

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 19 - Edición 947

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Diciembre 3al 10, 2025

Mundial 2026: Así quedaron los grupos para la Copa del Mundo tras sorteo celebrado en Estados Unidos



**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.

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

**DIVORCIO
POR SOLO
\$99.00**

Mundial 2026: Así quedaron los grupos para la Copa del Mundo tras el sorteo celebrado en Estados Unidos



Las 42 selecciones clasificadas, y las seis que buscan su boleto, ya conocen quiénes son sus rivales a vencer en la Copa del Mundo venidera. Tras meses de muchísima especulación, finalmente este viernes 5 de diciembre se llevó a cabo el Sorteo de la Copa Mundial de la FIFA 2026, en un evento que se celebró en el centro cultural Kennedy Center, ubicado en Washington D.C., Estados Unidos. Esta Copa del Mundo será la más grande de su historia. Por primera ocasión van a participar 48 selecciones a lo largo de 104 encuentros, que se distribuirán entre México, Estados Unidos y Canadá, el tridente anfitrión de la justa.

Así quedaron definidos los Grupos para el Mundial 2026

Este evento estuvo lleno de celebridades, tanto del espectáculo como del deporte, donde los asistentes para sacar las esferas de los bombos, junto al exdefensa central Rio Ferdinand, fueron: Tom Brady, mariscal de campo que ganó siete veces el Super Bowl; Wayne Gretzky, leyenda del hockey sobre hielo y ganador de cuatro títulos en la NHL; Aaron Judge, beisbolista quien busca ganar la Serie Mundial con los Yankees de New York; y Shaquille O'Neal, basquetbolista que ganó cuatro campeonatos de la NBA.

Ahora sí, sin más preámbulo, los Grupos para el Mundial 2026 quedaron así:

Grupo A
A1: México
A2: Sudáfrica
A3: Corea del Sur

A4: Ganador del Repechaje: Dinamarca, República de Irlanda, Macedonia del Norte o Chequia

Grupo B

B1: Canadá

B2: Ganador del Repechaje: Italia, Irlanda del norte, Gales, Bosnia y Herzegovina

B3: Qatar

B4: Suiza

Grupo C

C1: Brasil

C2: Marruecos

C3: Haití

C4: Escocia

Grupo D

D1: Estados Unidos

D2: Paraguay

D3: Australia

D4: Ganador del Repechaje entre Turquía, Rumania, Eslovaquia, Kosovo

Grupo E

E1: Alemania

E2: Curazao

E3: Costa de Marfil

E4: Ecuador

Grupo F

F1: Países Bajos

F2: Japón

F3: Ganador del Repechaje entre Ucrania, Suecia, Polonia, Albania

F4: Túnez

Grupo G

G1: Bélgica

G2: Egipto

G3: Irán

G4: Nueva Zelanda

Grupo H

H1: España

H2: Cabo Verde

H3: Arabia Saudita

H4: Uruguay

Grupo I

I1: Francia

I2: Senegal

I3: Ganador del Repechaje entre Iraq, Bolivia o Surinam

I4: Noruega

Grupo J

J1: Argentina

J2: Argelia

J3: Austria

J4: Jordania

Grupo K

K1: Portugal

K2: Ganador del Repechaje entre Congo, Jamaica, Nueva Caledonia

K3: Uzbekistán

K4: Colombia

Grupo L

L1: Inglaterra

L2: Croacia

L3: Ghana

L4: Panamá

¿Cómo se conformaron los Grupos del Mundial 2026?

Recordemos detalles clave para entender mejor la definición de Grupos. Los seleccionados, que hasta ahora son 42 clasificados y seis que ganarán su boleto en repechaje, fueron divididos en 12 grupos de cuatro cada uno. Previo al sorteo, estas 48 selecciones se dividieron en cuatro

bombos, donde los anfitriones, es decir México, Canadá y Estados Unidos, se ubicaron en el Bombo 1 junto a las cabezas de serie, que son: Argentina, Brasil, Inglaterra, Francia, Portugal, Países Bajos, Alemania, Bélgica y España. En el Bombo 2 estaba Croacia, Marruecos, Colombia, Uruguay, Senegal, Suiza, Japón, Irán, Corea del Sur, Ecuador, Austria y Australia. En el Bombo 3 habitaba Noruega, Panamá, Egipto, Argelia, Escocia, Paraguay, Túnez, Costa de Marfil, Uzbekistán, Qatar, Arabia Saudita y Sudáfrica. Y en el Bombo 4 se encontraba Jordania, Cabo Verde, Ghana, Curazao, Haití, Nueva Zelanda, Repechaje Europa 1, Repechaje Europa 2, Repechaje Europa 3, Repechaje Europa 4, Repechaje Intercontinental 1 y Repechaje Intercontinental 2. También hay que recalcar que no podían haber cruces entre confederaciones, exceptuando la de la UEFA, la cual puede tener dos selecciones hasta en cuatro grupos.

