

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 10 - Edición 584

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Diciembre 22 al 29, 2018 - EEUU

West New York recibe el año nuevo con peleas, traiciones y venganzas



Pag-5



**INMIGRACION
DEFENSA DE DEPORTACION
ABOGADA
INGRID ECHEVERRIA**



- Bancarrota
- Leyes de Familia
- Divorcio
- Inmigracion
- Defensa de Deportacion
- Cortes Municipales, Estatales y Federales

TENEMOS CITAS EN LAS TARDIES

Lunes a Sabado de 9:00 am. a 7:00 pm.

201-295-8999

8419 Bergenline Ave, North Bergen, NJ 07047
10 North Sussex St, Floor 1, Dover, NJ 07801

www.echeverrialaw.com



B&K

Family Dental, LLC
TEL. 908.354.1500

• 707 Elizabeth Ave.,
Elizabeth NJ 07201 •

“Luzca una sonrisa PERFECTA”



- ☞ Odontología Cosmética
Cosmetic Dentistry
- ☞ Extracciones
Extractions
- ☞ Tratamiento de Conductos
Root Canal
- ☞ Coronas y Puentes
Crowns and Bridges
- ☞ Tratamiento de Encias
Gum Treatment

TRATAMIENTOS SIN DOLOR

- Aceptamos la mayoría de Seguros y Medicaid
- Planes de Pago disponibles
- Todos los niños son Bienvenidos!!!

SERVICIO DE EMERGENCIA



El Carretero

Restaurantes y Panaderías

Venga y pruebe la Comida Típica Colombiana e Internacional mas deliciosa de la ciudad!



- Calentado con Carne ● Huevos Pericos ● Arepa con Todo ● Arroz con Pollo ● Sancochos ● Sandwiches ● Pechuga a la Milanesa
- Arepa con Queso ● Empanadas ● Pupusas ● Antojitos ● Pan Fresco ● Pandequeso ● Jugos Naturales



Feliz Navidad y Prospero Año Nuevo

Una vez más nos reunimos todos como familia al rededor de la mesa para compartir el y dar gracias a Dios por tantas bendiciones y experiencias que nos ha dejado este año.

Un gran afecto sentimos por todos nuestros clientes.



Feliz Navidad y Prospero Año 2019 !!!!!!!.



PIDA YA A DOMICILIO:

LA LECHONA

LOS BUÑUELOS

LA NATILLA

LOS TAMALES

PARA SUS FIESTAS

3500 Bergenline Ave, Union City, NJ Tel: 201- 863-6681



El Alcalde de Union City, NJ Brian P. Stack y la Junta de Comisionados



Les desea a todos

*Feliz Navidad
y Prospero
Año 2019*

Brian P. Stack, Senador Estatal y Alcalde de



UNION CITY, NJ

Para más información por favor contacte al alcalde al: 201376-1942

Muy posiblemente recibiremos el 2019 con gobierno cerrado



El presidente Donald Trump sostuvo esta mañana de viernes, a pocas horas de que acabe el plazo para aprobar un presupuesto, que si los demócratas no le dan los fondos necesarios para el muro habrá un cierre de gobierno que "durará mucho tiempo". El mandatario escribió varios mensajes de Twitter sobre la votación que se debe celebrar este viernes en el Senado luego que la Cámara de Representantes aprobara un proyecto que da los 5,000 millones de dólares que Trump pide para la valla fronteriza. El presidente indicó que los demócratas "votarán probablemente en contra de la seguridad en la frontera y el muro, pese a que saben que se necesita de manera desesperada". "¡Cierre del gobierno hoy si los demócratas no votan por la seguridad fronteriza!", puso en otro mensaje. Sin embargo, la posición de este viernes del mandatario contrasta con la que tuvo hace varios días cuando se encontró con los líderes demócratas en la Casa Blanca. El pasado 11 de diciembre Trump afirmó que estaba dispuesto a cerrar el gobierno y a asumir él la responsabilidad de todas las consecuencias por tan dramática medida. "Yo seré el que cierre el gobierno", le dijo entonces Trump a Nancy Pelosi, líder de la minoría de la Cámara de Representantes. En sus tuits de esta mañana, el presidente no volvió a mostrar esa disposición y afirmó que "si los demócratas no votan (por el muro en el Senado), será un cierre del gobierno por los demócratas". Que la Cámara de Representantes haya aprobado un proyecto de ley que incluye los tan exigidos 5,700 millones de dólares para el muro fronterizo no quiere decir que todo está hecho. Ahora el Senado debe debatir este proyecto. Se espera que el líder de la mayoría en el Senado, el republicano Mitch McConnell lo lleve a votación este viernes. Y para aprobar el texto en esa instancia se necesitan al menos 60 votos que no tienen. De no conseguir los votos, las dos cámaras deberán intentar llegar a un acuerdo con una Casa Blanca que se ha mostrado cerrada a la idea de que no se aprueben los fondos para la pared fronteriza con México. Y si tampoco se logra este consenso, la Cámara deberá aprobar el

proyecto al que el Senado dio su visto bueno la noche del miércoles y que no incluye el dinero. Por esa razón es posible que, de ser este último el escenario, el proyecto de ley no será firmado por el presidente Donald Trump. El resultado: se producirá un cierre parcial del gobierno este viernes a la medianoche.

Cámara de Representantes aprueba proyecto de ley que incluye los fondos para el muro La medida podría mantener abierto el gobierno hasta el 8 de febrero y asigna 5,700 millones de dólares para el muro con México. Fue decidida con una votación de 217 contra 185. La decisión cumple con la petición hecha por el presidente Donald Trump, que exigía los fondos. Pero mantiene la incertidumbre cuando faltan 24 horas para el cierre del gobierno. Aún debe ser discutido por el Senado, donde el proyecto no cuenta con los votos suficientes para ser aprobado.

"El presidente Trump está sumergiendo al país en el caos", dice el demócrata Chuck Schumer

Los líderes demócratas en el Congreso, Nancy Pelosi y Chuck Schumer, criticaron que el presidente no aceptara la propuesta bipartidista para el presupuesto 2019 y que preferiera un cierre del gobierno. Crédito: Reuters

Los líderes demócratas en el Congreso, Nancy Pelosi (en la Cámara de Representantes) y Chuck Schumer (en el Senado), lamentaron este jueves que el presidente Trump prefiera el cierre del gobierno antes que poner su firma en el proyecto de ley bipartidista que fue aprobado la noche del miércoles y que no contempla los fondos para el muro. "El presidente Trump está haciendo todo para cerrar el gobierno", dijo Pelosi a los periodistas desde el Capitolio. Según Schumer, demócratas y republicanos están haciendo todo para evitarlo, pero dice que aún así el mandatario no acepta sus propuestas, dos promovidas por los demócratas y una por los republicanos. "No hay nada de qué estar orgulloso", dijo Schumer. "Es una vergüenza que el presidente Trump ponga al país en este caos", agregó. "Esta ha sido una de las semanas más dramáticas que haya tenido algún gobierno en Estados Unidos". "He dejado mi posición

muy clara, cualquier medida que busque financiar el gobierno debe incluir seguridad fronteriza", dijo el presidente en un evento que se realiza en este momento en la Casa Blanca, donde se espera que el presidente firme la Ley de Agricultura aprobada esta semana por el Congreso "Los demócratas siguen oponiéndose a la seguridad fronteriza ridículamente sin importar cuántas vidas inocentes se pierden", aseguró el presidente. "Es esencial para la seguridad fronteriza es un muro fronterizo", dijo Trump poniendo como ejemplo la valla que usa Israel para poner una separación con los territorios palestinos y que, de acuerdo con el presidente, quien cita al gobierno israelí, ha sido "efectiva en un 99%". Las declaraciones del presidente ratifican lo que se ha venido hablando durante el día, que el mandatario no está dispuesto a aceptar menos

de los \$5,000 millones para seguridad fronteriza, pese a que la Casa Blanca no cuenta con los votos suficientes en el Congreso para hacer cambios viables al plan que aprobó el Senado.

Paul Ryan indica que Trump no firmará el proyecto que aprobó el Senado

A su salida de una reunión con el presidente en la Casa Blanca, el saliente presidente de la Cámara de Representantes dijo que Trump aspira que se le otorguen los \$5,000 millones que pide para la seguridad fronteriza y el muro con México. "El presidente nos informó que él no firmará la ley que salió del Senado la noche por sus legítimas preocupaciones con la seguridad fronteriza. Así que lo que vamos a hacer es regresar a la Cámara y trabajar con nuestros miembros", dijo Ryan en unas breves declaraciones a la salida de la reunión. Ryan enfrenta una rebelión por parte de miembros más conservadores del Partido Republicano, quienes pidieron al presidente que no aceptara el plan del Senado. A principios de la semana parecía que se esquivaría la posibilidad del cierre parcial del gobierno porque parecía que la Casa Blanca aceptaba la realidad de que no cuenta con los votos suficientes para exigir que se incluyan los fondos que aspira Trump. La noche del miércoles las cosas parecían encarriladas para evitar un cierre del gobierno.

El gobierno estadounidense tiene fondos para funcionar hasta la medianoche del viernes 21 de diciembre. Estos son los puntos del nuevo drama político que se vive en Washington a causa del pulso para dotar de recursos la promesa del presidente Donald Trump de construir un muro en la frontera con México.

El Senado aprobó un plan que daría fondos hasta el 8 de febrero, pero mantuvo en \$1,600 millones lo destinado a la seguridad fronteriza.

La Cámara de Representantes debe analizar ahora el proyecto, pero muchos miembros de sector más conservador del Partido Republicano piden al presidente Trump que no acepte menos de los \$5,000

millones que pide para la frontera.

La Casa Blanca dijo el mediodía del jueves que Trump "no acepta por ahora" el plan republicano y que están buscando opciones.

De no llegarse a un acuerdo, el gobierno se verá forzado a un cierre parcial que afectará a decenas de miles de empleados en sectores como el Departamento de Justicia o Seguridad Nacional.

Desde la mañana del jueves el presidente empezó a dar indicios desde su cuenta Twitter de que no estaba convencido con el proyecto del Senado.

"Cuando firmé a regañadientes el Proyecto de Ley Omnibus, el liderazgo me prometió el Muro y la Seguridad Fronteriza. Se haría para fin de año (AHORA). ¡No sucedió! Luchamos tontamente por la Seguridad Fronteriza para otros países, pero no para nuestros amados Estados Unidos. ¡No es bueno!".

La última rebelión que enfrentará Paul Ryan

La bancada republicana en la Cámara de Representantes está dividida sobre qué hacer con el plan presupuestario que aprobó la noche del miércoles el Senado que otorga los fondos suficientes para mantener al gobierno funcionando hasta el 8 de febrero pero que no incluye los fondos que la Casa Blanca solicita para construir el muro fronterizo con México. Los conservadores del llamado 'Freedom Caucus' han pedido al presidente Trump que no acepte un presupuesto que no le otorgue los fondos que pide para cumplir con una de sus más promocionadas promesas de campaña. Se trata de la última revuelta que debe enfrentar el saliente presidente de la Cámara de Representantes, Paul Ryan, por parte de los miembros conservadores. Ryan dejará su cargo en enero y pondrá fin a dos décadas de carrera parlamentaria. aparentemente, el grupo ha sido efectivo en sus argumentos ante el presidente, a juzgar por las declaraciones salidas poco antes de la Casa Blanca que indican que Trump no está satisfecho con el plan republicano. Este miércoles Ryan ofreció su mensaje de despedida al Congreso en el que pidió a sus todavía colegas dejar de lado las disputas radicalizadas y regresar a un diálogo político que permita el entendimiento entre los estadounidenses.

