feriado federal oficial:** El Día de la Independencia se convirtió en feriado no remunerado para empleados federales en 1870.
- **Firmantes:** La edad promedio de los 56 firmantes era 45 años. John Hancock y Charles Thompson fueron los únicos que firmaron el 4 de julio. Hancock también tiene la firma más grande. Los más jóvenes fueron Thomas Lynch Jr. y Edward Rutledge, ambos de Carolina del Sur, con 26 años. Benjamin Franklin, con 70 años, fue el mayor. Ocho de los hombres firmantes nacieron en las Islas Británicas. Eran abogados, empresarios, agricultores, maestros y un ministro de Nueva Jersey llamado John Witherspoon.

- **Estrellas de la bandera original:** Estaban dispuestas en círculo para representar igualdad entre las colonias.
- **Muertes:** Thomas Jefferson a los 82 años y John Adams a los 90, murieron el 4 de julio de 1826 con cinco horas de diferencia, en el 50.º aniversario de la firma de la Declaración.

Celebración y Tradiciones

- **Fuegos artificiales:** Tradición desde la primera celebración oficial en 1777, en Philadelphia.
- **Hot dogs:** Se estima que se consumen 150 millones cada 4 de julio — suficiente para ir de D.C. a Los Ángeles más de cinco veces.
- **Campana de la Libertad:** Se golpea 13 veces en honor a las 13 colonias originales.
- **Salmón y guisantes:** Comer salmón y guisantes el 4 de julio es tradición en Nueva Inglaterra.
- **Desfiles:** Bristol, Rhode Island, tiene el desfile anual más antiguo.
- **Vestimenta:** Usar ropa con la bandera viola el Código de la Bandera, aunque no es ejecutable.

Cuatro preguntas curiosas sobre el 4 de Julio

1. ¿Qué presidente fue el primero en celebrar el 4 de Julio en la Casa Blanca? *Thomas Jefferson en 1801*
2. ¿Qué presidente nació el 4 de Julio? *Calvin Coolidge, el 4 de julio de 1872*
3. ¿Cuál era la población de EE.UU. el 4 de julio de 1776? *2.5 millones*
4. ¿Qué está escrito en la parte trasera de la Declaración de Independencia? *"Declaración original de Independencia con fecha 4 de julio de 1776"*



CEVICHE

INGREDIENTES:

- 200 gramos de pescado laminado (Preferiblemente Swai, curvina o tilapia)
- 2 Tajadas de camote conocido también como boniato (Cualquier variedad)
- 30 gramos de Choclo (Maiz dulce peruano)
- Jugo de 2 limones
- 30 gramos de cebolla morada
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 1 ramita de cilantro picada
- ½ diente de ajo
- 1 Hoja de lechuga
- Maiz tostado

Ingredientes opcionales para quienes prefieren sabores picantes

- Rocoto al gusto (da una coloración rosada)
- Aji limo al gusto



PROCEDIMIENTO:

Para una ración

1. Escoger un pescado fresco y totalmente descongelado de las variedades recomendadas y cortarlo en dados pequeños.
2. Aderezar el pescado con la sal, la pimienta, el medio diente de ajo macerado, el limón, la cebolla y el cilantro picado. En este paso también se le agrega el rocoto o el aji limo, de acuerdo a la preferencia del consumidor. Resulta necesario dejarlo reposar unos minutos en lo que se preparan los otros elementos del plato.
3. En el plato se monta el camote, y la hoja de lechuga como elemento decorativo, luego el choclo y por último el pescado previamente aderezado.
4. Al final se añade el maiz tostado que es otro componente decorativo y puede sustituirse por chips o mariquitas de plátano.

Esta es una receta del Chef peruano Claudio Márquez quien recomienda sus valores nutritivos, bajo contenido calórico y fácil preparación.

Si desea probar esta receta y otras de la cocina tradicional peruana puede visitar el restaurant:

Kampawasi Tu Casa

Ubicado en: 2717 Santa Bárbara Blvd, Suite #1, Cape Coral

Igualmente puede solicitarlo al teléfono: (239)-540-2970

Dato curioso sobre Florida

El sinsonte común (*Mimus polyglottos*) es el ave oficial del estado de Florida, y la variedad del norte habita con frecuencia en el área de North Fort Myers. Este pájaro es un excelente cantor y un hábil imitador.



Tiene su propio canto, una melodía agradable y ondulante, en ocasiones variada y repetitiva. Canta durante toda la noche, especialmente bajo la luz brillante de la luna primaveral.

Los sinsontes suelen medir unas 10 pulgadas de largo, con una amplitud de alas de 15 pulgadas. Tienen la parte superior de color grisáceo, el vientre blanco y manchas blancas en la cola y las alas. La hembra tiene un poco menos de blancura en sus plumas que el macho.

El sinsonte es útil para los humanos porque se alimenta principalmente de insectos y semillas de maleza. En verano y otoño, también come frutas maduras.

El nido, construido en conjunto por el macho y la hembra, tiene forma de copa abierta y voluminosa, hecho de hierba, ramitas y raíces pequeñas, dispuesto de forma descuidada en un árbol frondoso o arbusto. Cada nido alberga entre tres y seis huevos, de color azul verdoso pálido con manchas marrones. Esta ave, reside en Florida durante todo el año y es conocida por su feroz defensa del nido familiar.

El vuelo hacia sus orígenes: Cómo unos búhos conectaron a Lisa con su familia biológica

Por Ryn Gargulinski

Lisa Barrella, voluntaria entusiasta, rescatista de perros y directora de ventas de membresías en la Cámara de Comercio de Cape Coral, siempre ha estado dedicada a crear conexiones que contagian. Pero había una conexión que le faltaba: la de su familia biológica.

Los famosos búhos cavadores de nuestra ciudad desempeñaron un rol clave para localizarla. Gracias a ellos, Lisa se reencontró con su padre biológico en 2023 y, más recientemente, con su medio hermano, en abril pasado. Pero ya llegaremos a los búhos...

Primero, hay que hablar de la emoción que sintió Lisa al conocer en persona a su padre Felice y a su hermano Davide, más de 50 años después de haber nacido.

