

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 19 - Edición 938

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Octubre 1 al 8, 2025

Agotada la diplomacia, escalada militar sobre Venezuela. Cual sera la siguiente fase del plan de EEUU



Pag-2



**Communitarian
Media
Network, Inc.**

Comunitarian Media Network
Organización Comunitaria Sin
Fines de Lucro
Non Profit Organization
reconocida por el IRS (501 c3)

Como un servicio social
estamos colaborándole a la
comunidad para llenar sus
formas de inmigración
TOTALMENTE GRATIS
No somos abogados ni
asesoramos legalmente,
solamente le colaboramos con
la presentación de sus formas
de inmigración.

**AYUDAMOS CON SUS APLICACIONES DE INMIGRACION
LE DEBEN DINERO? LE AYUDAMOS A COBRARLO ANTE LA CORTE**



- Aplicación para renovación del TPS
- Aplicación para peticiones familiares
- Aplicación para la Ciudadanía
- Aplicación para visas de trabajo
- Aplicación para visas de estudiantes
- Aplicación para el DACA
- Aplicación para perdones administrativos.
- Y todas las formas y formularios del Departamento de Inmigración de los E.E.U.U.

Nota: Si su caso requiere de un análisis legal lo remitimos al mejor abogado de inmigración del condado de Hudson.

DIVORCIO POR SOLO \$99.00

**Oficinas en la ciudad de West New York.
Citas únicamente por teléfono al 201-679-2169**

Agotada la diplomacia, escalada militar cobra fuerza en Venezuela

Analistas destacan que la presión por la salida de Nicolás Maduro del poder también resuena en círculos demócratas. Mientras el gobierno de Donald Trump congeló esfuerzos diplomáticos para alcanzar un acuerdo con Nicolás Maduro -a quien considera un mandatario ilegítimo y acusa de narcotraficante-, Caracas aseguró que busca en su territorio a los presuntos responsables de planificar un supuesto "ataque terrorista" en la Embajada de Estados Unidos en la capital venezolana. Según analistas consultados, este distanciamiento diplomático entre los gobiernos de Estados Unidos y Venezuela podría ser un golpe fuerte para el gobierno de Maduro, quien a través de su interlocutor, Jorge Rodríguez, presidente del parlamento y el jefe negociador que mantenía comunicaciones con el enviado especial de Trump, Richard Grenell, según medios estadounidenses, ya no estará autorizado para dichos acercamientos. Hasta ahora, Rodríguez ha insistido en que "todos los días" conversaba con los contactos en Estados Unidos, negado que no hubiera conversaciones. Sin embargo, desde hace un par de semanas, Maduro aseguró que los canales con Washington no estaban bien. "Las comunicaciones con Estados Unidos están deshechas", expresó el mandatario venezolano el 15 de septiembre. A esto le han seguido los ataques de la administración Trump contra supuestas narco lanchas en el Caribe - al menos seis- provenientes de Venezuela y que dejan al menos 20 personas muertas. Todo esto, en medio del despliegue militar estadounidense compuesto por ocho buques, misiles y más de 4.000 soldados con dirección al país suramericano. También hay que sumarle la posibilidad de que el gobierno de Trump inicie ataques contra una "lista secreta" de carteles de la droga, según ha revelado CNN. La segunda fase de la avanzada militar en el Caribe por parte de la administración Trump Estos ataques, de los cuales el mismo presidente Trump señaló que no descarta ampliarlos por vía terrestre, mantienen la narrativa de la lucha contra el narcotráfico y forman parte de la llamada "fase dos", la primera se trató de los ataques en el Caribe. "Hemos sido claros: el régimen de Maduro es ilegítimo. Creo que la administración y su postura son bastante claras al respecto de este país. Trump ha tomado medidas muy estrictas para luchar contra el narcotráfico y evitar que las drogas entren a nuestro país



procedentes de Venezuela", dijo la portavoz de la Casa Blanca, Karoline Leavitt. Pero mientras Caracas asegura que intenta proteger la sede diplomática de EE. UU. -en la que, según funcionarios del chavismo, se esconde la opositora María Corina Machado- lo cierto es que la Casa Blanca parece hacer caso omiso y continuar con su plan de que Maduro deje el poder bajo la presión de la fuerza. Para el politólogo Daniel Árias, parece que están "agotados los procedimientos políticos, legales y administrativos, dentro del Gobierno de Trump, solo queda esperar su decisión final de inicio de operaciones militares y observar los planes operativos de defensa de la administración Maduro". Analistas que prefirieron hacer comentarios off the record, le dijeron a este diario que cerrar ese canal diplomático con Caracas apunta a que el camino a la escalada militar cobra mayor

posibilidad.

Salida de Maduro se presiona entre demócratas y republicanos

Según los demócratas del Comité de Relaciones Exteriores del Congreso de EE. UU., "Trump y Rubio están presionando por un cambio de régimen en Venezuela. El pueblo estadounidense no quiere otra guerra, y el Congreso no puede permitir que ningún presidente inicie una ilegal o unilateralmente. Así no funciona la Constitución", escribieron este martes en su cuenta en X. Para el politólogo Carlos Zambrano, la declaración de los demócratas, si bien es parte de la confrontación política con los republicanos, demuestra cómo ambos bandos utilizan el tema Venezuela como bandera política y cómo los dos partidos necesitan mostrar resultados

sobre ese aspecto. "En el próximo discurso de la Unión, Trump necesita presentar como exitosa su mediación en Medio Oriente, aspecto que no ha logrado aún, o mostrar cómo derrotó al cartel de Los Soles. Necesita uno de los dos escenarios para mostrar a sus electores", dice Zambrano. Por otra parte -explica el politólogo- "los demócratas usan el llamado a no ir a la guerra tomando el mismo discurso de Trump que dice ser el presidente que no ha iniciado conflictos". Aunque la mayoría de los análisis terminan siendo hipótesis, la expectativa continúa creciendo sobre qué acción tomará Estados Unidos con Venezuela. Desde la clandestinidad, María Corina Machado aseguró este martes que la presión en contra de Maduro se encuentra en una fase "resolutiva".

CVS pharmacy®

Get FREE Rx delivery & other essentials*
Visit cvs.com/delivery to learn more.
*Restrictions apply.

**BUY 1 GET 1
50% OFF***
WITH CARD Select CVS Health vitamins.



**BUY 1 GET 1
FREE***
WITH CARD Select Nature's Bounty vitamins.



**BUY 1 GET 1
50% OFF***
WITH CARD Select CVS Health or Live Better digestive care.

Select Colgate Optic White, Total, Sensitive, Enamel Health, Zero or Essentials toothpaste.