Pulso de última hora en la Casa Blanca

El plan aprobado la víspera por el Senado que permitiría mantener al gobierno funcionando hasta el 8 de febrero no parece convencer a muchos republicanos en la Cámara de Representantes y tampoco al presidente Donald Trump, por lo que las posibilidades de que el gobierno cierre a partir de este sábado siguen abiertas. "En este momento, el presidente no quiere seguir adelante sin seguridad fronteriza, que incluye planchas de metal o un muro", dijo cerca de mediodía del jueves la secretaria de prensa de la Casa Blanca, Sarah Huckabee Sanders. La portavoz aseguró que "el presidente continúa sopesando sus opciones". Pero las "opciones" son pocas. En el Senado no hay los votos suficientes para darle al presidente los \$5,000 millones que pide para empezar a construir el prometido muro fronterizo. Y en la Cámara de Representantes no parece haber el respaldo necesario entre los republicanos para aprobar el plan de la Cámara Alta que otorga \$1,300 millones. Sin una ley aprobada y firmada antes de medianoche del viernes, el gobierno tendrá que cerrar parcialmente este sábado, lo que implicará la suspensión del pago de decenas de miles de funcionarios y la reducción del trabajo en varias oficinas públicas.

El Cambio Online

Circulamos en Nueva Jersey en los condados de Hudson, Bergen, Union, Passaic y Essex. En Nueva York en los condados de Washington Heights y Queens.

www.cambionewspaper.com

Teléfono: (201) 902-0811

Teléfonos: Depto. de Clasificados (201) 305-5624 (201) 902-0004 (201) 430-3597

E-mail: news@cambionewspaper.com Fax: (201) 865-4303

Javier Valenzuela Publisher

Javier Valenzuela Editor

Jessica Valenzuela Directora Administrativa

Relaciones Públicas y Eventos Especiales Edwin Henao

Gerente de Ventas Sergio Rivas

Departamento de Diseño Jorge Luis Amaya

Departamento de Clasificados Claudia Diaz

Departamento de Distribución y Circulación Juan Tito Conde

Página Web y App Miguel Céspedes

El Cambio Online, LLC

EL CAMBIO ONLINE es un periódico hispano dirigido a toda la comunidad de Nueva Jersey, con las mejores noticias, políticas, comunitarias, sociales, económicas deportivas y de entretenimiento.

EL CAMBIO ONLINE is a Hispanic newspaper directed to all the community of New Jersey, with the best news about community, social activity, economy, politics, and entertainment



www.facebook.com/cambionews



www.twitter.com/elcambionews

EL CAMBIO ONLINE no se hace responsable por los conceptos expresados por sus colaboradores y periodistas.

En West New York, odios y traiciones se vislumbran en el 2019

En la ciudad de West New York termina el año 2018 con una crisis de gobernabilidad por las peleas y divisiones políticas dentro del mismo equipo del partido demócrata, porque hay que recordar que por estos lados no existen republicanos con quienes se pueda controvertir políticamente, entonces el agarrón es entre los mismos demócratas.

El alcalde Dr Felix Roque ganó esa posición hace ocho años cuando derrotó a la maquinaria política compuesta por el alcalde para esa época, Sal Vega, el congresista Albio Sires y como siempre la bendición del senador estatal y alcalde de North Bergen, Nicolas Sacco.

Pero Roque hace cuatro años para su primera reelección, por sus problemas judiciales y la división de su mismo equipo de trabajo con un comisionado en contra como fue Count Wiley y comisionados inservibles como lo fue Ruben Vargas, le tocó aceptar una alianza con la vieja maquinaria política y por eso vimos un Ticket misceláneo con integrantes como Cosmo Cirilo archienemigo político de Roque, niño consentido de la maquinaria del senador Sacco, junto a Gabriel Rodríguez, mano derecha del congresista Albio Sires y dos comisionadas que salieron del sombrero del mago (Susan Colacurcio y Margarita Guzman).

Con este nuevo equipo se inició el segundo periodo del alcalde Roque en una completa luna de miel, con una administración que pasaba los standards de aceptabilidad del pueblo, algunos escándalos de corrupción que rápidamente fueron acallados y así hasta el pasado junio cuando se tenían las elecciones primarias y por supuesto la elección de los representantes comunitarios dentro del comité del partido demócrata del condado de Hudson.

El detonante que estalló el polvorín fue la eterna pelea política entre el senador estatal Brian P Stack y alcalde de Union City y el también senador estatal y alcalde de North Bergen, Nicolas Sacco. Esta contienda por tener el control del partido demócrata en el condado de Hudson quebró la tenue unidad en West New York y salieron a flote los odios, rencores, traiciones y venganzas del pasado y se comenzaron a sacar los trapitos al sol como en las mejores peleas entre inquilinos de la vecindad.

En el pueblo de West New York ya estamos acostumbrados a estos vaivenes de la política local, a las traiciones y las venganzas, o acaso hemos olvidado la época de traición y odio del exalcalde Defino (QEPD) con el siguiente alcalde que hoy es congresista, Albio Sires, tampoco se ha borrado de nuestra memoria la traición de Sal Vega contra su jefe político Albio Sires cuando lo dejó como alcalde y luego lo traicionó al mejor estilo de mafia y allí estaba ya metido el hoy comisionado Cosmo Cirilo. También todavía recordamos al Ex Freeholder Muñoz traicionando al senador Brian P Stack y al alcalde Roque hasta casi llevarlo a la cárcel. Ahora que me dicen del circo de la pelea entre Count Wiley y el actual alcalde Roque a pesar que este último llevó a Wiley en su ticket y lo hizo comisionado siendo un desconocido políticamente, todo por las ambiciones burocráticas en el departamento de trabajos públicos.

Pero para retomar la actualidad todo esta crisis comenzó cuando el jefe del despacho del alcalde Roque, el joven político Jonathan Castañeda, traicionó a su jefe el



alcalde Roque y según los comentarios del pasillo de la alcaldía hizo alianza con los comisionados Cirilo, Rodríguez y Guzman para lograr que el senador estatal Sacco tuviera el control del partido demócrata del condado y así derrotar al senador Brian P Stack que había obtenido el apoyo del pequeño grupo que le quedó al alcalde Roque después de que Castañeda se llevó todos los contactos y listas. Pero también nos dimos cuenta que detrás estaba el congresista Albio Sires que no respaldó a su antiguo amigo Brian P Stack y prefirió hacerle el juego al senador Sacco, además porque lanzó listas propias a la Junta de Educación donde estaba su esposa, el esposo de la freeholder Caridad Rodríguez y el mismo Castañeda, todo con la anuencia de la superintendente Clara Herrera y el presidente de la Junta de Educación Adam Parkison antiguos aliados del alcalde Roque.

Luego viene un periodo de sopor local por las elecciones de Noviembre y todos al mejor estilo de los reinos de la edad media se callaron y se dedicaron a apoyar la campaña del jefe pluma blanca el senador Robert Menendez y dejaron por unos días sus rencillas y peleas locales.

Terminadas las elecciones de Noviembre y con la alianza de los tres comisionados, Cosmo Cirilo, Gabriel Rodríguez y Margarita Guzman, se reanudó la pelea a muerte por el control de West New York con miras a las elecciones de alcalde en mayo del 2019.

Con este revés político el alcalde Roque perdió el control de la ciudad, quedó con el nombre de alcalde, pero en verdad con tres votos en contra de él quedó anulado y los que verdaderamente están gobernando es el triunvirato Cirilo-Rodríguez-Guzman.

El primer golpe contra el alcalde Roque fue sacar a la esposa de su consejero Manny Diaz, que era la directora de salud. El triunvirato logró nombrar una cuota directa del senador Sacco en la dirección del departamento de salud. Después al mejor estilo dictatorial el triunvirato retiró al alcalde Roque del control del departamento de policía, golpe bajo y certero, dejándolo reducido a manejar los parques públicos únicamente.

El alcalde Roque viejo lobo político y en su condición de herido pero no vencido, lanza su candidatura a la reelección del 2019 contra la maquinaria, en una titánica elección con el apoyo de sus mas cercanos colaboradores pero principalmente de su fortuna financiera.

El ataque del triunvirato es anularlo administrativamente y eliminar a sus colaboradores directos como son Silvio Acosta, director de trabajos públicos, Manny Diaz, consejero del despacho y Amires Perez directora de parking.

Roque no se ha quedado callado y a sacado a luz publica casos de corrupción como el que se le indaga al comisionado Gabriel Rodríguez por usar trabajadores y materiales de la ciudad en arreglos en la casa de su papa, acusación que el mismo Rodríguez se ha defendido ante la opinión publica diciendo que eso es totalmente falso.

El alcalde Roque no se cansa de decir que el sabía perfectamente sobre su alianza con Cirilo y Rodríguez que son hijos de la maquinaria política, pero no perdona la traición de la comisionada Margarita Guzman, quien según sus palabras era una desconocida totalmente, que el la trajo como comisionada y que ella lo traicionó vendiéndose a la maquinaria del congresista Sires, aceptando un puesto de maestra en el college del condado y aceptando puestos para sus familiares. **TRAICIONERA TRAICIONERA !!!** Suena constantemente en sus declaraciones y en la ultima reunión de comisionados presentó con pruebas fotografías y estadísticas presupuestales el deterioro de los parques en la ciudad durante el tiempo que Guzman ha sido comisionada de parques y denunciando que ahora que la dejaron como comisionada de rentas y finanzas va a llevar a la bancarrota a la ciudad porque ella no tiene ni el profesionalismo ni la capacidad para manejar las finanzas de la ciudad, también la acuso de corrupción al aceptar un viaje a Europa como pago de la traición contra él.

Pues como podemos ver el 2019 será un año muy difícil para la ciudad de West New York, porque de esta pelea política los únicos perjudicados somos los residentes que debemos soportar el atraso y la ingobernabilidad de una ciudad con miles de problemas en seguridad, trabajo y convivencia.

Pero queremos ser imparciales con la situación política y hemos invitado a varios residentes de esta ciudad a dar sus opiniones así:

Rubiela Troncoso dijo: "El alcalde Roque es víctima de su propio invento, el traicionó a sus mismos amigos que lo acompañaron en la campaña y hora lo

traicionaron a él".

Jose Amilcar: "Esos comisionados son unos traidores, se unieron al alcalde Roque por su dinero y llegaron a esos puestos gracias al alcalde Roque que pago con dinero de su bolsillo y hoy que están ahí adentro, lo traiciona, pero el Doctor Roque les va a ganar y los va a sacar de la alcaldía".

Ana Mendoza: "Todos son unos corruptos, ladrones, no importa que sean de un partido o de un grupo, todos quieren llegar es a robar y joder al pueblo".

Carmelo Moreno: "Yo llevo 40 años en este pueblo y el mejor alcalde a sido el Dr Roque, honesto, amable, ayuda a los viejitos, me trae pavos y comidas. Yo seguiré votando por Roque".

Humberto de la Rosa: "Ese muchachito Cosmo Cirilo no puede ser alcalde de un pueblo con el 98 por ciento de hispanos, ese muchachito es un títere de Sacco y Angelica Jimenez, lo pusieron como administrador de Guttenberg y también comisionado de West New York, eso es corrupción".