Felice Giampa voló desde Italia, su país natal, para conocerla. Tras vivir una década en EE. UU. durante los años 60 y 70, Felice había regresado a Italia donde se convirtió en un albañil galardonado. Davide, su medio hermano, viajó desde Las Vegas, donde es vicepresidente de MGM Resorts International.

Ambos encuentros estuvieron llenos de amor, abrazos, risas y, sobre todo, una profunda sensación de plenitud.

“Me llenó el corazón”, dijo Lisa. Al no haber podido tener hijos, conectar con su familia biológica fue aún más significativo. “Creo que resulta algo primitivo. Todos queremos saber de dónde venimos, que no somos almas al azar flotando por el universo”.

Ese reencuentro le abrió un universo nuevo. En 2024 viajó a Italia y conoció a más de 100 familiares. Ella y Felice se escriben con frecuencia y hacen videollamadas todos los sábados. Su próximo objetivo: conocer en persona a otro medio hermano, llamado Mario, quien vive en California. Igualmente desea aprender italiano. Podríamos decir que esta historia definitivamente tiene un final feliz... pero aún no termina. Y no solo porque todavía no hemos hablado de los búhos.

Aún falta hablar de los padres adoptivos de Lisa, Anthony y Margaret, quienes la acogieron cuando tenía solo 3 meses. Lisa siempre supo que era adoptada, al igual que su hermano adoptivo Anthony. Para ella, Anthony y Margaret, siempre fueron simplemente “mamá y papá”.

Creció en Connecticut rodeada del amor de una gran familia extendida, de unas 150 personas. Sus padres, trabajadores de fábrica, les inculcaron, valores como la honestidad, la fe, la amistad verdadera y el esfuerzo.

A los 12 años se preguntó por primera vez si habría “dos personas allá afuera que se parecieran a ella”, pero no pensó mucho más en su familia biológica... hasta que su madre adoptiva falleció repentinamente de un infarto cuando Lisa tenía 21 años.

“Fue el peor día de mi vida”, dijo. Años después, aún sintiendo ese vacío, decidió buscar a su madre biológica a través de la agencia de adopción.

“Fue la búsqueda más rápida del mundo”, recordó. Su madre biológica, Mattie, seguía viviendo en Connecticut, nunca se casó, conservó su apellido de soltera y no tuvo más hijos. Fue fácil encontrarla.



La familia de búhos cavadores en el jardín de Lisa jugó un rol decisivo para encontrar a su padre biológico. Todo sucedió después que ella publicara en Facebook fotos y videos de los búhos.



Vispera de Año Nuevo: Los padres biológicos de Lisa, Felice y Mattie, en la noche del 31 de diciembre de 1967 — la noche en que fue concebida.



Lisa asistió a una gran reunión familiar en Italia en 2024. Ella cuenta: “Incluso di un discurso en mi italiano entrecortado porque mi papá decía ‘¡Todos quieren conocerte!’”.



Lisa con su padre biológico Felice durante su primera visita a Florida en 2023. Él regresó para una segunda visita en 2025.



Lisa y su medio hermano biológico Davide el primer día que se conocieron en persona, en abril de 2025.



Lisa y su tía Lina el día que se conocieron en Calabria, Italia, en 2024. Lisa dice: “Mi única y dulce tía. ¡Nos comunicamos todo el tiempo! La amo profundamente. Sentí como si la conociera de toda la vida. Es mi ángel en la Tierra”.

Sigue comprometida con el voluntariado, colaborando con organizaciones como Hope Hospice y PAWS. También es activa en su iglesia.

Su personalidad vibrante encaja perfectamente con su rol en la Cámara de Comercio, donde disfruta conectar con negocios locales. Y sí, es muy probable que conserve para siempre su vínculo más entrañable: el que tiene con los búhos cavadores de Cape Coral.

Ryn Gargulinski (Rynski) es una autora, artista, conferencista y doula transformacional galardonada, que ayuda a las personas a verse a sí mismas y al mundo que las rodea a través de los ojos del Amor. Con más de 10 libros publicados y múltiples premios, también posee una Licenciatura en Escritura Creativa, una Maestría en Literatura Inglesa, ordenación ministerial y certificaciones en coaching y sanación energética Reiki. Fundadora de RynskiLove.com, actualmente vive en Cape Coral con sus dos perros felices y demasiados cristales. Más en RynskiLife.com. Contacto: Rynski@RynskiLife.com.

Respuesta del Sudoku

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



El día en que Lisa fue adoptada, a los 3 meses de edad, por sus padres Anthony y Margaret.

Durante años, Lisa buscó a Felice en Facebook, tanto en EE. UU. como en Italia. Incluso le envió una solicitud de amistad a un hombre con ese nombre, pero no le respondió.

Un día compartió en sus historias de Facebook fotos y videos de una familia de búhos cavadores jugando en su jardín... y ese hombre llamado Felice le dio “me gusta”.

“Normalmente no publico historias”, dijo Lisa, pero algo la impulsó a compartir a los búhos. Y, por razones obvias, los búhos captaron la atención de Felice. Desde ahí, la relación floreció.

Aunque ya se siente completa con su familia biológica, Lisa no ha dejado de cultivar otras conexiones. En 2009, como agente de bienes raíces, vendió una casa en Cape Coral a un viejo amigo de Connecticut llamado Al. Se casaron en 2010.



Lisa y su esposo Al, quienes originalmente se conocieron en Connecticut, se casaron el 10/10/10.



Lisa y su hermano adoptivo Anthony crecieron juntos en Connecticut. Él fue parte de las Fuerzas Especiales del Ejército de EE. UU.

¿Tiene problemas en controlar su forma de comer? ¡Existe una solución!
Gratis
 ¿Preguntas?
 fa-spanish@foodaddicts.org
www.foodaddicts.org
 ADICTOS A LA COMIDA en recuperación anónimos



Próximamente en el Cape Coral

Mercado de agricultores en Club Square Todos los sábados de 8:00 a.m. a 1:00 p.m.

Auspiciado por la Cámara de Comercio de Cape Coral, el Mercado de agricultores se celebra todos los sábados de 8:00 a 1:00 p.m. en el centro de Cape Coral, en Club Square (intersección de SE 47th Terrace y SE 10th Place).