500 ExtraBucks® Rewards on 3 for next purchase
500 mfr's coupon on 3 in our app**
it's like getting...
\$10
total savings on 3

ExtraBucks® Rewards offer limit of 2 per household with card. (20004796699)

Reusable face masks. Adult, kids, and extended sizes.



prices starting at
3.99

**BUY 1
GET 1
50% OFF***

WITH CARD Select hand sanitizer.



Helping you stay prepared

spend \$30

**Get \$10
ExtraBucks® Rewards**

on ANY of these products. See back page, 2, 4, 6, 8, 9, 11, 13, 14 & wrap for more offers.

ExtraBucks® Rewards offer limit of 1 per household with card. (2000471674)

Look for this symbol for participating products:

24.99

WITH CARD Olay Eyes, Regenerist or Luminous.



\$3

ANY L'Oréal facial care.



7.99 WITH CARD Scott bath tissue 12-18 roll or Viva paper towels 6 roll.



CVS Health cold relief (excludes cough drops).†



CVS Health 400 series blood pressure monitors or CVS pulse oximeter.††



ANY Voltaren, Excedrin or Select Advil.



**BOGO
50% off***
VITAMINS
Brands cannot be combined.

WITH CARD Select Nature Made vitamins or dietary supplements.
WITH CARD L'il Critters, VitaFusion gummy vitamins or fiber.



11.94 you pay with card - **3.00** mfr's coupon in our app**
it's like getting it for...
8.94 after savings



Tide 92-100 oz, Tide PODS 21 ct. or Dreft.

ExtraCare® Coupon Center
Weekly Deals



Palmolive 10 oz. **74¢** YOU PAY WITH CARD, instant coupon & mfr's coupon



2/\$4 WITH CARD & after instant coupon savings
Hershey's Original, Holiday Kisses or miniatures 7-10.8 oz.



2.99 WITH CARD Gold Emblem, Gold Emblem around freeze-dried fruit 1-2 oz or trail mix 5-10 oz.



16.99 WITH CARD Truly, White Claw or Bud Light Seltzer 12 pk. cans.

†Cough & Cold and Allergy medications containing pseudoephedrine or ephedrine and items limited by law are subject to federal and state purchase restrictions and limits. Available in the Pharmacy Dept. Please check with your CVS pharmacist for more information.
**Must be an ExtraCare® cardholder as of 11/08/20 to get this coupon. Limit of 1 offer per household with card. Offer valid 11/15/20-11/21/20. ††Offer excludes any purchase that is or will be submitted for reimbursement by a health plan.

Auto + Hogar = Grandes Ahorros

Averigua cómo puedes
ahorrar con nuestros
descuentos al combinar
tu Seguro de Auto y tu
Seguro de Propietario
de Vivienda de State Farm.
Lláme hoy



Alex Vargas, Agente
45 Hoover Avenue
Passaic, NJ 07055-5109
Tel: (973) 955-4530 Fax: (973) 955-4533
alex.vargas.mbyt@statefarm.com



State Farm[®]
UN BUEN VECINO

Las pólizas de seguros de State Farm están escritas en inglés. Los descuentos aplican al Seguro de Propietario de vivienda después de reunir ciertos requisitos de la póliza de auto. State Farm Mutual Automobile Insurance Company, Bloomington, IL. Homeowners Insurance: State Farm Fire and Casualty Company, Bloomington, IL.

Las nueve carreteras más peligrosas del mundo



■ **Nueva Zelanda. Milford Road:** es una ruta pavimentada de 119 kilómetros que permite atravesar una población neozelandesa de 3.000 habitantes. Fue inaugurada hace 56 años y hasta hoy, permanecen intactas las especies que la habitan y el maravilloso verde que la rodea.



■ **San Francisco. Lombard Street:** aunque es una de las más curvadas del mundo, lo que la hace curiosa es que la curva es tan cerrada que solo pueden transitar vehículos cuesta abajo y a menos de 8 kilómetros por hora. Su paisaje está decorado por coloridos arbustos en flor.



■ **Suiza. Grimsel Pass:** parece una cinta que fluye sin orden, de arriba hacia abajo por los Alpes Suizos. Fue construida en 1890 para apreciar sin obstáculos el accidentado paisaje y los glaciares de la zona.



■ **Estados Unidos, California. Highway 1:** justo al lado del Océano Pacífico, la caída de esta legendaria carretera es de casi 305 metros. Cuenta con dos carriles y está sostenida por 33 puentes.



■ **Hawái. Mauna Kea:** es probable que si pasea por Hawái en un carro alquilado, el contrato le prohíba transitar por esta carretera de más de 4.200 metros de altura. Esta ruta dirige al parque nacional de los volcanes, que cuenta con dos volcanes todavía activos.



■ **Italia. Stelvio Pass:** este paso de montaña de los Alpes Orientales cuenta con 60 curvas cerradas que pueden quitarle el aliento a cualquier conductor. Alcanza una altura de 2.743 metros y fue construida en 1820.



■ **Bolivia. North Yungas Road:** su belleza es indudable al igual que su alto riesgo, por lo que ha sido llamada 'La ruta de la muerte'. Las cascadas que bajan de la montaña caen sobre la carretera, algo que la hace muy resbalosa. Esto sumado a que no tiene más de 3 metros de ancho y es extremadamente empinada, hace muy peligroso que dos carros circulen al mismo tiempo.



■ **Noruega. Trollstigen:** la impresionante vista de la cascadas noruegas no la hace menos peligrosa. En esta hermosa carretera los vehículos de más de 12 metros de largo están prohibidos ya que varios buses de turistas han quedado atrapados. Fue construida en 1936 y reestructurada en 2005 para hacerla más segura.



■ **Japón. Irohazaka:** es parte importante de la historia religiosa de Japón, ya que hace mucho tiempo, solo los peregrinos budistas que se dirigían al parque nacional de Nikko, situado a los pies del volcán del monte sagrado Nantai, tenían permitido transitar por ella. Tiene 48 curvas, cada una con una letra del antiguo alfabeto japonés.



**Mayor Brian P. Stack
and Board of Commissioners**
cordially invite you to attend

Union City Senior Citizen's Hispanic Heritage Month Luncheon

*Saturday, October 4, 2025
12:00 PM*

Colin Powell School
New York Avenue & 15th Street
Union City, NJ

**Food & Entertainment
Free Admission**

No Children Allowed

**For more information please call
The Senior Affairs Office at 201-348-5701**



Transportation will be provided from the following locations beginning at 10:30 A.M.

4545 PALISADE AVENUE
3911 KENNEDY BOYS
39TH & BOGGS TURNPIKE
3700 PALISADE PLAZA APTS.

BELLA VISTA APTS.
1509 BERGENLINE AVENUE
500 CENTRAL AVENUE

1104 PALISADE AVENUE
1015 CENTRAL AVENUE
380 MOUNTAIN ROAD

49TH & HUDSON AVENUE
DANC. APARTMENTS
100 MANHATTAN AVENUE



Mayor Albio Sires &
The Board of Commissioners Present
Senior Events October Calendar!