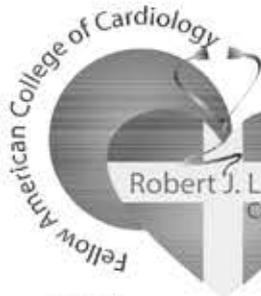
Sonia Jaramillo: "Aquí en esta ciudad no se mueve una hoja sin el permiso de Albio Sires, Roque fue alcalde porque Sires lo permitió en la primera elección para castigar a Sal Vega que lo había traicionado y en la segunda reelección Sires le dijo a Roque que lo apoyaba pero que dejara meter a Gabriel Rodríguez porque en esta elección Rodríguez sería el alcalde, entonces eso ya esta arreglado, Gabriel Rodríguez será el próximo alcalde".

Maria Ocampo: "Si esa señora Margarita Guzman es una aparecida de la nada, es una traicionera, que el alcalde Roque la traiga y la ponga como comisionada y hoy lo traicione y se venda como Judas vendió a Cristo por unas monedas. Ella debe salir inmediatamente y se van a dar cuenta que en el grupo de la maquinaria tampoco la van a dejar porque ya todo el pueblo sabe que es una traicionera.

Ricardo Zamudio: "Todo lo que esata dentro de la alcaldía es una podredumbre y huele muy mal, la corrupción es inmensa, porque no revisan los grandes contratos, donde los amigos de los políticos se roban el presupuesto. Estas peleas son sofimas de distracción y cortinas de humo para que el pueblo no se de cuenta de los verdaderos robos y defraudes al presupuesto. Yo no creo en estas peleas, todos son iguales, en el ultimo comite de comisionados nos sacaron al pueblo de la sala porque tenían que debatir en privado, eso era para arreglar entre ellos y repartirse los contratos y nosotros los del pueblo creyendo en ellos como unos idiotas".

Lourdes Diaz: "Y que pasa con esa comisionada de la tercera edad, ella no suena ni dice nada, para que la tienen ahí, ella debería retirarse y darle la oportunidad a otro que tenga animo y salud para esto".

Bueno esto ha sido un reportaje periodístico para avisarle al pueblo de West New York que le viene en el 2019, pero mientras tanto Feliz Navidad y Prospero Año Nuevo



"Es mejor prevenir que tener que lamentar"

Robert J. Leon M.D.F.A.C.C.
Cardiovascular Diseases

Dr. Robert J. Leon M.D., F.A.C.C.

¡Chequee su Corazón!

PROCEDIMIENTO DE CARDIOLOGIA

En el Consultorio

- EKGs
- 24 Hour Holter Monitoring
- Arrhythmia Event Recording
- Echocardiograms
- Carotid Duplex Imaging
- Peripheral Vascular Imaging

En el Hospital

- Treadmill Stress Testing
- Stress Echocardiography
- Transesophageal Echocardiography
- Myocardial Perfusion Imaging
- Ultrafast CT Scanning
- CT Angiography
- Cardiac Catheterization/PTCA
- Cardiac Pacemakers
- ICD/Biventricular Pacing

ATIENDE EN LOS HOSPITALES

- Hackensack University Medical Center
- Hoboken University Medical Center

SERVICIOS Y CONSULTAS

- Preventive Cardiology Program
- Cardiac Risk Factor Modification
- Pre-operative Risk Assessment
- Management of Coronary Artery Disease
- Management of Arrhythmia
- Evaluation of Chest Pain
- Management of Hypertension
- Management of Hypercholesterolemia / Lipid Disorders

SE RECIBEN TODOS LOS SEGUROS

129 Washington St., Suite 401, Hoboken, NJ 07030
• Tel.: (201) 610-1535 • Fax: (201) 610-1578
Lunes, Martes y Jueves

4518 Bergenline Ave., Union City, NJ 07087
• Tel.: (201) 610-1535 • Fax: (201) 766-8503
Miércoles y Viernes

www.rjleonmd.com **HABLAMOS ESPAÑOL**



THE PEOPLE'S PHARMACY SHOPPE

Julio esta aqui para servirles como siempre!

La Farmacia de la Gente Hispana



Su perfumería "Cardos Beauty Center" es ahora THE PEOPLES PHARMACY La Farmacia de la Gente sirviendo a nuestra comunidad

- Perfumería, Cosméticos,
- Beauty Supplies
- Productos para el Hogar,
- Servicio a domicilio GRATIS.!

HORARIO:

Lunes a Viernes 9 AM - 8 PM
Sábado 10 AM - 7 PM

PERSONAL BILINGUE

Tel. 201.348.0810

4012 Bergenline Ave., Union City, NJ

Aceptamos la Mayoría de seguros médicos y Medicaid

ACE CITY PAINT

SERVICIOS

- Tarjeta de Crédito ACE
- Club de Ferretería Auxiliar
- Cortes de Madera a la orden
- Se hacen llaves
- Recomendación de contratistas
- Emparejado de Pinturas - Computarizado
- Entrega Gratis
- Servicios de ordenes especiales
- Reparaciones de Cristales
- Rentas Equipos Limpieza de Alfombras



130 Washington St. - Hoboken, NJ

Lunes a Viernes de 8:15am a 6:45pm - Sábados de 9am a 6pm

201-659-0061



1 Main Office - Jersey City
2974 Kennedy Blvd. Jersey City, NJ 07306
Tel.: 201-420-0001 / Corner of Kennedy & Cottage



2 Jersey City, 2nd Office
587 Summit Ave., Hudson City Savings Bldg, JC NJ 07306
Tel.: 201-420-0001 / Corner of Summit & Cottage



3 Newark
One Gateway Center, Suite 2600 - 26th FL.,
Newark JC NJ 07102 - Tel.: 973-653-3945



4 Union City / North Bergen
Meetings In This Office By Appointment ONLY
418 Monastery Place, Union City, NJ 07087
Tel.: 201-420-0001



5 Paterson / Clifton
291 Crooks Ave., 2nd FL., Paterson, NJ 07503
Tel.: 973-653-3945



6 Ocean Twp. / Asbury Park
1500 Allaire Ave., Suite 103, Ocean, NJ 07503
Tel.: 732-660-6798



EL CAMPEÓN DE LOS HERIDOS

Cerca de usted!

Anise & Anise

LAW FIRM

Michael Anise especializado en lesiones personales e indemnizaciones por accidentes y caídas. Sus conocimientos legales junto a su tenacidad jurídica logran excelentes resultados para todos nuestros clientes

Llámenos: 201-420-0001

Inmigrantes deben esperar asilo en Mexico

La secretaria de Seguridad Nacional, Kirstjen Nielsen, anunció este jueves que México acordó que los migrantes de terceros países sean devueltos o aguarden la resolución de sus trámites de pedido de asilo en su territorio. Este acuerdo es efectivo desde hoy, indicaron las autoridades.

México aceptó una propuesta de Estados Unidos para permitir que los migrantes de terceros países sean devueltos a México mientras se procesan sus solicitudes de asilo, indicó la secretaria de Seguridad Nacional, Kirstjen Nielsen en un comunicado este jueves. Esta medida, indicó Nielsen, entra en vigencia de modo inmediato. "La secretaria de Seguridad Nacional (...) anunció una acción histórica para enfrentar la crisis de inmigración ilegal que enfrenta Estados Unidos. Con vigencia inmediata (...) las personas que ingresan a Estados Unidos desde México ilegalmente o sin la documentación adecuada, pueden ser devueltas a México mientras dure su proceso migratorio", señala el comunicado. Por otra parte, el Departamento de Relaciones Exteriores de México dijo este jueves que se adoptaría la medida humanitaria de forma temporal. La decisión es algo histórico para México, país que hasta ahora se ha negado a aceptar el regreso de cualquier migrante que no sea mexicano. El Departamento de Seguridad Interna tiene "la intención de implementar una sección de su ley migratoria que le permitiría devolver a extranjeros, no mexicanos, a nuestro país para que aguarden aquí el desarrollo de su proceso migratorio". La administración de Donald Trump desde su llegada a la Casa Blanca ha estado luchando contra el aumento de las solicitudes de asilo. También la administración ha estado tratando - infructuosamente hasta ahora - de poner fin a la práctica conocida como 'catch and release' (captura y liberación, en español), que consiste en liberar a ciertos migrantes que son detenidos en su ingreso a EEUU, cuando intentaban

entrar indocumentados para que esperen en libertad su proceso migratorio de solicitud de asilo. Una ley de 2008 prohíbe la deportación inmediata de menores de edad de países no fronterizos con EEUU y ordena que un juez de inmigración decida el futuro en el país. Además, un acuerdo judicial de 1997 prohíbe la privación de libertad de menores de edad, norma que Trump quiere eliminar unilateralmente. "Captura y liberación" se reemplazará por 'captura y retorno', indicó la secretaria Nielsen. "Al hacerlo, reduciremos la migración ilegal eliminando uno de los incentivos clave que alienta a las personas a tomar el peligroso viaje hacia Estados Unidos (...) y también nos permitirá centrar más la atención en aquellos que en realidad están huyendo de la persecución", señala el comunicado. El comunicado señala que con estas nuevas normas, EEUU busca "defender el estado de derecho y fortalecer compromisos humanitarios". " Los extranjeros que intentan

utilizar el sistema para ingresar ilegalmente a nuestro país ya no podrán desaparecer dentro de Estados Unidos, donde muchos no se presentan a sus fechas en la corte. En cambio, esperarán una decisión de la corte de inmigración mientras estén en México", dice DHS. Cabe destacar que de los 401 inmigrantes de la primera caravana que en mayo llegó a la garita de San Ysidro, frontera entre Tijuana (México) y San Diego (California), 374 personas pasaron la entrevista de miedo creíble, primer paso en el proceso de pedido de asilo. La tasa general de detección de miedo creíble para el año fiscal 2018 fue del 76%, según datos entregados por el DHS a Univision Noticias. En el caso de la caravana llegó al 93%.

El proceso

Según el DHS, "esos extranjeros" que llegan pedir asilo a EEUU "serán procesados y se les dará una notificación de comparecencia para su audiencia en el tribunal de inmigración".

Luego de ese proceso, deberían volverse a

México. "Mientras esperan, el gobierno mexicano ha tomado su propia determinación de proporcionarles a esas personas visas humanitarias, autorización de trabajo y otras protecciones. Los extranjeros tendrán acceso a abogados de inmigración y a Estados Unidos para sus audiencias judiciales", según el comunicado. Los extranjeros cuyos reclamos son confirmados por los jueces estadounidenses recién entonces podrán ingresar. "Los que no tengan reclamos válidos serán deportados a sus países de origen", dice DHS. México por su parte, confirmó el acuerdo e indicó que "autorizará, por razones humanitarias y de manera temporal, el ingreso de ciertas personas extranjeras provenientes de EEUU que hayan ingresado a ese país por un puerto de entrada o que hayan sido aprehendidas en lugares entre los puertos de entrada, que hayan sido entrevistadas por las autoridades de control migratorio de ese país, y hayan recibido un citatorio para presentarse ante un juez migratorio". Alejandro Alday, asesor jurídico de Secretaría de Relaciones Exteriores mexicano aclaró que México podrá decidir a quiénes acepta. "México reafirma su derecho soberano de aceptar o rechazar a inmigrantes que piden asilo en Estados Unidos", y México es un estado "respetuoso del cumplimiento de políticas en materia migratoria". El gobierno de Tijuana, estado mexicano que limita con EEUU, dijo que no fue consultado por el gobierno nacional de su país antes de tomar esta decisión. Las autoridades mexicanas aclaran que "las acciones que tomen los gobiernos de México y de Estados Unidos no constituyen un esquema de Tercer País Seguro, en el que se obligaría a las personas migrantes en tránsito a solicitar asilo en México". " (Estas acciones) Están dirigidas a facilitar el seguimiento de las solicitudes de asilo en Estados Unidos, sin que eso implique obstáculo alguno para que cualquier persona extranjera pueda solicitar refugio en México".