El espacio siempre está repleto de productos locales frescos y saludables: frutas y deliciosos alimentos horneados, así como guacamole, salsas, mermeladas y jaleas caseras, encurtidos, mezclas de aceitunas, quesos, comida para llevar y mucho más.

Para más información, visite www.capecoralfarmersmarket.com.

Liga MGA en el Campo de Golf Coral Oaks Miércoles, 23 de julio – 8:00 a. m. a 12:30 p. m.

El Campo de Golf Coral Oaks organiza todos los miércoles un evento de la Asociación de Golf Masculino (MGA) de 18 hoyos, con salida simultánea a las 8:00 a. m. Esto significa que cada golfista comienza a las 8:00 a. m., y cada grupo de cuatro jugadores juega en un hoyo diferente. Los grupos se sortean en la tienda profesional de Coral Oaks.

La cuota anual de la MGA es de \$50, y cada miércoles, los golfistas deben abonar \$6 para el fondo de premios, que se otorga como crédito para gastar en Coral Oaks, ya sea en la tienda profesional o en el restaurante (a elección del golfista). También ofrecen eventos de la MGA los lunes, viernes y sábados, a partir de las 7:00 a. m. Suelen ser grupos más pequeños, y cada cuarteto comienza sucesivamente en el hoyo n.º 1.

Para obtener más información sobre la Liga MGA, comuníquese con Dave Kenney en flsaltbass@gmail.com o con el campo de golf Coral Oaks al (239) 573-3100.

Clase de Paisajismo Ecológico en Rotary Park Viernes 25 de julio, de 6:00 p.m. a 8.00 p.m.

Si resides desde hace tiempo en el vecindario o te mudaste recientemente, la clase de Paisajismo Ecológico es perfecta para ti. Esta tiene lugar en Rotary Park, 5505 Rose Garden Road, el viernes 25 de julio, de 6:00 p.m. a 8.00 p.m.

Descubre cómo diseñar un jardín impresionante y ecológico, optimizar el uso del agua, el mantillo, y cómo seleccionar las plantas ideales para tu entorno.

Esta clase es gratuita, pero confirma tu asistencia a Rotary Park llamando al (239) 549-4606.

Venta de Plantas Nativas de Verano en Rotary Park Sábado 26 de julio – 9:00 a. m. a 1:00 p. m.

Acompáñenos a la Venta de Plantas Nativas de Verano en Rotary Park, 5505 Rose Garden Road, el sábado 26 de julio, de 9:00 a. m. a 1:00 p. m.

Compre una variedad de árboles, arbustos, flores, hierbas, plantas para mariposas y plantas tropicales comestibles. Expertos en plantas estarán disponibles para responder sus preguntas y ayudarlo a elegir la planta ideal para cada lugar. Llegue temprano para obtener la mejor selección.

Para más información, llame a Rotary Park al (239) 549-4606. Este evento se realiza en conjunto con el taller de barriles de lluvia.

Taller de Barriles de Lluvia en Rotary Park Sábado 26 de julio – 10:00 a. m. a 11:00 a. m.

Los barriles de lluvia son una excelente manera de reducir el escurrimiento de aguas pluviales y ahorrar el preciado líquido para la sequía. Acompáñenos en el Taller de Barriles de Lluvia en Rotary Park, 5505 Rose Garden Road, el sábado 26 de julio, de 10:00 a 11:00 a. m.

En este taller, impartido por Maestros Jardineros del Condado de Lee, aprenderá a fabricar e instalar un barril de lluvia para usar en casa. El costo del curso es de \$55 e incluye un barril de lluvia preensamblado y se realiza el mismo día de la venta de plantas nativas.

Es necesario registrarse y pagar con anticipación, porque disponen de un número limitado de barriles.

Almuerzos infantiles de verano en cuatro parques de Cape Coral, último día

Miércoles, 30 de julio – 11:00 a. m. a 1:00 p. m.

El Departamento de Parques y Recreación de Cape Coral se asocia nuevamente con el Distrito Escolar del Condado de Lee y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA) para organizar Summer BreakSpot. ¡Este año, el programa se ha ampliado a cuatro ubicaciones!

El Distrito Escolar del Condado de Lee ofrece almuerzos gratuitos a jóvenes de hasta 18 años. El último

día es el 30 de julio en los siguientes parques de Cape Coral:

- Parque Lineal Del Prado: 11:15 a. m. a 12:00 p. m.
- Parque Four Freedoms: 12:00 a 1:00 p. m.
- Parque Gator Trails: 11:30 a. m. a 12:30 p. m.
- Parque Paul Sanborn: 11:30 a. m. a 12:30 p. m.

El Fun-Mobile de Cape Coral ofrece juegos gratuitos y rota por diferentes parques durante el verano. Para más información o para encontrar otros lugares que ofrecen almuerzos gratuitos para niños y jóvenes, visite www.SummerBreakSpot.org. Para más información sobre Parques y Recreación de Cape Coral y el Fun-Mobile, visite www.CapeParks.com

Siembra de Manglares en Sands Park Sábado, 2 de agosto – 8:00 a 11:00 a. m.

¡Ayuda a proteger nuestras costas y restaurar ecosistemas vitales como voluntario en Mangrove Mania! Únete a nosotros para restaurar los manglares de Florida, uno de nuestros protectores naturales más poderosos. Necesitamos voluntarios dedicados para ayudar a plantar y preservar estos árboles vitales que protegen nuestras costas y sustentan la vida marina.

Los voluntarios dejarán sus embarcaciones en el terreno baldío en la esquina de Beach y Surfside y luego las estacionarán en Sands Park, 2718 SW 43 Ter. Habrá un autobús de enlace para llevarlos de regreso al terreno desde el estacionamiento.

Tenga en cuenta que este evento requiere una embarcación personal (por ejemplo, un kayak o una tabla de paddle surf).

Recorrido guiado en kayak por la reserva ecológica Viernes, 8 de agosto – 10:00 a. m. a 12:00 p. m.

