

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 14 - Edición 638

www.cambionewspaper.com

201-850-9444

Enero 4 al 11, 2020

Trump e Irán, una peligrosa artimaña para distraer del juicio político



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

424- 57 st, West New York, NJ 07093
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**



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



Peligrosa artimaña para distraer del juicio político



Hasta ahora nada le ha funcionado al presidente de Estados Unidos, Donald Trump, para frenar el juicio político en su contra. Sumergir a EE. UU. en una crisis de proporciones desmesuradas con Irán parece haberse convertido en su última baza, un arriesgado intento que podría salirle muy caro. Los medios estadounidenses han descrito la orden de Trump para acabar con la vida del poderoso comandante iraní Qasem Soleimani como un "impulso", una decisión tan agresiva que dejó estupefactos a altos cargos del Pentágono y que la Administración ha justificado por el peligro de un supuesto "ataque inminente". Antes que Trump, los presidentes George W. Bush (2001-2009) y Barack Obama (2009-2017) ya sabían dónde se hallaba Soleimani. El militar iraní no se escondía y todos en Washington le señalaban como el arquitecto de la política

expansionista de Irán en Oriente Medio. Sin embargo, antes que Trump, ningún presidente de EE. UU. se había atrevido a atentar con la vida de Soleimani: el precio podría ser demasiado alto y las consecuencias impredecibles.

Estrategia de distracción

Entonces, ¿por qué el mandatario dio ahora ese paso? Michael Traugott, profesor de la Universidad de Michigan (EE. UU.) y experto en opinión pública, dice a Efe que "probablemente" Trump tuvo en cuenta dos importantes acontecimientos: el juicio político en su contra y las elecciones presidenciales de noviembre de este año, en las que se presenta a la reelección. "Lo que él quiere es que los medios y los miembros del Congreso hablen de otra cosa que no sea el juicio político", resume. Y, en parte, Trump lo ha logrado.

Desde la muerte de Soleimani en la

madrugada del viernes, la crisis con Irán ha llenado los informativos y las portadas de los grandes periódicos estadounidenses. Incluso Nancy Pelosi, la demócrata de mayor rango en Washington, ha entrado al juego y este lunes anunció que la Cámara de Representantes, que ella preside y donde los demócratas tienen mayoría, votará esta semana para "limitar" los poderes que actualmente Trump tiene para ir a la guerra con Irán.

"EE. UU. primero" y sin pensar en las consecuencias

Aunque de momento ha tenido éxito, a Trump las apuestas podrían salirle muy mal. El mandatario ha repetido en varias ocasiones que no quiere ir a la guerra con Irán y que quiere sacar a EE. UU. de las "guerras interminables" de Oriente Medio; pero parece que, esta vez, se ha dejado llevar por la vanidad y el deseo de mostrar la supremacía militar de su país.

"Su postura es 'EE. UU. primero'", explica Traugott. "Para Trump, demostrar fuerza es ordenar un ataque sin consultar a líderes extranjeros, demostrar fuerza es lanzar una acción agresiva de manera independiente. Y para él existe una razón, que es defender la independencia de Estados Unidos". Claro que actuar por separado tiene un precio. Justo después del bombardeo, varios aliados de EE. UU., incluidos Francia, Alemania y Reino Unido, expresaron su preocupación por la escalada de tensión. Y, como consecuencia, el secretario de Estado de EE. UU., Mike Pompeo, ha tenido que pasar los siguientes días al teléfono tratando de calmar los ánimos. Desde la muerte de Soleimani, Pompeo ha

telefonado a más de una veintena de líderes internacionales, según el Departamento de Estado.