A-1 WATER STORE PURIFIED & ALKALINE

DRINKING WATER

PROMOCION ESPECIAL

Visit us! | Visitenos!



FREE PARKING / PARQUEADERO GRATIS



4901 Broadway • Union City, NJ 07087
WWW.A1WATERSTORE.COM

201.583.1200
201.583.9700

Con amenaza de recesion cae bolsa de Nueva York

La bolsa se desploma nuevamente y podría ser el peor diciembre desde 1931: ¿estamos cerca de una recesión?

El miércoles las acciones se derrumbaron por la preocupación de que la Reserva Federal seguirá subiendo las tasas de interés, lo que ocurrió de nuevo este jueves cuando el presidente Trump parecía abierto a un cierre parcial del gobierno, a menos de que reciba fondos para el muro a lo largo de la frontera con México. ¿Qué viene? Los temores de una recesión siguen en aumento ya que el mercado de valores de Estados Unidos parece estar encaminado a su peor diciembre desde 1931, durante la Gran Depresión.

La caída sostenida de Wall Street se ha visto impulsada por las preocupaciones de los inversionistas sobre menores ganancias corporativas, mayor deuda corporativa, una creciente guerra comercial entre Estados Unidos y China y una desaceleración global más amplia. Lo peor es que las preocupaciones van en aumento. El miércoles las acciones se derrumbaron por la preocupación de que la Reserva Federal continuará subiendo las tasas de interés, lo que ocurrió nuevamente este jueves cuando el presidente Donald Trump parecía abierto a un cierre parcial del gobierno a menos de que reciba fondos para el muro a lo largo de la frontera con México. Muchos indicadores económicos sugieren que, lejos de verse descarrilados por un mercado de valores que sufrirá su primera pérdida anual en una década, la economía de EEUU con un PIB de \$20 billones está avanzando lentamente. Los empleadores están contratando, los consumidores están gastando antes de las vacaciones y el crecimiento económico ha sido enérgico, gracias en parte a los recortes de impuestos financiados por el déficit del presidente Donald Trump. Pero la economía ha estado creciendo desde mediados de 2009 y nada, ni siquiera lo que se ha convertido en la segunda expansión más larga registrada en

Estados Unidos, dura para siempre. A medida que la expansión ha ido envejeciendo, los economistas y los líderes empresariales predicen cada vez más que terminará en los próximos dos años. El hecho es que las recesiones son una parte regular del ciclo económico. Una desaceleración no necesariamente sucederá en 2019. Pero la caída libre en los precios de las acciones podría acelerar el día. Después de la venta masiva de acciones el miércoles, el promedio industrial Dow Jones bajó otros 300 puntos, o más del 1% en las transacciones del jueves por la tarde. "Si bien no estamos pronosticando explícitamente una recesión el próximo año, no descartaremos una leve", dijo John Higgins, economista en jefe de mercados de Capital Economics. "Por lo menos, esperamos una desaceleración económica significativa". Casi la mitad de los directores financieros encuestados por la Escuela de Negocios Fuqua de la Universidad de Duke prevén una recesión para fines del próximo año. 82% de ellos cree que ocurrirá para finales de 2020. A continuación presentamos una descripción de cómo los movimientos del mercado de valores y los barómetros de la economía podrían determinar los riesgos de una recesión.

¿Una caída sostenida de los precios de las acciones llevan a una recesión?

A veces, pero no siempre. Las dos recesiones anteriores en Estados Unidos se superpusieron a las ventas nerviosas en el mercado de valores. El Dow cayó casi un 34% en 2008 después de la explosión de la burbuja inmobiliaria. Y se



hundió alrededor del 7% en 2001, cuando estalló la burbuja tecnológica. Pero los precios de las acciones también disminuyeron en 2002, un año en que la economía de Estados Unidos se expandió. El hecho es que el mercado de valores representa solo una parte de la economía estadounidense. De acuerdo con el economista de la Universidad de Nueva York, Edward Wolff, menos de la mitad de los hogares de EEUU posee acciones. Y más del 80% del valor del mercado de valores está controlado por el 10% más rico de los hogares, según sus cálculos. La mayor parte del patrimonio neto de los estadounidenses se deriva de un activo diferente: sus hogares.

¿Qué tan mala ha sido la caída del mercado de acciones?

Es doloroso. Pero Wall Street ha enfrentado ventas nerviosas mucho peores. En lo que va de año, el Dow ha perdido alrededor del 5% de su valor, solo una pequeña fracción de su caída en 2008. Y las recientes pérdidas siguen una extraordinaria racha ganadora: desde su punto más bajo en marzo de 2009, el Dow se ha disparado un 250%. Esto significa que los inversionistas que han mantenido sus ganancias han obtenido un rico beneficio, incluso desde las pérdidas de octubre. Dicho esto, la venta masiva de los últimos dos meses ha sido severa, alrededor del 12%. Esto significa que el mercado ha entrado en territorio de "corrección", comúnmente definido como una disminución de al menos el 10%.

QUIERES SUPERARTE! APRENDE HACER IMPUESTOS CON LOS MEJORES. OFRECEMOS NUESTRO CURSO EL CUAL ES PRACTICO, DONDE APRENDERAS A PREPARAR IMPUESTOS COMO UN PROFESIONAL. OFRECEMOS LA OPORTUNIDAD DE EMPLEO PARA TODAS LAS PERSONAS QUE CALIFIQUEN Y QUE APRUEBEN EN SU EVALUACION DURANTE LAS CLASES. (LOS PUESTOS DISPONIBLES SON PARA DAR SOPORTE Y APOYO A LOS PROFESIONALES QUE TENEMOS CON ALTA EXPERIENCIA Y NUESTRO AGENTE MASTES FEDERAL SR. CEASAR MALQUI)

Requisitos: Personas Bilingües, horarios flexibles, manejo básico en la Computadora.

**** Si ya tienes conocimiento y experiencia en Preparar Impuestos, ven y aplica con nosotros tenemos puestos disponibles. ****

Aplica Ya! Los cupos son limitados, si estás interesado puedes contactarnos en nuestras oficinas 469 21th Ave. Paterson, NJ 07513, Telf. (973) 279-7822 , Fax (973)279-1530 o envía un email a CMALQUI@MALQUI.COM; MHERRERA@MALQUI.COM.

Clases comienzan pronto: mañana, noche y fines de semanas en Paterson. Te esperamos!

AUTORIDAD DE ESTACIONAMIENTO DE WEST NEW YORK

Felices Fiestas

Por favor disfruta de 2 horas de estacionamiento gratuito en la avenida Bergenline desde el 17 de Diciembre al 1 de Enero



cortesía del Mayor Felix E. Roque MD

Comisionados:
Susan Colacurcio
Gabriel Rodriguez
Margarita Guzman
Cosmo A. Cirillo
y Autoridad de Estacionamiento de West New York



Por favor aprovecha las excelentes tiendas y restaurantes de West New York. Comprar en la localidad. Ayuda a que siga creciendo la economía del vecindario.

Xiomara

HEALING CENTER

PSICÓLOGA, MÉDIUM, CURANDERA, CONSEJERA

TE OFRECE SUS SERVICIOS COMO CURANDERA, LOS DIAS LUNES Y VIERNES DE 1:00 PM -11:30 PM, CON CANDELO Y SAN DESHACEDOR" A TRAVES DE SUS MISTERIOS: SAN LAZARO, SAN MIGUEL ARCÁNGEL, RAFAEL ARCÁNGEL ,URIEL ARCÁNGEL GABRIEL Y EL DR. JOSE GREGORIO HERNÁNDEZ.

CONSULTA DE MISTERIOS, CURACIÓN Y MATERIALES INCLUIDOS A \$70.00 CONSULTA ESPIRITUAL POR CLARIVIDENCIA Y DOMINOS \$35.00 POR 20 MINUTOS, LOS DIAS MIÉRCOLES DESDE LAS 3:00 PM -7:00PM

COMPRA MI LINEA DE PRODUCTOS PARA LA SUERTE AMOR Y DINERO, DIRECTAMENTE CON XIOMARA O EN EL CENTRO COMO : EXPLOSION DE SUERTE, EXPLOSION DE AMOR, EN JABON Y PERFUME Y LA FABULOSA CREMA DE EXPLOSION MAGICA DE JUVENTUD, PARA ELIMINAR LAS ARRUGAS DEJANDO TU PIEL RADIANTE.



Visite mi pagina de internet: www.xiomaraonline.com
450-73rd Street, North Bergen, New Jersey, 07047

XIOMARA: 201-295-0006

LATIN SPIRIT TRAVEL & TOURS

4329 Bergenline Ave. 2nd Floor
Union City New Jersey



201-552-9016

DESTINO / VIAJE A	* IDA	* IDA Y VUELTA	DESTINO / VIAJE A	* IDA	* IDA Y VUELTA
ECUADOR	\$ 350	\$ 440	PERU	\$ 344	\$ 440
MEXICO	\$ 180	\$ 380	SAN SALVADOR	\$ 244	\$ 360
COLOMBIA	\$ 288	\$ 444	ARGENTINA	\$ 440	\$ 620
HONDURAS	\$ 260	\$ 380	URUGUAY	\$ 440	\$ 620
GUATEMALA	\$ 260	\$ 350	CHILE	\$ 448	\$ 620
NICARAGUA	\$ 295	\$ 350	BRASIL	\$ 620	\$ 800
COSTA RICA	\$ 170	\$ 260	BOLIVIA	\$ 575	\$ 620
SANTIAGO, R.D. REPUBLICA	\$ 160	\$ 260	VENEZUELA	\$ 340	\$ 440
DOMINICANA.	\$ 170	\$ 260	PANAMA	\$ 260	\$ 440
SAN JUAN, P.R.	\$ 152	\$ 260	PARAGUAY	\$ 440	\$ 575

*Más Impuestos y Servicios. Sujetos a Cambio Sin Previo Aviso. Restricciones Aplican. Esperamos su visita



TOTAL CARE

of Union City

LESIONES DE TRABAJO EN NY? PROGRAME YA SU CITA!

NONSURGICAL SPINAL DECOMPRESSION CENTER

Que es la terapia IDD?
La terapia IDD es un tratamiento dirigido por computadora.

Buscanos en YouTube y mira Nuestras Interesantes Notas: CAMBIO Doctor Pace

Tambien veanos en TU COMUNIDAD Canal 19 Cblvision
Domingo a las 7:00 pm; miercoles a las 9:30 pm; viernes a las 9:00 pm; lunes 10:00 pm.
En el Canal 51 Comcast los miercoles a las 10:30 pm. y viernes a las 10:00 pm

Detenga el Dolor Ahora!

Multi-especialistas en alivio del dolor de Espalda y Discos Vertebrales

ACCIDENTES DE CARRO LESIONES del CUELLO (Whiplash). Le damos tratamiento. Sabia que no necesita operarse para corregir los discos dañados o herniados?