¿Cuándo se dará a conocer el calendario oficial del Mundial 2026?

Esta misma semana se reveló que tras haberse definido el sorteo, la FIFA dará a conocer el calendario oficial de la Copa Mundial 2026, donde ya sabremos los horarios y sedes de los partidos. Esto lo sabremos el próximo sábado 6 de diciembre, es decir, un día después del sorteo conoceremos a detalle a qué hora se jugarán los 104 partidos de este torneo, en qué fecha y dónde.

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.
99¢ you pay with card
- 25¢ instant coupon**
YOU PAY 74¢
WITH CARD, instant coupon & mfr's coupon



NEW at CVS
3.99 each or
2/6 you pay with card
- 2.00 instant coupon on 2**
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 sillas infantiles protegen la vida del niño en caso de un accidente

“Seguridad” es la palabra clave cuando se habla de llevar a un bebé en un automóvil. Las sillitas infantiles son un buen ejemplo de responsabilidad por parte de los padres, ya que estos instrumentos aseguran la contención del niño, su protección y una mejor custodia en caso de accidente.



Según Olga Lucía Baquero, de la mesa de seguridad de Pediatría, hay que tomar medidas desde el momento mismo en que se aborda un automóvil. “La mayoría de padres y madres llevan una vida agitada. Algunos se suben al carro y no se percatan de quién puede estar alrededor. De ahí que es importante verificar que nunca se dejen ni los coches de los bebés ni los carritos de

juguets para evitar accidentes caseros que ocurren en los mismos parqueaderos o garajes. No basta con mirar por el espejo retrovisor, hay que confirmarlo mirando una y otra vez. Por otro lado, a la hora de conducir, la persona que vaya a manejar debe abstenerse de tomar, pues pone en riesgo su vida y la de sus acompañantes, incluyendo a los niños”, explica Baquero. No está de más mencionar que

nunca, bajo ninguna circunstancia, se debe llevar a un bebé o niño menor de 12 años en la parte delantera de un automóvil, ya que está comprobado que como el cinturón de seguridad está diseñado para un adulto y no para un niño, en caso de una colisión el pequeño estaría expuesto a ser expulsado de la silla donde viaja, porque la correa queda bastante suelta en un cuerpo tan pequeño. Por esta razón, las sillas de auto constituyen una buena opción y aparte de estar diseñadas para brindar seguridad, también lo son para ofrecer comodidad a los bajitos de la casa.

► Elija así la sillita

Las sillas infantiles de automóvil tienen una fecha de vencimiento, con el fin de que el plástico tenga una vida útil que le permita ser resistente, ya que, a la postre, esta condición es la encargada de brindarle seguridad al pequeño. También se debe tener en cuenta la edad del niño, su peso y estatura. Una silla debe ajustarse a la talla del niño y debe poder instalarse apropiadamente en el automóvil.

► A la mayoría de sillitas se les puede modificar las partes de contención de acuerdo con el crecimiento de los niños. Sin embargo, cuando la cabeza del bebé llegue hasta la parte superior del asiento o sobresalga de ella en el reposacabezas o en el apoyabrazos, ese será el indicador para cambiar la silla



por una más grande. Esto, por lo general, sucede a los 3 o 4 años.

Algunas sillas traen cojines reductores perfectos para colocar alrededor del bebé cuando este es muy pequeño.

► Cómo deben viajar según su edad:

De recién nacidos hasta los 4 años: es importante saber que un bebé necesita su propio asiento de seguridad correctamente anclado e instalado. Se debe tener en cuenta que en el recién nacido la cabeza supone la mitad de su peso corporal. Esta cabeza desproporcionada, junto con las vértebras cervicales, músculos y ligamentos que aún no se han desarrollado del todo, hace del cuello el punto más débil del bebé. “Cuando se va en el sentido de la marcha en un choque frontal, el cuerpo queda sujeto y la cabeza se proyecta hacia adelante”, explica Baquero.



Sabía usted que...

Un niño no es un adulto a pequeña escala: su cabeza representa 1/4 de su cuerpo, mientras que para un adulto la relación es de 1/8. Sin retención, un choque puede ser mortal desde los 20 km/h: el 10 por ciento de los niños no sujetos salen despedidos durante una colisión. El 40 por ciento de los accidentes mortales para los niños pasajeros se producen en trayectos inferiores a 3 km. Cerca del 50 por ciento no va sujeto en los recorridos cortos. En caso de accidentes, el riesgo de salir despedido del automóvil se multiplica por 6 o 7 para un niño no sujeto.