Un intento de ganar puntos con la base

A pesar del rechazo del ataque a nivel mundial, dentro de EE. UU., la base electoral de Trump aprueba su movimiento contra la República Islámica. Una encuesta del diario HuffPost publicada este lunes muestra que el 61 % de quienes votaron por el mandatario en 2016 respalda por completo su decisión; mientras que el 85 % de los que apoyaron a la candidata demócrata Hillary Clinton rechaza totalmente lo ocurrido. "La base de Trump ve esto como una afirmación del dominio estadounidense, tal y como él quiere que lo interpreten. Y ciertamente (Trump) usará una narrativa de dominio y control para describir este suceso", indica a Efe Madiha Afzal, experta en relaciones internacionales en el centro de pensamiento Brookings. No obstante, las cosas podrían complicarse si el mandatario acaba metiendo a EE. UU. en un conflicto bélico, ya que en los últimos años ha crecido el rechazo de los estadounidenses a las intervenciones militares en el extranjero, especialmente tras la guerra de Irak, según datos de la consultora Gallup. Si la crisis escala y se transforma en una guerra con muertos estadounidenses y envío masivo de tropas, entonces Trump podría tenerlo difícil para vender su mensaje. Y el coste podría ser la reelección.

"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 CARDIOLOGÍA

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 aquí 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

HUD-VASH proveerá vivienda para veteranos en NJ

El programa de vales de vivienda HUD-VASH proveerá vivienda para 3,302 veteranos a través del país

En un continuo esfuerzo para acabar con el desamparo entre los veteranos, el Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano (HUD) y el Departamento de Asuntos de Veteranos (VA) anunciaron hoy \$29.3 millones para 216 agencias de vivienda pública locales (PHAs) a través del país para proveer hogares permanentes a veteranos desamparados.

En Nueva Jersey, el Departamento de Asuntos Comunitarios del Estado de Nueva Jersey, y las agencias de vivienda pública de Long Branch, Jersey City, Atlantic City, y New Brunswick recibirán un total de 83 vales de vivienda HUD-VASH con un valor de \$813,281. El apoyo anunciado hoy se provee a través del programa HUD-Veterans Affairs Supportive Housing (HUD-VASH) Program, que combina asistencia de vivienda de HUD con manejo de casos y servicios clínicos que provee VA. Vea el impacto local.

Un componente del programa Housing Choice Voucher (HCV) o Vales de Opción de Vivienda, los vales HUD-VASH otorgados hoy les permite a veteranos desamparados obtener vivienda asequible y decente en el mercado privado. Estos vales son herramientas críticas que ayudan a las comunidades a efectivamente terminar con el desamparo entre los veteranos.

Durante el pasado año, el número de



veteranos desamparados se redujo en un dos por ciento y se ha reducido en casi un 50 por ciento desde que el programa HUD-VASH fue creado.

“El presidente Trump ha hecho la erradicación del desamparo entre los veteranos una prioridad, y con su liderazgo hemos visto su continuada reducción,” Los veteranos de nuestra nación han dado tanto por nuestro país y su libertad,” dijo el secretario de HUD Ben Carson. “Es nuestro deber asegurar que cada uno de los veteranos tenga un lugar al que puedan llamar su hogar.”

“El presidente Trump continúa comprometido a utilizar todas las herramientas a nuestra disposición para ayudar a los veteranos a salir del desamparo y permanecer en vivienda estable,” dijo el secretario de VA Robert

Wilkie. “HUD-VASH ha sido un programa crítico para la reducción de casi el 50% del desamparo entre los veteranos desde el 2010 y es prueba de que el gobierno federal y las agencias locales juntos, son capaces de resolver problemas complejos.”

“Esta Administración está comprometida a proveer vivienda estable para nuestros valientes hombres, mujeres y familias en las fuerzas armadas,” dijo Lynne Patton, administradora regional en Nueva York y Nueva Jersey. El aumento en los fondos otorgados por el presidente para el programa HUD-VASH refleja exactamente eso.”