TRATAMIENTO PARA:

- Disco Herniado • Ciática
- Estenosis Espinal
- Enfermedad Degenerativa del Disco
- Síndrome Facetario Posterior
- Dolor Crónico de Espalda

Basilio Pace, D.C.
Quiropractico-IDD Rehabilitacio/Acupuntura

Llámenos para obtener su reporte especial y DVD GRATIS
201-330-7575 ■ 415 39th Street, Union City, NJ 07087
www.totalcare rehab.com

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

♦Obtenga un Par de Gafas con Lentes Progresivos. Con protección UV + Tinte incluidos, por sólo
* Aplican restricciones..... **\$149⁰⁰**

♦Lentes y Marcos Con protección UV + Tinte incluidos, por sólo
* Aplican restricciones..... **\$65⁰⁰**

♦Especial a Cuba Lentes y Marcos Con protección UV + Tinte incluidos, por sólo
* Aplican restricciones..... **\$59⁰⁰**

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

Horario:

Lunes 10 AM a 5 PM Martes a Jueves 10 AM a 6PM Viernes 10 AM a 7PM Sabado 11 AM a 5PM Domingo Cerrado

201-974-2600 5202 Bergenline Ave.,
FAX: 201-974-2999 West New York, NJ 07093
www.internationaloptical.net



HolyName
Medical Partners
 Hudson County

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

La gastroenteritis viral es más común de lo deseado

Existen varias causas de la gastroenteritis. Las gastroenteritis causadas por virus y bacterias son las más comunes, y se pueden contagiar fácilmente sobre todo cuando no existen medidas de higiene adecuadas al preparar los alimentos o por no lavarse las manos.

La gastroenteritis viral que afecta a niños en cerca del 40 por ciento de los casos, dura entre un día y dos, es causada por astrovirus; adenovirus entérico; norovirus; calcivirus (que vienen de los animales domésticos); y rotavirus, la principal causa de gastroenteritis severa en niños y que también puede infectar a adultos expuestos a niños con el virus.

La gastroenteritis causada por bacterias puede durar una semana o más. Los responsables de causarla son: la escherichia coli o e-coli (usualmente conocida como la diarrea de los viajeros y que provocan disentería, solitis y síndrome urémico); salmonela (que provoca fiebre y que se da por contacto con aves y reptiles); campylobacteria (por carne mal cocida y leche no pasteurizada; y shigela (que causa disentería).

Es menos común que la gastroenteritis sea causada por parásitos y protozoarios, pero esta gastroenteritis se contrae por beber agua contaminada. Los causantes son: giardia (la causa más frecuente de diarrea); y cryptosporidium (que afecta más a personas con sistemas inmunes debilitados y causa diarrea líquida.)

Además, pueden causar gastroenteritis algunas toxinas químicas presentes en los mariscos o por alergia a algunos alimentos, por metales pesados, por antibióticos y otros medicamentos como la Aspirina, antiinflamatorios como Motrin y Advil; también a sustancias como la cafeína, grandes y frecuentes dosis de esteroides y hasta laxantes.

La gastroenteritis también se da por poca tolerancia a la lactosa de la leche, al huevo y los productos lácteos, y por exposición a metales pesados que a veces se encuentran en el agua, como arsénico, mercurio y plomo. Otra causa posible de la gastroenteritis es la alteración de la flora bacteriana natural del tracto digestivo como resultado de una enfermedad o por un cambio drástico de dieta.

Señal de alerta

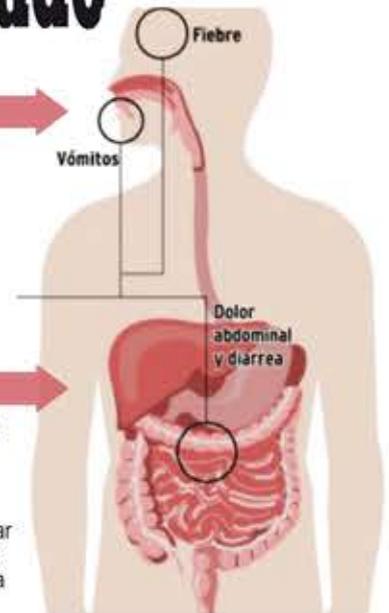
- La gastroenteritis es una infección común de los intestinos que provoca vómitos y diarrea.
- La mayoría de los ataques desaparecen por sí solos al cabo de unos días.
- Si la diarrea y los vómitos son agudos, puede haber deshidratación, que es la falta de agua en el organismo. Esto puede ser grave en los bebés y los niños pequeños.
- Los síntomas principales de la gastroenteritis son la diarrea y los vómitos. Muchas personas también tienen dolor de estómago, fiebre y dolor de cabeza.
- Normalmente los síntomas solo duran unos días, pero pueden durar hasta una semana.

CAUSAS

Por bacterias presentes en alimentos o agua contaminados. Las más comunes son: Estafilococo, Salmonella, Shigella, Escherichia Coli

SINTOMAS

El contagio se produce de persona a persona, especialmente en ambientes cerrados. También por ingerir o entrar en contacto con alimentos y agua contaminada con la bacteria.



Tratamiento:

- El objetivo del tratamiento es prevenir la deshidratación, garantizando que el cuerpo tenga suficiente agua y líquidos. Los líquidos y electrolitos (sales y minerales) perdidos en la diarrea o el vómito se deben reponer tomando líquidos adicionales. Incluso si usted no es capaz de comer, aun debe tomar líquidos adicionales entre comidas.
- Los niños mayores y los

adultos pueden tomar bebidas para deportistas tales como Gatorade, pero éstas no deben usarse para niños pequeños.

- NO utilice jugo de frutas (ni siquiera jugo de manzana), refrescos o bebidas cola (con o sin burbujas), Jell-O (gelatina) ni caldo. Todos tienen mucho azúcar, lo cual empeora la diarrea, y no reponen los minerales perdidos.

- Beba cantidades pequeñas de líquido (de 2 a 4 onzas [60 a 120 ml]) cada 30 a 60 minutos.
- La leche materna o la leche maternizada pueden continuarse junto con los líquidos adicionales.
- El alimento se puede ofrecer frecuentemente en cantidades pequeñas.
- Los antibióticos no funcionan para los virus.

Lavado de manos:

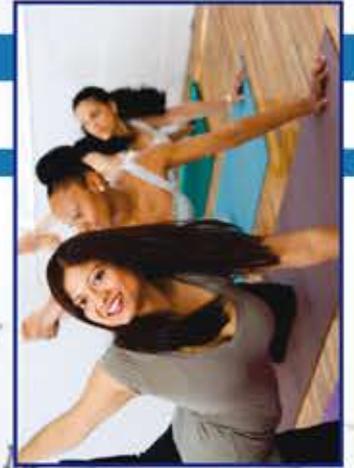
Algo tan sencillo como lavarse las manos con frecuencia puede salvar más vidas que cualquier vacuna o intervención médica.

Es una de las formas más económicas y eficaces de prevenir enfermedades diarreicas y neumonía, las cuales causan a nivel mundial la muerte de más de 3.5 millones de niños menores de 5 años de edad. A pesar de que la gente de todas partes del mundo se limpia las manos con agua, muy pocos usan jabón para lavárselas bien.



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

Veá 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 avanzadas en salud y consejos para vivir en plenitud

La gastroenteritis viral es mas comun de lo deseado

Cablevision - 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, Woodrigdge

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 21 de Diciembre - 9:00 PM

Domingo 23 de Diciembre - 7:30 PM

Comcast - Canal 51

Martes 25 de Diciembre - 9:30 PM

Miércoles 26 de Diciembre - 9:30 PM



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. Llame 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.

statefarm.com

ORLANDO'S SERVICES

MECANICA GENERAL - DIAGNOSTICO COMPUTARIZADO

NJ INSPECTION CENTER

ORLANDO'S SERVICES - NJ INSPECTION CENTER

Si su automóvil no pasó la inspección... *Orlando's Service lo ayuda.*

ORLANDO'S SERVICES

Promoción Especial

Inspección del Estado

Promoción válida para vehículos modelo 1996 en adelante

CUPON



TECNICOS CERTIFICADOS

Somos profesionales en reparación y mantenimiento de vehículos, con mecánicos especializados en vehículos europeos de las marcas Audi y Volkswagen.

ESPECIALISTAS EN

Audi



VOLKSWAGEN

BALANCEO ALINEAMIENTO



4914 Palisade Ave., West New York, NJ 07093

(201) 864-6101

La Reggia

Authentic Italian Cuisine!

CELEBRATE NEW YEAR'S EVE BASH - 2019 -

FIVE HOURS | OPEN BAR 8PM-1AM

Passing Hors D'oeuvres
Deluxe Antipasto Italiano Display

• Seafood Bar • • Sushi Bar • • Salad •

• Carving Station •
Rib Eye Steak

• Pasta Station •

Penne Vodka - Tortellini w/ Bolognese Sauce

• Hot Station •

Chicken Champagne - Veal Porcini Sauce - Eggplant Rollatini - Cotechino e Lentol
Fried Calamari - Seafood Paella - Clams Oreganato - Norwegian Salmon Mediterraneo
Vegetable Medley & Potato

DESSERT LA REGGIA TABLE DISPLAY, COFFEE & CHAMPAGNE TOAST

NEW YEAR'S GALA
MUSIC BY
VOICE OF NAPLES



Antonio Guarna



FIESTA FUSION ENT

NEW YEAR'S BASH

\$125.00 PER PERSON INCLUSIVE

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

FOR RESERVATION Tel: 201-422-0200 | Fax: 201-422-0645

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

La Reggia

Banquets & Events

SEAFOOD & FISH

Start planning you Christmas Eve Meal

	Half Pan (10-15 guest)	Full Pan (20-40 guest)
Baccala Salad	\$69.95	\$149.95
Seafood Salad	\$69.95	\$149.95
Seafood Marechiaro <small>(Calamari, Shrimp, Clams, Mussels & Scungilli)</small>	\$69.95	\$149.95
Mussels Marinara or Fra Diavolo	\$29.95	\$49.95
Fried Calamari	\$65.95	\$110.95
Jumbo Shrimp (Any Style)		\$ 3.00 Per Shrimp
Oysters (Any Style)		\$ 2.00 Per Oyster
Clams (Any Style)		\$ 10.00 per Dozen
Corvina Oreganato Italian		
Season Herbes		\$69.95 (10 Pieces)
Filet of Sole <small>(Fricassee, Marechiaro or Stuffed with crabmeat in Shrimp Sauce)</small>		\$89.95 (10 Pieces)

Go to our page to see more of our catering menu www.lareggiaus.com

Phone: 201-422-0200

CLÍNICA DEL DOLOR



DR. ROQUE
PAIN
RELIEF CENTER
¡VIVIR SIN DOLOR!

543 45th Street, Union City, NJ 07087 Phone: (201) 766-6469 Fax: (201) 662-7195
1(877) SIN DOLOR 1(877) 7463656 www.drroque.net



**DOCTOR
FELIX ROQUE, MD**

El más bello adorno de la Navidad es una sonrisa, el mayor regalo el amor y la esperanza en un mañana mejor. Queremos compartir con la comunidad nuestros mejores deseos navideños de amor, paz y amistad.



543 45 Street, Union City, NJ Telefono: 201-766-6469

LA CASA DE LA LICENCIA INTERNACIONAL



LEGALICE Y PONGA EL CARRO A SU NOMBRE Y SAQUELE PLACAS DE FLORIDA LLAME A CB INSURANCE OFFICE

305-332-5999

SE NECESITA PINTOR CON EXPERIENCIA E INSTALADOR DE SHEET ROCK MÁS INFORMACION
 201-878-9828
 201-856-1184

SE RENTA ESPACIO



Para manicurista con cuarto para wax. Todo incluido. Listo para trabajar. En salón En área de Fairview. Área independiente. Inf.

