

sites estilo blaze - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: sites estilo blaze

Resumo:

sites estilo blaze : Descubra o potencial de vitória em symphonyinn.com! Registre-se hoje e reivindique um bônus especial para acelerar sua sorte!

Bem-vindo ao bet365 Brasil, o lar das melhores apostas esportivas online. Com uma conta no bet365, você tem acesso a uma grande variedade de esportes, mercados e recursos para aprimorar **sites estilo blaze** experiência de apostas. Desde futebol e basquete até tênis e e-sports, temos tudo o que você precisa para apostar e se divertir.

Se você é um entusiasta de esportes que procura uma plataforma de apostas confiável e abrangente, o bet365 é a escolha perfeita. Aqui estão alguns dos principais benefícios de se registrar no bet365:

- Ampla gama de esportes e mercados: oferecemos uma vasta seleção de esportes para você apostar, incluindo futebol, basquete, tênis, e-sports e muito mais. Com uma ampla variedade de mercados disponíveis para cada esporte, você certamente encontrará o que procura.
 - Odds competitivas: no bet365, nos orgulhamos de oferecer algumas das odds mais competitivas do setor. Isso significa que você pode obter mais valor pelas suas apostas e ter a chance de ganhar mais.
 - Recursos avançados de apostas: oferecemos uma variedade de recursos avançados para aprimorar **sites estilo blaze** experiência de apostas, incluindo transmissão ao vivo de eventos esportivos selecionados, estatísticas detalhadas e muito mais. Esses recursos ajudam você a tomar decisões mais informadas e a aumentar suas chances de sucesso.
-

conteúdo:

sites estilo blaze

Venezuelan Elections: Edmundo Gonzalez Urrutia, el candidato de la oposición

La contención es una cualidad rara en un político, especialmente en Venezuela, un país cuyos líderes recientes han sido sinónimo de populismo vitriólico.

Hugo Chávez, el expresidente que aún proyecta una sombra formidable sobre el país más de diez años después de su muerte, solía hablar durante horas en su programa de televisión, *¡Hola, Presidente!*, mientras que su sucesor inflamatorio, el presidente incumbente Nicolás Maduro, es igualmente capaz de hablar más de 60 minutos sin interrupción cuando se lo propone.

Por lo tanto, es revelador que el hombre encargado de desafiar a Maduro en las elecciones presidenciales de Venezuela el próximo mes sea un hombre de pocas palabras.

Edmundo Gonzalez Urrutia, el candidato oficial de una gran coalición de oposición conocida como la Plataforma Unitaria Democrática, tiene la costumbre de responder a las preguntas en frases cortas, a menudo deteniéndose antes de que el entrevistador tenga tiempo de pensar en una pregunta siguiente.

Es un enfoque inesperado de un candidato presidencial que busca generar entusiasmo entre los votantes para desafiar a un líder autoritario que, en los últimos diez años, se ha afianzado en el poder supuestamente manipulando elecciones y violando derechos humanos. Pero Gonzalez no es un político venezolano típico.

Después de décadas en el servicio exterior (fue embajador en Argelia y Argentina) y luego como

gerente de banca en la oposición venezolana, Gonzalez fue seleccionado como candidato de la coalición porque dos otros líderes de la oposición, Maria Corina Machado y Corina Yoris, habían sido descalificados y se acercaba una fecha límite.

"Nunca me imaginé que me encontraría en esta situación", dijo a los medios venezolanos a fines de abril, poco después de que se formalizara su candidatura. Sin embargo, desde entonces, su serenidad y calma lo han ayudado a construir una cómoda ventaja sobre Maduro, según las encuestas recientes.

Desafiar el agarre casi total del poder de Maduro puede ser un negocio peligroso. A lo largo de los años, ha encarcelado o exiliado a docenas de líderes de la oposición, algunos de ellos durante años. Y cientos de personas han muerto en violencia política en Venezuela en la última década, a menudo a manos de fuerzas de seguridad estatales.

Pero la mayoría de los analistas coinciden en que Gonzalez representa la mejor oportunidad que ha tenido la oposición política de Venezuela para desalojar a Maduro del poder desde 2013. Su nombre ya está en la boleta para las elecciones presidenciales del 28 de julio, y el gobierno aún no ha mostrado poco apetito por ir tras él.

En octubre, el gobierno de Maduro y la oposición, junto con representantes de los Estados Unidos, firmaron un acuerdo integral en Barbados donde Maduro se comprometió a celebrar elecciones libres y justas a cambio de alivio de sanciones de Washington.