**MAYOR BRIAN P. STACK
& BOARD OF COMMISSIONERS**



invite people of all ages to

UNION CITY STREET

PING PONG

SATURDAY, DECEMBER 6, 2025

6:00 PM



**WILLIAM V. MUSTO CULTURAL CENTER
420-15TH STREET
UNION CITY, NJ**

**PING PONG PADDLES & BALLS SUPPLIED
HOT CHOCOLATE & PICTURES WITH SANTA
FREE ADMISSION • EVERYONE IS INVITED**





TOWN OF WEST NEW YORK

MAYOR ALBIO SIRES & THE BOARD OF COMMISSIONERS



**BRING IN THE HOLIDAY SPIRIT
&
JOIN US FOR OUR ANNUAL
TREE
LIGHTING
CEREMONY**

**FRIDAY
DECEMBER 5TH**

at 6PM

**IN FRONT OF TOWN HALL
(428 60TH ST)**

**SPECIAL GUESTS WILL BE THERE...INCLUDING
OUR MEMORIAL HS BAND AND CHOIR**

**REGISTER FOR ALL RECREATION ACTIVITIES @WNYREC.RECDESK.COM/COMMUNITY/HOME
FOR ALL RECREATION INFORMATION, CALL (201) 295-5120 OR YOU MAY VISIT
OUR OFFICE AT 428 60TH ST ROOM 7, MON-FRI 9AM-5PM**



#WEAREWNY

 [@townofwny](https://www.facebook.com/townofwny)
www.westnewyorknj.org

#SOMOSWNY



Otro reto que tiene la tecnología es que no está claro cuánto cambia la oreja con el paso del tiempo.

"Hasta ahora no he visto evidencia científica que demuestre que la oreja no cambia significativamente con el tiempo", dijo Anil Jain, científico de la Universidad de Michigan, a ABC News. "Las huellas dactilares tienen una historia de 100 años demostrando que funcionan, a no ser que uno las destruya o trabaje en una industria que le dé callos".

Los creadores de la tecnología defienden su invento argumentando que es un método que complementa las tecnologías de identificación existentes, no las reemplaza. Considerando lo ingeniosos que se han vuelto los delincuentes y terroristas modernos, cualquier cosa que ayude a detenerlos debería ser bienvenida.

Muéstrame tus orejas y te diré quién eres

La tecnología diferencia a las personas de acuerdo con las curvas, cavidades y formas tubulares de la oreja.



En un mundo agobiado por el terrorismo —sea islámico, narco o separatista— es fundamental la ayuda de la tecnología para estar siempre pendientes de cualquier peligro. El problema es que los villanos contemporáneos no usan uniforme ni bandera. Son personas casi invisibles y muy difíciles de diferenciar del resto de la población, por lo cual

tecnologías para identificar individuos se han vuelto cada día más importantes.

Mark Hampton y otros científicos de la Universidad de Southampton han concluido que la oreja puede servir como un método de identificación menos intrusivo y más confiable que las huellas dactilares. Su investigación no solo recalca la confiabilidad de la oreja como

un instrumento para identificar personas, además propone una tecnología para que sea posible hacerlo sin que se enteren.

De acuerdo con la investigación, la oreja ofrece una confiabilidad de 99,6% cuando se trata de identificar personas. "Cuando las personas nacen, la oreja está totalmente formada.

El lóbulo desciende un poco, pero en general se mantiene igual. Es una gran forma para identificar personas", dijo Hampton a ABC News (inglés). Para reconocer la oreja, Alastair Cummings, uno de los científicos de la Universidad de Southampton, se ingenió un algoritmo especial que usa rayos de luz para identificar figuras curvas. "Los rayos vuelan alrededor de la imagen y quedan atrapados en cosas tubulares.

El hélix, o borde externo, de una oreja es un tubo maravilloso que los rayos continúan golpeando", explicó Cummings.

Aunque se puede identificar una oreja usando solamente rayos



Lunes y Miércoles a las 8: 30 p.m. por el canal 18 de Cablevisión

► Todo sobre asuntos legales en la sección

"Inmigración para todos" con el bufete de abogados Lloyd E. Bennett.

► El **quiropático** Basilio Pace responde todas las preguntas sobre esta rama de la salud.

► **"Odontología al día"** es la sección que dirige la odontóloga María Ríos, donde responde a los televidentes las inquietudes sobre higiene bucal.

