

As melhores cidades pequenas na Flórida

O USA Today divulgou seu ranking das “melhores cidades pequenas do Sul dos Estados Unidos”, destacando destinos charmosos, acolhedores e menos conhecidos, todos com menos de 25 mil habitantes. Entre os dez lugares selecionados, três estão na Flórida e conquistaram o público por sua combinação de história, natureza, cultura e hospitalidade.

3º lugar — Inverness
Inverness, no centro-oeste da Flórida, encanta com seu centro histórico bem preservado, onde se destaca um tribunal de 1912 transformado em museu. A cidade oferece trilhas para ciclistas como a Withlacoochee State Trail, passeios por lagos e parques como o Fort Cooper State Park e fácil acesso a nascentes cristalinas, como as famosas Three Sisters Springs, onde é possível ver peixes-

-boi no inverno.
5º lugar — Safety Harbor
Safety Harbor é uma cidade vibrante na região da baía de Tampa, com um centro cheio de lojinhas, galerias de arte e restaurantes. Eventos comunitários como o *Third Friday* e a feira de domingo animam as ruas, enquanto o Safety Harbor Waterfront Park oferece tranquilidade à beira-mar, com um pier ideal para pesca ou observação da vida marinha.
8º lugar — Cocoa Beach
Localizada na Space Coast, Cocoa Beach é um paraíso para surfistas e amantes da praia. Com paisagens deslumbrantes, a cidade combina esportes aquáticos com atrações como o histórico Cocoa Beach Pier, que oferece opções de compras, gastronomia e vistas incríveis do oceano.
Fonte: News6

Cidadão americano é preso na Flórida por “imigração ilegal”

Jovem só foi solto após juiz confirmar certidão de nascimento



Juan Carlos Lopez-Gomez, de 20 anos, nasceu na Geórgia, EUA

Juan Carlos Lopez-Gomez, de 20 anos, nasceu nos Estados Unidos, mas passou uma noite preso na Flórida após ser detido durante uma abordagem de trânsito. Ele estava indo de sua cidade natal no estado da Geórgia para o trabalho em Tallahassee quando foi parado pela polícia rodoviária e acusado de estar ilegalmente no estado — com base numa nova lei estadual contra imigrantes indocumentados, atualmente suspensa por decisão judicial. Mesmo após a Justiça estadual descartar a acusação por falta de provas, Lopez-Gomez continuou preso por conta de uma ordem da imigração (ICE), que pede para deter pessoas suspeitas de estarem ilegalmente no país. No entanto, ele é cidadão norte-americano, nascido em Grady County, e sua mãe apresentou a certidão de nascimento original ao tribunal. A

juíza verificou a autenticidade do documento em audiência. Advogados e ativistas dos direitos dos imigrantes denunciaram o caso como abuso de autoridade e erro gravíssimo — reforçando que cidadãos americanos não deveriam jamais ser alvo de ordens de detenção do ICE. O caso gerou grande comoção e foi denunciado por organizações de direitos civis como mais um reflexo das políticas de deportação em massa da administração Trump, que vêm sendo criticadas por promover perfilamento racial e violações de direitos civis. Após pressão pública e mobilização social, Juan Carlos foi libertado no fim do dia seguinte, cercado por familiares e apoiadores emocionados. O Departamento de Segurança Interna (DHS) declarou que está investigando o caso.
Fonte: CNN

CANSADA DE TENTAR EMAGRECER E NÃO VER RESULTADOS?

Chegou a sua vez de mudar de verdade.

VOCÊ TEM NA CONSULTORIA ONLINE DE TREINO E DIETA:

- Acompanhamento direto da Carol Macedo e sua equipe
- Plano alimentar equilibrado, sem restrições
- Treinos eficazes, adaptados à sua rotina
- Suporte para mulheres acima de 40 anos, menopausa e reposição hormonal

FAÇA PARTE AGORA MESMO

+1 954 225 4828

@carolmacedotrainer / @teamcarolmacedo

CAROL MACEDO
PERSONAL TRAINER
E COACH NUTRICIONAL

Aponte a sua câmera para o qr code e entre em contato

TEAM CAROL MACEDO