201-927-3934



\$20 dólares de descuento
 En la consulta o visita inicial con la presentación de este cupón

199 Main Street, Ridgefield Park, NJ 07660

SERVICIOS:

- Cirugía Dental •Endoscopia
- Cirugía Ortopédica •Láser terapia
- Ultrasonido • Acupuntura
- Radiografías Digitales

Horarios: Lunes a Viernes 9:00-7:00

Sábados 9:00 AM a 5:00 PM

rpah199@gmail.com

Teléfonos:

201-814-0095

201-814-1377

PREGUNTE POR NUESTROS PLANES DE SALUD

Necesito Bodymen (Latonero-Chapistero) Y mecánico
 Con experiencia y herramienta propia. Buen salario y beneficios. Newark Autobody, 589 Ferry St., Newark. 973-980-2242 Jorge

Instaladores de Siding

Necesita instaladores de siding, Solamente con experiencia, Favor de contactar a Tom.

Teléfono:

973-703-4724

SALON DE CONFERENCIAS PARA RENTAR



Rento salon de conferencias por horas o días Ubicado entre Broadway y la Sexta Avenida
 Direccion: 28W 28th Street, 3 floor Nueva York, NY 10001
 Servicios para capacidad de 300 personas
 Proyector multimedia y tableros
 Television en pantalla plana
 Aire acondicionado
 Wifi
 Acceso al ascensor
 Puertos de cargador de telefono
 Banos
 HDMI
 Informes:

646-320-0327



FELIZ NAVIDAD Y PROSPERO AÑO NUEVO

Los galleguitos Los mejores Chorizos españoles Más sabrosos del mercado y muy nutritivos VENTAS PARA RESTAURANTES, BODEGAS, SUPERMERCADOS VENDIDO EN NUEVA YORK NEW JERSEY Y MIAMI

201-865-7232

147-48 ST UNION CITY, NJ 07087

SE SOLICITA CHOFER LIC. CDL CLASE A

2 AÑOS MINIMO DE EXPERIENCIA NO PUERTOS, RECORD LIMPIO
 201-388-3006 Español
 201-832-1498 Ingles
 LLAMAR DE 4PM -7PM

AGENCIA AMERICANA Empleados domesticas, meseras, house keeper, nanny, ama de lave, Con o sin experiencia, con o sin ingles ok. Familias americanas que hablan español
 Necesitan empleadas
 Sueldo \$300-\$500 semanal
 201-583-9222/212-928-2085
 718-526-9400/973-885-2519
 Abierto los 7 días
 Gloria's Agencia NJ Inc.
 4912 Bergenline Ave. #9
 West New York, NJ 07093

BAKERS

ESTAR A CARGO DE HORNEAR BAGELS CONSTANTEMENTE INTERESADOS LLAMAR
 973-467-5399

SE NECESITA CHOFERES DE TAXI

PARA AREAS DE WEST NEW YORK UNION CITY, FULL TIME / PART TIME BUEN SALARIO + BONO LLAMAR DE LUNES A VIERNES DE 9:00AM - 6:00PM
 201-295-8001

Warehouse Clerk
 Food Warehouse
 Need Picker
 Dry & Frozen,
 Clerk in receiving, shipping,
 Good Pay & Benefit,
 95 Caven Point Road,
 Jersey City,
 NJ 07305
 Walong Marketing Inc
 Please call
 201-604-8899

RENTO CUARTO PARA CABALLERO

Entrada independiente, Utilidades incluidas, Internet. A dos bloques de .a Ave. Bergenline

201-679-2169

NECESITO

Mesero y Ayudante de Cocina Para Restaurante Llamar

201-951-4905

OPERADORES

FABRICA DE ALIMENTOS SOLICITA OPERADORES Y/O EMPLEADOS DE PRODUCCION NO NECESITA HABLAR INGLES APLICAR EN RICO FOODS 527 E. 18TH ST PATERSON, NJ 07514

OPORTUNIDAD DE TRABAJO

Solicita persona para lavaplatos buen salario full time

201-422-0200

SOY MECANICO

De autos Ofrezco mis servicios Servicio electrico y mecanica en general Servicio de inspeccion a domicilio Si tiene una emergencia o reparacion LLame:

484-318-3600

SE SOLICITA AYUDA

PARA LA LIMPIEZA DE COCINA EN LA CIUDAD DE JERSEY CITY HORARIO 10:00 PM A 8:00 AM SEIS DIAS LLAMAR AL

201-432-1100

Diciembre Mes de alegría y prosperidad

Leo 23 de julio al 22 de agosto



Empiece a exteriorizar todas las emociones. De esta forma, podrá sacar la acumulación de las energías negativas en su vida. Amor: Transmita con plenitud sus emociones y fortalezca el vínculo amoroso, deje aflorar sus sentimientos. Riqueza: Prepárese, ya que su jefe le otorgará esa tarea tan deseada por usted.

Virgo 23 de agosto al 21 de septiembre



Antes que nada, debería hacer una observación más profunda y así no le resultarán embarazosos los problemas que debe enfrentar. Amor: Será importante que se conecte y comparta más tiempo con su pareja durante el día. Riqueza: Esté atento, ya que podría tener problemas con los contratos y las transacciones comerciales.

Libra 22 de septiembre al 22 de octubre



Jornada oportuna para que usted acelere esas decisiones que aún tiene postergadas en su cabeza. Amor: La Luna lo ayudará ordenar con naturalidad las cuestiones del corazón. Riqueza: Empiece a ser más eficiente y servicial, pronto conseguirá avanzar en su trabajo. Bienestar: No se derrumbe

Escorpión 23 de octubre al 21 de noviembre



Momento para tomar distancia de todo aquello que considera superfluo. Encamine la mente para lo esencial en su vida. Amor: En el amor tendrá la necesidad de estar con alguien y sentirse cuidado. Riqueza: No se deje estar, ya que el desgano podría obstaculizar sus planes monetarios.

Sagitario 22 de noviembre al 22 de diciembre



Aunque su inseguridad lo persigue cotidianamente, hoy se sentirá mucho más confiado en usted mismo. Amor: Podría llegar a conocer a alguien en esta jornada. Muéstrese espontáneo y sincero. Riqueza: No descuide los intereses materiales en los proyectos que quiere emprender.

Capricornio 23 de diciembre al 21 de enero



Excelente período para determinar nuevos objetivos concretos y eliminar los que ya lo sirven en su vida. Amor: Aplique su talento comprensivo, esto lo ayudará a reencontrarse con los afectos. Riqueza: No espere mucha ayuda de su alma gemela para ese proyecto, aférrase a su familia.

Acuario 22 de enero al 21 de febrero



Rompa con la monotonía y anime a los cambios profundos en la vida. Época oportuna para hallar nuevos ideales y ampliar los conocimientos. Amor: Jornada propicia para enamorarse o comenzar una relación. Escuche a su corazón. Riqueza: Busque la forma exacta a ese nuevo emprendimiento que se ha propuesto

Piscis 22 de febrero al 20 de marzo



Trealice lo imposible para eliminar las ideas y pensamientos que le molestan. Será una etapa para dedicarse a usted mismo. Amor: Aprenda a ponerse en el lugar del otro. Comprenda y escuche a su pareja antes de enfrentarla. Riqueza: Estos días deberá mantenerse muy atento a todo lo relacionado con la entrada y salida de su dinero.

Aries 21 de marzo al 20 de abril



Al contar con la luna en oposición, no comience nada nuevo. Podrá tener algunos impedimentos para poder realizar eso que quiere hacer. Amor: Si tiene alguna duda de lo que siente por esa persona que conoció, no dude y consulte con su corazón. Riqueza: Podrían surgir inconvenientes,

Tauro 21 de abril al mayo de 20



Ya es momento para que cambie y piense en una nueva vida. Nuevos caminos se abrirán y podrá resurgir internamente. Amor: Tendrá la necesidad de formar una familia o tener otro hijo. No dude y apueste a ello. Riqueza: Se sentirá impresionado ante el apoyo incondicional que le brindarán sus compañeros en el ámbito laboral.

Geminis 21 de mayo al 21 de junio



Prepárese, ya que pronto recibirá una muy buena noticia que le cambiará por completo su vida. No podrá creerlo. Amor: Sea consciente de lo que le ha dado a su pareja. Evite pedir más de lo que demuestra. Riqueza: Le ofrecerán un puesto nuevo

Cancer 22 de junio al 22 de julio



Aguanta Cáncer, pero aguanta por y para ti. No para el resto. No aguantes a quien no debas, no aguantes que te traten mal, que te infravaloren, que no te den lo que te corresponde por derecho. No aguantes que te griten, que te insulten, que jueguen con tu mente. No aguantes una voz más alta que otra ni que te falten el respeto más...



WE ARE LOOKING FOR CDL DRIVERS CLASS A AND B WITH AT LEAST 1 YEAR OF EXPERIENCE FOR LOCAL AND OTR.

All candidates must be willing to follow instructions as well as good work history, clean driving record and ability to pass a pre-employment drug screening.

FOR MORE INFORMATION PLEASE CALL: (732) 969-0795

María Teresa Pérez
HIPNOTERAPISTA
PARAPSIKOLOGA CERTIFICADA



MEJORA TU VIDA CON LA HIPNOSIS

La nueva herramienta para tu éxito

- Miedos
- Adicciones
- Hiperactividad
- Ansiedad
- Malos Hábitos
- Problemas Espirituales
- Familiar
- Matrimonial

LA HIPNOSIS ES UN MÉTODO TERAPÉUTICO SANADOR QUE TE PERMITE RECUPERARTE DE PROBLEMAS DE ORIGEN PSÍQUICOS, PSICOSOMÁTICOS Y MENTALES

- Sobrepeso
- Obsesiones
- Fobias / Traumas
- Depresiones
- Bulimia / Anorexia
- Insomnios
- Pánico
- Celos Enfermizos
- Problemas Sexuales

TRATAMIENTO INDIVIDUAL Y/O GRUPAL

347-272-4500



A pesar de que la hipnosis es temida por mucha gente, se trata de un trance natural al que podemos llegar los seres humanos y que posee grandes beneficios como técnica terapéutica. Uno de los campos en los que puede usarse es en el de la mejora de la autoestima ya que podemos recibir mensajes positivos mientras estamos en trance (estado en el que somos muy sugestionables). Esos mensajes se quedarán grabados en nuestro subconsciente y podremos utilizarlos en el momento en el que los necesitemos.

La hipnosis aplicada a la mejora de la autoestima sigue una serie de pasos:

- Preparación para la relajación.
- Relajación sistemática del cuerpo.
- Uso de la imaginación para llegar a una relajación profunda.
- Profundización del trance.

Hipnosis y autoestima

Entrada en nuestro sitio especial.
Desarme de la crítica patológica, de nuestra programación negativa y de nuestros deberes no saludables.
Aceptación y perdón de nuestros errores.
Planteamiento de sugerencias posthipnóticas (mensajes positivos introducidos en nuestra mente).
Salida del trance.
Esta técnica, al ser complicada, debe ser revisada por un especialista. Busca uno que te proporcione la suficiente confianza como para que tu mente deje de resistirse al trance. Comprobarás que, lejos

de las supersticiones y creencias negativas sobre la hipnosis, resulta ser una técnica científica y muy eficaz.
Si prefieres intentarlo por ti mismo (aunque es muy posible que no consigas entrar en trance), práctica la relajación y la visualización y, cuando controles estas técnicas, podrás intentar sugestionarte para aumentar tu autoestima. Ten en cuenta estos consejos:
Intenta que las sugerencias que te das sean sencillas, concisas y positivas.
Repítelas varias veces con las mismas palabras.
Acompaña cada sugerencia con una imagen visual.

