

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 13 - Edición 616

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Agosto 3 al 10, 2019

Los trabajadores en Mississippi sabían que las redadas de ICE venían



Pag-3

**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 TARDES
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



**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**

RED STUDIOS

Establecido en el 2003 por el Fotógrafo Mario W. Valladares y su esposa Ana Valladares. Durante 16 años han capturado innumerables imágenes que son parte de las memorias de sus clientes. También ofrecen servicios a las empresas, actores y modelos a realizar sus proyectos de fotografía y video. Los invitamos a que visiten nuestra página de internet o llámanos para su cita. 201-869-5060

Mario W. Valladares
photography
www.redstudios.tv



SWEET SIXTEEN - WEDDINGS - MATERNITY - HEADSHOTS - MODELS PORTFOLIOS

Ana Valladares

STUDIO MANAGER
201-869-5060

En Mississippi sabían que las redadas de ICE venían

El gobierno de Trump había advertido que el blanco de las redadas serían inmigrantes indocumentados con antecedentes criminales. Pero organizaciones aseguran que esos 680 arrestados son trabajadores que llevan muchos años en el país y tienen hijos ciudadanos estadounidenses.

La amenaza de redadas masivas lanzada por Donald Trump en junio demoró en cumplirse. Incluso muchos pensaron que no lo haría porque los centros de detención estaban llenos y el atasco en las cortes de inmigración bordea los 900,000 y apenas hay unos 424 jueces.

"Pero se cumplió", dice Luis Espinoza, de la Alianza de Mississippi para los Derechos de los Inmigrantes (MIRA). "Hoy hubo redadas en varias plantas procesadoras de pollo en Morton. Muy cerca de allí, en Canton, se llevaron como a 60 de los 680 arrestados por los agentes federales. Ahora hay mucho miedo".

El gobierno de Trump había advertido que el blanco de las redadas serían inmigrantes indocumentados con antecedentes criminales. Pero las organizaciones dicen que se trata de trabajadores que llevan muchos años en el país y tienen hijos ciudadanos estadounidenses.

Qué dijo ICE. La Oficina de Inmigración y Aduanas (ICE) dijo que en el operativo participaron unos 600 agentes y que se ejecutaron "múltiples órdenes federales de búsqueda criminal en siete plantas de procesamiento agrícola en Mississippi".

La agencia agregó que la redada fue parte de "una investigación criminal" dirigida por la Unidad de Investigaciones Especiales (HSI) del Departamento de Seguridad Nacional (DHS). Además de los arrestos, ICE dijo que "los agentes confiscaron los registros comerciales relacionados con la investigación penal federal en curso" y que las órdenes finales de deportación de algunos detenidos serán ejecutadas.

El fiscal de Estados Unidos para el distrito sur

de Mississippi, Mike Hurst, dijo que la operación fue "la mayor registrada en un lugar de trabajo en la historia del país".

Estaban alertados. Espinoza dice que el radio donde se llevaron a cabo las redadas "tiene un diámetro de unas 60 millas a la redonda. Son ciudades pequeñas donde se ubican las plantas avícolas. La mayoría de los trabajadores son originarios de Centroamérica y de México".

El activista cuenta que "la gente había recibido hace unas semanas una carta de la empresa donde les decían que los números del Seguro Social no cuadraban con los registros, y les estaban pidiendo documentos para aclarar el problema o de lo contrario ya no iban a poder seguir trabajando".

En mayo el diario The New York Times reportó que el gobierno había enviado 570,000 cartas a empleadores y empresas, avisándoles sobre trabajadores cuyos números de seguro social no concordaban con sus identidades.

Las cartas incluían el nombre y el apellido del empleado cuya información no concordaba con las bases de datos federales (no match).

"No sabemos cuántos de los 680 trabajadores que se llevaron en la redada tenían documentos falsos o con otras identidades. Pero sabemos que en estas plantas todos deben tener papeles para trabajar", dijo Espinoza.

Qué hacer y qué no ante la nueva ola de redadas y deportaciones de ICE.

Papá y mamá se turnaban

En cuanto a la situación de los niños, la organización MIRA evaluaba la noche de este miércoles cuántos habían sido afectados. "Como ya sabían de las redadas, la gente estaba preparada", dice Espinoza. "Las mujeres trabajaban en el turno del día y los hombres en el turno de la noche. Así, cuando llegara la migra, uno de ellos se quedaría en casa con los pequeños".

ICE llevó varios buses a las procesadoras para

trasladar a los detenidos. Medios locales reportaron que vecinos y familiares de los detenidos gritaban que los dejaran libres. En algunos puntos niños lloraban desconsolados.

"Mientras se los estaban llevando el presidente estaba en Texas visitando a las víctimas del tiroteo en el wal-Mart", dijo Espinoza. "Ahí también sufrió nuestra comunidad. Son eventos muy dolorosos".

MIRA dijo que las organizaciones están recopilando información y ya se está recibiendo ayuda de la comunidad para atender a las familias de los inmigrantes detenidos. "Muchas familias se quedaron sin trabajo, no podrán regresar a las plantas hasta que no arreglen su situación y todos tienen pánico de salir a la calle. La redada terminó, pero los daños seguirán por mucho tiempo", dijo el activista.

Bill Chandler, director ejecutivo de MIRA, dijo al periódico local Jackson Free Press, que ICE clasificará a los detenidos en Louisiana, y que aquellos que hayan cometido crímenes o tengan violaciones migratorias previas, serán privados de libertad. "Pero otros podrán salir libres con un grillete mientras continúan sus casos de deportación".

"Todos los extranjeros indocumentados arrestados están siendo entrevistados por el personal de ICE para registrar cualquier posible situación humanitaria atenuante", dijo la agencia en un comunicado. "Con base en estas entrevistas, y considerando su historial criminal y de inmigración anterior, se determinará caso por caso en función de la totalidad de las circunstancias de cada individuo detenido", agregó.

Llamado al Congreso

Tras la redada, organizaciones que defienden los derechos de los inmigrantes lanzaron un llamado al Congreso para actuar y limitar las redadas advertidas por el presidente.

El Movimiento de Reforma Migratoria Justa (FIRM) dijo que "nuestros corazones están con

las familias en Mississippi, que sienten el dolor desgarrador de tener a sus seres queridos llevados por la maquinaria de deportaciones de esta administración".

"Las comunidades de inmigrantes aún se están recuperando del ataque mortal en El Paso. Hoy, el gobierno de Trump alimentó el miedo y la ansiedad con los que vivimos a diario con una incursión masiva en el lugar de trabajo que resultó en la detención de 680 personas. Es cruel y no está a la altura de la América en la que creemos, una donde nuestras políticas tienen sus raíces en la dignidad y el respeto", indicó.

A su vez, la Coalición por los Derechos Humanos de los Inmigrantes de Los Angeles (CHIRLA), pidió al Congreso que deje de financiar "la odiosa y racista agenda de aplicación de la ley de inmigración del gobierno de Trump".

"Como dice el refrán, cuando algo es tan extraño y fuerte no es una coincidencia. En un día en que el presidente visitó a Dayton (Ohio) y El Paso (Texas) para unirse a los que lloran el asesinato en masa de personas atacadas debido a su percepción de estatus migratorio, raza u origen étnico, su gobierno aterroriza y detiene a 680 personas en las comunidades de Mississippi donde viven y trabajan los inmigrantes", dijo Angelica Salas, directora ejecutiva de CHIRLA.

"Acorrallar a las personas en el trabajo o en el hogar es una forma indigna de tratar a nuestros vecinos y lo condenamos. En un día en que buscamos palabras y actos unificadores para sanar el corazón roto de la nación, el presidente permite que tantas familias y comunidades se desgasten", precisó.

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

También veanos en TU COMUNIDAD Canal 19 Cablevision
Domingos 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. Sabía 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.totalcarerehab.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 \$149⁰⁰

* Aplican restricciones.....



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

* Aplican restricciones.....



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

* Aplican restricciones.....

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

Horario:

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

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



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 Encías
Gum Treatment

TRATAMIENTOS SIN DOLOR

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

SERVICIO DE EMERGENCIA

Fellow American College of Cardiology

“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

La Farmacia de la Gente Hispana

Julio esta aqui para servirles como siempre!

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

Eclipse solar: cómo disfrutarlo sin dañar la vista

El eclipse solar total del próximo 21 de agosto es un fenómeno astronómico único y, seguramente, espectacular. Serán dos minutos inolvidables, pero hace falta tomar algunas precauciones para disfrutarlo sin dañar la vista. Se espera que decenas de millones de personas vean el primer eclipse solar total en los últimos 40 años que se produce en una franja contigua de Estados Unidos. La luna cubrirá completamente el sol en esta franja, que experimentará oscuridad total en mitad del día, si bien durante un par de minutos. El resto del país disfrutará de un eclipse parcial en el que los cielos se cubrirán una pizca. El sol es inmensamente poderoso, como quizá recuerdes si eras de esos niños que utilizaban una lente para quemar hojas o -si eras travieso- quemar hormigas. Esto significa que incluso ese pequeño fragmento de sol es tan fuerte que necesita protección, y no sirve mirar rápidamente. Esas miradas furtivas suman, y pueden acumularse hasta el punto de dañar el ojo. Además, el daño no es inmediato; se nota al día siguiente. Te encuentres donde te encuentres, y a excepción de esos dos minutos de oscuridad total, para disfrutar del evento sin dañar la vista es fundamental usar unas gafas especiales. Si lo miras, es posible que tu retina se quemé, un fenómeno llamado retinopatía solar que, por el momento, no tiene tratamiento. El mejor tratamiento es la prevención, pero si experimentas problemas con la visión después del eclipse, asegúrate de visitar a un oftalmólogo lo antes posible.