Seniors Department
Located at 515 54th St WNY
Call To Reserve at (201) 295-5144

October 2025

Sunday Monday Tuesday Wednesday Thursday Friday Saturday

RESERVATIONS FOR ALL TRIPS WILL BEGIN ON OCTOBER 1ST RESERVACIONES PARA LOS VIAJES VAN A COMENZAR EL DÍA 1 DE OCTUBRE	5 Play Domino - 9AM - 12PM Bergen Mall - 9:45 AM LIDL - 1PM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street	12  CLOSED IN OBSERVANCE	19 Play Domino - 9AM - 12PM Bergen Mall - 9:45 AM LIDL - 1PM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street	26 Play Domino - 9AM - 12PM Bergen Mall - 9:45 AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street The Mills - At Jersey Gardens Mall Cost FREE Pick up 9:00AM At 515 54th Street
1 Play Domino - 9AM - 12PM Garden State Mall - 9:45AM Burlington & Walmart (Secaucus) - 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street	6 Play Domino - 9AM - 12PM Bergen Mall - 9:45 AM LIDL - 1PM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street	13 Play Domino - 9AM - 12PM Newport Mall - 9:45AM ShopRite - 11:20AM BINGO-515-54th St-1PM-3PM Chair Exercise - 515 54th St - 10AM-11AM	20 Play Domino - 9AM - 12PM Bergen Mall - 9:45 AM LIDL - 1PM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street	27 Play Domino - 9AM - 12PM Bergen Mall - 9:45 AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street The Mills - At Jersey Gardens Mall Cost FREE Pick up 9:00AM At 515 54th Street
1 Play Domino - 9AM - 12PM Garden State Mall - 9:45AM Burlington & Walmart (Secaucus) - 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street	7 Play Domino - 9AM - 12PM Newport Mall - 9:45AM ShopRite - 11:20AM BINGO-515-54th St-1PM-3PM Chair Exercise - 515 54th St - 10AM-11AM	14 Play Domino - 9AM - 12PM Newport Mall - 9:45AM ShopRite - 11:20AM BINGO-515-54th St-1PM-3PM Chair Exercise - 515 54th St - 10AM-11AM	21 Play Domino - 9AM - 12PM Newport Mall - 9:45AM ShopRite - 11:20AM BINGO-515-54th St-1PM-3PM Chair Exercise - 515 54th St - 10AM-11AM	28 Play Domino - 9AM - 12PM Newport Mall - 9:45AM ShopRite - 11:20AM BINGO-515-54th St-1PM-3PM Chair Exercise - 515 54th St - 10AM-11AM
1 Play Domino - 9AM - 12PM Garden State Mall - 9:45AM Burlington & Walmart (Secaucus) - 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street	8 Play Domino - 9AM - 12PM Garden State Mall - 9:45AM Burlington & Walmart (Secaucus) - 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street Royal Hibachi Grill Buffet Cost \$19 Pick up 11:30AM At Housing Bldg	15 Play Domino - 9AM - 12PM Garden State Mall - 9:45AM Burlington & Walmart (Secaucus) - 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street Johnson's Corner Farm Cost \$16 Pick up 9:30AM At 515 54th Street	22 Play Domino - 9AM - 12PM Garden State Mall - 9:45AM Burlington & Walmart (Secaucus) - 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street	29 Play Domino - 9AM - 12PM Garden State Mall - 9:45AM Burlington & Walmart (Secaucus) - 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street
2 Play Domino - 9AM - 12PM Edgewater Mall - 9:45 AM ShopRite - 1PM BINGO - 515-54th St-1PM-3PM Chair Exercise - 434 62nd St. Community Rm - (residents of 430 & 434) - 10AM-11AM	9 Play Domino - 9AM - 12PM Edgewater Mall - 9:45 AM ShopRite - 1PM BINGO - 515-54th St-1PM-3PM Chair Exercise - 434 62nd St. Community Rm - (residents of 430 & 434) - 10AM-11AM 5101 Park Ave Activities - Community Rm - 1PM-5PM	16 Play Domino - 9AM - 12PM Edgewater Mall - 9:45 AM ShopRite - 1PM BINGO - 515-54th St-1PM-3PM Chair Exercise - 434 62nd St. Community Rm - (residents of 430 & 434) - 10AM-11AM San Judas Taddeo Cost \$65 Pick up 6:30AM At 515 54th Street	23 Play Domino - 9AM - 12PM Edgewater Mall - 9:45 AM ShopRite - 1PM BINGO - 515-54th St-1PM-3PM Chair Exercise - 434 62nd St. Community Rm - (residents of 430 & 434) - 10AM-11AM 5101 Park Ave Activities - Community Rm - 1PM-5PM Casino (Pennsylvania) Cost \$30 Pick up 8:00AM At 515 54th Street	30 Play Domino - 9AM - 12PM Edgewater Mall - 9:45 AM ShopRite - 1PM BINGO - 515-54th St-1PM-3PM Chair Exercise - 434 62nd St. Community Rm - (residents of 430 & 434) - 10AM-11AM
3 Play Domino - 9AM - 12PM Walmart (North Bergen) 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street Farmers' Market Cost FREE Pick up 2PM At Housing Bldgs	10 Play Domino - 9AM - 12PM Walmart (North Bergen) 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street Farmers' Market Cost FREE Pick up 2PM At Housing Bldgs	17 Play Domino - 9AM - 12PM Walmart (North Bergen) 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street Farmers' Market Cost FREE Pick up 2PM At Housing Bldgs	24 Play Domino - 9AM - 12PM Walmart (North Bergen) 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street Farmers' Market Cost FREE Pick up 2PM At Housing Bldgs	31 Play Domino - 9AM - 12PM Walmart (North Bergen) 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street Farmers' Market Cost FREE Pick up 2PM At Housing Bldgs
4 Tai-Chi 9:30AM-12:30PM PS # 2 Columbus Amish Market Cost: FREE Pick up 9:30AM at 515 54th St	11 Tai-Chi 9:30AM-12:30PM PS # 2	18 Tai-Chi 9:30AM-12:30PM PS # 2	25 Tai-Chi 9:30AM-12:30PM PS # 2 Seniors Halloween Party Cost: FREE Pick up 10:30AM at Housing Bldg	31 Play Domino - 9AM - 12PM Walmart (North Bergen) 9:45AM Chair Exercise - 10:30AM - 515 54th Street Farmers' Market Cost FREE Pick up 2PM At Housing Bldgs

Medical Transportation Available, Call (201) 295-5144 to Reserve

Cómo crear o diseñar cocinas y baños sostenibles

Hasta hace poco, el concepto de baño o cocina “verde” evocaba imágenes de aparatos electrodomésticos color aguacate, o inodoros de espuma marina.