(347) 272-4500

SE NECESITAN TAPICEROS Y COSTURERAS DE TAPICERIA INTERESADOS LLAMAR 201-246-2199

DR TECH SERVICES, LLC
PROTECT YOUR HOME & BUSINESS

- SECURITY CAMERA SYSTEMS
- CLOUD & HD STORAGE
- PHONE APP MONITORING
- 1080 HD/4K RESOLUTION
- 24 HOUR MONITORING
- INDOOR-OUTDOOR INSTALLATION

TEL: 201-667-4730
ALEX@DRTECHSERVICESLLC.COM

CHOFER/RUTERO
DISTRIBUIDORA DE ALIMENTOS SOLICITA: CHOFERES, RUTEROS PARA ENTREGAR MERCANCIA A SUPERMERCADOS NECESITA LICENCIA REGULAR Y SIN PUNTOS NO NECESITA HABLAR INGLES INTERESADOS APLICAR EN RICO FOODS INC. 527 E 18TH ST. PATERSON, NJ 07514

OPORTUNIDAD DE TRABAJO
NECESITAMOS HOME MAKERS CHHAs EMPEZAR DE INMEDIATO!!! RENOVAMOS LICENCIAS DE HOME MAKERS PARA MAS INFORMACION LLAMAR: 973-622-2321

COMPRAMOS DISCOS VIEJO
WE BUY RECORDS TOP PAID \$\$\$

Latin, Salsa, Merengue, Boogaloo, Guaguanco, Samba, Funk, Jazz, Rock, Soul, Disco.

12" 45's 78's

Call Altulga 201 281 5604

Maintenance Manager
For Apartment Community
Must have a driver's license, Tools and be bilingual.
Pay Package includes:
\$25 per hour, Health Insurance and Apartment.

Call 201-390-2241

Estudie Enfermería RN
Programa Universitario por Internet Totalmente en Español con 2 Sesiones Presenciales en Puerto Rico

Complete su RN en sólo 2 Años Acreditado.
Pregunta por nuestro programa especial para Medicos graduados en el extranjero

¡MEJORE SU FUTURO!
Ayuda financiera si califica, Becas del Gobierno

Llamando al: **347-661-5382**

Tambien Programa de Admin. de Empresas - Todo en Linea
EDP UNIVERSITY OF PUERTO RICO

SE NECESITA

CHOFER CDL CLASE A CON EXPERIENCIA EN CAMION CON TRAILER TRABAJO LOCAL BUEN PAGO TRABAJO TODA LA SEMANA "NO PUERTOS" LLAMAR AL: 201-220-4871



VIDEO y Fotografía

- Fotografías de Bodas, Bautizos,
- 15 y 16 Años, Graduaciones,
- Comuniones, Todo tipo de Eventos Sociales.
- Restauraciones de Fotografías
- Hacemos Transfer de VHS a DVD
- Editamos sus videos caseros
- Le insertamos fotografías y efectos especiales al video
- Álbumes con sus fotografías diseñadas

Gonzalo Pinela C.
Fotógrafo Profesional

201-867-7591
Cell: 201-757-6107
532 41 STREET, UNION CITY, NJ 07087



Cowan INTERMODAL GROUP

Se Necesitan Choferes (CDL-A)

UNETE HOY A LA COMPAÑIA CON LOS CHOFERES MÁS MOTIVADOS Y MEJOR PAGADOS EN SU PROFESIÓN

RED Trucking Corp.
Agent for COWEAN Systems LLC

"Trabajo de Yarda a Yarda y de Puerto Bien Pagado"

158 Parls St., Newark, NJ 07105
Tel. 973-732-1333
Text: 201-206-4667
RECRUITING@REDTRUCKING.COM

"HASTA \$25 P/HORA PARA CHOFERES CON HAZMAT"

Roka Tex Refolding Warehouse. LLC
90 Dayton Ave, B6-fl5 Passaic, NJ 07055
Phone :973-272-3050 Fax: 973-272-3049

E-Mail: Rokatex@aol.com
Rokatexrefolding@aol.com
Contact: Ronald Marcus

- Rolls From Rems / Rems to Rolls
- Shipping and Receiving
- Inventory separation and classification of goof
- Packing Repacking, Plastic bags, Packing list / Palletizing
- In & Out and Repacking Service
- Storage Service
- Big Rolls cutting and Small Pcs Included Dennin
- UPS Service
- Tubular Flat / Folding to Rolls

Se buscan dueños de camiones
Para trabajo local
Turnos Flexibles(Dia o Noche)
Se paga \$2,900 + semanles
Informacion Llamae:
267-843-1110

Se necesita Ayudante de cocinero
Para preparación con experiencia.
La Taberna restaurante
32 W.Madison Dumont,
New Jersey
Llamar a Maria al
201 210-1040

SE SOLICITA CAMPESINO
PARA CUIDAR ANIMALES, MANTENER LA PROPIEDAD EQUIPOS DE TRABAJO Y LABORES DE CAMPO EN GENERAL
WINFIELD, PA.
\$400 p/WEEK +VIVIENDA
SE REQUIERE PERMISO LEGAL DE TRABAJO
570-374-5406

HAIR LINE BEAUTY CENTER
6101 Polk St.
West New York, NJ
Especial de Diciembre
Unas acrilicas y en gel y Cabello
201-469-7879
No se necesita cita

THE PERFECT IMAGE
Beaty Center
6710 Bergenline Ave
Guttenberg, NJ
Especial de Diciembre en faciales y el cuidado de piel
Tratamientos para remover manchas y acne
201-861-5209
No se necesita cita

Se necesitan Chóferes
Con licencia Comercial Passenger Endorsement
\$12.00 Start immediately
12.00 hour + Overtime
201-209-0001

Cortador de cuero piel de oveja
En Elizabeth, NJ Apparel CO.
Tiempo completo, con beneficios.
3 años de experiencia y Papeles de trabajo requeridos.
Llame al:
212-575-1616
Nikki

SOLICITAMOS PERSONAS P/T PARA LIMPIAR OFICINAS EN AREA DE PERTHAMBOY, HILLSIDE Y LINDEN
HORARIO: AM / PM Y WEEKENDS
LLAMAR AL
908-789-2324



Silver Bullet Pest Control
Silver Bullet Pest Control

Hablamos Español (973) 510-2585

- Chinchas
- Avispas
- Hormigas
- Termitas
- Ratones
- Ratas
- Cucarachas
- Animales
- Mofetas
- Ardillas
- Pulgas
- Moscas

Info@gsbpestcontrol.com
973-510-2585
http://www.gsbpestcontrol.com



LICENCIAS-LICENCIAS

WASHINGTON ENHANCED DRIVER LICENSE
LIC # RAMIRJM302JA exp 04-01-2019
RAMIREZ, JENNIFER MARIE
123 MAIN STREET
ROYAL CITY WA 98495

APROVECHE LA OPORTUNIDAD PARA HACER EL TRÁMITE Y OBTENER LA LICENCIA DE MANEJO DEL ESTADO DE WASHINGTON, AHORA MAS FACIL DE ADQUIRIR, PARA MAS INFORMACION

TOTALMENTE LEGAL Y GARANTIZADO
LLAME AL:
206-550-3382
206-294-1007

NEWARK, NJ BASED INTERMODAL TRUCKING CO. IS LOOKING FOR

EXPERIENCED TRACTOR-TRAILER DRIVERS WITH CDL CLASS A LICENSE

With 3 years pier experience and TWIC Card for container work, local & tri-state area deliveries, year round work.

GOOD PAY, COMPREHENSIVE BENEFITS PACKAGE INCLUDING MEDICAL, DENTAL AND VISION INSURANCE AND 401K RETIREMENT PLAN

HOURLY PAY!

VM TRUCKING LLC.

Please call (973)690-5363
or apply at 187-189 Foundry St. Newark, NJ 07105

**WEST NEW YORK
School District**

6028 Broadway, West New York, NJ 07093
www.wnyschools.net

**Maximizing all students' potential
for success in an ever changing world.**

Dean Austin

*Business Administrator
Board Secretary*

daustin@wnyschools.net
Phone (201) 553-4000 x30063
Fax (201) 902-2299

**West New York Board of Education
6028 Broadway
West New York, NJ 07093-2808**

PLEASE TAKE NOTICE that the Board of Education of the Town of West New York in the County of Hudson, New Jersey will hold a Special Board Meeting on Wednesday, January 2, 2019 (@ 7:00 p.m.).

This Special Board Meeting will be a regular Working Session meeting, immediately following the Board Reorganization meeting which takes place at 6:00 p.m. same day.

The following agenda items will be among those discussed at the Special Meeting - with detailed agenda available at the meeting:

- 1. Presentation of 2017-2018 Annual Audit by Mauricio Canto, CPA of Donohue, Gironde, Doria & Tomkins, L.L.C.**
- 2. NJSIG Safety Grant Acceptance (presenter Ivy Davis-NJSIG, Sr. Business Development Specialist)**
- 3. Personnel Agenda Items**

The meeting will be held at 7:00 p.m. at the following location:

**West New York Board of Education
6028 Broadway - West New York, NJ**

A portion of the meetings may be closed to the public for attorney client privilege, negotiations and matters of personnel. Board action will be taken.

Dean Austin

School Business Administrator | Board Secretary

December 10, 2018

Relación entre obesidad y un mal dormir



"Alrededor del 65% de los estadounidenses tienen sobrepeso y 24 millones tienen la apnea del sueño," según el Centro para el Control y la prevención de los Estados Unidos. La obesidad y apnea del sueño están estrechamente relacionados y explica el apetito voraz y el comportamiento constante de desear "Picar comida" de individuos con sobrepeso y que al mismo tiempo desesperadamente tratan de perder peso pero con resultados pobres. El diagnóstico y tratamiento de la apnea del sueño es beneficioso para el peso corporal ideal y adecuado. La investigación del Dr. Van Cauter de la Universidad de Chicago muestra que las personas que no duermen adecuadamente tienen anomalías fisiológicas que pueden aumentar el apetito y la ingesta de calorías; el nivel de leptina [hormona que suprime el apetito] disminuye en personas que no duermen bien, y promueve el apetito. Los niveles de gherelina (un estimulante de apetito)

aumenta en las persona que no tienen un sueño adecuado y esto también aumenta el apetito." Sugiere que al menos uno de los múltiples factores en la obesidad puede ser la privación del sueño. La falta de sueño y privación del sueño pueden aumentar el apetito. Debido a que las manifestaciones psicológicas de la fatiga, sueño y hambre son similares. Este estudio explica el apetito voraz y el comportamiento de siempre querer estar picando comida

La peor parte de esto es que no solo la obesidad tiene una asociación directa con un dormir interrumpido, como resultado principalmente de la apnea del sueño, pero que esto también tiende a causar personas a comer más. Parece que hay una relación entre la obesidad y las hormonas de la saciedad y el hambre, y la privación del sueño, aunque la naturaleza exacta de esta relación está empezando a ser entendida.

Por lo tanto, es un círculo vicioso. La obesidad, pueden conducir a la apnea del sueño, que a sí mismo entonces causas desordenes de las hormonas que controlan los hábitos alimenticios, llevando a más aumento de peso, a una presión arterial descontrolada, intolerancia a la glucosa, agravar la apnea y el ciclo sigue y sigue. Estos eventos conducen a un deterioro de la salud de un individuo y el aumento del riesgo de sufrir presión arterial alta, problemas cardiovasculares, accidentes cerebrovasculares, diabetes tipo II, pérdida de memoria y todos los problemas médicos bien conocidos y asociados con la obesidad.