Con la adición de estos nuevos fondos federales, más de 100,000 vales han sido otorgados y más de 170,000 veteranos

desamparados se han beneficiado del programa HUD-VASH desde el 2008. Mas de 600 agencias de vivienda pública ya administran el programa HUD-VASH, y ésta, la más reciente distribución de fondos incluye 37 agencias de vivienda pública adicionales, aumentando la cobertura HUD-VASH a varias comunidades nuevas. La asistencia de vivienda y servicios de apoyo que se proveen a través de HUD-VASH son recursos críticos para que las comunidades locales puedan terminar con el desamparo entre los veteranos de nuestra nación.

En el programa HUD-VASH, los centros médicos del Departamento de Asuntos de Veteranos o VA Medical Centers (VAMCs) evalúan a los veteranos desamparados antes de referirlos a agencias locales de vivienda para que reciban estos vales. Las decisiones están basadas en una variedad de factores, los más importantes siendo la duración del desamparo y la necesidad de apoyo más intenso a largo plazo para obtener y mantener vivienda permanente. El programa HUD-VASH incluye ambos el vale de asistencia de vivienda y el amplio manejo de caso que ofrece el equipo de los centros médicos de VA.

Los veteranos participantes en el programa HUD-VASH alquilan vivienda de propiedad privada y generalmente no contribuyen más del 30 por ciento de su ingreso para el alquiler. El VA ofrece a los veteranos desamparados elegibles servicios clínicos y de apoyo a través de sus centros médicos a través de Estados Unidos, Guam, Puerto Rico y las Islas Vírgenes.

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

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 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

Personas adoptadas tienen derecho al acta de nacimiento

El senador Joseph Vitale, líder del comité de Salud, Servicios Humanos y la Tercera Edad del Senado junto al presidente del Senado Steve Sweeney, la líder de la mayoría del Senado Loretta Weinberg, la senadora Diane Allen, el líder de la Asamblea Vincent Prieto se reunirán hoy en el capitolio del Estado para reconocer la Ley que se puso en efecto a principios de este mes. La ley permite a las personas adoptadas tener acceso a sus actas de nacimiento originales como también a su historial médico. La legislación original que rectifica la Ley de Estadísticas Vitales la cual fue auspiciada por el senador Vitale, Weinberg y Allen fue firmada como ley en mayo de 2014. Los legisladores se unieron junto al comisionado del departamento de salud del Estado Cathleen Bennett, la Coalición de Nueva Jersey para la Reforma de Adopción y Educación (por sus siglas en inglés NJ CARE), adoptados de NJ entre otros defensores. "Las personas adoptadas han luchado durante mucho tiempo por el derecho a tener acceso a sus registros de nacimiento e historial familiar, no sólo para saber quiénes son y de dónde vinieron, sino también para acceder a información médica importante que puede tener importantes implicaciones en su salud y su bienestar", dijo el senador Vitale (D-Middlesex). "Su espera finalmente ha terminado y ahora pueden acceder a sus certificados de nacimiento originales y obtener las respuestas que han buscado durante mucho tiempo". "Quiero felicitar al senador Vitale por su liderazgo en esta legislación que ahora comenzará a dar respuestas a muchos residentes

de Nueva Jersey que quieren conocer la información más básica sobre su historial personal y médico", dijo el senador Sweeney. "Como legisladores, nuestro objetivo es mejorar vidas, y este es un gran ejemplo de cuando tenemos éxito en hacerlo". La ley proporciona a los adoptados con información importante, como el historial familiar mientras se mantiene la privacidad de los padres biológicos. Bajo la legislación, a los padres biológicos se les dio la oportunidad hasta el 31 de diciembre de 2016 para que sus nombres fueran borrados y redactados del registro de nacimiento de su hijo biológico, con la opción de rescindir su solicitud de redacción en cualquier momento. A partir del 1 de enero de 2017, los adoptados pueden comenzar a acceder a los registros de nacimiento originales. "Muchas personas dan por hecho que simplemente pueden preguntar a los padres o ancianos de la familia sobre su historial médico y su pasado, pero las personas adoptadas de Nueva Jersey han permanecido en la oscuridad durante mucho tiempo", dijo la senadora Weinberg. "Ahora, pueden encontrar respuestas y acceder a información vital que les acercará a su verdadera identidad y les ayudará a resolver cualquier problema de salud,