Acompáñenos en un tour guiado en kayak por la

Reserva Ecológica Four Mile el viernes 8 de agosto, de 10:00 a. m. a 12:00 p. m. Reme por la orilla del río Caloosahatchee y aprenda sobre la naturaleza y la historia de la reserva.

El costo es de \$40 por persona. Por favor, indique su kayak individual o doble al registrarse o traiga su propia embarcación por \$15. Es necesario registrarse con anticipación.

Para más información y reservar su lugar, llame al (239) 549-4606.

Bingo “¡Adiós Verano!” en el Lake Kennedy Center Domingo, 17 de agosto, de 2:00 a 4:00 p.m.

Los mayores de 18 años están invitados a unirse a nosotros para el Bingo de la tarde en el Lake Kennedy Center, 400 Santa Barbara Blvd, el domingo 17 de agosto, de 2:00 p.m. a 4:00 p.m. El tema es “¡Adiós Verano!”.

Las puertas abrirán a la 1:30 p.m. y el bingo comenzará a las 2:00 p.m.

El costo es de \$12 por 10 rondas de bingo y un refrigerio. Hay cartones adicionales disponibles por \$10 cada uno. Trae tu propia bebida y comida.

Bingo de mitad de semana en el Lake Kennedy Center Jueves, 21 de agosto, de 12:30 p.m. a 2:00 p.m.

Tómate un descanso de mitad de semana con una tarde de Bingo en el Lake Kennedy Center, 400 Santa Barbara Blvd, el jueves 21 de agosto, de 12:30 p.m. a 2:00 p.m.. Las puertas abren a las 12:15 p. m.

El costo es de \$12 por 10 rondas de bingo y un refrigerio. Hay cartones adicionales disponibles por \$10 cada uno. Traiga su propia bebida y comida

Para más información y reservar su lugar, llame al Lake Kennedy Center al (239) 574-0575.

Club Social de Cape Coral

Amigos, Diversión, Comunidad

El Club Social de la ciudad de Cape Coral ofrece oportunidades para hacer nuevas amistades y a la vez disfrutar de la camaradería de sus miembros actuales en un entorno cálido y agradable. A quienes ya integran el Club Social se les invita a divertirse y participar en las variadas actividades que incluyen reuniones generales mensuales con moderadores quienes brindan información y entretenimiento, cenas mensuales, música y bailes. También ofrecen viajes organizados, cruceros, juegos, paseos en bote y mucho más.

Para más información con respecto al Club Social de Cape Coral puede asistir a nuestra reunión mensual como invitado. Las reuniones mensuales se celebran el cuarto jueves de cada mes en el Club Social Alemán Americano (rentamos el lugar). Registro y refrigerios livianos comienzan a las 9:30 a.m. y la reunión general a las 10:00a.m. La dirección es 2101 SW Pine Island Road, Cape Coral, FL 33991.

¿Razones para unirse?

- Disfrute personal
- Excursiones dirigidas, tours, cruceros, cenas y más
- Moderadores invitados
- Bailes con cenas mensuales
- Entretenimiento
- Nuevas amistades
- Compromiso con la comunidad

¿Quién puede unirse?

- Cualquier persona de Cape Coral y alrededores
- No se requiere residencia
- Todos son bienvenidos, visitantes y residentes (¡y quienes pasan el invierno!).

Comunidad

El Club Social de Cape Coral (CCSC) sirve a la comunidad apoyando a diversas organizaciones benéficas locales, como:

- El Centro de Cuidado de Cape Coral
- Haz lo Correcto
- Organización Benéfica Cape Coral for the Children
- Refugio de Animales de Cape Coral

Cena Baile de Agosto

¡Tómate un descanso de la cocina! ¡Ven al baile con cena del Club Social de Cape Coral en agosto! Puedes elegir entre tres deliciosas opciones de comida. La música estará a cargo del vocalista solista Kim Jenkins, uno de los cantantes más dinámicos de la costa suroeste de Florida. ¡Los bailes admiten todo tipo de público, por lo que son bienvenidos!

Fecha: sábado 2 de agosto

Hora: 5:30 p. m

Lugar: German American Social Club, 2101 SW Pine Island Road, Cape Coral

Compra tus boletos antes del 29 de julio en el sitio web: www.capecoralsocialclub.org/monthlydance



CAPE CORAL FIRE DEPARTMENT COMMUNITY CPR

CLASS DATES FOR 2025

- January 18th - 9AM-12PM
- January 18th - 12PM-3PM (Spanish)
- February 15th - 2PM-5PM
- March 15th - 9AM-12PM
- March 15th - 12PM-3PM (Spanish)
- April 19th - 9AM-12PM
- May 10th - 9AM-12PM (Spanish)
- May 10th - 1PM-4PM
- June 21st - 9AM-12PM
- July 19th - 9AM-12PM
- August 16th - 9AM-12PM (Spanish)
- August 16th - 1PM-4PM
- September 20th - 9AM-12PM
- September 20th - 1PM-4PM (Spanish)
- November 15th - 9AM-12PM
- November 15th - 1PM-4PM (Spanish)

- Groups & Businesses are able to schedule a private Community CPR course for their members and staff.
- Visit CapeCoralFire.com/CPR to sign up!



CONEXIONES COMUNITARIAS

ENCUENTRA OPORTUNIDADES, RECURSOS Y APOYO EN NUESTRA COMUNIDAD HISPANOHABLANTE

OPORTUNIDADES LABORALES

Oferta de empleo

TÍTULO DEL PUESTO: *Chef de cocina.*

EMPRESA/ORGANIZACIÓN: *Chuchi's Restaurant*

UBICACIÓN: *2114 Sta Bárbara Blvd*

DESCRIPCIÓN: *Creatividad, capacidad de adaptación y conocimiento previo de la cocina internacional.*

REQUISITOS: *2 años de experiencia*

CÓMO APLICAR: *En el lugar*

FECHA LÍMITE: *No existe*

Contacto: *(239) 347-8171*

Oferta de empleo

TÍTULO DEL PUESTO: *Agente de seguros*

EMPRESA/ORGANIZACIÓN: *Univista Insurance*

UBICACIÓN: *1616 Cape Coral Pkwy*

DESCRIPCIÓN: *Poseer las licencias para el puesto y conocimiento de las cotizaciones para autos y pólizas comerciales.*