Otro estudio elocuente del Dr. Alan R. Schwartz en "obesidad y apnea obstructiva del sueño", publicado en la revista médica de la Sociedad Torácica Americana reconoce esta relación y dice, " la apnea obstructiva del sueño es un trastorno frecuente, cuya prevalencia está relacionada con la epidemia de la obesidad. La apnea del sueño es debido a episodios recurrentes de obstrucción de las vía aérea superiores durante el sueño."

Las estadísticas son alarmantes, "cerca de 65% de los estadounidenses ahora tienen sobrepeso y 24 millones tienen apnea del sueño," según el Centro para el Control y la prevención. Esta obesidad podría aumentar las probabilidades de desarrollar diabetes que al mismo tiempo puede conducir a hipertensión arterial y mayor riesgo de ataque al corazón y pérdida de la memoria. También daña los ojos, riñones y otros órganos vitales

En conclusión Varios estudios epidemiológicos informan una correlación directa entre un dormir inadecuado y mayor obesidad. Además, que la apnea obstructiva del sueño es un trastorno frecuente, cuya prevalencia está relacionada con la epidemia de la obesidad y el aumento de apetito incontrolable hacia comidas ricas en carbohidratos

La obesidad y la relación con los problemas del Sueño, la Apnea Obstructiva del Sueño, el Insomnio y otros trastornos del Sueño pueden ser tratados y diagnosticados en un centro adecuadamente acreditado por la Academia Americana de Medicina del Sueño, AASM. Un estudio del sueño durante toda la noche es el método más común y eficiente para la evaluación de estas condiciones. Si usted o alguien cercano a usted tiene trastornos del sueño y obesidad, tómelo seriamente, hable con su doctor o puede llamar a nuestra clínica del sueño, que está acreditada por la AASM, para poder asistirle.



VIDA SLEEP CENTER & SPA
543 45th St. Union City N.J.
TEL. 201-766-6471



BRUCE EGERT

ATTORNEY AT LAW

Bruceegert1@aol.com

NOS ESPECIALIZAMOS EN:



CASOS DE ACCIDENTES

- Caidas • Negligencia medica



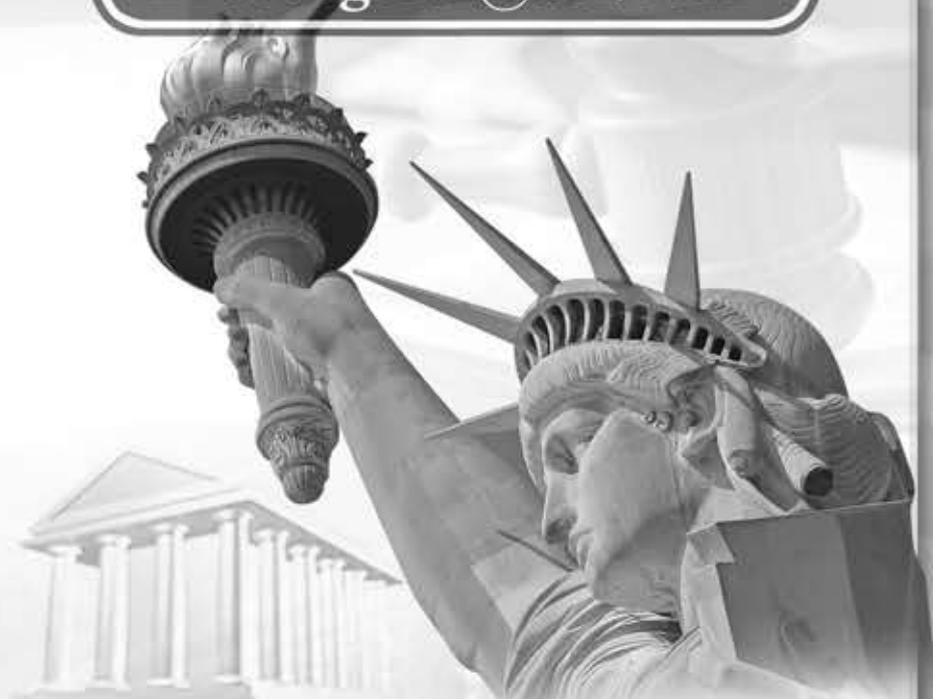
REAL ESTATE

- Litigaciones • Compra de casa • Foreclosure



PLANEAMIENTO FINANCIERO

- Corporaciones • Colecciones



9 Kansas Street, Hackensack, NJ 07601

86-25 Lefferts Blvd Richmond Hill, Queens 11418

15404 Broadway Ave., NY, NY 10036

201-388-6900

212-227-2009

212-456-7899



Aprenda Cómo Convertir Su Pasión en Un Negocio

Inscríbese ahora para la sesión primavera en **La Academia Comunitaria de Negocios**, un curso de 12 semanas que ofrece formación práctica empresarial, lo que le puede ayudar a empezar o desarrollar un negocio exitoso. Hay clases disponibles en español y en Inglés.

PARA MÁS INFORMACIÓN, ASISTA A NUESTRA ORIENTACIÓN GRATUITA:

Para inscribirse en la orientación por favor comuníquese con Jessenia al 201-537-4266 x 115 o Jessenia@RisingTideCapital.org.



CLASES COMIENZAN EN FEBRERO 2018

FOTO DE: YOLANDA GARCIA | JOYERIA MINOR EMPRESARIA DE RISING TIDE CAPITAL

Tutoring for all Subjects
Tutoria - todas la asignaturas
Desde Pre K / High School / College
Language Arts / Reading and Writing
Science / Social Studies
Math -(Singapore Method)
Social Studies

CEBI



A World of Opportunities

Todas nuestras clases son Bilingue (Eng/Spa)
Todos nuestros horario son flexibles
Localidad conveniente
Transportacion accesible

Clases de
Inglés (privadas o semi privada)
Computacion (basico / avanzado) Excel / Word/
Power Point / INTERNET / REDES SOCIALES
Facebook / Twitter / Instagram

Matricula Y Evaluacion Gratis

GED (Eng / Spa)

Quickbook (contabilidad)
(TAXES)

Nuevos Programas—Amadeus—Para Agencia de Viaje
Hoteleria y Turismo

CLASES DE CIUDADANIA

5810 Bergenline Ave 2nd floor # 3
West NY NJ 07093
201 766 2116

2 semanas GRATIS

cebicentroeducacionbi@gmail.com

Authentic Italian Cuisine!

CELEBRATE NEW YEAR'S EVE BASH - 2019 -

FIVE HOURS | OPEN BAR 8PM-1AM

Passing Hors D'oeuvres
Deluxe Antipasto Italiano Display

- Seafood Bar •
- Sushi Bar •
- Salad •
- Carving Station •
Rib Eye Steak
- Pasta Station •
Penne Vodka - Tortellini w/ Bolognese Sauce
- Hot Station •
Chicken Champagne - Veal Porcini Sauce - Eggplant Rollatini - Cotechino e Lentol
Fried Calamari - Seafood Paella - Clams Oreganato - Norwegian Salmon Mediterraneo
Vegetable Medley & Potato

DESSERT LA REGGIA TABLE DISPLAY, COFFEE & CHAMPAGNE TOAST

NEW YEAR'S GALA
MUSIC BY
VOICE OF NAPLES

Antonio Guarna

NEW YEAR'S BASH

FIESTA FUSION ENT

\$125.00 PER PERSON INCLUSIVE

Located at Meadowlands Plaza Hotel | 40 Woods Ave Secaucus, NJ 07094
FOR RESERVATION Tel: 201-422-0200 | Fax: 201-422-0645
[facebook.com/lareggiausa](https://www.facebook.com/lareggiausa) • info@lareggiausa.com • www.lareggiausa.com

SEAFOOD & FISH

Start planning you Christmas Eve Meal

	Half Pan (10-15 guest)	Full Pan (20-40 guest)
Baccala Salad	\$69.95	\$149.95
Seafood Salad	\$69.95	\$149.95
Seafood Marechiaro <small>(Calamari, Shrimp, Clams, Mussels & Scungilli)</small>	\$69.95	\$149.95
Mussels Marinara or Fra Diavolo	\$29.95	\$49.95
Fried Calamari	\$65.95	\$110.95
Jumbo Shrimp (Any Style)		\$ 3.00 Per Shrimp
Oysters (Any Style)		\$ 2.00 Per Oyster
Clams (Any Style)		\$ 10.00 per Dozen
Corvina Oreganato Italian		
Season Herbes		\$69.95 (10 Pieces)
Filet of Sole <small>(Francese, Marechiaro or Stuffed with crabmeat in Shrimp Sauce)</small>		\$89.95 (10 Pieces)

Go to our page to see more of our catering menu www.lareggiausa.com
Phone: 201-422-0200

Feliz Navidad y Próspero Año Nuevo 2019!



6225 Kennedy Blvd. ★ North Bergen, NJ 07047
Tel: 201-766-2320 Cell: 201-600-6909

Call me, I want to help you!
Llámame, Quiero Ayudarte!



Saludos De Su Amigo Larry Wainstein

Estimado/a Vecino/a,

Espero que al recibir ésta nota se encuentre muy bien. Sólo pase a saludarle y a recordarle que si tiene cualquier problema, queja o inquietud que quiera compartir conmigo por favor contácteme inmediatamente.

Como siempre, aquí estoy para ayudarle, ya sea en un problema en el vecindario, un problema personal ó hasta en asuntos pequeños, estoy para servirle.

Me involucré en nuestra comunidad porque el Gobierno no está haciendo lo suficiente para proveernos los servicios y la asistencia que necesitamos y merecemos. La triste verdad es que ni siquiera escuchan a los residentes que les dieron su voto de confianza para elegirlos en sus puestos oficiales.

Estoy a su disposición los 7 días de la semana,
si requiere de mi ayuda, llámeme por favor a mi oficina
ó a mi teléfono móvil. Espero podamos hablar pronto.

Su amigo,

Larry
Larry Wainstein
6225 Kennedy Blvd.
North Bergen, NJ
Celular: 201-600-6909

6225 Kennedy Boulevard • North Bergen, NJ 07047 • tel: 201-766-2320 • cell: 201-600-6909 • larry@northbergen.nj.gov

[f /Larrywainstein](#) [t /Larrywainstein](#) [i /Larrywainstein](#)



Connect with Larry!

Text "LARRY" to 31996
for community updates.

[f /Larrywainstein1](#)

[t /Larrywainstein1](#)

[i /Larrywainstein](#)

larryfornorthbergen.com
larryfornorthbergen@gmail.com



La Havana
Cuban Cuisine 59



VENGA A CELEBRAR
LA NAVIDAD
CON NOSOTROS
ABRIMOS EL 24 Y AÑO
NUEVO EL 31 DE
DICIEMBRE

Reserve con tiempo llamando al:
201-951-4905



FELIZ NAVIDAD
Y PROSPERO 2019



110 Moonachie Avenue, Moonachie, NJ 07074
(201) 964-9515 • (201) 964-9516



Celebre con Nosotros



Año nuevo

con Sabor Latino y sus invitados

Happy New Year



Las
Brisas
Café



Cafeteria & Restaurante

4900 Hudson Ave., Union City, NJ 07087
Tel.: 201.866.4177 Fax: 201.590.9601

Haga sus pedidos con tiempo!!!!