manteniendo la privacidad de los padres biológicos que deciden permanecer anónimos. Estoy orgulloso de ser parte del esfuerzo que nos trajo aquí hoy". Bajo la ley que acaba de entrar en vigor, una persona adoptada mayor de 18 años, su descendiente directo, hermano o cónyuge, padre adoptivo o guardián, o una agencia estatal o federal ahora tienen acceso a



una copia del certificado de nacimiento original del adoptado a través del Registro del Estado de Nueva Jersey. Además, la persona adoptada puede recibir cualquier información disponible sobre las preferencias de contacto con sus padres biológicos e información de historial de familia.

"Me alegra celebrar en esta ocasión que las personas adoptadas de Nueva Jersey finalmente tienen la capacidad de aprender sus historial personal, algo que muchos de nosotros damos por hecho", dijo la senadora Allen (R-Burlington). "Comencé a trabajar para cambiar las leyes de adopción de nuestro estado hace casi 20 años, ha sido una pelea extremadamente larga, pero creo que valió la pena el esfuerzo hoy". La ley dio la oportunidad a los padres biológicos de proporcionar al secretario estatal su preferencia para contacto con su hijo biológico, ya sea contacto directo, contacto a través de un intermediario o ningún contacto. Además, les permite cambiar esta preferencia en

cualquier momento a través del registro estatal "Durante 37 años, las personas nacidas y adoptadas en Nueva Jersey han anhelado este día, un momento en el que podrían experimentar el alivio que se produce cuando una ley que ha restringido los derechos civiles y humanos de los ciudadanos se pone de lado en vez de los contrario", dijo Pam Hasegawa, líder de NJ CARE. La ley requiere que cuando un padre biológico tramite un documento de preferencia de contacto al registro estatal también requiere que envíe información de historial de familia. Un padre biológico cuya preferencia es el de no tener contacto con la persona adoptada se le sugiere actualizar su historial familiar una vez cada diez años hasta que alcancen la edad de 40 y una vez cada cinco años a partir de entonces. El registro estatal estará obligado, en conformidad con la ley, a suministrar a las personas adoptadas toda la información actualizada a medida que se añada al expediente. "Hoy en día, no sólo proporcionamos certificados de nacimiento para los residentes adoptados de Nueva Jersey que han esperado muchos años para informarse sobre su verdadera identidad", agregó el senador Vitale. "Estamos celebrando una victoria de la comunidad de personas adoptadas del estado, dando esperanza y proporcionando una oportunidad para que los adoptados y los padres biológicos se reúnan". El Departamento de Salud publicó información para las personas adoptadas y padres biológicos acerca de los cambios en la ley de registros vitales en su portal de internet.