Gafas de eclipse solar

Aunque tengan protección de rayos UV,

las gafas normales no proporcionan ninguna protección. Necesitas unas gafas especiales, miles de veces más oscuras que las gafas de sol normales. Se parecen a las de 3D, las que usamos en el cine para ver películas, pero de hecho son potentes bloqueadores de la luz. Si las pruebas ahora verás que lo dejan todo en la oscuridad total, como si estuvieras llevando un grueso pañuelo. La demanda por las gafas de eclipse es muy alta estos días. La compañía American Paper Optics, por ejemplo, señala que ya ha vendido 65 millones de esos visores, así que no es de extrañar que surjan oportunistas. En caso de que alguien te quiera dar gato por liebre, y venderte unas gafas oscuras llamándolas "gafas para el eclipse", has de estar atento al sello "ISO 12312-2" y, mejor todavía, mirar que aparezcan en esta lista de proveedores de la Sociedad Astronómica Americana. Si compras unas gafas falsas te darás cuenta enseguida, ya que mirar al sol te resultará incómodo y los ojos bizquearán. No debes mirar al sol a través de un telescopio o binoculares mientras llevas las gafas, porque estos artículos necesitan sus propios filtros. Y no se te ocurra fabricar tus propios filtros utilizando, por ejemplo, negativos de fotos o cristales tintados. No sirven.

Cuidado con los niños

Para los niños de menos de seis años, el riesgo es que las gafas se caigan al suelo sin querer, o que se las quiten. Los expertos recomiendan que miren las sombras en la tierra, o que disfruten de este fenómeno proyectándolo en un papel blanco. Tendrán otra oportunidad de disfrutar de otro eclipse total el 8 de abril de 2024.



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

El odio racial junto a unas centenarias estatuas tienen

La polémica sobre el racismo en Estados Unidos tiene en jaque al asesor de cabecera del presidente y al presidente mismo. Todo empezó con unas estatuas viejas. ¿Por qué se volvieron tan importantes? En un mundo en donde la gente hace manifiestos políticos a través de su foto de perfil de Facebook, y en donde cada vez menos sobreviven periódicos, revistas y emisoras tradicionales, una figura de muy vieja data, de otra época, levantó las pasiones de cientos de personas que se autodenominaron "nacionalistas blancos". Muchos de ellos eran jóvenes. De hecho, el perpetuador del ataque contra la manifestación antirracista que acabó con la vida de una mujer y dejó 19 heridos tenía 20 años. Y se molestó porque querían retirar una estatua que, dado su comportamiento, a él le gustaba mucho. Se trataba de la estatua de Robert E. Lee, el general de más alto rango de los Estados Confederados de América. Las autoridades de Charlottesville querían retirarla de un parque en el centro de la ciudad, porque durante la Guerra Civil, el conflicto más sangriento de la historia del país, había apoyado fuerzas pro esclavistas. Lee era un símbolo de racismo y los símbolos, no importa si vivimos en la era digital, tienen mucha fuerza. La Guerra Civil en Estados Unidos por poco parte la nación en dos. Los estados del Sur, 11 de ellos, decidieron separarse de la Unión entre 1860 y 1861 para defender que la esclavitud siguiera existiendo, así como lo que ellos llamaban la "libertad política de los blancos". Más de 600 mil personas murieron en los enfrentamientos entre los militares confederados, los del sur, y la milicia estadounidense. Al final, Lee se rindió en 1865, después de ser derrotado militarmente en Gettysburg. Pero en los estados del sur no todos quedaron contentos con la derrota. Muchos la desconocieron. Por esa razón, las estatuas empezaron a construirse como una manera de honrar a los hombres confederados que murieron en los enfrentamientos. La de Lee es solo una entre las 709 estatuas confederadas que existen en el país. Además, la abolición de la esclavitud de manera formal no acabó con los malos tratos contra la población afrodescendiente en esos estados. Grupos supremacistas blancos, tal cual como se hacían llamar los que protestaron en Charlottesville, perpetraban linchamientos, excluían y segregaban por el color de piel. Así, el escultor neoyorquino Henry Merwin Shady empezó a construir la estatua de Lee y la terminó el italiano Leo Lentelli. Las banderas confederadas son otro símbolo de aquellos tiempos. Se identifica fácilmente por su fondo rojo con una equis azul, acompañada de 13 estrellas, que representan a los 11 estados confederados y a Missouri y Kentucky. Estos últimos no se separaron oficialmente de la Unión. Los supremacistas blancos, en la marcha de Charlottesville, llevaban esta bandera. Bueno, también llevaban esvásticas y las lucían con orgullo. Las autoridades de Charlottesville decidieron tumbar el monumento, motivados por una ola de descontento que se generó desde el 2015, después de la masacre en una iglesia de feligreses negros en Charleston (Carolina del Sur). A partir de ahí, empezaron a cobrar fuerza las voces que cuestionaban la presencia de estos símbolos del pasado. Pero un grupo de nacionalistas blancos se molestó con esa determinación y su



molestia terminó en tragedia. Sin embargo, después de lo sucedido en Charlottesville, otros estados, como Carolina del Norte, han decidido retirar sus monumentos de esta época. Baltimore hizo lo mismo. Pero la polémica sigue viva. Muchos creen que estas estatuas son una representación del heroísmo y sirven para recordar un momento determinante en la historia del país. Piensan que acabar con ellas, es acabar con la historia. pesar del rechazo masivo de cientos de políticos nacionales y locales, así como de la prensa y ciudadanos, la Casa Blanca se ha mostrado bastante vaga a la hora de condenar lo sucedido en Charlottesville. Después del atentado de Charlottesville, Trump empezó a quedarse solo dentro de su propio partido. Ahora los expresidentes Bush se sumaron al rechazo, aunque no del presidente, sí de sus ideas. Pero, dado su historial, parece que este es el estilo de la Casa Blanca. En Charlottesville, una ciudad del Estado de Virginia, una manifestante antirracista fue asesinada por un simpatizante neonazi y 19 personas resultaron heridas. Días después de lo sucedido, Donald Trump, el presidente de Estados Unidos, país que se siente orgulloso de sus libertades, aseguró que ambas partes eran responsables del horror. Sus palabras, pronunciadas en un tono acusador desde la Torre Trump y elogiadas por un exlíder del Ku Klux Klan por su "coraje", dejaron mudos a varios legisladores. Y dio la muy clara impresión de que esas expresiones eran lo que Trump pensaba realmente, y no lo que dijo al día siguiente de los hechos cuando leyó en la Casa Blanca una declaración condenando la "violencia racista". Una oleada de críticas empezó a llover en su contra. Centenares de personas llegaron a las afueras de su torre, para protestar contra sus declaraciones. Y según AFP, una señal clara del malestar fue que los republicanos no se agolparon en los estudios de televisión para defender al magnate. Las únicas voces que emergieron fueron críticas. No solo de los demócratas. Esta vez los republicanos se vieron obligados a manifestarse. "En Charlottesville los errores están claramente del lado del KKK y de los supremacistas blancos", declaró en la cadena ABC Ronna Romney McDaniel, quien dirige el Comité Nacional Republicano. "Es necesario que repare los daños y es necesario que los republicanos hablen alto y fuerte", afirmaba en NBC el gobernador de Ohio, John Kasich, quien fuera rival de Donald Trump en las últimas

primarias de su partido. Ahora, los dos expresidentes de Estados Unidos, George H.W. Bush (1989-1993) y su hijo George W. Bush (2001-2009), llamaron este miércoles a su país a "rechazar el racismo, el antisemitismo y el odio bajo todas sus formas", tras los actos de violencia en Charlottesville. El comunicado conjunto fue emitido tan solo un día después de las últimas declaraciones de Trump, donde equiparó a los grupos supremacistas blancos con los antirracistas que se movilizaban en Charlottesville el sábado. No mencionan al presidente, pero se suman, con pocas palabras, al rechazo de los hechos y en un momento clave. Pero Trump está acostumbrado a eso. No es la primera vez que los republicanos se le oponen. En campaña, un sector de su partido nunca estuvo de acuerdo con sus declaraciones xenófobas contra los inmigrantes y las mujeres. Como dijo Roger Stone, uno de sus asesores de campaña, en un documental producido por Netflix, la "espontaneidad" de Trump hace que los medios repliquen lo que dice una y otra vez, y sin pagarles. Madre de víctima de neonazi dice que muerte de su hija conmovió al mundo "Trataron de matar a mi hija para que callara. Bueno, adivinen qué, sólo la han magnificado", afirmó la madre durante el servicio religioso celebrado este miércoles. Susan Bro, la madre de Heather Heyer, la joven fallecida este fin de semana en Charlottesville (Virginia, EE.UU.) a manos de un neonazi, aseguró este miércoles, que al acabar con su vida "trataron de que callara", pero con su muerte "solo la han magnificado". "Trataron de matar a mi hija para que callara. Bueno, adivinen qué, sólo la han magnificado", afirmó Bro durante el servicio religioso celebrado hoy en memoria de su hija en el Teatro Paramount de Charlottesville. "Así que esto es lo que quiero que pase. Mucha gente me pregunta qué pueden hacer. Y estoy leyendo páginas y páginas y páginas sobre cómo ella está conmoviendo el mundo. Quiero que esto se expanda, quiero que esto sea el inicio del legado de Heather", añadió su madre. Bro insistió en que cada persona tiene que buscar dentro de sí misma "esa chispa de responsabilidad" y preguntarse qué puede hacer por lograr un mundo mejor. La madre de Heyer dijo haber preferido una ceremonia privada para llorar a su hija, pero aceptó el acto público celebrado hoy a fin de que su muerte sirva para seguir luchando contra el racismo. Durante el servicio religioso de hoy, al que los