Desde entonces, han habido señales mixtas de ambos lados sobre la extensión del trato: las sanciones petroleras impuestas por EE. UU. solo se han levantado parcialmente y la mayoría del círculo cercano de Maduro aún está sujeto a sanciones individuales, mientras que el 28 de mayo, Caracas retiró una invitación para que la Unión Europea enviara observadores electorales para supervisar la votación próxima.

Gonzalez afirma que no está preocupado por una posible persecución, diciendo a En Español que está "muy tranquilo, confiado, aunque consciente del enorme desafío" al que se enfrenta la oposición.

Cuando se le preguntó sobre la posibilidad de una repetición de las elecciones de 2024, donde Maduro ganó en medio de acusaciones generalizadas de fraude electoral y un boicot de la oposición, Gonzalez dijo que espera que la presión de otros países obligue a Maduro a ceder. La mayoría de los expertos consideran que la comunidad internacional es poco probable que intervenga en Venezuela nuevamente después del desastre de la insurrección opositora de 2024 liderada por Juan Guaido, el entonces líder de la oposición que se juramentó a sí mismo como presidente interino y fue reconocido por más de cincuenta países, solo para que Maduro retuviera el poder y superara la tormenta sin daños. Pero Gonzalez parece optimista de todos modos.

"El fraude, el trucaje electoral y las amenazas no son nuevos para nosotros", dijo Gonzalez a En Español, "Pero confiamos en que, en el día de la votación, nuestra victoria será indiscutible".

Su familia no está tan tranquila. "Estamos preocupados, no hay duda", dijo Mariana, la hija de Gonzalez, a [sites estilo blaze](#). "Pero estamos tratando de vivir un día a la vez, porque si comenzamos a pensar en lo que podría suceder, este o aquello, dejamos de movernos", dijo.

Pero ¿cómo convencer a un gobierno autoritario arraigado en el poder durante décadas para que entregue voluntariamente el control y lleve a cabo una transición democrática?

Gonzalez nunca ha ofrecido una respuesta a la pregunta que pende sobre la votación de julio. En lugar de describir un plan de ruta a la democracia, solo ha insinuado los pasos que daría si ganara en julio y la autoridad electoral certificara efectivamente el resultado.

Dijo que sus prioridades más importantes serían atajar la inflación, otra de las dolencias crónicas de Venezuela y actualmente en un 64% interanual, y restaurar la confianza en las instituciones de poder como la judicatura, actualmente apiladas por simpatizantes de Maduro.

El destino del titular y sus aliados más cercanos, varios de los cuales están bajo investigación en La Haya por crímenes contra la humanidad, sigue en la balanza. Pero la amnistía para los funcionarios salientes podría estar sobre la mesa, dijo Gonzalez a En Español.

"En todas las transiciones políticas y crisis políticas, hay acuerdos de amnistía y justicia transicional. Todos los países que han pasado por situaciones como la nuestra han terminado por concederlo, por lo que no descarto que podamos tomar una medida similar en Venezuela", dijo.

Aunque las elecciones están programadas para finales de julio, la ley venezolana exige que el candidato ganador no asuma el cargo antes de enero de 2025, lo que crea un período de transición delicado de seis meses que Gonzalez tendría que gestionar cuidadosamente si gana.

"Esos seis meses serán clave para él como presidente electo, mientras todo el aparato estatal permanece bajo el control del régimen", dijo Sadio Garavini di Tullio, compañero de clase de Gonzalez que también se desempeñó en el servicio exterior y ayudó a gestionar la oposición en los años de Chávez.

"Edmundo, sin embargo, puede ser esa persona; puede dar muchas garantías a todos los involucrados con el régimen".

"No será el presidente del gobierno de la oposición, será el presidente del gobierno de transición", dijo Garavini di Tullio.

George Eickhoff, un diplomático alemán que se desempeñó como director de la Fundación Konrad Adenauer en Caracas entre 2008 y 2013 y sigue siendo cercano a Gonzalez, hizo un punto similar.

"Edmundo es un servidor público, sabe que no puede haber ninguna venganza [contra el gobierno]", dijo Eickhoff a [sites estilo blaze](#). "Ya ha comenzado a hablar con el otro lado: para la oposición, Machado es el mensajero encendido para galvanizar a su base, mientras que Edmundo es una extensión del mensaje suave, es muy realista sobre su tarea".