REQUISITOS: *Bilingüe*

CÓMO APLICAR: *En 2120 Sta Barbara Blvd, Ste 2*

FECHA LÍMITE: *No existe*

Contacto: *(239) 443-5468*

Oferta de empleo

TÍTULO DEL PUESTO: *Especialista en Servicio al Cliente*

EMPRESA/ORGANIZACIÓN: *Compañía Sherwin-Williams*

UBICACIÓN: *1262 SW 4th St*

DESCRIPCIÓN: *Implica contacto con clientes así como acceso a efectivo y otros métodos de pago, equipos electrónicos, información personal, mercancía de la tienda y otros objetos de valor.*

REQUISITOS: *Tener 18 años o más, permiso de trabajo válido y ser bilingüe.*

CÓMO APLICAR: <https://jobsearch.sherwin.com/>

FECHA LÍMITE: *No existe*
Contacto: *(239) 772-0067*

¡Participa!

¿Tienes una oportunidad laboral, un evento importante o algún recurso útil que desees compartir con nuestra comunidad latina en Cape Coral?

Contáctanos

✉ mavisibarra.ccsun@gmail.com

☎ (786) 506-9731



Muy Pronto Más

En próximas ediciones encontrarás otras ofertas de empleo, recursos de superación, talleres comunitarios, información legal y mucho más.

Comentarios y sugerencias

¿Qué te gustaría encontrar en **Conexiones Comunitarias**?
Comparte tus ideas

Escríbenos a:

✉ mavisibarra.ccsun@gmail.com

Cuando la tradición no basta: Cape Coral ante la furia de los huracanes

Usualmente escuchamos el anuncio sobre el comienzo de la temporada de huracanes como algo lejano. Como una alerta repetida, casi parte del paisaje sonoro del verano, que solemos pasar por alto entre el calor, los planes familiares y la rutina. Pero cada año, Florida nos recuerda que esta "lejanía" puede convertirse en cercanía en cuestión de horas.

Cape Coral, por su ubicación y perfil costero, está entre las ciudades con mayor vulnerabilidad ante el paso de tormentas intensas.

Un rápido recuento de las tormentas que han azotado a nuestra ciudad, así como su impacto económico y social pueden ayudarnos a comprender la envergadura de lo que tenemos por delante hasta que culmine la temporada el 30 de noviembre.

Memorias de huracanes y tormentas



En 1959 tuvo lugar el primer registro de tormenta que afectó directamente a Cape Coral después de su fundación. El evento meteorológico llamado Judith fue una de los últimos de la temporada ese año. Aunque comenzó como una depresión tropical se intensificó rápidamente hasta convertirse en huracán. Judith produjo lluvias significativas, y aunque los daños resultaron relativamente menores comparados con otros eventos de la temporada, sentó un precedente importante para los pobladores de Cape Coral.

La ciudad fue afectada en el 2004 por el huracán Charley. Un categoría 4 que pasó rápido y destructivo. Aunque sacudió mayormente a Punta Gorda, Cape Coral sufrió daños en techos, árboles y servicios públicos. Las pérdidas económicas estimadas en el suroeste de Florida ascendieron a más de \$15 mil millones. Además, provocó al desplazamiento temporal de cientos de familias y el cierre de escuelas por semanas.

En 2017 el Huracán Irma de categoría 3, pasó al este de Cape Coral, lo que evitó una gran marejada ciclónica. Aun así, debido al viento, dejó daños a las infraestructuras, cortes de energía, largas filas para gasolina, escasez de alimentos y agua, y un aumento notable en la demanda de refugios temporales. Tras su paso se calcularon daños por más de \$50 mil millones en Florida.

Calificado como el más destructivo en décadas, el Huracán Ian de categoría 4 impactó en 2022 a Cape Coral dejando afectaciones estructurales en techos y sistemas eléctricos. Miles de residentes quedaron temporalmente sin hogar debido a los vientos de hasta 150 mph e inundaciones severas. Tras su paso se reportaron techos arrancados, árboles colapsados, señales dobladas y embarcaciones arrastradas tierra adentro. Los sistemas de agua, estaciones de bombeo y distribución eléctrica quedaron gravemente afectados. Ian figura como uno de los más costosos en la historia de Florida, con pérdidas estimadas en más de \$65 mil millones.

Ante tales experiencias, muchos residentes han aprendido a prepararse con rigor, otros aún confían en la suerte o dejan todo para el último momento.

Ese resultó el caso de una familia de Matlacha cuyo nombre prefiere permanecer en el anonimato y llamaremos los Paredes para contar su historia.

El orgullo no es impermeable

Durante generaciones, la familia Paredes llevaba con orgullo una frase como escudo: "Aquí nacimos con el viento y el mar en la sangre". En su casa de madera vieja pero firme, enclavada en el corazón de la costa de Matlacha, ningún huracán había logrado volarle una teja. Cuando comenzaban las alarmas, mientras los vecinos apilaban sacos de arena y aseguraban ventanas con tablones, los Paredes servían café, sacaban las mecedoras al portal, y se reían de las noticias alarmistas. La abuela Toñita, matriarca y memoria viva, decía que ningún ciclón le quitaba el sueño.

Pero en 2022 llegó Ian. Aquella noche, por primera vez en la historia familiar, la madera de la casa crujió como si se quejara. Los árboles del patio ya no bailaban: se inclinaban como rogando. Y cuando el techo del gallinero salió volando como una cometa mal amarrada, incluso Toñita advirtió el peligro.



Daños ocasionados por Ian en Cape Coral

Fue en ese instante, con el agua metiéndose por las rendijas del piso y el cielo partiéndose en dos sobre la costa, cuando los Paredes entendieron que la tradición no siempre protege, que el orgullo no es impermeable... y que hasta el café más fuerte se enfría frente al poder de la naturaleza.

Al día siguiente, el silencio no era de alivio, sino de incredulidad. El porche donde Toñita tejía cada tarde estaba en el canal. Las fotos del abuelo flotaban en una caja hinchada, y el viejo flamboyán del patio, ese que había resistido todo, ahora yacía tumbado como un guerrero vencido.