► **Los doctores** Gilberto Gastell y Amar Chaudhry hablan sobre las principales enfermedades que aquejan a la comunidad y cómo prevenirlas.

Primer Noticiero Hispano del Condado del Hudson

Tu ventana a la información en Nueva Jersey

TU COMUNIDAD

Viernes a las 10:00 p.m., lunes a las 9:00 p.m. por el canal 19 de Cablevisión Miércoles a las 10:30 y viernes a las 10:00 p.m. por el canal 51 de Comcast.

La organización PACO informa cómo le puede ayudar a usted con el pago de sus cuentas de energía y gas, además de brindar otros servicios comunitarios.

La organización sin fines de lucro Helping Honduras explica todas las ayudas y posibilidades de progreso que están disponibles para toda la comunidad.

La organización sin fines de lucro, Inmigración Universal le ayuda y le aconseja con todos los trámites de inmigración.

En salud, todas las semanas los doctores Gilberto Gastell y Omar Chaudhry traen nuevos temas médicos de importancia general.

La ferretería City Paint & ACE Hardward le enseña como hacer arreglos sencillos en su casa..

PERSONALIDADES Donde tú puedes ser el protagonista

► Todos los martes y jueves a las 9:00 p.m. por el canal 19 de cablevisión.

Este nuevo programa de la televisión trae cada semana a un "Valor Hispano" para que cuente sus experiencias de superación en los Estados Unidos y sirva de ejemplo a seguir para salir adelante en esta gran nación.

Communitarian Media Network, Inc. (201) 902-0811

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

Cuidado con los jóvenes que viven solitarios

La soledad es una de las principales causas de infelicidad, y aunque no constituye un trastorno en sí misma, va normalmente asociada a sentimientos de descontento, frustración y ansiedad que con cierta frecuencia desembocan en depresión.

Salir a cine, a bailar, o a comer helados con los amigos, tener un confidente o simplemente compartir con personas con las que se tiene algo en común, son elementos decisivos en la etapa de la adolescencia, ya que contribuyen con el desarrollo personal del futuro adulto, generan seguridad y además construyen la identidad del joven.

Aunque no es muy común ver jóvenes solitarios que no disfruten de las actividades propias de la adolescencia, sí existen, y es necesario ayudarlos.

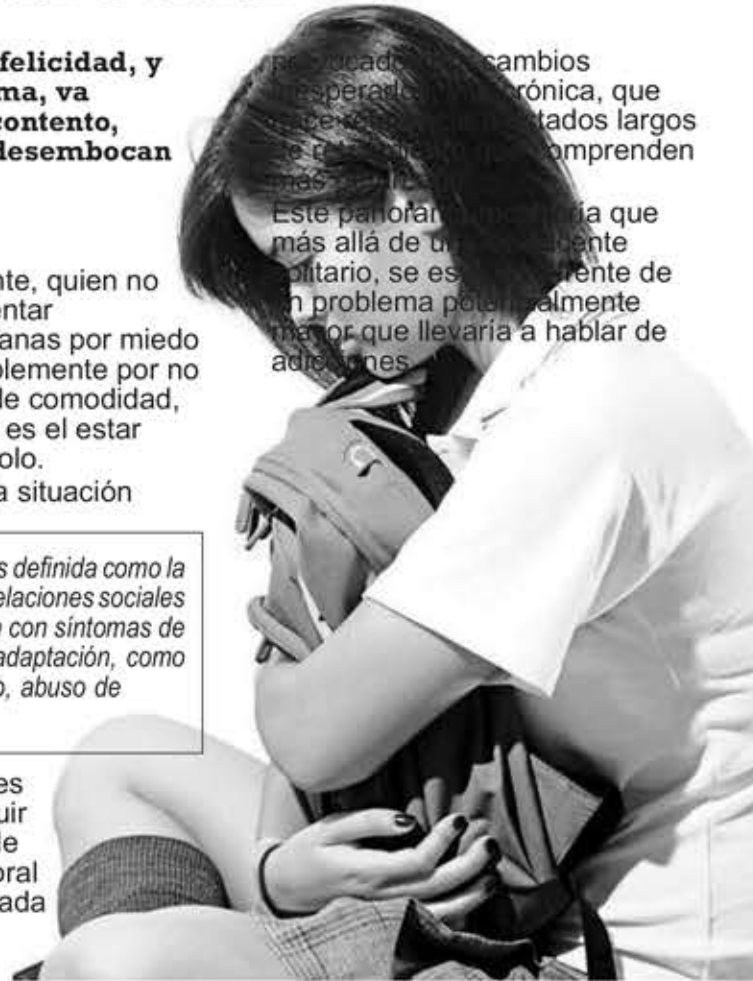
La soledad puede crear cuadros de depresión, disminuir la autoestima y tener consecuencias catastróficas

para el adolescente, quien no sabrá cómo enfrentar situaciones cotidianas por miedo al rechazo o simplemente por no salir de su zona de comodidad, que en este caso es el estar completamente solo. Para abordar esta situación