Pero en la actualidad, ha adoptado una connotación totalmente nueva. Las cocinas y baños que usan productos y procedimientos favorables al medioambiente están ganando popularidad. Las personas que sienten inclinación por los espacios “verdes” pudieran preguntarse cómo pueden hacer que su cocina o baño sean sostenibles. El concepto implica habitaciones que usen menos agua y energía que las tradicionales.

Para comenzar esta tarea, hay que elegir accesorios que consuman menos agua. Los grifos y duchas de flujo limitado, y los inodoros con capacidad reducida, pueden ahorrar una cantidad significativa de agua. Además, el uso de estos dispositivos de conservación no equivale a que el dueño de vivienda deba sacrificar su comodidad. La nueva tecnología implica que, a pesar de la reducción del uso de agua, cuentan con amplia presión para ducharse y lavarse las manos, y un nivel de descarga adecuado. Si su inodoro se instaló antes de 1994 debe ser sustituido por un modelo más eficiente.

Sin embargo, la sostenibilidad tiene un significado más amplio que la simple reducción del consumo de agua, pues se pueden hacer otros cambios al unísono o gradualmente. El uso de losas de cristal reciclado en el panel impermeable de la cocina o alrededor de la ducha es una buena idea, pues se utiliza cristal que ha sido reciclado y es una opción inteligente y favorable al medioambiente. También puede considerar pisos hechos con materiales reciclables o sostenibles. Como el bambú se reproduce rápidamente en los bosques, es un producto realmente “verde”. Asimismo, la utilización de pisos de vinilo fabricados con materiales combinados y reciclados es también otra idea práctica.

En lo tocante al ahorro de energía, baje la temperatura del termostato del calentador de agua. Esto no sólo reducirá la posibilidad de quemaduras, sino que también ahorrará energía. La sustitución de lámparas ineficientes puede ahorrar gran cantidad de energía. Compre lámparas atractivas y eficientes que usen bombillas CFL o incluso LED.

Cuando vaya a comprar artículos



esenciales para el baño y la cocina, como toallas, papel higiénico y productos cosméticos, tenga en cuenta la forma en que están hechos y cómo se fabricaron. Opte por productos de papel reciclable siempre que pueda. Tenga un cesto de reciclaje en la cocina y el baño para recopilar los artículos que se puedan reciclar, como los tubos de los rollos de

papel higiénico y los frascos y botellas plásticas, entre otros.

Los efectos electrodomésticos “verdes” nos traen a la mente lavaplatos y refrigeradores eficientes en consumo de energía. Pero la conservación puede extenderse al fogón. Los fogones de inducción calientan con mayor rapidez y cocinan con más eficiencia que los de gas o los eléctricos. La inducción permite que el 90 por ciento del calor generado se transmita directamente al utensilio en el que se cocina, en comparación con el 75 por ciento en los eléctricos y el 40 por ciento en los de gas. Además, como trabajan con magnetos es una opción más segura para las familias.

Autor: RAMIRO CALVET-CALVEGAR@HOTMAIL.COM



perrier



PRUEBA
EL SORPENDENTE
SABOR
DE LO
REFRESCANTE.

0 AZÚCAR
100% REFRESCANTE

🦷 Clínica Dental 🦷

SOMOS EXPERTOS EN SONRISAS



15%
DESCUENTO

¡Te ayudamos
a tener una
sonrisa
maravillosa!

*Promoción
válida todo el
mes de
septiembre

Limpieza Dental



\$299

Consulta Dental



\$499

Blanqueamiento



\$899

Prótesis Dental



HAZ TU CITA

(55) 1234-5678
(55) 1234-5678



UBICACIÓN

Calle Cualquiera 123,
Cualquier Lugar

Para más información visita www.sitioincreible.com

Gran porcentaje de trabajadores han tenido sexo en la oficina

Por: Juan Felipe Pinzón

El baño es el sitio preferido por los empleados para llevar a cabo encuentros amorosos. Elemplo.com realizó un sondeo entre más de 650 trabajadores del país que arrojó el resultado que el 25% de los trabajadores ha tenido sexo en su lugar de trabajo.



En una época, donde cada día es más notable el rol del sexo en la sociedad y se recomienda practicarlo no sólo por placer sino también por cuestiones de salud e inclusive por deporte, el sexo ha ido poco a poco cambiando sus prácticas y esto ha llevado a que diariamente las parejas innoven en sus dinámicas, conceptos y por supuesto, lugares. De modo que, como era de esperarse, la oficina no ha sido un obstáculo en el

mundo moderno para satisfacerse sexualmente. El sexo en el trabajo se ha convertido en una realidad global, llevado a cabo algunas veces simplemente por las ganas de innovar y para complacer innumerables fantasías y fetiches de hombres y mujeres alrededor del mundo, mientras que en otros casos sencillamente es una práctica llevada a cabo como una forma para aliviar el estrés y las tensiones laborales. Esto, ha llevado a que muchos

trabajadores al compartir tanto tiempo con sus compañeros de trabajo y pasar más horas en la oficina que en su propia casa, acudan a esta práctica que cada día adquiere mayor popularidad. En cuanto a ubicación para llevar a cabo encuentros íntimos, el lugar preferido por los empleados son:

- ♦ El baño con un 40 %
- ♦ Oficina privada con 34%
- ♦ Puesto de trabajo con un 21%
- ♦ Sala de juntas con 3.8 %

Otros lugares sugeridos por los encuestados para tener sexo en el trabajo fueron la cocina de la empresa o la bodega.

Dentro de los encuestados que tuvieron relaciones sexuales en su lugar de trabajo, se dieron los siguientes resultados:

- ♦ 26 % lo considera normal
- ♦ 22 % lo define como excitante
- ♦ 29 % dijo que el tener relaciones amorosas en la oficina es una práctica inconveniente.

Adicional a esto, del 75 % de las personas que no ha tenido relaciones en el lugar donde lleva a cabo sus labores profesionales, un 40 % afirma que lo haría de presentarse la oportunidad.

"Las relaciones en la oficina son cada vez más comunes en la medida que los trabajadores pasan mayor tiempo en sus

lugares de trabajo. Esto hace que al interactuar día a día, se construyan relaciones amorosas, lo que en muchas ocasiones lleva tener sexo en el lugar de trabajo, ya que esto genera muchas veces la sensación de peligro por la posibilidad de ser descubiertos", afirma Maria Gutiérrez, psicóloga de la Universidad Católica.

Otros datos sobre sexo en la oficina en el mundo...

► Según un estudio británico el 61 % de las mujeres han tenido sexo con un compañero de su oficina.