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

Combatir esa manía de dejarlo todo para después



Una de las razones por las cuales nos cuesta tanto abordar el tren de las oportunidades es porque tenemos asuntos pendientes. Hay personas extraordinariamente brillantes que no logran avanzar en sus objetivos. Ante la pregunta de cómo puede suceder tal cosa, no encontramos con una serie de elementos, entre los cuales resaltan problemas de actitud, baja autoestima, falta de propósito o ausencia de voluntad. Estas dolencias tienen un síntoma en común: dejar todo para después. Procrastinar tiene mucho que ver con la falta de voluntad y el uso inadecuado del miedo, que, como veremos pronto, puede ser un gran potenciador cuando lo sabemos manejar. Comenzar lo que tenemos pendiente es una de las tareas indispensables si queremos llegar a ser inquebrantables. Evadir las distracciones tiene un efecto determinante en nuestros resultados. Son incontables las personas que se sientan a trabajar y a los pocos minutos están con el teléfono en la mano, para ver cuerpos en Instagram o leer una receta que encontraron en una revista vieja. Estas pequeñas distracciones son letales. ¿Cuántas veces has dicho: "El lunes lo hago", "cuando termine la película, me siento...", "juego otra partida y me pongo..."? Y no lo haces ni ese lunes ni el otro, y ves esa película y otra más —que ya habías visto— y adelantas la hora en la tableta para jugar más. Procrastinar emana de la comodidad, porque hacer las cosas genera resultados, y ellos te sacan de allí. ¿Cuántas veces has dicho: "El lunes lo hago", "cuando termine la película, me siento...", "juego otra partida y me pongo..."? Y no lo haces ni ese lunes ni el otro. En el fondo, te engañas al creer que te escuchas bajo una coraza que te protege de la incertidumbre y del curso de las acciones. Pero no es así, debes sacar de esa zona primitiva de tu cerebro la idea de que no hacer nada te protege, porque la inacción es una bomba que detona incertidumbres. No es lo mismo poner el control de tu vida en tus acciones que ponerlo en tus abandonos. Salir de la cueva a recoger las bayas implica el riesgo de enfrentarte a los depredadores, pero es un riesgo que ya conoces, y lo haces porque sabes a lo que vas. Pero te tengo una mala noticia, carnal: igual tendrás que salir o te morirás de hambre. Y entonces, cuando salgas no será en las condiciones que tú decidas, sino en las que impongan los granos de arena que no dejan de caer. Estoy cansado de ver ideas brillantes que por ser dejadas para última hora se convierten en la burda imitación de lo que debían ser. Cuando pospones los pasos fundamentales para la consolidación de tus proyectos no crees que has tomado la decisión de cómo vivirás los próximos años, pero te equivocas: ya lo has hecho. No actuar es el acto más contundente del ser humano, porque el tiempo jamás se

detiene. Los deseos y las intenciones son inservibles sin el poder de la acción. Es muy distinto estar interesado que estar comprometido. Hay que dosificar los verbos querer, soñar y desear, y conjugar con mayor frecuencia todas las formas de hacer, luchar y emprender. Es necesario poner los verbos en orden: enlazar el pretérito de anhelar con el presente de actuar para obtener el futuro de triunfar. No actuar es el acto más contundente del ser humano, porque el tiempo jamás se detiene. Hoy, usa tu tiempo para sudar; tus talentos y tus dones, para servir; tu dinero, para invertirlo en ti y en tu crecimiento. ¿Cuándo has visto que de la apatía surja algo bueno; de la pasividad algo grande, o que del rencor nazcan el amor y la paz?, ¿cuándo has visto que de la pereza crezca la abundancia? Hay cosas que para hacerlas se necesita cero dinero: ser apasionado, tener ética, ser puntual y comenzar a hacer. Emplea eso a tu favor y todo lo demás nacerá por añadidura. Por más pequeños y escasos que consideres tus talentos y dones, bastarán para conseguir el éxito si los concentras en el objetivo. Los sueños no están hechos de pereza, indiferencia, apatía, procrastinaciones "no puedo", "mañana lo hago", "es que si pudiera...". ¡Nada de eso! Deja de ser tolerante con tu indolencia mental y extirpa los pretextos y las dilaciones. Necesitas un deseo tan profundo que por más que recibas golpes y humillaciones te levantes de nuevo. Necesitas firmeza, pero sobre todo constancia. Procrastinar es un hábito nefasto, un vicio que no solo te aleja de tu meta, sino que te cuesta mucho dinero, mucho —ya lo verás—. De pocos vicios se puede salir sin ayuda. Apóyate en otras personas y préstate a ayudar a quienes necesiten comenzar a poner los acentos en las vocales **c o r r e c t a s**.