Psicológicamente la soledad es definida como la ausencia, real o percibida, de relaciones sociales satisfactorias, que se presenta con síntomas de trastornos psicológicos y desadaptación, como ansiedad, depresión, insomnio, abuso de drogas y alcoholismo.

adecuadamente es necesario distinguir entre las clases de soledad, la temporal que está relacionada con estados pasajeros

producidos por cambios inesperados crónicos, que se ven agravados por largos períodos de aislamiento. Este panorama indica que más allá de un adolescente solitario, se es consciente de un problema potencialmente mayor que llevaría a hablar de adicciones.



QUE HACER!

Un ambiente familiar sano, comprensión y cariño pueden ser la respuesta.

Es de vital importancia que el adolescente encuentre seguridad en sí mismo, tenga más autoestima y acepte su imagen, eso contribuirá directamente en la capacidad de relacionarse con los demás.

Sin embargo, es necesario identificar las causas de la soledad en los adolescentes.

Especialistas aseguran que pueden ser variadas.

Dentro de las más comunes están un ambiente familiar malsano, temor al rechazo, los cambios sociales y la inseguridad.

Es necesario que "los muchachos que tengan dificultad para relacionarse deben ser motivados a tener diferentes actividades para que prueben socializarse con diferentes ambientes y personas, y así puedan encontrar puntos afines.

La soledad no es del todo mala. Alejarse de los demás en algunas ocasiones "permite meditar, autoevaluarse y establecer mecanismos para crecer personalmente".