► Una web de pornografía americana se dedica exclusivamente a los videos que tienen como escenario el puesto de trabajo.

► Un estudio demuestra que uno de cada cinco australianos ha mantenido relaciones sexuales en su lugar de trabajo.

► Mantener encuentros amorosos en el trabajo ocupa el segundo lugar en la clasificación de fantasías sexuales de los franceses.

► Los resultados de una reciente encuesta estadounidense a trabajadores entre los 33 y 36 años, revelaron que el 90% de la población, admite haber tenido relaciones sexuales con un compañero de trabajo en las instalaciones de su oficina.

GRADUADOS UNIVERSITARIOS LATINOAMERICANOS

Aproveche de sus estudios, validaciones de estudios realizados fuera de USA



TODOS LOS PROFESIONALES EXTRANJEROS CALIFICAN

- Acredite el título universitario con el Departamento de Educación Superior en Trenton, New Jersey, e incorpórese al mundo profesional rápidamente.

GRADUADOS PROFESIONALES RUTA ALTERNATIVA

- Gestionamos certificaciones de maestro. No importa la profesion que tengas. Si no concluíste tu carrera universitaria puedes trabajar como asistente o sustituto de maestro. Si terminastes la secundaria, puedes obtener la equivalencia de High School, sin estudiar el (GED).

- Revalidación de Estudios de Extranjeros
- Convalidación de Título Académico
- Universidad y bachillerato (GED)
- Ayudamos con la Certificación de Maestros
- Califique como Asistente de Maestro y Sustituto

Los salarios de maestros para los universitarios son de \$43,000 en adelante y el de un ayudante llega hasta \$27,000. El empleo docente es equivalente a 180 días de trabajo de 8:30 a.m. a 3:00 p.m. y 185 días de descanso, incluye seguro medico, seguro dental y seguro para la compra de medicina. También está respaldado/a por una unión de labor fuerte que representa sus intereses. Nosotros le hacemos todos los trámites. Ayudamos a ubicar a nuestros clientes con trabajo dentro del Departamento de Educación.



6600 JFK Boulevard East, West New York, NJ 07093, (Edificio de oficinas Versailles)

Continental Educational Consultants
Llamar de 8am a 7pm de Lunes a Sábado

551.486.2167
www.continentallanguages.com




HolyName
 Medical Partners
 Hudson County

**718 Teaneck Road,
 Teaneck, NJ 07666
 Tel: (201) 833-3000**

Síndrome de tensión temporo-mandibular

Esta molestia de adormecimiento y dolor en el mentón, cerca del oído y la mandíbula se debe a alteraciones de las articulaciones de la mandíbula o de los músculos que la rodean, lo que en medicina es conocido como Síndrome Temporo-Mandibular (STM) o Síndrome de Costen.

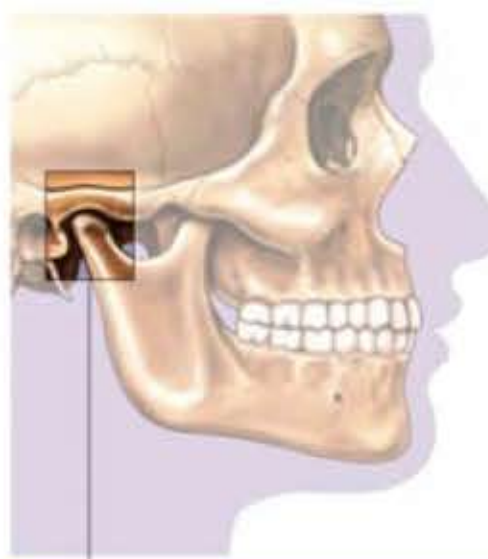
La articulación temporo-mandibular recibe ese nombre por ser la articulación donde la mandíbula se acopla con el cráneo en los huesos temporales, situados a ambos lados de la cabeza. Su función básica es permitirnos abrir y cerrar la boca, siendo una de las articulaciones más usadas de nuestro organismo. La utilizamos constantemente a la hora de masticar, hablar, tragar, bostezar, etc. Para localizarla y explorar su funcionamiento, debemos presionar con los dedos por delante de cada oído, mientras abrimos y cerramos la boca.

Este síndrome se caracteriza por cursar un variado abanico de manifestaciones: dolor, molestias, malestar, espasmo muscular en la zona mandibular y sus proximidades, dificultad para masticar, tragar, abrir la boca, sensación de congestión en el oído, ruidos en la cabeza, así como dolores en la región de la cabeza y cuello.

Lo padece un elevado porcentaje de la población, alrededor del 80 por ciento, y el paciente tipo sería una mujer de edad media (entre 30 y 50 años).

En muchas ocasiones se desconoce el origen exacto del STM. Son diversas las causas que pueden dar lugar a lesiones de la articulación temporo-mandibular, entre ellas el estrés. El estrés provoca una tensión excesiva en los músculos mandibulares, que se traduce en dolor y desazón en ambos lados de la cara.

Otros motivos los podemos encontrar en relación con trastornos dentales, como el alineamiento defectuoso entre los dientes inferiores y superiores o el bruxismo, que consiste en el hábito involuntario de apretar o rechinar los dientes inconscientemente y que también puede producir dolor de cabeza, mandíbula, cuello y oído.



Síntomas de alerta

- **Otalgia:** dolor en uno o en ambos oídos, en una o en las dos articulaciones temporomandibulares, que puede irradiar hacia la mandíbula, la cara, la garganta o la nuca, el cuello o los hombros y que puede empeorar al masticar, bostezar o abrir la boca.
- **Chasquidos:** "clicks" o crujidos, sonidos rechinantes con el movimiento de la mandíbula.
- **Acúfenos:** percepción de ruidos en los oídos (pitidos o zumbidos)
- **Rigidez:** dificultad al abrir completamente la boca, con sensación de "bloqueo o enganche" de la mandíbula mientras se intenta abrir o cerrar la boca o al masticar.
- **Otros:** hinchazón en la zona de la articulación y adormecimiento de la piel de la cara, picor en el conducto auditivo, picor en la garganta o sequedad de la boca.

Causas

Muchas veces la causa exacta del síndrome de TTM no es clara. Las causas posibles incluyen:

- Tensión excesiva en los músculos mandibulares
- Alineamiento defectuoso entre los dientes inferiores y superiores y la mandíbula
- Movimiento desequilibrado de la articulación mandibular
- Posición o desplazamiento anormal de la articulación mandibular o del disco de cartilago dentro de la articulación
- Artritis o un proceso inflamatorio similar en la articulación
- Movimiento excesivo o limitado de la articulación
- Lesión en la mandíbula o cara

Factores de Riesgo

Los factores que incrementan la probabilidad de padecer TTM son:



- Sexo: femenino
- Edad: entre 30 y 50 años
- Apretón o rechinar de dientes
- Dentadura o coronas que no se sujetan adecuadamente
- Fibromialgia
- Estrés
- Artritis

Tratamiento

Control del estilo de vida

- * Reposo de la mandíbula con una dieta blanda
- * Restricción del movimiento con mordidas más pequeñas
- * Aplicación de calor para aliviar el dolor
- * La terapia cognitiva conductual puede ayudar a aprender cómo evitar apretar o rechinar los dientes.