Durante semanas, los Paredes vivieron con las puertas abiertas, no por valentía, sino por necesidad. Comieron en casa de los vecinos, recibieron linternas de desconocidos, y aprendieron a pedir ayuda sin que les temblara la voz. Fue entonces cuando entendieron que prepararse no es

tener miedo, sino cuidar lo que uno ama antes de que el viento decida lo contrario.

Desde entonces, los Paredes aún hacen café cuando anuncian huracanes, pero también preparan mochilas, sellan ventanas, y organizan refugios para los que más lo necesitan. Porque aprendieron que resistir no es negar el peligro... es responder con sabiduría.

La experiencia de los Paredes, así como las estadísticas del último gran impacto no dejan espacio para el olvido. Los vientos, las marejadas y los cortes de energía no distinguen entre desprevenidos y precavidos.

Hoy, más que nunca, la prevención debe ser parte de nuestra cotidianidad. No se trata solo de tener provisiones o revisar techos, sino de cultivar una conciencia colectiva que nos permita proteger a los más vulnerables, compartir recursos y responder con organización ante la emergencia.

Perfil de Personalidad de los Nacidos en Julio/Agosto

Las personas nacidas en julio son conocidas por su profundidad emocional, corazones cálidos y espíritu creativo. Aunque cumplas a principios del mes o más cerca de agosto, existen algunos rasgos de personalidad fascinantes, comúnmente asociados con quienes nacen en pleno verano.

Julio está regido por dos signos del zodiaco: Cáncer (del 21 de junio al 22 de julio) y Leo (del 23 de julio al 22 de agosto), cada uno con su propia influencia única.

Los Cáncer, nacidos durante las tres primeras semanas del mes, tienden a ser cariñosos, atentos y orientados a la familia. Sobresalen por su intuición y vínculos profundos con sus seres queridos. A primera vista parecen reservados, pero bajo la superficie poseen un mundo emocional muy rico. También se les conoce por su creatividad, lealtad y naturaleza protectora.

Al llegar a finales de julio, los Leo toman protagonismo. Audaces y carismáticos, los Leo son líderes naturales que brillan bajo los reflectores. A menudo se les describe como generosos, seguros de sí mismos y llenos de energía. Su entusiasmo y encanto los convierten en personalidades magnéticas tanto en ambientes sociales como profesionales.

En general, las personas nacidas en julio suelen mostrar valores sólidos, inteligencia emocional y una profunda apreciación por las relaciones. Ya sea regidas por la luna, como los Cáncer, o por el sol, como los Leo, tienden a ser reflexivas, expresivas y apasionadas por las personas y causas que les importan.

Si cumples años en julio, o conoces a alguien que lo hace, quizás identifiques estos rasgos comunes a quienes nacieron en un mes tan especial.

¡El Cabo resplandece a la luz del Sol!

Promueve tu negocio en este periódico gratuito que se distribuye en zonas de alta circulación a través de todo Cape Coral. El Cape Coral Sun celebra el pasado, presente y futuro de nuestra ciudad mediante auténticas informaciones provenientes de la Cámara de Comercio, la Oficina del Sheriff, el Museo Local de Historia y los residentes de Cape Coral.



mycapecoralsun.com

Contáctenos para más información

Bonnie Yapello | 239-464-3731
Bonniey.ccsun@gmail.com

Joe Yapello | 239-770-8284
Publisher.ccsun@gmail.com

Atrapa la acción

Julio en el agua

Por el Capitán Bill Russell

A medida que aumenta el calor del verano, la pesca sigue ofreciendo buenas oportunidades, tanto en aguas costeras como en mar adentro. Solo necesitamos prepararnos para los días calurosos y permanecer atentos al clima. Muchos pescadores prefieren comenzar temprano y salir del agua antes del calor del mediodía evitando también las tormentas vespertinas.

En la costa, el pargo de mangle seguirá aumentando su actividad. Los peces pican cebos diversos como camarones, sardinas, arenques, peces carnada pequeños y carnada cortada. Estos resultan atractivos y garantizan buena pesca en los muelles, puentes, costas de manglares profundos, bancos de ostras, agujeros arenosos y afloramientos rocosos cerca de los pasos.

El pargo de mangle es uno de los peces más sabrosos de la zona y da buena pelea para su tamaño. Constituye un objetivo ideal para el verano. Por lo general son precavidos con los anzuelos y líderes, y si el agua está clara, a menudo se requiere usar aparejos más livianos. Yo utilizo más de dos pies de líder de fluorocarbono de 12 a 20 libras y un anzuelo circular 1/0 o menor.

La mejor pesca de róbalo y pez rojo la proporcionan los días con mareas fuertes. A menudo se encuentran juntos cerca de muelles, estructuras costeras y áreas alrededor de los pasos del golfo, así como en bancos de ostras y zonas de vegetación en mareas altas. Por otra parte la temporada de trucha moteada y pez rojo está abierta, mientras que la del róbalo permanece cerrada. A medida que el agua se calienta, la mejor pesca de trucha se encuentra entre los 1.2 y 2.4 metros de profundidad, en fondos de pasto o mezclados con arena.

Las mañanas tranquilas de verano son ideales para salir mar adentro. Según mi conocimiento, la temporada del pargo rojo americano está abierta durante julio, para quienes se animen a ir lejos. Les sugiero verificar los reglamentos antes de salir. Al parecer están cerradas las temporadas de los meros rojo y gag.

Para informarse sobre regulaciones actuales de pargos, meros, peces rojos, róbalos, truchas y demás especies, visiten www.myfwc.com o descarguen la app Fish Rules en su celular.

Más cerca de la costa, los pecios y arrecifes son productivos, con capturas que van desde pargos hasta barracudas y enormes meros guasa. Lo ideal es anclar corriente arriba de la estructura,



equipados con una bolsa de carnada fresca. Recomiendo llevar cebos variados y cañas listas para acción ligera y pesada.

Si prefieren la acción rápida y divertida de mar adentro, busquen bonitos y caballas españolas atacando los bancos de carnada a profundidades entre 9 y 24 metros. Otra estrategia para lograr capturas instantáneas es trollear cucharillas plateadas o señuelos Tuna Jet de colores cerca del área de alimentación de los peces. También observen aves y movimientos en la superficie para ubicar a los peces. Igualmente revisen los arrecifes artificiales. Las caballas españolas abundan en los pasos del golfo y áreas costeras donde frecuentan los bancos de carnada.