Perder un mal hábito es una ganancia, pero a veces vemos el cambio de comportamientos como una forma de perder y a nadie le gusta perder. En realidad, quienes más han perdido son aquellos que más se resisten al cambio. Es una lamentable paradoja que aplazar las responsabilidades sea algo tan común en mentes brillantes y personas sumamente creativas, que no logran canalizar el poder de su genialidad. Existe otro tipo de procrastinación que tiene rostro de perfeccionismo y aplican aquellos que, escudados en esta actitud, acaban por no hacer nada. Procrastinar no es solo ir dejando las cosas para después, sino también todas las acciones evasivas que tomamos de modo inconsciente para no hacer lo que es realmente importante. Esto incluye la dilación, el perfeccionismo, el exceso de análisis, la indecisión; esta última muchas veces llega a nosotros como una forma de postergar el momento de enfrentarnos al papel en blanco o

de hacer esa llamada tan importante. Hay cosas que para hacerlas se necesita cero dinero: ser apasionado, tener ética, ser puntual y comenzar a hacer. Emplea eso a tu favor y todo lo demás nacerá por añadidura. No hablamos de dejar para después tareas tediosas como barrer o sacar la basura —las cuales, aunque las detestemos, hasta las preferimos si con ellas evadimos lo que tenemos que hacer—, sino de aquellas que tienen un impacto radical en nuestra vida. Hay que hacer cosas sencillísimas que nos lleva semanas comenzar o que simplemente nunca arrancamos. Labores tan fundamentales como actualizar un resumen curricular o trazar un proyecto personal quedan enterradas bajo el peso inconmensurable de las series de televisión, los videojuegos, los grupos de WhatsApp o los inacabables memes. Con esto no te quiero decir que trabajes sin descanso. Entretenerse es esencial para lograr los planes que has trazado. Sin embargo, debes estar consciente de la posición que otorgas a la recreación en tu lista de prioridades. Si lo haces de una forma inteligente, disfrutarás mucho más esas pausas, porque sabrás que tienes el **c o n t r o l d e t u v i d a**. Otro de los elementos que nos lleva a posponer nuestras acciones fundamentales es el mal establecimiento de las prioridades. Sé que ya has escuchado muchas veces aquello de que hay cuestiones importantes y otras urgentes, y que nuestro foco debe estar en las primeras, pero esto es algo que nunca debes olvidar. Además, es preciso recordar que este será siempre un criterio arbitrario, viciado con nuestros sesgos y prejuicios, y que, aunque tengamos colgada en la pared una hermosa matriz de lo importante y lo urgente, serán nuestros actos los que hablarán al final. Otro de los elementos que nos lleva a posponer nuestras acciones fundamentales es el mal establecimiento de las prioridades. Haz un ejercicio, y hazlo bien, porque volveremos a él unos capítulos más adelante. Quiero que realices una lista de las cinco cosas más importantes para ti en este momento, cosas que tú debes concluir, como trazar presupuestos o sentarte a estudiar un tema que necesites aprender. Al lado colocarás una fecha razonable de cumplimiento. Luego, durante unos días, lleva una lista de lo que haces; registra con gran precisión el tiempo dedicado a la redes sociales —salvo que estas sean parte de tu proyecto personal—, a ver televisión o escribir mensajes de texto, así como otros elementos que te distraigan a la hora de trabajar. Si lo deseas, excluye de esta lista el tiempo que separas con total uso de razón para reponer tu cuerpo y refrescar tu mente. Adicionalmente, es importante que lleves registro de las distracciones en que caes a la hora de emprender una tarea. ¿Cuántas veces interrumpes el trabajo para hacer algo