Fisioterapia

Para ayudar a reducir el dolor y permitir la relajación de los músculos:

- * Ejercicios de estiramiento o masajes suaves
- * Estimulación nerviosa eléctrica transcutánea (ENET)

Reducción del estrés

Para algunas personas puede resultar beneficioso aprender técnicas de relajación y manejo del estrés, por ejemplo: Biorretroalimentación, Terapia cognitiva conductual.

Procedimientos dentales

Se puede confeccionar una férula o un protector bucal para relajar los músculos de la mandíbula, lo que evita apretar o rechinar los dientes. Este protector se suele usar por las noches. A veces es necesario que un dentista u ortodoncista corrija la anomalía de la mordida. La cirugía es el último recurso. La efectividad de varios de los procedimientos disponibles no ha sido estudiada a fondo.

Dr Gilberto Gastell, MD

**408 37th Street, Union City, NJ -
 201 864-4477**



Holy Name Medical Partners

Presenta

Tu Salud Primero



Presentador: Dr. Gilberto Gastell

Vea por Cablevisión y Comcast el programa familiar "Tu Salud Primero", patrocinado por Holy Name Medical Center, donde podrás aprender de la mano de los expertos en salud, acerca de las principales enfermedades avances en salud y consejos para vivir en plenitud

Síndrome de tensión temporo-mandibular

Cablevisión - BAYONNE - Canal 19
Bayonne

BERGEN COUNTY - Canal 77

Bergenfield, Closter, Cresskill, Demarest, Dumont, Emerson, Fair Lawn, Harrington Park, Haworth, Hillsdale, New Milford, Northvale, Norwood, Old Tappan, Oradell, Paramus, Rivervale, Rockleigh, Saddle River, Tenafly, Woodcliff Lake

CLIFTON - Canal 75

Clifton, Elmwood Park, Garfield, Hasbrouck Heights, Lodi, Nutley, Passaic, Saddle Brook, Woodridge

ELIZABETH - Canal 18
Elizabeth

HUDSON COUNTY - Canal 19

Hoboken, North Bergen, Union City, Weehawken, West New York

NEWARK - Canal 19

Newark, South Orange

PATERSON - Canal 75
Paterson

TEANECK - Canal 77

Teaneck, Bogota, Hackensack, Maywood, River Edge, Rochelle Park, South Hackensack

Viernes 3 de Octubre - 9:00 PM

Domingo 5 de Octubre - 7:30 PM

Comcast - Canal 51

Martes 7 de Octubre - 9:30 PM

Miércoles 8 de Octubre - 9:30 PM





KPG
KLAUDIA PIOTROWICZ
GROUP



COMPRAR O VENDER UNA CASA?

TRABAJEMOS JUNTOS!

Comprar o vender una casa puede ser un proceso estresante si no cuenta con el agente inmobiliario adecuado. Contáctenos y permítanos ser su fuente más confiable para brindarle el mejor resultado posible.



PAOLA ALLENDE
REAL ESTATE AGENT

CONTACTO:

✉ PAOLASELLSKPG20@GMAIL.COM
☎ 201.600.5101
❤ PAOLA._HALOREALTY



Defensa Jurídica

La mejor manera de ofrecerle un servicio de calidad es estar cerca de usted.

Día a día seguimos mejorando para que nos encuentre allí donde nos necesite.



Consultas Jurídicas y Cita Previa

922 176 510
646 829 874



Disponible
WhatsApp

Visite nuestra web:

alvarezabogadostenerife.com

**¡CONVIÉRTASE EN UN
SUPERHÉROE
PARA SU DESTINATARIO!**



**Ahora recogemos sus envíos más tarde y los entregamos
en la Costa Este de EE.UU. antes de las 15:00 del día siguiente***

Desde septiembre con el nuevo vuelo de FedEx a EE.UU., se beneficiará de nuestro horario de recogida ampliado y su destinatario recibirá el envío al día siguiente antes de las 15:00. Envíe a más de 3.600 códigos postales en la Costa Este de EE.UU. con un excepcional servicio sin coste adicional.

Para más información, llame al 902 180 871 o visite superhero.fedex.com

* Los tiempos de tránsito pueden variar dependiendo del lugar de recogida y entrega o la naturaleza de los bienes transportados.

FedEx
Express

Científicos de Utah logran 'leer' el pensamiento

El invento beneficiaría al belga Rom Houben, declarado en coma durante 23 años a raíz de un accidente automovilístico. El año pasado, descubrieron que su cerebro funcionaba, pero no podía hablar.

Un equipo de científicos de la Universidad de Utah dio un paso insólito hacia el ideal de "leer el pensamiento" de las personas con parálisis avanzada, en un estudio que muestra que es posible traducir las ondas cerebrales en palabras.

El estudio, publicado en la revista *Journal of Neuroscience*, explica que este hallazgo fue posible gracias a la colocación de electrodos en el cerebro. El equipo, liderado por el bioingeniero Bradley Greger, diseñó un delicado mecanismo, que consiste en distribuir los electrodos en dos "rejillas" del tamaño de un botón, que ubicaron en los centros del habla del cerebro de un paciente epiléptico.

Los científicos conectaron el sistema de electrodos a un computador dispuesto para grabar señales cerebrales y presentaron al paciente 10 palabras consideradas útiles para una persona paralizada: "sí", "no", "calor", "frío", "hambriento", "sediento", "hola", "adiós", "más" y "menos". Luego, le pidieron repetir las en voz alta y comprobaron que, en el 76 al 90% de los casos, el computador mostraba las

mismas señales cerebrales para cada palabra que las que había enseñado en el experimento anterior.

"No cabíamos de la emoción cuando vimos que funcionaba", dijo Greger. El científico calificó el hallazgo de "lectura del pensamiento" y expresó su esperanza de que "en dos o tres años esté disponible para su uso en pacientes paralizados". Según Greger, podrían resultar beneficiados pacientes que padecen parálisis temporal tras sufrir un ataque.

Se desarrollará un léxico más amplio. La posibilidad de que pensar una palabra produzca las mismas señales cerebrales que decirla conduce al bioingeniero Bradley Greger, inventor del mecanismo, a creer que no es disparatado prever la creación de una máquina de traducción. "Hemos probado que estas señales nos dicen lo que la persona está pensando, pero necesitamos ser capaces de traducir más palabras con precisión, hasta que se convierta en algo útil", explicó.