El futuro inmediato a través del Tarot

| | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>ARIES</p> <p>Las situaciones cambian y está aprendiendo una nueva forma de enfrentar las circunstancias. Controle ese impulso tenso que interfiere con sus buenas perspectivas y la transformación se realiza con resultados más contundentes y favorables.</p> <p>El interés por los viajes, por nuevas decisiones, encuentra obstáculos en los temores originados por el pasado reciente.</p> <p>21 DE MARZO - 20 DE ABRIL PALABRA CLAVE: MADURAR *** NÚMERO DE SUERTE: 830</p> |  <p>CÁNCER</p> <p>El Paje de basto muestra como el fuego que es pasión, deseo, ímpetu, es obstáculo o garrocha. Su infancia son ahora recuerdos, también son actitudes que se refuerzan o se dejan acorde al impacto positivo o negativo que sobre la vida actualmente tiene. Su origen es importante, dónde está, dónde llegó. Las relaciones familiares crean confusiones en su vida afectiva por las contradicciones que afronta.</p> <p>21 DE JUNIO - 22 DE JULIO PALABRA CLAVE: REMOVER *** NÚMERO DE SUERTE: 141</p> |  <p>LIBRA</p> <p>Ocupese del para qué y del porqué antes de empezar a pensar en el cómo realizar sus labores. Permitase sentir la influencia de su nutrición en el ánimo, y cambie las rutinas que en tal sentido le desgastan. El sol como fuente de energía da fuerza a todos sus procesos internos, descubra cuando está más acorde con todo lo que el cosmos provee. Cuidado con relaciones afectivas que no sean muy claras y muy transparentes.</p> <p>24 DE SEPTIEMBRE - 23 DE OCTUBRE PALABRA CLAVE: ESTILO *** NÚMERO DE SUERTE: 109</p> |  <p>CAPRICORNIO</p> <p>Sus capacidades se pueden manifestar con más fluidez y menos tensiones. El equilibrio es un buen propósito para estos tiempos. Se aproxima una etapa importante en su vida profesional por las relaciones que se le presentan.</p> <p>Los compromisos con parientes cercanos y vecinos no son tan afortunados. Revise sus hábitos y cambie lo que es nocivo, el tiempo es propicio. Gana en vitalidad y optimismo.</p> <p>24 DE DICIEMBRE - 23 DE ENERO PALABRA CLAVE: ESFUERZO *** NÚMERO DE SUERTE: 069</p> |
|  <p>TAURO</p> <p>Imposible mirar el sol de frente, como también es imposible hacer de una sola vez claridades interiores. Los velos que cubren la luz son los que suscitan la pasión por ir en búsqueda de ella.</p> <p>Estímulos positivos en su vida afectiva que le ayudan a salir de la monotonía, de la rutina. Las ganancias laborales pueden verse disminuidas por causa de los amigos.</p> <p>21 DE ABRIL - 20 DE MAYO PALABRA CLAVE: VALOR *** NÚMERO DE SUERTE: 903</p> |  <p>LEO</p> <p>Lo más elemental y profundo está al alcance de los sentidos, el lenguaje es sencillo, práctico. Lo importante es la sinceridad y lealtad que expresa para sellar con su marca indeleble sus relaciones de todo tipo. Lea y escuche con el corazón.</p> <p>El hogar ocupa un lugar muy importante en sus relaciones, pero la situación laboral presenta interferencias a la hora de manejar la economía.</p> <p>23 DE JULIO - 22 DE AGOSTO PALABRA CLAVE: SOLUCIONES *** NÚMERO DE SUERTE: 243</p> |  <p>ESCORPION</p> <p>Cada día es creación, cada día se expresan energías nuevas que podemos manifestar en beneficio de todos. La información procesada pasa por canales externos que nos llevan a conceptos que guían, la que recibimos desde el corazón es información que le permite llevar la propia vida hacia formas más acordes con lo que se quiere alcanzar. Hay impactos importantes que abren puertas superiores con mayor rapidez de lo que se espera.</p> <p>24 DE OCTUBRE - 23 DE NOVIEMBRE PALABRA CLAVE: CAMBIOS *** NÚMERO DE SUERTE: 483</p> |  <p>ACUARIO</p> <p>Exceso de confianza destruye, la desconfianza también. Por eso el camino hacia nuevos rumbos exige aprender a reconocer el manejo de las aguas quietas y de las tormentosas, el manejo de las emociones.</p> <p>El seis de espadas invita a emprender con fuerza, a proteger lo que se quiere y a tener en cuenta las señales que guían su camino hacia horizontes más concretos, a consolidar.</p> <p>21 DE ENERO - 19 DE FEBRERO PALABRA CLAVE: VER *** NÚMERO DE SUERTE: 404</p> |
|  <p>GEMINIS</p> <p>Las ideas son muy brillantes y bien orientadas llevan a grandes realizaciones. La familia es un buen apoyo, si hace parte de un proyecto importante para su vida sentimental, y le da la fuerza que requiere para hacer buenas sociedades, pausadas, consultadas en lo jurídico, en lo social, en la conveniencia.</p> <p>Evite las sociedades repentinas, pueden ser de mucho peligro para el buen desarrollo de los proyectos que tiene por realizar.</p> <p>21 DE MAYO - 20 DE JUNIO PALABRA CLAVE: CRECIMIENTO *** NÚMERO DE SUERTE: 992</p> |  <p>VIRGO</p> <p>El progreso de un árbol está inscrito en su semilla, por eso hay que tener cuidado con lo que hacemos. Lo que va a desarrollar tiene un ritmo y una secuencia importantes, pero si el núcleo no es claro y fuerte lo demás es vano. La inteligencia y la fuerza hay que ponerla en el desarrollo inicial. Si cuenta además con el apoyo familiar positivo, le mejora las condiciones en los asuntos laborales. La salud está determinada por el buen desempeño laboral y económico.</p> <p>24 DE AGOSTO - 23 DE SEPTIEMBRE PALABRA CLAVE: TOLERANCIA *** NÚMERO DE SUERTE: 950</p> |  <p>SAGITARIO</p> <p>El tres de bastos le invita a ver más allá de lo que acontece, no reaccionar sin antes ver el beneficio que lo que le toca vivir le aporta en el camino. Descubra sus motivaciones y trate de entender cuáles son sus necesidades y dónde hay que poner la energía para lograr su progreso.</p> <p>Evite suscitar tensiones en la familia y en la vida personal. El apoyo de los amigos y parientes cercanos será de mucha ayuda.</p> <p>23 DE NOVIEMBRE - 23 DE DICIEMBRE PALABRA CLAVE: PAZ *** NÚMERO DE SUERTE: 354</p> |  <p>PISCIS</p> <p>Defina sus itinerarios, su camino va a dejar de ser arduo pero seguirá los dictados del corazón. La emoción no controlada crea falsos caminos. Su poder de dirección está marcado por las tradiciones ancestrales.</p> <p>Los compromisos y las compañías con socios poco claros, dudosos, inadecuados, pueden cuestionar sus decisiones y llegar a desacreditar sus actuaciones.</p> <p>20 DE FEBRERO - 20 DE MARZO PALABRA CLAVE: PODER *** NÚMERO DE SUERTE: 255</p> |