asistentes acudieron en su mayoría vestidos de violeta -el color favorito de la fallecida-, el abuelo de Heyer, Elwood Shrader, recordó la pasión con la que su nieta se involucraba en aquello que creía. Según relató Shrader, Heyer ya mostraba su anhelo de justicia desde pequeña y "denunciaba lo que no le parecía correcto", pero si no estaba de acuerdo con el punto de vista de alguien, todavía quería entenderlo. "Ella se dio cuenta de que todos necesitamos perdón y todos debemos extender ese perdón. Mientras pensamos en ella hoy, estamos muy orgullosos de ella", agregó. Aunque hasta el momento el presidente de Estados Unidos, Donald Trump, no se ha puesto en contacto con la familia de la víctima, sí recordó a Heyer con motivo del responso y aseguró que será "recordada por todos". "Servicio conmemorativo de hoy para la hermosa e increíble Heather Heyer, una joven verdaderamente especial. ¡Ella será recordada por todos!", dijo el mandatario en su cuenta de Twitter, coincidiendo con el homenaje. La reacción del presidente a las tensiones raciales ocurridas durante el fin de semana ha levantado una fuerte polémica, después de que este martes culpó "a las dos partes" de lo sucedido. "¿Qué pasa con la alt-left (izquierda alternativa) que atacó a lo que usted llama alt-right (derecha alternativa, supremacistas)? ¿Tienen alguna culpa?", dijo el presidente durante una rueda de prensa en Nueva York. "Hubo un grupo de un lado que fue malo y hubo un grupo del otro lado que también fue muy violento", agregó Trump, dando marcha atrás a su condena del lunes al Ku Klux Klan, a los neonazis y a los supremacistas, que llegó forzada por la tibieza de su primera reacción al suceso. Heyer, de 32 años, falleció al ser atropellada por un coche que arremetió contra una multitud de personas que protestaban en una manifestación antirracista contra los supremacistas blancos en Virginia. El presunto conductor, James Alex Fields Jr., fue fotografiado asistiendo al evento y fue arrestado y acusado de asesinato en segundo grado tras el atropello, en el que varias personas también resultaron heridas. Trump elimina los consejos empresariales tras el éxodo de ejecutivos por su respuesta a Charlottesville. En los últimos tres días, ocho miembros de los consejos, equivalente a un tercio del total, presentaron su renuncia tras la polémica respuesta que dio el presidente a la violencia supremacista en Virginia. Donald Trump decidió este miércoles poner fin abruptamente a dos consejos de asesoría empresarial que había creado en febrero después de que en los últimos tres



a la gente agarrada y confundida en Estados Unidos

días se produjera una desbandada de miembros por la respuesta presidencial a la violencia supremacista durante el fin de semana en Charlottesville, Virginia. Desde el lunes, ocho representantes decidieron salirse del equipo creado por la Casa Blanca para asesorar al presidente de la llamada Iniciativa para Crear Empleo en la Industria Manufacturera. Los últimos, este miércoles, fueron Inge Thulin, CEO de 3M Company, y Denise Morrison, CEO de Campbell Soup. Con su salida, el Consejo Manufacturero había perdido un tercio de los miembros en tres días. "Antes de poner presión en los empresarios del Consejo Manufacturero y el Foro de Estrategia y Políticas, elimino ambos. Muchas gracias a todos", dijo Trump en un mensaje de Twitter. La cancelación de los consejos habría sido tomada por el presidente después de una conferencia telefónica en el seno del Foro de Estrategia y Políticas organizada por Stephen A. Schwarzman, presidente de Blackstone Group y consejero cercano a Trump, según publicó el diario The New York Times. Tras una discusión entre una docena de ejecutivos de las principales empresas del país, tomaron una decisión: salir de manera conjunta del consejo. Una llamada similar se iba a realizar en el otro consejo económico esta tarde, pero el presidente se adelantó con su decisión. La decisión de Thulin y Morrison llegó después de que Richard Trumka, el presidente del grupo sindical más grande de Estados Unidos, renunciara en la tarde del martes a la Iniciativa de Trabajos Manufactureros de la Casa Blanca, denunciando las respuestas apologistas de Trump al incidente en el que un supremacista blanco atropelló mortalmente a Heather Heyer, una quien se manifestaba contra los grupos de extrema derecha reunidos en Charlottesville. En una conferencia de prensa este martes, Trump volvió a su discurso apologista cuando, en su primera reacción a lo sucedido en Charlottesville, afirmó que la violencia provino de "muchos grupos". Asimismo, sostuvo que el general confederado Robert E. Lee -quien estuvo al frente del ejército de la Confederación de Estados que quería separarse de EEUU y cuya estatua fue defendida por los grupos racistas y supremacistas en Charlottesville- con George Washington, primer presidente del país "Esta semana es Robert E. Lee. La próxima semana es Stonewall Jackson (otro general confederado). Me pregunto si la próxima será George Washington", afirmó el presidente. Frente a las palabras del presidente, Denis Morrison explicó en un comunicado que "el racismo y el asesinato son sin duda reprochables y no son moralmente equivalentes a nada de lo que pasó en Charlottesville". Además, sostuvo que "el presidente debería haber sido -y aún necesita hacerlo- sin ambigüedad en ese punto". La renuncia de los últimos días de ocho representantes se ha sumado a una constante baja de empresarios en los últimos meses. Elon Musk, por ejemplo, decidió abandonar el consejo el pasado mes de junio como respuesta a la decisión de Trump de retirar a Estados Unidos del Acuerdo de París. El martes, el presidente quitó importancia a la continua salida de empresarios de sus comités y, públicamente, los criticó. "No están tomando su trabajo seriamente en lo que concierne a este país. Y queremos empleos, y fabricación en este país. Si mira a algunas de esas personas de las que usted está hablando, están fuera del país y están



teniendo muchos de sus productos fabricados afuera", dijo el mandatario. "Ahora, tengo que decirles algunas de las personas que se irán, están yéndose con vergüenza porque hacen sus productos afuera", continuó Trump. El presidente, aprovechó para afirmar que desea "que la manufactura vuelva a Estados Unidos para que los trabajadores estadounidenses puedan beneficiarse". No era la primera vez que, tras la renuncia de un empresario a los consejos, decide atacarlo públicamente. Uno de los casos más notables es el de Ken Frazier, director afroamericano de la compañía farmacéutica Merck. Tan solo 54 minutos después de anunciar su decisión el lunes, Trump criticó sosteniendo que "ahora tendrá más tiempo para bajar los precios abusivos de las medicinas". Trump defiende las "bellas estatuas confederadas" y afirma que "la cultura de nuestro gran país está siendo destruida". En medio del debate de la presencia de símbolos confederados en espacios públicos, el presidente publicó varios mensajes en Twitter señalando su tristeza por su retirada y aprovechó para criticar a senadores republicanos que fueron críticos con su respuesta. El presidente Donald Trump mostró su tristeza este jueves por la retirada de "bellas estatuas y monumentos confederados" en el país y atacó duramente a dos miembros de su propio partido que han sido muy críticos con él por la respuesta que dio a los actos violentos de Charlottesville, Virginia, protagonizados por supremacistas blancos. "Triste de ver que la historia y la cultura de nuestro gran país está siendo destruidas con la retirada de nuestras bellas estatuas y monumentos", dijo el presidente en un tuit, en un momento en el que este tipo de símbolos ha vuelto a poner en el primer plano las tensiones raciales en Estados Unidos. Trump se quejó también por la "belleza que está siendo retirada de nuestras ciudades, pueblos y parques la

echaremos de menos y nunca podrá ser reemplazada de una manera similar". Aunque no son solo los supremacistas blancos quienes defienden la simbología confederada sureña (hay serios historiadores que desaconsejan "remover" aspectos de la memoria nacional) estos tuits emparentan al presidente con las opiniones de grupos de extrema derecha, cuya cercanía le ha granjeado muchas críticas al presidente. Estos nuevos mensajes prometen agudizar la polémica sobre cómo desde la Casa Blanca se estaría defendiendo y hasta promocionando ideas radicales que por décadas han permanecido marginalizadas, pero que con el respaldo presidencial amenazan con verse amplificadas. Tras los acontecimientos del pasado fin de semana en Virginia, en el que murieron tres personas, numerosos alcaldes por todo el país se han apresurado a eliminar de los lugares públicos símbolos confederados, tratando de evitar eventos violentos similares. De hecho, el mandatario ha recibido numerosas críticas -incluidas desde su propio partido- por no haber condenado de manera clara la violencia de los grupos racistas. Al igual que hizo en su improvisada y criticada rueda de prensa del martes, el mandatario volvió a comparar al general sureño Robert E. Lee -cuya estatua fue defendida por los supremacistas en Charlottesville- con los expresidentes Washington y Jefferson. "No puedes cambiar la historia, pero puedes aprender de ella. Robert E. Lee, Stonewall Jackson, ¿quién es el siguiente? ¿Washington, Jefferson? Qué locura", añadió en otro mensaje de la red social. Su defensa, que coincide con la de los grupos supremacistas, vuelve a incidir en el mensaje lanzado el martes cuando acusó a la izquierda radical de la violencia en Charlottesville, deshaciendo el mensaje que había declarado un día antes en el que culpó a neonazis y radicales de lo ocurrido en el fin de semana. Trump también

aprovechó la red social para criticar a dos senadores republicanos que han sido críticos con su gestión de la crisis provocada tras los incidentes violentos en Virginia. En varios mensajes en la misma red social, Trump se lanzó contra Lindsey Graham, de Carolina del Sur, y Jeff Flake, de Arizona. "La publicidad que busca a Lindsey Graham al declarar falsamente que dije que hay equivalencia moral entre el KKK, los neonazis y los supremacistas blancos... y gente como la Sra. Heyer. Una mentira tan desagradable. Simplemente no puede olvidar su derrota electoral. La gente de Carolina del Sur va a acordarse!", escribió Trump. Graham, quien siempre ha sido muy crítico con Trump, declaró que la respuesta de Trump a violencia de los últimos está dividiendo al país y se quejó de la "equivalencia moral" que realizó el mandatario entre los racistas blancos y Heather Heyer, la mujer de 32 años muerta al ser atropellada por un supremacista. "Yo, junto con muchos otros, no respaldamos esta equivalencia moral", afirmó Graham. "Muchos republicanos lucharán contra la idea de que el Partido de Lincoln tiene una alfombra de bienvenida para los David Duke del mundo", añadió el senador en alusión al exlíder del Ku Klux Klan. Pero Graham no es el único contra el que Trump lanzó dardos este jueves. Trump mostró su apoyo público a Kelli Ward, contrincante de Flake en elecciones primarias republicanas de cara a los comicios legislativos de 2018. "Es estupendo ver que el Dr. Kelli Ward está presentándose contra Flake Jeff Flake, que es débil en las fronteras, el crimen y un factor irrelevante en el Senado. ¡Es tóxico!", dijo el mandatario. Flake ha sido uno de los grandes opositores del magnate en materia migratoria, especialmente en su empeño por construir un muro fronterizo que afectaría al estado que representa.