En ese estado, los pacientes suelen comunicarse con movimientos, como el guiño de un ojo o con la escogencia de

palabras de un listado.

Investigadores del Centro de Neuroimagen Wellcome Trust de la Universidad de Londres (Reino Unido) han conseguido "leer" el pensamiento de individuos sanos a través de un simple escáner cerebral de resonancia magnética funcional, según aseguran en un artículo que han publicado en el último número de la revista 'Current Biology'.

Con este hallazgo se ofrece nueva información de cómo se registran los recuerdos y se acercan a la creación de un dispositivo que, midiendo la actividad cerebral, permita detectar lo que un individuo está pensando. Al mismo tiempo, a largo plazo se podrán desarrollar tratamientos para combatir la pérdida de memoria, señalaron los autores.

Con este tipo de técnicas de imagen, el grupo que dirige Eleanor Maguire había conseguido predecir pensamientos más simples como colores, objetos o lugares. Sin embargo, en este nuevo estudio se intentó ir "mucho más allá", como dice esta investigadora, y se basó en la "memoria episódica".

De este modo, el experimento consistió en seleccionar a diez voluntarios sanos



para que viesen tres cortometrajes de personas practicando actividades cotidianas, como introducir una carta en un buzón o tirar la basura. Posteriormente, se les pidió que recordasen uno de los cortos mientras se sometían a un escáner cerebral para registrar cambios en su actividad en el cerebro. Con la ayuda de un algoritmo computacional y basándose únicamente en las lecturas del escáner, los científicos pudieron predecir en cuál de los tres cortos estaba pensando cada voluntario.

Cómo realmente eliminar todas sus deudas

Ayudando a la comunidad latina a mejorar su vida:

Si usted no puede dormir por causa de sus deudas y su salud se está empeorando por todas sus deudas. Si está su matrimonio al borde del divorcio por sus condiciones financieras, usted no está solo en esta situación. Millones de personas están endeudadas. Falsas promesas, muchas compañías le prometen saldar las deudas a través de consolidación y después de estar pagando por varios meses a estas compañías, resulta que sus deudas siguen aumentando en vez de disminuir. No permita que le roben su dinero con falsas promesas. Si usted realmente quiere eliminar todas sus deudas, esta es la oportunidad de hacerlo y millones de anglosajones ya han eliminado sus deudas a través de la ley constitucional para proteger al consumidor conocida como BANCARROTA.

LA BANCARROTA está en la Constitución de los Estados Unidos para proteger al consumidor como usted, de todas esas grandes compañías de tarjetas de crédito que le cobran un interés extravagante el cual es casi imposible de pagar. Hay muchos mitos con relación a este proceso legal de la Bancarrota, por eso hemos invitado a nuestro experto en Bancarrota, el señor Carlos Pérez Jr., para que nos ayude a comprender este proceso y nos aclare los mitos con relación al mismo. El señor Pérez es graduado de la Universidad de Fairley Dickerson en New Jersey, fue el Supervisor y Entrenador de una prestigiosa compañía legal, especializada en Bancarrota, ha ayudado a miles de personas a saldar todas sus deudas y ahora ha abierto sus puertas a toda la comunidad latina en su Centro de Bancarrota, ubicado en el Alto Manhattan, en la calle 207 edificio 529 Oeste, segundo piso, entre las avenidas Post y Sherman.

Reportero: Sr. Pérez, se comenta en las calles que ya no se puede hacer Bancarrota?

Sr. Pérez: Esa información es incorrecta, SI SE PUEDE HACER BANCARROTA. Hubo una reforma de la ley de la Bancarrota firmada por el presidente Bush en abril 20, 2005 y entró en

efecto en octubre 17, 2005. Esta reforma es conocida por las sílabas en inglés "BAPCA", Prevención de Abuso de Bancarrota y el Acta de Protección al Consumidor 2005.

Reportero: Sr. Pérez, puede nombrar algunos de los cambios en la ley?

Sr. Pérez: Bajo la nueva ley, el consumidor necesita escuchar una breve charla de cómo manejar sus finanzas, esta charla se puede obtener en el teléfono y tiene una duración de aproximadamente 20 minutos, un certificado será entregado a la conclusión de la charla. Un segundo certificado de cómo manejar sus finanzas es obtenido al final del proceso de la Bancarrota. Otro cambio en la reforma que es muy importante es que si la persona gana más de \$42,896.00 anual no califica para la Bancarrota Capítulo 7.

Reportero: En otras palabras, las personas de bajo recursos, sí califican para la Bancarrota.

Sr. Pérez: Eso es correcto. Siempre y cuando la persona soltera gane menos de \$46,000.00, califica para la Bancarrota. El ingreso de las parejas con niños pueden ser hasta \$90,000.00, esta cifra varía dependiendo del tamaño de la familia.

Reportero: Sr. Pérez, puede la persona estar empleada y calificar para la Bancarrota?

Sr. Pérez: Absolutamente, la persona puede estar trabajando y calificar para la Bancarrota, siempre y cuando los ingresos no exceden lo permitido por la ley.

Reportero: Sr. Pérez, gracias por esta información y por su tiempo. Si una persona se quiere comunicar con usted, dónde puede localizarlo.

Sr. Pérez: La consulta son todas gratis. Nuestro teléfono es (212) 304-4748, estamos en el 529W 207th Street, Suite #2, New York, NY 10034, abrimos lunes - martes - miércoles y viernes de 10 am hasta 7 pm. Los jueves estamos abiertos de 10 am hasta 8 pm. por cita.

"Advertisement"

Centros de Bancarrota



Carlos Pérez Jr. C.P.

**Solo
2 Pagos
\$250**
**Oficinas
para los
hispanos**

CONSULTA GRATIS
(201) 338-4886
(212) 304-4748

529W 207TH St., Suite #2
(Entre Post y Sherman)
New York, NY 10034

101W Palisade Ave,
Suite B, Englewood,
NJ 07631

116 Passaic St.,
Passaic NJ 07055
entre 5th y 6th St.

affordablebankruptcy@verizon.net

ABRIMOS LOS DOMINGOS

"We are a debt relief agency, we help people file for relief under the bankruptcy code"

AGENCIA PARA EL ALIVIO DE DEUDAS (DEBT RELIEF AG.)