Los tiburones son otro favorito del verano. Hay muchas especies, grandes y pequeñas, tanto en la costa como mar adentro. Aunque algunos los consideran una molestia, muchos pescadores los buscan por la gran pelea que dan. Los tiburones cumplen una función vital en el ecosistema; procuren liberarlos rápidamente y sin daño. Cada niño sueña con atrapar un tiburón, sin importar el tamaño. Esta es una buena época para lograrlo, solo asegúrense de hacerlo con seguridad tanto para el pescador como para el tiburón.

Para reservar una excursión, contáctenos en Gulf Coast Guide Service y "¡Atrapa la acción!" con el Capitán Bill Russell. Teléfono o texto al (239) 410-8576, sitio web: www.fishpineisland.com, correo electrónico: gcl2fish@live.com.

El Capitán Bill Russell reside en de Pine Island y ha dedicado

toda su existencia a pescar las aguas que rodean Pine Island y el suroeste de Florida. Durante los últimos 29 años ha sido guía profesional de pesca, personalizando cada viaje para garantizar que todos a bordo pasen un gran momento y quieran volver. ¡Ven y atrapa la acción!



Observación de Estrellas durante el mes de julio

En julio de 2025, el Triángulo de Verano, compuesto por las brillantes estrellas Vega (en Lyra), Deneb (en Cygnus) y Altair (en Aquila), será un espectáculo destacado en el cielo nocturno de Florida. Además, se podrá ver la Vía Láctea como una tenue franja luminosa, especialmente en zonas oscuras alejadas de las luces urbanas.

Aspectos clave del cielo de julio en Florida:

Triángulo de Verano

Vega, Deneb y Altair formarán este triángulo brillante, claramente visible en el sureste.

Vía Láctea

Este rastro de estrellas será visible bajo cielos oscuros y despejados.

Planetas

Mercurio, Júpiter, Urano, Venus, Neptuno y Saturno podrán observarse durante las noches de julio.

Lluvias de meteoros

Las lluvias Alpha Capricórnidas y Delta Acuáridas del Sur estarán activas y alcanzarán su pico alrededor del 29 al 30 de julio.

Cuatro Mejores Lugares Para Ver las Estrellas en Florida

Aunque Florida es famosa por sus playas bañadas de sol, también ofrece rincones donde el espectáculo nocturno brilla con fuerza. Aquí están cuatro sitios ideales para la observación de estrellas:

1-Parque Nacional Everglades

Santuario de vida silvestre y lugar excelente para observar el cielo nocturno. Su vastedad con casi un millón de acres, permite disfrutar de cielos despejados sin contaminación lumínica. Esto significa la posibilidad de alejarse de la luz ambiental que a menudo oscurece los rasgos celestiales. El parque también está certificado por la Asociación Internacional del Cielo Oscuro (IDA), lo que garantiza aún más su experiencia de observación de estrellas

2-Parque Estatal Kissimmee Prairie Preserve

Este parque estatal es uno de los principales destinos de Florida para la observación de estrellas. Kissimmee Prairie Preserve State Park fue el primer Parque de Cielo Oscuro designado por la IDA en Florida, y con razón. El parque ofrece una vista amplia de las praderas, lo que proporciona a los observadores del cielo menos contaminación lumínica. Las mismas características que hacen de Florida Central un lugar ideal para la ganadería: tierras planas con pocos árboles y, lo más importante, una contaminación lumínica limitada. También lo convierten en un lugar perfecto para contemplar la inmensidad de la Vía Láctea.

3-Reserva Nacional Big Cypress

Muchos pasan por alto la Reserva Nacional Big Cypress como destino para la observación de estrellas. Sin embargo, es una joya escondida que vale la pena explorar. Al caer la noche, el Centro de Visitantes Oasis de la reserva resulta un lugar excelente gracias a su relativa lejanía y la mínima contaminación lumínica. Además, la fiesta anual de estrellas ("Star Party") ofrece una oportunidad única para reunirse con otros entusiastas bajo la guía de astrónomos expertos.

4-Parque Estatal Myakka River

El Parque Estatal Myakka River constituye uno de los parques estatales más antiguos y grandes de Florida. Ofrece paisajes diversos y abundantes oportunidades para la observación tanto terrestre como celeste. El parque organiza el evento anual "Estrellas sobre Myakka", uno de los mejores momentos para visitar y disfrutar de aventuras guiadas de observación estelar. Sin embargo, el parque está abierto para observar el cielo en cualquier noche despejada. Puedes partir desde una zona remota dentro del parque o utilizar sus dos áreas principales de estacionamiento para explorar el cielo nocturno.



GRATIS
Inspección del techo

(Valor de \$200)

Debe presentar el cupón durante la inspección. Límite de uno por proyecto.