Holy Name Medical Center



**Si no puedes ir al consultorio
TE PODEMOS VISITAR EN TU CASA**


Holy Name
Medical Partners
Hudson County



**Llamanos hoy mismo y
el doctor estara en tu casa
201-864-4477**

Dr Gilberto Gastell
480- 37th Street
Union City, NJ

www.holynamemedicalpartners.org

MAYOR NICHOLAS J. SACCO
AND
COMMISSIONER HUGO D. CABRERA
INVITE GIRLS AND BOYS
AGES 4, 5 & 6

NORTH BERGEN
RECREATION
BASKETBALL CLINIC
REGISTRATION



REGISTRATION NOW OPEN

\$35.00 NON-REFUNDABLE REGISTRATION FEE
(EXACT CASH, DEBIT/CREDIT, MONEY ORDER, CHECKS
ACCEPTED)

BIRTH CERTIFICATE & RECENT UTILITY BILL (NO LICENSE/ID).

NORTH BERGEN RESIDENTS ONLY

REGISTRATION LOCATIONS

UPTOWN
DOWNTOWN

NORTH BERGEN RECREATION CENTER

6300 MEADOWVIEW AVENUE, 2ND FL
MONDAY-FRIDAY | 2:00PM-9:00PM
(201) 861-9601

**NORTH BERGEN RECREATION CENTER
AND LIBRARY**

1231 KENNEDY BOULEVARD, 3RD FL
MONDAY-FRIDAY | 11:00AM-9:00PM
(201) 875-9130



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

¿Qué hacer cuando se tiene falta de deseo sexual?

La falta de deseo sexual, o anafrodisia, es un trastorno que podemos sufrir en un momento determinado tanto hombres como mujeres.

Si notamos que ya no nos apetece hacer el amor con nuestra pareja, ni perdernos en fantasías eróticas, que para excitarnos hemos de manipular antes nuestros genitales, que incluso sentimos rechazo ante la idea de compartir momentos íntimos con quien amamos, puede que seamos víctimas de esta disfunción sexual.

Entre las causas que pueden haber disminuido nuestra libido podemos encontrar, por un lado, alteraciones hormonales que han provocado una disminución en la producción de estrógenos en el caso de las mujeres, o la testosterona, tanto en el supuesto de hombres como de mujeres. Por ejemplo, tomar la píldora anticonceptiva puede ocasionar, como efecto secundario, la disminución o "desaparición" de la libido. También el hecho de estar

viviendo situaciones de estrés, ansiedad, depresión, problemas afectivos, pueden provocar en nosotros sentimientos de rechazo hacia el sexo. Nuestro estado de ánimo influye directamente en nuestro rendimiento sexual y si padecemos angustias vitales, terror al embarazo, o alteraciones emocionales, puede verse mermado nuestro deseo carnal. En el caso específico de los varones, hay que tener en cuenta que no se debe confundir entre ausencia de ganas y trastornos de la erección, pues puede coexistir un deseo enorme unido a una gran excitación con la imposibilidad de mantener la erección durante todo el acto. Esta falta de erección, cuyo origen suele ser psicológico, no implica falta de deseo sexual. La anafrodisia, si bien es más frecuente en mujeres, es entre los hombres donde produce

Clasificación

Esta condición puede ser:

- **Primaria:** en la cual la persona nunca ha sentido interés sexual.
- **Secundaria:** en donde la persona solía tener interés en el sexo, y ya no le es así.
- **Situacional:** cuando la falta de deseo sexual solo se presenta con alguien en específico.
- **Generalizada:** Cuando la disminución de la libido es con cualquier persona por igual.



Síntomas

- Incapacidad para conseguir el orgasmo
- Disminución de la excitación
- Evasión de contacto íntimo
- Pérdida del deseo sexual
- Falta de deseo de hacer el amor
- Dificultad para iniciar actividades sexuales con la pareja

► En ocasiones lo que se presenta no es la falta de deseo como disfunción sexual, si no una diferencia en los niveles de excitación y de interés sexual entre los miembros de la pareja, siempre que estos niveles se encuentren del límite normal.

Esta situación se debe hablar con un especialista de la salud ya que exige tratamiento médico u orientación psicológica y de pareja para poder enfrentar esta nueva etapa en la vida íntima de la relación.



**Por Calidad,
Seriedad y Buenos Precios...
anunciese en**

CAMBIO
El periódico que sirve a la comunidad



**LLAME PARA
DESCUENTO**

Si aún ninguno de nuestros representantes de CAMBIO lo ha llamado para que publique su anuncio en este periódico, llame ahora mismo y reciba un DESCUENTO ESPECIAL sobre el valor total del anuncio que quiera publicar.