Conozca el truco para saborear una pechuga de pollo



El truco para que las pechugas de pollo queden más sabrosas es golpearlas antes de cocinarlas. La pechuga de pollo no es una comida muy emocionante, pero es una proteína versátil con la imagen de ser bastante saludable, por lo que la gente tiende a comprarla y cocinarla mucho. Desafortunadamente, su forma de lágrima hace que sea difícil de cocinar bien, y puedes acabar con una carne que si bien es jugosa, no tiene sabor en un extremo y está seca y carbonizada en el otro. Pero no tienes por qué resignarte. Todo lo que necesitas es demostrarle a esa pechuga con

quién se ha metido dándole unos cuantos golpes. Aporrear una pechuga de pollo es bastante fácil, y tiene muchas ventajas. Un trozo con un grosor uniforme se va a cocinar mucho más uniformemente, y si es más delgado se va a cocinar mucho más rápidamente. También estás ablandando mecánicamente la carne, como un pájaro mamá que mastica la comida de su pájaro bebé, solo que de manera mucho menos asquerosa. Esto significa que vas a conseguir un pollo más jugoso y más sabroso que llegará antes a la mesa: el mejor de todos los resultados posibles. (Además, un pollo más plano hace mejores

sándwiches de pollo, y los sándwiches de pollo son muy importantes). Para aplanar una pechuga de pollo, todo lo que tienes que hacer es envolverla y golpearla. Mucha gente usa papel film, pero yo prefiero una bolsa para congelar. No solo porque el material más grueso es menos propenso a romperse, también porque una vez que terminas de golpearla puedes dejar la pechuga en la bolsa y meterle cualquier condimento o marinado que estuvieras planeando usar. (Así tampoco tienes que lidiar con el

papel film, lo cual es una gran ventaja.) Una vez que el pollo está acurrucado en su bolsa, ya está todo listo para empezar a dar mamporros. Busca un objeto pesado y contundente (yo uso un cucharón de sopa de metal, pero una sartén o una olla pueden funcionar igual de bien) y golpea, desde la parte más gruesa de la pechuga hacia el exterior. Tómate tu tiempo y comprueba el estado del pollo cada pocos golpes, ya que demasiado entusiasmo en el extremo puede hacer que la carne se desgarre. Una vez tengas todo igualado y con el espesor deseado (dos centímetros

está bien) ya estás listo para añadir las especias o el marinado y cocinar el pollo como quieras. Cualquier adobo o marinado penetrará ahora en todos los sectores de la carne de manera repartida, dando como resultado una comida más sabrosa desde el principio hasta el final. Además de cocinarse más uniformemente y adquirir sabores de una manera uniforme, las pechugas de pollo aplanadas también son la mejor opción para todo tipo de platos clásicos. Una vez que domines el arte de golpear, puedes adentrarte en el mundo del pollo piccata, Marsala y cordon bleu. Pero no lo adornes demasiado. Yo normalmente solo añado una pequeña cantidad de sal y pimienta, luego lo frío unos minutos a cada lado con un poco de mantequilla y los sirvo con vegetales asados. Así tienes una cena más sabrosa, menos seca y que no te tomará ningún tiempo en absoluto.



A-1 WATER STORE

PURIFIED & ALKALINE

DRINKING WATER



Visit us! | Visitenos!



FREE PARKING / PARQUEADERO GRATIS




4901 Broadway • Union City, NJ 07087

WWW.A1WATERSTORE.COM



201.583.1200

201.583.9700



BAYER & BAYER

LAW OFFICE – FIRMA DE ABOGADOS

Si usted a sido lesionado o afectado por la negligencia de otros, las leyes de los Estados Unidos te protege compensándote por los daños y sufrimiento causado por esta negligencia.

La firma de abogados de Bayer & Bayer a ganado la mayoría de casos en:

- Lesiones por Accidente de Auto**
- Lesiones Personales**
- Negligencia Médica**
- Drogas Defectuosas**
- Dispositivos Médicos Defectuosos**
- Sustancias Químicas Tóxicas**
- Casos de Discriminación**

**NOSOTROS
LE COBRAMOS
SOLO SI
GANAMOS!!**

NO DEJE QUE CUALQUIERA LO REPRESENTE.

**Llame para una consulta
AHORA MISMO**

201-293-5665

La FDA investiga falsos tratamientos contra el cáncer

La Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) publicó el día de hoy las cartas de advertencia dirigidas a 14 empresas estadounidenses que venían vendiendo ilegalmente más de 65 productos que, de manera fraudulenta, afirman prevenir, diagnosticar, tratar o curar el cáncer. Los productos son comercializados y vendidos sin la aprobación de la FDA, más comúnmente en sitios de internet y plataformas de redes sociales. "Los consumidores no deben usar estos ni otros productos parecidos cuya eficacia no esté comprobada, porque pueden ser peligrosos y podrían impedir que una persona procure un diagnóstico o tratamiento adecuados para el cáncer que posiblemente puedan salvarle la vida", advirtió Douglas W. Stearn, director de la Oficina de Cumplimiento y Operaciones de Importación de la Oficina de Asuntos Regulatorios de la FDA. "Aconsejamos a la gente que se mantenga alerta, ya sea en línea o en una tienda, y que no compre productos comercializados para el tratamiento del cáncer sin prueba alguna de que van a funcionar. Los pacientes deben consultar la prevención, el diagnóstico y el tratamiento apropiados del cáncer con su profesional de la salud". La comercialización y venta de productos que afirman prevenir, diagnosticar, tratar, aliviar o curar enfermedades, sin primero demostrar ante la FDA que son seguros y

eficaces para los usos indicados en su etiqueta, constituye una contravención a la ley federal de Alimentos, Medicamentos y Cosméticos. Los productos vendidos de manera ilegal que se citan en las cartas de advertencia publicadas el día de hoy son de diversas clases, tales como píldoras, cremas tópicas, ungüentos, aceites, gotas, jarabes, tés o infusiones y dispositivos de diagnóstico (como los aparatos termográficos). Éstos son productos comercializados para su uso en seres humanos o en mascotas que hacen afirmaciones ilegales y sin confirmar relativas a la prevención, reversión o cura

del cáncer, la eliminación o inhibición de células o tumores cancerosos, u otras aseveraciones parecidas al efecto de combatir esta enfermedad. La FDA ha solicitado las respuestas de las 14 empresas indicando cómo habrán de corregirse las contravenciones. No corregirlas de inmediato puede tener repercusiones legales, incluyendo el decomiso del producto, requerimientos judiciales o el encausamiento penal. Como parte de su iniciativa para proteger a los consumidores de los fraudes de salud relativos al cáncer, la FDA ha expedido más de 90 cartas de advertencia en los últimos 10 años a

empresas que comercializaban cientos de productos fraudulentos que hacían afirmaciones falsas sobre el cáncer en sitios de internet, redes sociales y tiendas. Aunque muchas de estas empresas han dejado de vender los productos o de hacer declaraciones fraudulentas, muchos productos peligrosos y sin aprobar continúan vendiéndose directamente a los consumidores debido, en parte, a la facilidad con la que las compañías pueden mudar sus operaciones de comercialización a nuevos sitios electrónicos. La FDA continúa vigilando y actuando en contra de las empresas que promueven y venden tratamientos cuya eficacia no está comprobada, en un esfuerzo por reducir al mínimo los posibles peligros para los consumidores, así como por educar a éstos en cuanto a los riesgos. La FDA insta a los profesionales de la salud y a los consumidores a denunciar las reacciones adversas relacionadas con éstos u otros productos similares ante el programa MedWatch de la dependencia.



"Ojo !!..no se deje convencer por falsos curanderos o brujos, la medicina es la unica ciencia que puede curar"



CONSULTA INICIAL
GRATIS

Alonso & Navarrete SIRVIENDO A LA COMUNIDAD DESDE 1982 **ABOGADOS**

DEMANDAS POR LESIONES PERSONALES
CASOS CRIMINALES BIENES Y RAICES
PERMISOS ESPECIALES DE CONSTRUCCION (VARIANTES)



Deje que nuestra experiencia trabaje para Usted.
Sirviendo los condados de Hudson, Union, Morris y Bergen

- ACCIDENTES AUTOMOVILÍSTICOS
- RESBALONES Y CAIDAS
- CASOS LABORALES
- INMIGRACIÓN
- ASUNTOS DE BIENES RAICES
- CORTE MUNICIPAL
- DWI/ INFRACCIONES DE TRÁFICO
- SEGURO SOCIAL-INCAPACIDAD
- LEY FAMILIAR Y DIVORCIOS

NO HONORARIOS A MENOS QUE SE RECUPERE - NO CARGOS POR CONSULTA INICIAL

**LINEA
GRATIS**

1 - 800 - 9 SU CASO
1 - 800 - 9 78 2276

6121 KENNEDY BLVD., NORTH BERGEN, NJ 07047
44 MAPLE AVE., MORRISTOWN, NJ 07960

Desfile SALVADOREÑO De New Jersey

2019



DOMINGO 15 DE SEPTIEMBRE DEL 2019 A PARTIR DE LAS 11:00 AM

DESDE: La calle 79 de Bergenline Ave, North Bergen
HASTA: La calle 43 de Bergenline Ave, Union City

NO FALTES!