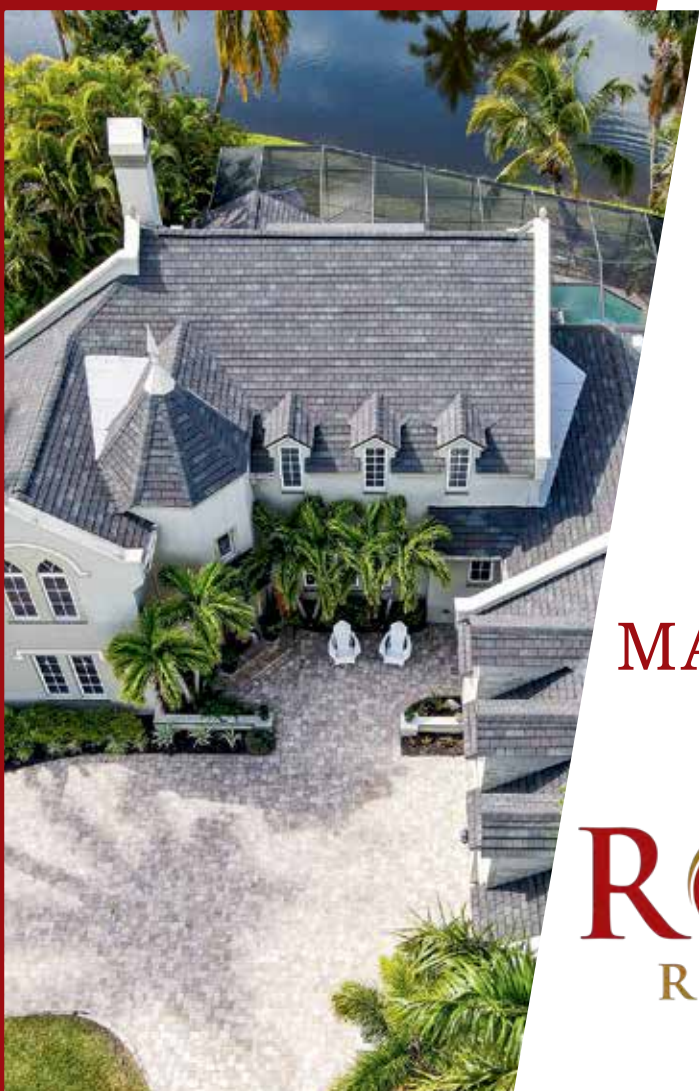
\$1000 DE DESCUENTO
Re-Recho

Debe presentar el cupón durante la inspección. No acumulable con otras ofertas. Válido para techos de 330 m² o más. Puede haber otros descuentos disponibles para techos más pequeños. Llame para más información. Límite de uno por proyecto. Vence el 31 de julio de 2025.

¡Llame hoy para un techado confiable!

(239) 423-2013

ROMANROOFING.COM



EL CONTRATISTA DE TECHOS MÁS CONFIABLE DE FLORIDA

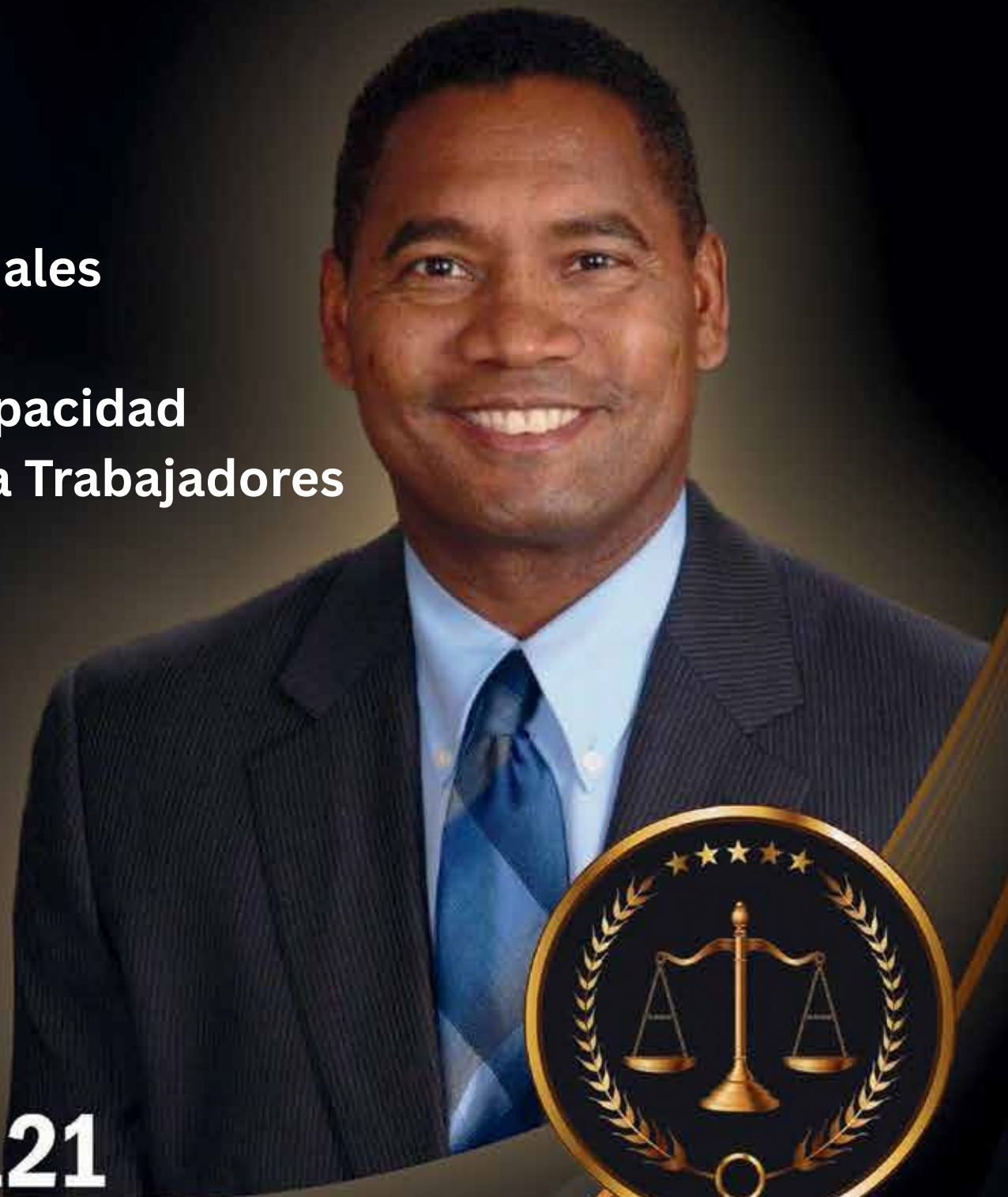
ROMAN ROOFING

Licencia # CCC1330707

Bufete de Abogados, Arias, P.A.

Victor M. Arias, Esq.
Abogado y Consejero Legal

- Accidentes
- Defensa de DUI
- Lesiones Personales
- Defensa Penal
- Seguro por Incapacidad
- Compensación a Trabajadores



239-945-2121

VARIAS@ARIASLAWFIRM.COM

ARIASLAWFIRM.COM

3013 Del Prado Blvd. Suite 6, Cape Coral FL 33904