Reiki el poder de sanar con su energía

INTRODUCCIÓN A REIKI

Reiki es una palabra japonesa que significa Energía Universal de Vida. Cada uno de nosotros posee el Reiki, adquirimos esta energía al nacer. El aprendizaje del método Reiki se diferencia de los otros métodos de cura por una iniciación (armonización), con la cual el estudiante se familiariza con los diversos niveles de su adquisición. Es una técnica muy anciana, destinada a armonizar el cuerpo físico con el cuerpo etéreo a un nivel de vibración superior. Además, ciertos centros energéticos, llamados chakras, son activados de manera a permitir la circulación (y la vibración) de una cantidad más grande de energía vital.

El Reiki JAMAS PUEDE CAUSAR DOLOR O DAÑO, como algunas personas, deseando monopolizar esta técnica de sanación, constan en medios de comunicación. Además, cuando se imponen las manos sobre el cuerpo del receptor para tratarlo, éste no absorberá más que la cantidad necesaria a las regiones deficientes.

El Reiki no es una religión, no reposa sobre ningún dogma o doctrina, no es de hecho más que una muy antigua ciencia curativa, caída en el olvido desde hace milenios, y que el Dr. Usui re-descubrió, se practica en silencio y

sin otra gloria que la gloria de "SER". En el campo de la Sanación Energética, Reiki puede ser combinado con otras técnicas de curación, desde la Acupuntura hasta cualquier método de trabajo corporal. Entre las técnicas afines, la Cristaloterapia (cristales, gemas, piedras curativas), se adapta perfectamente a la transmisión energética; su utilización conjunta con Reiki ofrece posibilidades de potencialización y de armonización insospechadas. Asimismo aprenderemos a aplicar los beneficios sinérgicos de la Aromaterapia durante sesiones de Reiki.

¿PARA QUE SIRVE EL REIKI?

- El Reiki obra a todos los niveles, consciente e inconsciente del Ser Humano, devolviendo al cuerpo-mente su estado de armonía y de bienestar original.
- El sistema Usui sirve para sanarse y sanar a otros, relacionarse diferentemente con uno mismo y con demás, cambiar actitudes y comportamientos, en sentirse bien y encontrar sin intermediarios la fuerza interna que puede uno descubrir auto realizándose.
- Animales y plantas también se benefician de esta transmisión de Fuerza Cósmica, eliminando así la posibilidad de un efecto placebo.
- Reforzar sus propias defensas, lo que es muy

EFFECTOS:

- importante en enfermedades inmunodeficientes.
- Disolver los bloqueos energéticos, se liberan las emociones reprimidas, armonizándose en el proceso la esfera psicoafectiva de la persona.
- Se alivian las tensiones musculares y los dolores de todo tipo.
- Se produce un estado de profunda relajación psicocorporal, mental y tranquilidad de espíritu.
- Se descubren las causas profundas del malestar, llegando así a la raíz de la enfermedad.
- Se sana el Ser en su totalidad, ideal y propósito de la Medicina holística.



Angela Sánchez-Martín - AROMAREIKI, tel. 201-962-5847

CENTROS DE DIVORCIOS

***USTED NO TIENE QUE IR A LA CORTE**

■ SU PAREJA NO QUIERE FIRMAR?

- ◆ ¿SE CASO FUERA DE LOS ESTADOS UNIDOS?
- ◆ ¿NO SABE DONDE ESTA SU PAREJA?
- ◆ ¿USTED NO ESTA LEGAL EN ESTE PAIS?

■ NO SE PREOCUPE, NOSOTROS LO DIVORCIAMOS....

- Tenemos más de 15 Años de experiencia con oficinas en New York y New Jersey.

(201) 338-4886 / (212) 304-4748

■ CONSULTA GRATIS

529W 207TH St., Suite #2 (Entre Post y Sherman) New York, NY 10034
101W Palisade Ave, Suite B, Englewood, NJ 07631
116 Passaic St., Passaic NJ 07055, entre 5th y 6th St.

"TAZA JUDICIAL NO INCLUIDA"

"En el estado de New York, usted tiene la posibilidad de no ir a la corte"



SOLO
2 PAGOS DE
\$199.00

La Reggia

Restaurant

Authentic Italian Cuisine!

Lavish Thanksgiving Day Buffet

Seating's -
1pm, 1:30pm, 3:30pm, 4:00pm

*Elaborate Display Table of Italian Antipasti
La Reggia's Formaggi Display*

Salad

House Salad with Balsamic Vinaigrette

Carving Stations

Whole Roasted Turkey w Stuffing & Steam Ship

Pasta Stations

Ravioli al Formaggio | Penne Vodka

Chafing Dishes

Chicken Francese, Meatball w Ragu Napolitano, Eggplant Rollatini,
Clams Oreganto, Fried Calamari, Stuffed Mushrooms, Mashed Potatoes,
Yams, Broccoli Florets, Sesame Chicken Sausage, Onion, Potato's.
Chicken Finger & Fries Upon Request for Children.

Dessert Display:

Assortment of Cakes, Pies, Mousses,
Cookies & Fresh Fruit

Coffee & Tea

Adults: \$55.00 13 and older
Children: \$30.00 (3 - 12 years)

Plus, 6.625% Tax and 20% Gratuities Children Under Two: Complimentary

La Reggia Restaurant

Located at Meadowlands Plaza Hotel | 40 Woods Ave Secaucus, NJ 07094

 facebook.com/lareggiaus • info@lareggiaus.com • www.lareggiaus.com





International Optical

West New York, NJ

*Promociones aplican restricciones



***OBTENGA UN PAR DE GAFAS
CON LENTES PROGRESIVOS.**

con protección UV + tintes
incluidos*

\$149

***LENTES Y MARCOS**

con protección UV + tinte
incluidos*

\$65

***ESPECIAL A CUBA**

lentes y marcos
con protección UV +
tinte incluidos*

\$59



INTERNATIONALOPTICALWNY

CareCredit®
Patient Payment Plans

obtenga una línea de crédito instantánea,
sin intereses y para pagar en cómodas cuotas.



Aceptamos la mayoría de
seguros médicos y CareCredit
Patient Payment Plan.

HORARIO: Lunes Jueves y Sabado 10am - 5pm
Martes y Miercoles 10am - 6pm
Viernes 10am - 7pm
Domingo Cerrado



6219 BERGENLINE AVE, WEST NEW YORK, NJ 07093
TEL: 201-430-3735 TEXT: 862-419-6620

email: info@internationalopticalwny.com

www.internationalopticalwny.com



CELEBRATING HISPANIC HERITAGE MONTH

Acompáñenos a honrar
las vibrantes tradiciones,
música, arte y cultura
de la comunidad hispana
en nuestra celebración anual.
Disfrute de una noche de comida,
entretenimiento y diversión.
¡ORGULLO, CULTURA, COMUNIDAD!

aloft
SECAUCUS
MEADOWLANDS

460 Harmon Meadow Blvd.
Secaucus, NJ 07094

OCTOBER 11

From 7 pm to 9 pm
ADMISIÓN GRATIS