Embajador Carlos Garcia
GRAN MARISCAL



Ana M. Gutierrez
MADRINA



Victor Dominguez
PADRINO



Erika Flores
REINA



Consulado De El Salvador
Para Los Estados De New Jersey Y Delaware






Holy Name
 Medical Partners
 Hudson County

Dr Gilberto Gastell
 480- 37th Street
 Union City, NJ
 Tel: 201-864-4477

www.holynamemedicalpartners.org

El Herpes simple requiere un tratamiento serio

El herpes simple es una infección viral, que se presenta con gran frecuencia, llegando a padecerlo el 90% de la población antes de los 4 ó 5 años de edad.

El virus del herpes simple tipo 1 (HVS-1) está asociado con las infecciones de los labios, la boca y la cara. Es el herpes simple más común y la mayoría de las personas lo desarrollan en la niñez. Con frecuencia, causa lesiones dentro de la boca como el herpes labial (herpes febril) o la infección ocular (especialmente la conjuntiva y la córnea) y también puede llevar a una infección del revestimiento del cerebro (meningoencefalitis). Se transmite por contacto con saliva infectada.

Los síntomas principales son ardor y picazón en el área afectada y es posible que se acompañe de una neuralgia. Las lesiones están caracterizadas por pequeñas vesículas agrupadas que pueden ocurrir en cualquier parte, pero con mayor frecuencia en labios, boca y genitales. Los ganglios linfáticos pueden estar inflamados y sensibles.

La infección primaria por el virus del herpes simple tipo I puede ser asintomática o solo causar úlceras en la mucosa oral. Después, el virus permanece en el tejido de los nervios de la cara.

En algunas ocasiones, el estrés, la exposición solar o los cuadros infecciosos reactiva y causa una especie de calentura en los labios, con la formación de pequeñas ampollas, exudación y formación de una costra, casi siempre en la misma zona.

Es bueno aclarar que los remedios no matan el herpes ni impiden que vuelvan a reaparecer en un futuro, una vez contraído el virus se lo tiene para siempre, aunque no se tenga ningún síntoma, el virus permanece en el cuerpo y puede volver a activarse en cualquier momento.

Este virus es contagioso y se transmite por contacto directo de la exudación de la erupción entre personas a o a través de elementos contaminados como los cubiertos, los vasos, las toallas, los platos, etcétera. No sólo se contagia cuando están presentes estas lesiones. Aunque se trata del momento más contagioso, se ha demostrado que se puede contagiar de la saliva incluso cuando la persona no tiene ninguna lesión.

Señal de alerta

Lo primero que suele aparecer es picor y quemazón en la zona en la que posteriormente se localizará la erupción. El aumento de la sensibilidad en la zona y quemazón suele aparecer uno o dos días antes de la aparición de las lesiones típicas del herpes simple que son:

- Erupción de la piel con vesículas localizadas alrededor de los labios o la boca. Aunque es cierto que la mayoría de las llamadas calenturas aparecen especialmente alrededor de la boca, también se pueden presentar en cualquier parte de la anatomía.

- Vesículas con líquido claro amarillento.

Estas vesículas pueden juntarse apareciendo ampollas enrojecidas.

- Posteriormente, tanto las vesículas como las ampollas se rompen y forman una costra amarilla.

- Esta costra cae luego dejando una piel cicatricial.

- Puede aparecer algo de fiebre y engrosamiento de los ganglios del cuello.



Ocho de cada 10 estadounidenses adultos tienen herpes bucal. Y alrededor de 1 de cada 4 estadounidenses adultos tiene herpes genital.

Solución: El herpes simple es muy común que reaparezca al poco tiempo de haber sido combatido

Actualmente no existe una cura que puede erradicar el virus del herpes del cuerpo, pero los medicamentos antivirales pueden reducir la frecuencia, duración y severidad de los brotes. Los medicamentos antivirales también reducir la diseminación asintomática, se cree asintomáticos derramamiento genital HSV-2 viral se produce el 20% de días al año en pacientes

no sometidos a tratamiento antiviral, frente al 10% de los días durante el tratamiento con antivirales.

Varios estudios en humanos y ratones proporcionan evidencia de que el tratamiento temprano con famciclovir inmediatamente después de la primera infección de herpes puede reducir significativamente el riesgo de futuros brotes de herpes.



Mito y Realidad

Se dice que todos los herpes se contagian por contacto directo de piel a piel, pero eso no es definitivo. He sabido de muchos casos de personas que adquirieron el virus al bañarse con agua contaminada de ríos cargados con desechos o de pozo.

Sexualmente: La forma más común reconocida de contagio

proviene del contacto sexual con una pareja infectada. Esto sucede cuando se tienen relaciones sexuales con una persona infectada durante el período del brote de las vesículas o ampollitas. El contagio puede ser genito anal o genito bucal, en cualquier combinación.

Cura fina: No existe un tratamiento que pueda curar el herpes, pero los medicamentos antivirales pueden acortar y

prevenir los brotes durante el tiempo que la persona toma los medicamentos.

Verano y herpes: No es el verano el que provoca que aparezca, sino la época del año y el estrés que ella acarrea. El estrés y las bajas de defensas favorecen el florecimiento del herpes simple. También, un tratamiento que baje las defensas como un anti oncológico o corticoides en dosis muy altas.

Holy Name Medical Center



This Place is Different



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 avances en salud y consejos para vivir en plenitud

El herpes simple requiere tratamiento serio

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 2 de Agosto - 9:00 PM

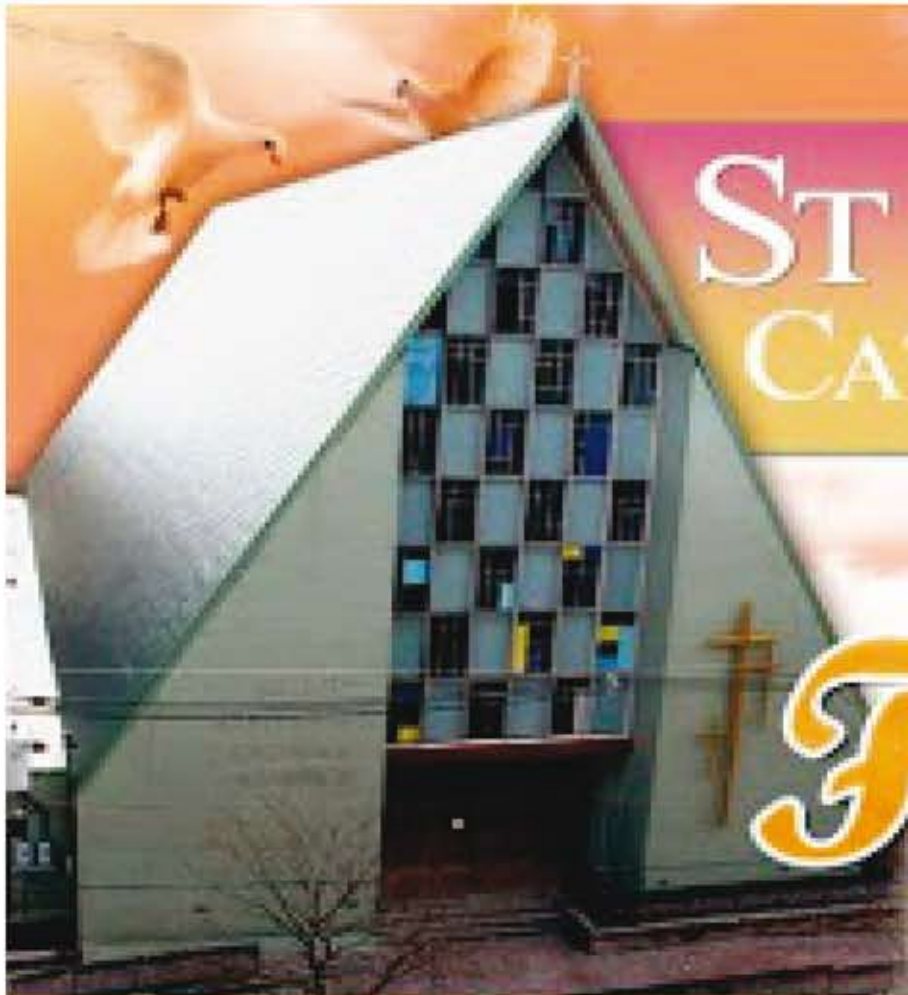
Domingo 4 de Agosto - 7:30 PM

Comcast - Canal 51

Martes 6 de Agosto - 9:30 PM

Miércoles 7 de Agosto - 9:30 PM





ST AUGUSTINE CATHOLIC CHURCH

**3900 New York Avenue,
Union City, NJ 07087**

Building Community

Festival

**COMING TOGETHER TO CELEBRATE OUR
TRADITIONAL CUISINE, ENTERTAINMENT FOR KIDS
AND ADULTS, DANCE AND LIVE MUSIC.**

MASS & PROCESSION IN HONOR OF ST. AUGUSTINE
followed by the festival on 40th St. between
New York Ave. & Palisade Ave.

SUNDAY | AUGUST 25TH | 2019 | 9 AM - 9 PM

Presents
Grand Gala
&
Dinner Dance

La Fortuna Restaurant
430 Kamena Street,
Fairview NJ 07022-1333

FRIDAY
August 16, 2019
Doors open
at 7:00pm
\$55 per person



FEATURING DJ



FOLKLORE GROUPS, ARTISTS & SINGERS
COME AND SHARE WITH US

201-863-0233



Mayor Brian P. Stack & Board of Commissioners

invite you, family and friends to a

Neighborhood **BLOCK PARTY**

Fun for the entire community! Everyone is invited!