Ponemos a su disposición los espacios publicitarios más económicos del mercado, le ofrecemos una útil herramienta de consulta y un excelente medio de difusión PARA INCREMENTAR SUS VENTAS, ASÍ COMO PARA LLEGAR A NUEVOS MERCADOS.

(201)- 679-2169 - (201) 240-7115





APRENDA INGLÉS

CON LOS MEJORES PROFESORES

HORARIOS DE CLASE:

► LUNES A JUEVES

8am a 10am
10am a 12pm
6pm a 8pm
8pm a 10pm

► SABADOS

9am a 12:30pm

► DOMINGOS

9am a 12:30pm

**RESULTADOS 100%
GARANTIZADOS**

INSCRIPCIÓN \$0*

*Inscripción gratuita por tiempo limitado consulte con un asesor.

CLASE DE PRUEBA GRATUITA

GRADÚATE DE BACHILLER (G.E.D)

**CLASES DESDE
\$150
AL MES**



Contáctanos para más información:  **+1 (551) 202-3613**

3109 Bergenline Ave, Union City, NJ 07087
2do Piso - Edificio Banco de America

Eres Víctima de Violencia Familiar?

Por Allan Gamarra, M.A.

Violencia familiar o también llamada violencia doméstica, es un problema latente que aqueja a un sinnúmero de familias sin importar la raza, edad, nacionalidad, cultura, religión, etc.



La violencia familiar se refiere a un patrón de comportamientos y actos que incluyen maltratos físico, sexual, y emocional hacia otra persona. Las víctimas no necesariamente tienen que mantener un vínculo matrimonial,

también puede ocurrir entre parejas de novios, convivientes y personas que comparten un mismo hogar. La American Association of Psychology (1996), define que la persona que maltrata a su pareja es para tener el control, poder y autoridad sobre la otra. El World Health Organization (2002), estimó que aproximadamente un tercio de todas las mujeres han sido víctimas de violencia familiar en alguna etapa de sus vidas.

La víctima de violencia familiar tiene alternativas de ayuda legal y emocional cuando enfrenta este problema dentro de su hogar. En el aspecto legal, la víctima tiene dos opciones: La primera es denunciar penalmente por los maltratos ante la policía local donde la víctima reside o donde los hechos ocurrieron. El caso será ventilado en la corte municipal o en la corte



superior, dependiendo de la severidad del caso.

La segunda disyuntiva legal es establecer una querrela en la corte superior de familia (acción civil) donde la víctima puede solicitar una orden de protección que puede incluir custodia legal de los hijos, manutención, derechos de visita y otros pedidos que se relacionen con el caso. La víctima no debe confundir que estas dos opciones por que son distintas. El primer paso es de carácter penal, donde el estado mediante un fiscal es encargado de ver el caso. El segundo paso es de carácter civil, donde la víctima es responsable del estado de su caso. Si la víctima no tiene recursos económicos para contratar a un abogado privado, la persona puede calificar para recibir

ayuda legal gratuitamente mediante las oficinas de servicio legal.

En el aspecto emocional,

La violencia familiar es un problema social que no solo afecta a las parejas sino también afectan indiscutiblemente a los niños en su desarrollo físico, emocional y académico.

Actualmente la violencia familiar es un problema que ocurre en muchas familias, pero en muchas de ellas no se consideran como tal. La violencia familiar es un tema muy delicado, y quienes son víctimas de ello deben tener en cuenta que las reglas y leyes en este país apoyan por intermedio del sistema judicial, centros de información y consejería.

at 800-441-8888
Por Allan Gamarra, M.A.
gamarraa1@mail.montclair.edu



ORI
Medical
Technology
Institute

Aprobado por el Departamento de Educación de NJ



APROBADO POR:
El Departamento de Educación
Labor & Work Force
of New Jersey

Sea un profesional de la salud en diferentes áreas de la medicina.

Profesores altamente calificados.
Horarios flexibles: Diurnos y Nocturnos

♦Terapia de masaje, ♦Medical Biller, ♦Técnico de farmacia, ♦Asistente médico,
♦Técnico de flebotomía, ♦Técnico de EKG, ♦Asistente de Terapia.

♦Cursos totalmente bilingües.

♦Ayuda financiera disponible.

♦Certificación nacional en todos los cursos

**Visítenos o llame hoy mismo
para recibir información:**

4405 Bergenline Avenue, piso 2. Union City, NJ 07087
(201) 633-0274 / (201) 633-0277

Registración GRATIS presentando este anuncio



NUEVO
CURSO
de Terapia
Física



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