Cuando se le preguntó sobre la posibilidad de manipulación electoral por parte del régimen de Maduro, Gonzalez fue tranquilo.

"Somos conscientes de que nos enfrentamos a un enemigo", comenzó – luego se corrigió, suavizando el mensaje: "Un oponente que no tiene reparos en utilizar cualquier ventaja que dé el sistema".

Figura de abuelo

El doble mensaje ha sido visible a lo largo del primer mes del período de campaña política, con Machado, un político conservador de larga data que se postuló por primera vez para presidente en 2012, celebrando mítines en cada calle, mientras que Gonzalez ha diseminado calma desde su casa en Caracas.

Cuando se formalizó la candidatura de Gonzalez en abril, una [1xbet à jour](#) de él tomada por el fotógrafo de Bloomberg Gaby Oraa se volvió viral en Venezuela.

Muestra al candidato alimentando a cuatro loros coloridos llamados *guacamayas*, típicos de Caracas.

A través de la ciudad, los ciudadanos alimentan rutinariamente a estas aves salvajes que pueden mostrar una lealtad de mascota.

"Vienen todos los días, dos, tres, cuatro... a veces incluso diez. Son sus amigos", dijo Mariana, la hija de Gonzalez. "Las *guacamayas* vienen en la mañana y en la noche, puede pasar horas alimentándolas con semillas de girasol. Les cuida".

Sus otras pasiones, según aquellos que lo conocen bien, son el béisbol, el club de fútbol Real Madrid, asados familiares y la lectura.

Los fanáticos lo ven como una figura de abuelo de la nación que podría inaugurar una nueva era después de la violencia política de la última década, señalando su eslogan electoral "Edmundo, presidente para todos", así como su edad (73) y situación familiar (tiene cuatro nietos).

Dos de esos nietos ahora viven en España, entre los más de siete millones de venezolanos que

han huido del país en los últimos años. Espera que una victoria de la oposición en julio aliente al menos a algunos de esa diáspora a regresar.

"Es hora de que la gran familia venezolana se reúna una vez más", dijo a En Español.

"Es hora de que el adversario sea respetado como tal, y no visto como un enemigo", agregó, un mensaje más, de moderación y transición.

La atención plena no trata de vaciar la mente

FALSO "La atención plena es lo opuesto a 'vaciar la mente'; se trata de sumergir completamente la mente en exactamente lo que estás haciendo", dice el neurocientífico TJ Power. "Si estuvieras comiendo un plátano con atención plena, el 100% de tu atención debería estar centrada en el sabor y la experiencia."

"Todos tenemos la capacidad de enfocar nuestra atención, pero no somos muy buenos haciéndolo conscientemente debido a las distracciones de la vida moderna", dice la maestra de atención plena Amy Polly, también conocida como la Rebelde de la Atención Plena. "Acepta tus pensamientos y aprende a cambiarlos si es necesario."

Por naturaleza, no se puede apagar el cerebro, dice la Dra. Afrosa Ahmed, médica, neurocientífica y autora de Sanación Mindful: "Tu hígado desintoxica, tus pulmones ayudan con la respiración, tu corazón ayuda con la circulación y el propósito de la mente es pensar y sentir. No quieres vaciar la mente; quieres hacer amistad con ella."

La atención plena es lo mismo que la meditación

FALSO "Son amigos pero no son lo mismo", dice Ahmed. "La meditación es la práctica formal de la atención plena, por lo que estás practicando en un momento y lugar específicos. La atención plena se puede hacer en cualquier lugar: en el autobús, cepillándote los dientes, haciendo los platos." Tanto las prácticas ayudan a que tengas más control sobre dónde pones tu atención. Un estudio encontró mejoras en la memoria, la regulación emocional y el estado de ánimo después de que los sujetos hicieran 13 minutos de meditación mindful (o mindfulness formal) todos los días durante ocho semanas. Polly recomienda poco y a menudo para comenzar: "Tres minutos al día son mejores que 30 minutos a la semana para comenzar a construir el hábito."

La atención plena altera la función cerebral

VERDADERO "Puedes crear nuevas sinapsis en unas pocas horas y días", dice Nicole Vignola, neurocientífica y autora de Rewire: Tu kit de neuroherramientas para la vida cotidiana. "Al practicar la atención plena, puedes tamizar lo que no necesitas. Lo haces etiquetando la sensación de una manera no emocional: si te sientes enojado mientras conduces, reconoces casi robot... ``python ``"

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: sites estilo blaze

Palavras-chave: **sites estilo blaze - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-07-07