Tuesday, July 16, 2019

6:00 pm - 9:00 pm

7th Street

Between Central Ave & Summit Ave

BLOCK PARTY #1

Tuesday, July 30, 2019

6:00 pm - 9:00 pm

39th Street

Between Park Ave & Hudson Ave

BLOCK PARTY #3

Tuesday, August 27, 2019

6:00 pm - 9:00 pm

44th Street

Between Fallside Ave & Hudson Ave

BLOCK PARTY #5

Tuesday, July 23, 2019

6:00 pm - 9:00 pm

11th Street

Between Bergenline Ave & West Street

BLOCK PARTY #2

Tuesday, August 13, 2019

6:00 pm - 9:00 pm

Central Ave

Between 23rd Street & 24th Street

BLOCK PARTY #4

*FREE hot dogs & water,
activities for children,
and more!!!*

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

PIZZA MARKER & GRILL
PERSON DEPENDABLE FULL TIME WELL PAID IN PENNSYLVANNIA 10 MINUTES AWAY FROM TRENTON, NJ
215-962-0695

SE NECESITA TECNICO DENTAL PARA ENMUFLAR Y TERMINAR DENTADURAS INTERESADOS LLAMAR: **201-216-1411** **201-601-0368**

Woodside Nail & Spa
Nail help wanted. 2 or more years working Experience in the nail Field and licensed, Fluent in English. Contact: **347-446-5959**

SE NECESITA PASTELERO CON EXPERIENCIA EN TODO TIPO DE PASTERIA PARA PANADERIA EN NEWARK, NJ **862-215-2935**



\$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

DRIVER CDL CLASS A OR B MUST HAVE 2 YEARS EXPERIENCE AND CLEAN RECORD MUST SPEAK ENGLISH LOOK FOR A LONG TERM DRIVERS PLEASE CALL **201-434-6338** EXT 227

Worker Needed for asphalt paving crew Must have experience. Steady work and good pay Please call **973-427-3030**

BOHEMIA RESTAURANT RESTAURANTE LATINO NECESITA AYUDANTE DE COCINA Y MESEROS CON EXPERIENCIA INGLES NO NECESARIO **201-647-0705**

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

LOTO HEALTH SPA MASAJE BODY WORK GRAN APERTURA MASAJES EN EL 38-08 JUNCTION BLVD. 3er PISO CORONA, NY 11368 **917-365-4117**

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

SE NECESITAN CHOFERES CON EXPERIENCIA REQUISITO: LICENCIAS Y ABS TRAC PARA CONDUCIR TAXI EN HUDSON COUNTY F/T P/T EXELENTE SALARIO LLAMAR DE 9:00 AM A 6:00PM DE LUNES A VIERNES **201-295-8001** **201-865-0017** 24 HORAS

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**

Se Rentan Apartamentos Union City, NJ
711 SIP STREET (Entre esquina summit) 5 minutos as Lincon tunnel 2 dormitorios 2 baños **201-988-5895** Rodolfo **201-9363768** Madeline **201-294-8812** Ignacio

Limpias Espirituales



917 Broadway Newark, NJ
973.573.3357

NUEVA COMPAÑIA Busca personal con experiencia para los siguientes puestos Operarias de Costuras con experiencia y Mecánicos con experiencia para maquinas de coser industrial Tener documentos de trabajo **862-257-9036** East 25th St 8 & 20 Ave. Paterson, NJ

PSYCHICS READER & ADVISOR WILL ADVISE YOU ON LOVE, MARRIAGE & BUSINESS ALL READINGS ARE PRIVATE & CONFIDENTIAL, PALM AND TAROT CARD READINGS, SPIRITUAL GUIDANCE **347-647-1711** **201-737-6474** FROM 11 AM TO 9:00 PM

ASAP CONTAINERS NJ NY, INC DRIVERS WANTED EXPERIENCED CDL CLASS A DRIVER LOCAL PER WORK NJ/ NY DROP & PU TWIC & SEALLINK CARD CLEAN RECORD **201-481-6218**

APARTAMENTOS NORTH BERGEN 1er. Piso, 2 dorm. Parqueo y Patio \$1,600. Mas útiles **WEST NEW YORK BLVD. EAST** 2 dorm. \$1,400 mas útiles. **H.SOSA SOLUTIONS** **201-662-0052** **201-838-8861**

Growing and Learning Academy

DAY CARE
INSCRIPCIONES ABIERTAS
Lunes a Viernes de 6:30am - 6:30pm
sábado a petición.
Aceptando PROGRAMAS ESTATALES-URBAN LEAGUE
Niños edad 2 1/2 a 13 años

MAS INFORMACION: 201-428-9386
21 Davis ave. Kearny, NJ 07032

OPORTUNIDAD DE EMPLEO !!! TELEMARKETING

Si tienes talento para las ventas por telemarketing a través del telefono y el computador Es tu oportunidad!!!!

Salario basico mas comisiones y bonos Crecimiento personal !!!

Llame ya!!! Para una entrevista

201-902-0811 Ex. 10

Envie su resume: news@cambionewspaper.com

COSTUMER SERVICE

Distribuidora de Alimentos solicita
 Vendedor o vendedora con
 Experiencia
 Para posición de costumers,
 Responsabilidad por servicio al
 Cliente, cobros inspección de ruta,
 Verificación de visitas,
 Apertura de nuevas cuentas
 Necesita tener auto en buenas condiciones
 Para visitar clientes
 Interesados aplicar en
 Rico Foods Inc.
 527 E 18 th st Paterson, NJ 07514

**SE NECESITAN
 MESERAS
 CON
 EXPERIENCIA
 PARA
 TRABAJAR
 EN BAR
 RESTAURANTE
 AREA DE
 IRVINGTON,
 NJ
 908-294-0591**



**DANIEL EXPRESS
 SEGURIDAD Y PUNTUALIDAD
 SERVICIO DE TRANSPORTE
 PUERTA A PUERTA
 SALIDAS
 JUEVES Y DOMINGOS DE
 NEW YORK A COLUMBUS OHIO
 Y REGRESOS
 MIERCOLES Y SABADOS
 DE COLUMBUS OHIO A NEW YORK
 614-439-7370
 929-354-5654**

**A PLUS PEST
 MANAGEMENT**
 CALL NOW!
 2012813143
 100% SATISFACCIÓN GARANTADA
 www.aplustestnj.com

**SEÑOR
 OFRECE SUS
 SERVICIOS
 PARA HACER
 RENOVACIONES
 DE CASAS, PINTURA,
 INSTALACION DE
 CERAMICA, MARMOL
 Y GRANITO
 201-283-2221**

**Ayudante de Cocina- Tiempo Parcial
 Entrenamiento
 201-491-8059 y 201-436-4600
 435 East Brinkerhoff Ave, Palisades Park, NJ 07650**

**EL CAMBIO
 ONLINE**



EDDY RODRIGUEZ
 Business Owner

“All Types Of Multimedia Production For All Your Needs”

- MUSIC PRODUCTION - VOICE OVER**
- GRAPHICS & LOGO DESIGN**
- PRINTING**
 Shirts - Posters - Banners - Flyers - Tickets
- WEBPAGE PROGRAMMING**

201-710-0202
 artguezmultimedia@gmail.com
 www.artguez.com
 280 Oraton St
 Newark, NJ 07104

Turn -Key
Established
Bridal Boutique and
Women's fine clothing store
for SALE
Over fifty years of
Repeat business
Call Vee
201-779-3541

MAZER TRUCKING
SE NECESITAN CONDUCTORES
Licencia clase "A" conductores de
compañía local / regional
Con 2 años de experiencia
DRIVER WANTED
Class "A" company drivers
local/regional 2 years experienced
201-974-9840

OWNER OPERATORS WITH CDL LICENSE
FAIR PAID EXPERIENCED,
GOOD DRIVING RECORD
TO WORK ON TERMINAL
PICKUPS AND
DELIVERIES
908-422-7656

PUNTACANA, BAVARO BEACH
Disfruta un ambiente familiar y seguro.
VILLA EN PUEBLO BAVARO
Conozca la zona turística más visitada del Caribe
Capacidad máxima 5 personas,
Desayuno incluido
2 Dormitorios y 2 1/2 baños.
JOSE: 201-282-1338
H.SOSA SOLUTIONS
201-662-0052

VENDO
CHEVY CAMARO
2015- 6,000 MILLAS
PERFECTAS CONDICIONES
COLOR GRIS
PRECIO NEGOCIABLE
UNICO DUEÑO
718-908-8313

BUSCO HOMBRE DE 50 O MÁS SANO ALEGRE, CULTO DE MENTE ABIERTA Y DISCRETO PARA AMISTAD DANTE
201-668-4479

SE NECESITAN
TAPICEROS OPERARIAS DE MAQUINAS Y AYUDANTES INTERESADOS LLAMAR
201-246-2199

Need a full time experience Presser for Dry Cleaning Store
212-927-5663

SE NECESITA PERSONA PARA LIMPIEZA DE RESTAURANTE TIEMPO PARCIAL 6 DIAS A LA SEMANA DE MARTES A DOMINGO LLAMAR A YURET
201-210-1040
32 W. Madison Ave. Dumont, NJ 07628

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

JP Computer's
Julio Paternina
ANALISTA PROGRAMADOR DE COMPUTADORAS
Reparación de computadoras a domicilio



AHORA!!!
Hacemos páginas de internet.

Servicio de reparación de computadoras en casas o negocios. Mantenimiento, instalación de hardware, software e Internet.
 • ¿Su computadora está muy lenta?
 • ¿Hace ruidos extraños? ¿Está desactualizada?
 • Necesita reparación y no sabe quién puede ayudarlo? Llámenos hoy mismo
 • (201) 893-5397 (8 am. a 10 pm.)
 P.O. Box 502 West New York, NJ 07093
201-893-5397
 E-mail: jpcomputer1@hotmail.com

CDL Class A Driver
South Kearny tank cleaning company
Has an immediate opening for
A 3rd Shift
(11:00 PM - 7:00 AM)
Yard switcher.
Must have CDL Class A, Clean background & verifiable work history
Starting salary at \$18.00 per hour
Holiday & Vacation paid
Based in Experience
Please call between 8:00am-8:00pm
201-790-6804
and ask for Edgar



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
- Albumes con sus fotografías diseñadas

Gonzalo Pinela C.
Fotógrafo Profesional

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



REMODELACION DE COCINA Y BAÑO
REMODELACION INTERIOR Y EXTERIOR

Pintura profesional residencial y comercial
Albañería y Demolicion
Luis General Construction

Facebook: Luis General Construction
www.luisgeneralconstructions.com

201-877-3633 • 201-737-7347

LICENCIAS-LICENCIAS



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

SE NECESITA COCINERO Y AYUDANTE
AYUDANTE EN EL AREA DE IRVINGTON PARA MAS INFORMACION
908-659-6472

CONDUCTOR
Responsable, w / exp. CDL clase B, para conducir un camión volquete; \$ 1,000-1,500 semana. Comuníquese con JHM Trucking al
908-764-1842

ANA MUJER MADURA 40 AÑOS LATINA COMPLACIENTE
917-605-0337



EL ESPECIALISTA WINDOWS
44 North Washington Ave. Bergenfield NJ 07621
551-556-5295
551-556-5716
201.244.1125 fax
windows.elespecialistaftp@gmail.com

Now Hiring Grill men cocineros
24 hours Diner Morning & overnight shifts
\$14 per hour starting 1 block from Exchange Place Path and Light Rail 3-5 years Kitchen Experience Call
917-607-7950

ROAD SERVICES TOWING
NECESITA CHOFER
3 Años de experiencia minima
Flad Bed- Havy Duty
201-675-7990
ROADSERVICESTOWING@OUTLOOK.COM

¿ERES DUEÑO DE CAMION?
¿TIENES LICENCIA CDL CLASE A?



¡Ven a Trabajar con los Mejores!



¡Tenemos Trabajo... Pagamos Excelentes Precios!

REQUERIMOS:

- CDL Class A (1 Ano)
- Licencia Limpia
- TWIC

EXCELENTES PRECIOS PARA:

- Bobtail
- Physical Damage Occupational
- Accidental IFTA'S Filed and Paid

¡No Busque Más... Llama Hoy!
973-344-8885

GANATE UN BONO DE \$1,000 SI REFERES A UN AMIGO



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 DOMINICANA.	\$ 160	\$ 260	VENEZUELA	\$ 340	\$ 440
SAN JUAN, P.R.	\$ 152	\$ 260	PANAMA	\$ 260	\$ 440
			PARAGUAY	\$ 440	\$ 575

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



Los niños siempre pelean entre ellos



No se meta en los pleitos de los niños hasta que haya sangre, he repetido esta frase, que no es mía sino de mi gran amiga Silvia Imbert Brugal, una de las mejores terapeutas de niños que he conocido en mi vida, y con quien tuve el honor de trabajar defendiendo niños que habían sido violados por padrastros, niños con serios problemas de aprendizaje, etc. ¡Cuánto aprendí de ella y con ella! Recientemente publiqué en mis redes sociales una cápsula sobre este tema, y me destiné a leer los famosos comentarios. ¡Que desilusión! Una gran parte de los que comentaron no entendieron el mensaje, y hasta proponían "defender ellos a sus niños en las escuelas, y de sus amiguitos" o sea, todo lo contrario de lo que les quería enseñar. Todos tenemos niños en la familia, ya sea hijos, sobrinos o nietos, y hay algo que los adultos debemos aprender: no se meta en los pleitos de los niños. Los niños, y en especial los hijos

únicos, tienen que aprender a comunicarse, negociar, compartir, cooperar, ser amigos e incluso a pelear con otros niños. Esta es una de las cosas que se enseñan unos a otros los hermanos. De ahí que los hijos únicos, al no tener hermanos, crecen con serias fallas en estas destrezas que los preparan para aprender a "vivir en equipos y trabajar en ellos de forma eficiente". Al no tener hermanos crecen con una carencia que les hace más difícil la vida, a menos que sus padres se ocupen de que tengan muchos amigos que les enseñen a compartir, ceder, defenderse con niños de diferentes edades, no ser egoístas, ni celosos y muchas cosas más. Claro que si los padres intervienen, los niños nunca sabrán defenderse por sí solos, ni aprenderán a negociar para lograr objetivos. No se meta nunca en los pleitos de los niños hasta que haya sangre. Y cuando haya sangre, intervenga para limpiar las heridas, y a castigarlos a todos.

Bajo ningún concepto tome parte en el conflicto defendiendo a uno ni a otro, porque solo logrará que el niño supuestamente "culpable" se sienta resentido y más celoso. Como adulto se supone que usted no debe juzgar a ningún niño sin tener en cuenta que usted no conoce a fondo lo que pasó entre ellos. Claro que no me refiero a un niño que es abusado y golpeado hasta casi morir cosa que tristemente pasa en nuestras escuelas, y donde reina la violencia y el abuso. Estamos hablando de pleitos de niños que son hermanos, amigos y que simplemente están "buscando su atención". Aunque usted no lo crea, esos conflictos ayudarán a su hijo. El niño tiene que aprender a resolver los conflictos porque cuando los tenga en la escuela, y se vea sometido a situaciones de injusticia usted no estará

ahí para defenderlo. Tiene que ayudarlo cuando es pequeño a que él aprenda a defenderse con sus iguales que son sus amigos. Y ojo, porque muchas veces tendemos a proteger a los chiquitos porque creemos que son los más indefensos, pero los chiquitos casi siempre son diablitos. Son los que van y pellizcan, muerden, rompen las cosas de los grandes, y vienen llorando... "Ay, mi hermano me quitó esto". No se meta. Ponga el chiquito también de castigo porque sino usted terminará generando conflictos y celos y se comportará de una manera injusta al hacer que los otros niños se sientan mal. Por último, nunca exprese que siente preferencia por un hijo, ni diga que ese es a quien más quiere porque eso es abuso emocional. Recuerde que sus hijos van a hacer lo que usted haga y no lo que usted diga.



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. Llámame 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

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. Pregunte 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



Mayor Brian P. Stack
& Board of Commissioners
cordially invite you to

The 17th Annual Union City

Theatre Festival

in the Park 2019

Thursday Evenings at 7:00 PM

War Memorial Plaza

46th Street & Broadway, Union City

July 11, 2019

"Poesia en el Parque"
hosted by Jorge Luis Seco

July 18, 2018

Ruby Jurado in Concert

July 25, 2018

"Noche de Colombia"
hosted by Rafael Palacios

August 1, 2019

"Reunion de Poetas"
hosted by Jorge Luis Seco

August 8, 2019

Randy Pradera sings Boleros

August 15, 2019

"Noche Peruana"
hosted by Peruanos Unidos de Union City

August 22, 2019

Rene D'Leon in Concert

August 29, 2019

Duo Bonafide in Concert

September 5, 2019

Ruby Jurado in Concert

September 12, 2019

"Noche de Bohemia"
hosted by Jorge Luis Seco

Chairs provided • Free Admission • Rain or Shine



**Alcalde Brian P. Stack
y la Junta de Comisionados**

en colaboración con
Imagen Colombia
les invita cordialmente al

***Festival Cultural
Colombiano
de Union City***

**Domingo,
11 de agosto, 2019**

11:00 am - 7:00 pm

Calle 45

**Entre Palisade Avenue y Bergenline Avenue
Union City**

Entretenimiento en Vivo y Refrigerios
Entrada Gratis • Se proveera sillas

www.UnionCityArtScene.blogspot.com

Ya es hora de ir al baño



Está en la etapa donde sigue controlando sus esfínteres, los accidentes ocurren y hay que seguir acompañándolo en el proceso. Algunos padres cuentan orgullosos que lograron quitar el pañal a sus hijos antes de que cumplieran los 18 meses, edad en que el infante se va dando cuenta del funcionamiento de sus evacuaciones y tiene la capacidad de avisar cuando necesita ir al baño. Pero pocos adultos se dan cuenta que el aprendizaje continúa y que los 'errores' son parte de un aprendizaje que incluso puede extenderse hasta los 5 años de edad. Accidentes como orinarse en la cama, limpiar mal su

colita y mojar su ropa de vez en cuando son situaciones normales que deben manejarse con prudencia, amor y mucha paciencia.

Accidentes nocturnos

La enuresis más frecuente es la nocturna. Consiste en la emisión incontrolada e involuntaria de orinar durante el sueño en niños de 5, 6 y 7 años. Algunas causas se deben a un retraso en la maduración del control del esfínter urinario o por un mal aprendizaje.

Es un problema muy frecuente y tiene solución, pero en realidad, muy pocos

consultan con un especialista. A medida que el pequeño crece la enuresis puede ser fuente de conflictos, pero los adultos no deben olvidar que este es un proceso en el que el afecto y la comprensión son esenciales para reforzar la conducta positiva de los hijos. Es importante no avergonzarlos cuando se orinen en la cama, mucho menos compararlos con sus hermanos mayores, familiares o amigos. Hay que crear un ambiente de confianza y seguridad para que el menor aprenda sobre la higiene y el control de sus esfínteres.

Buenos hábitos, buenas maneras

Ten en cuenta las siguientes recomendaciones:

- 1] Procura que el niño orine en promedio seis veces o más al día.
- 2] Bríndale líquidos frecuentemente y repartidos así: ingerir más bebidas por la mañana, menos por la tarde, poco por la noche y nada antes de acostarse.
- 3] En general el niño no debe permanecer más de 10 horas de sueño sin vaciar la vejiga.
- 4] Es útil crear un calendario miccional, en donde se registren



las noches secas y húmedas. Esto ayudará a observar la evolución del niño una vez establecido el tratamiento.

- 5] Al niño se le debe enseñar a limpiarse de adelante hacia atrás y a lavarse muy bien las manos después de ir al baño. Motívalo para que pierda el miedo al sanitario y felicítelo cada vez que lo haga.

Mi consejo bebé

Nunca regañes, castigues o ridiculices al niño si se orina en la cama o en su ropa. Toma siempre una actitud tranquila y conciliadora.

VIAJE A NIAGARA FALLS

Viernes a Domingo
Agosto 2 al 4, 2019



Salida y regreso a
Union City, NJ

**Precios
Especiales**

201-232-5844
Nurys Capelo

HIPNOSIS ESPIRITUAL
Con **AMANDA RUBIO**

DEPRESIÓN
ANSIEDAD
PESADILLAS
MIEDO
DOLORES CRÓNICOS
OBESIDAD
ADICCIONES

FOBIAS
CELOS
VIDAS PASADAS
ESTRÉS
ALERGIAS
DISFUNCIONES SEXUALES
TRASTORNOS DE LA ALIMENTACIÓN

JESSICA MACIAS RUBIO
201-293-9293

contacto@hipnosisespiritual.com

[/JessicaAMaciasR](#)

LA HIPNOSIS, TE AYUDA A CONOCER EL ORIGEN DE UN PROBLEMA, RESOLVIÉNDOLO.



**Holy Name
Medical Partners
Hudson County**



FAMILIA Y SALUD
HOLY NAME MEDICAL CENTER HISPANIC OUTREACH PROGRAM



FERIA DE SALUD Y SERVICIOS SOCIALES GRATIS

- **Iglesia de San Agustin**
- **3900 New York Ave., Union City, NJ**
- **DOMINGO 25 DE AGOSTO, 2019**
- **10:00 AM a 3:00 PM**

● **EXAMENES DE SALUD GRATIS**

- Colesterol
- Presión arterial
- Glucosa
- Pérdida de peso y nutrición
- Masaje terapéutico
- Educación en temas de salud
- Quiropráctica
- Consulta médica preventiva
- Consulta dental preventiva

● **SERVICIOS SOCIALES GRATIS**

- Asistencia financiera con servicios públicos
- Ayuda para adultos mayores
- Consulta sobre temas de inmigración
- Consulta sobre declaración de impuestos



PATROCINADORES:



NORTH HUDSON
COMMUNITY ACTION CENTER



**Trabajadora Social
REBECA ZAPATEIRO**



A Senior Care Company®
Trust In Our Care



¿Problemas con sus pies?

Multi-Specialty Pain Relief Spine & Disc Disorders

415



Foot &

MEDICARE &

201.863.2593

Dr. Raymond M. Maimone

Board Certified Podiatrist

Ankle Specialist

Heel Pain Specialist

MOST INSURANCES ACCEPTED



No Más Dolor!

Especialistas en dolor en los talones.

Especialistas en FOOT AND ANKLE.

- Con más de 28 años en experiencia
- Aceptamos la mayoría de Seguros
- Tenemos zapatos para personas con diabetes



* Descuento al traer el periódico EL CAMBIO.



Dr. Raymond M. Maimone

Foot & Ankle Specialist Board Certified Podiatrist.

201-941-5003

89 Anderson Ave., Farview, NJ

201-863-2593

415, 39 street, Union City, NJ

Pautas para salir de una relación dañina

Hay veces en las que en lugar de ser un apoyo, la pareja se convierte en una vivencia negativa que aporta niveles elevados de malestar y de la que debemos deshacernos.

Hay relaciones en las que no merece la pena permanecer.

Vivir una relación de pareja puede generar una amplia gama de emociones muy gratificantes. Sentir que amas a otra persona y que ésta te ama a ti te hace sentir feliz y con vitalidad. Qué duda cabe que encontrar un compañero o compañera con el que poder hablar, reírte, hacer el amor, comprenderte y apoyarte mutuamente es una experiencia de lo más reforzante. Sin embargo, hay veces en las que en lugar de ser un apoyo, la pareja se convierte en una vivencia negativa que aporta niveles elevados de malestar a una o a las dos personas implicadas en la relación. Si en estos casos, la persona da por finalizada la relación, el malestar desaparece y ésta puede continuar con su vida buscando, si es que lo desea, una nueva relación sentimental.

El problema aparece cuando a pesar de estar experimentando una vivencia ansiógena, con el malestar emocional que conlleva, la persona no se ve capaz de dar por finalizada la relación. La propia persona se culpa a sí misma por no salir de esa situación, lo cual no hace sino aumentar el nivel de ansiedad experimentado. Este malestar puede llegar a alcanzar cotas elevadas, con consecuencias para la salud, por lo tanto es conveniente prestarle atención y ponerle remedio lo antes posible.

Para aquellas personas que necesitan tener controlada o programada su vida, este tipo de experiencia puede resultar muy ansiógena.

Los motivos que suelen estar en la base de esta negativa a dar por finalizada una relación en la que no se es feliz son los siguientes: miedo a la soledad, baja autoestima, miedo a no encontrar otra pareja, no querer renunciar a un plan establecido o no querer perder la relación con la familia de la pareja. Todos estos motivos están basados en el miedo, el miedo al cambio, el miedo a no ser suficiente o simplemente el miedo a lo desconocido, ¿qué pasará cuando lo dejemos?, ¿encontraré a otra persona? ¿Qué voy a hacer los fines de



semana si mis amigos tienen familia o pareja? En todos estos casos se aprecia un punto en común, la incertidumbre a lo desconocido.

Para aquellas personas que necesitan tener controlada o programada su vida, este tipo de experiencia puede resultar muy ansiógena. Al no tener un plan alternativo, se mantiene la situación sin cambios, ya que como expone el refranero español "mejor malo conocido que bueno por conocer".

¿Por qué sigo aquí?

Si estas inmerso en una relación sentimental en la que no te sientes valorado, respetado, en la que las discusiones son constantes o simplemente en una relación que no te satisface, es el momento de que te preguntes ¿por qué sigo aquí? Probablemente la respuesta venga de la mano de alguno de los miedos expuestos anteriormente y ninguno de ellos supone una razón legítima para continuar en una relación en la que no se es feliz.

¿Te has planteado en algún momento que quieres tú?, ¿qué tipo de pareja quieres tener?, ¿cómo quieres sentirte en ella? Si no lo has hecho, ahora es un momento perfecto para que lo hagas. Este es el primer paso para no encadenar relaciones insatisfactorias que pueden llegar a ser incluso dañinas

para ti. Te puede servir hacer una lista de las relaciones que has tenido y ver si encuentras un patrón en cuanto a características de tus exparejas se refiere y a cómo te hacían sentir. Por ejemplo, si te hacía sentir inferior, si siempre había que darle la razón o si te hacía sentir culpable. Si encuentras

aquello que nos hacía sufrir. Aumenta el tiempo que dedicas a estar con tus amistades. Al aislarnos tendemos a deprimirnos, por tanto si ocupas tu tiempo en compañía de otras personas te sentirás querido y aceptado. Puedes ampliar tu red de



dicho patrón y eres capaz de detectarlo en futuras parejas para evitarlo te estarás protegiendo de sufrir futuras decepciones. A veces no es fácil encontrar esta relación o no nos sentimos con las herramientas suficientes para hacerle frente. En estos casos resulta útil iniciar un proceso terapéutico que nos ayude a aportar luz a esta cuestión.

Ten siempre presente que lo que se conoce como crisis es una oportunidad para hacer, encontrar y vivir experiencias nuevas.

Si estás en ese momento de decidir si continuar o dejarlo o acabas de salir de una relación sentimental estas pautas te pueden ayudar.

Amplia tus actividades de ocio. Ocupate haciendo cosas que te gusten, de esta forma no dedicarás tanto tiempo a pensar en el pasado. Normalmente cuando se finaliza una relación tendemos a acordarnos de las cosas positivas y a negar o minimizar

amistades, hoy en día la tecnología nos ofrece las herramientas con las que conocer a gente nueva, gente con la que compartas aficiones o que simplemente estén buscando ampliar su grupo de amigos. Lo importante es que estas personas no estarán condicionadas a tu anterior pareja porque no las conocías hasta este momento.

Ten siempre presente que lo que se conoce como crisis es una oportunidad para hacer, encontrar y vivir experiencias nuevas que pueden ser más gratificantes de lo que te imaginabas. Para ello es importante que te cuides y te valores; trabaja en ti. Una pérdida puede ser dolorosa pero más doloroso es vivir con miedo porque entonces acabas siendo rehén de los deseos de otro, y recuerda que siempre tras una pérdida se construye un nuevo comienzo, que viene acompañado de nuevas oportunidades y de nuevos aprendizajes.





REINA MISS HISPANIDAD USA 2019

El Cambio

El periódico que le sirve a la comunidad



Realizará el prestigioso reinado MISS HISPANIDAD USA 2019

- ▶ Fabulosos premios en miles de dólares otorgados por los patrocinadores.
- ▶ Oportunidad de contratos comerciales.
- ▶ Lanzamiento de talentos hispanos.
- ▶ Si usted quiere surgir y darse a conocer no solamente por su belleza y personalidad de mujer latina ... Es su oportunidad.



ALEJANDRA PALACIOS
Miss Hispanidad USA
2018

Inscripciones abiertas:

Llame ya al 201-902-0811 o a la coordinadora Yamile al 201-214-4383

Requisitos:

- ▶ Damas entre los 13 y 25 años de edad de nacionalidad de cualquiera de los países latinoamericanos que desee representar a su país (Pueden participar las hijas de padres hispanos que hayan nacido en Estados Unidos).
- ▶ También pueden participar las reinas de organizaciones, festivales o desfiles hispanos.
- ▶ Se aceptara una candidata nacida en Estados Unidos para representar a USA pero debe hablar español
- ▶ Tener aptitudes físicas de reina o modelo
- ▶ Estudios por lo menos de High School.
- ▶ Hablar español e ingles
- ▶ Don de gentes y mucha personalidad para concursar en un reinado de esta categoría

*Todas las concursantes recibirán los regalos, servicios y beneficios otorgados por los patrocinadores.

PATROCINADO POR:

**TOTAL CARE
OF UNION CITY**

201-330-7575

ORI
Medical
Technology
Institute
201-633-0274

RED STUDIOS
DIGITAL PHOTOGRAPHY

201-869-5060

**MALQUI
TAX**
TAXES - IMMIGRATION - ACCOUNTING - DIVORCE

1-888-787-0369

El Carretero
Restaurantes y Panaderías
Comida Típica Colombiana e Internacional

CMN

Communitarian
Media
Network, Inc.

**PEGASUS
Dental Center**
Dr. Maria Rios
& Associates