intrascendente?, ¿cuántas veces revisas el teléfono o abandonas tu labor sin avanzar? Esta revisión te dará una idea de cuáles son las rutas de escape. No te confundas, algunas veces las tareas domésticas son la excusa perfecta para levantarnos de la silla, debes identificar cuándo cortar unas cebollas es hambre o distracción. Es posible que también nos refugiamos en tareas que creemos productivas sin serlo, como responder estériles correos electrónicos o asistir a juntas interminables. Este ejercicio te ayudará, adicionalmente, a definir un lugar óptimo para trabajar, si no lo tienes. Toda ocupación requiere un lugar a prueba de distracciones en la medida de lo posible, pero nuestro sitio de trabajo no hará nada por sí mismo si no tenemos disciplina. En el mundo actual los teléfonos inteligentes son la mayor de todas las distracciones. Apágalo, amordaza a ese charlatán empedernido. Si no puedes hacerlo por algún motivo, limita su poder de distraerte: apaga las notificaciones, ponlo lejos de tu alcance, pide a las personas más importantes que eviten enviarte mensajes innecesarios. Una vez que sabes cuáles son los distractores que interrumpen la faena, tenlos a mano. No te pongas a trabajar sin contar con el material necesario y no lo utilices para otra cosa. Cuando sientas que has avanzado en este sentido, podrás ir más allá. Practicar la serenidad refuerza el dominio propio, especialmente si eres una persona que viaja o que no cuenta con un lugar sobre el que tengas demasiado control, puedes desarrollar tu capacidad de enfoque al introducir circunstancias incómodas que rompan con tu paciencia o concentración. En mis entrenamientos, cada dos días utilizo esta técnica para ejercitar la concentración: coloco un audio de goteo constante por 10 minutos o algún sonido estridente que me haga sentir incómodo e interfiera con mi paz interior; así busco concentrarme a tal grado que no oiga ninguno de estos sonidos. En ocasiones, he logrado silenciar todo el ruido y la interferencia externa, como si poseyera un ecualizador dentro de mí, y esto me permite decidir qué quiero escuchar del mundo exterior cuando necesito abstraerme. Con este ejercicio aprenderás a subir el volumen a lo que hay en ti e ignorar los distractores que te lanza la mente. Entrena para estar en sintonía y descubrir qué debes sacar y extirpar de tu corazón. La oración (o la meditación, si no eres creyente) es de gran ayuda, porque en ella encuentras un espacio para conocerte más, y cuanto más te conoces, menos miedo te tienes. El medio más efectivo para ser protegido de las tentaciones es estar ocupado con el bien. Cuando la corriente de nuestros pensamientos fluye invariablemente hacia arriba, estos se hacen profundos y estables, se mantienen sin desvíos ni lagunas; entonces, la imaginación y los sentimientos que brotan de lo profundo del alma se direccionan de modo natural hacia adelante. Este es el camino indiscutible hacia la excelencia. Si quieres una existencia mejor, tú debes ser mejor, así de simple. Nada mejora si tú no lo haces primero. Son pocos los que se toman la molestia de anotar sus metas y sueños con afinada claridad. Debes trazar un mapa y una estrategia, aplicarla y olvidarte del famoso plan B: llegas o llegas. Usa tu tiempo con sabiduría, deja aquello que te distrae y aprende a decir que no: "No voy", "no quiero", "no puedo". No dediques tus minutos en nada que no te acerque a tu propósito de vida, que también elevará a otros. No antepongas tus comodidades a tus necesidades. Pon en tu agenda horas de trabajo y cúmplelas; si programaste tres horas frente a la pantalla, conclúyelas. Al principio sentirás que pierdes el tiempo, pero luego verás que son esos los momentos de mayor productividad. Y si no sabes por dónde comenzar, inicia por el final, o por el medio, pero comienza. Ya verás cómo pegar los pedazos, y cuando lo hagas, sentirás que has sido tú quien se ha completado.



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

Sexo y matrimonio con robots será pronto una realidad

Algunos especialistas pronostican que los primeros amantes de metal, goma y plástico, programados para dar placer sexual, estarán listos en unos meses. El sexo con robots está "a la vuelta de la esquina", dijo un experto esta semana en una conferencia en Londres en la que se habló de las implicaciones de tal posibilidad y se presentaron juguetes sexuales interactivos. Los "sexbots" son un tema recurrente de la ciencia ficción, presente por ejemplo en las películas recientes "Ex-Machina" y "Westworld". Algunos especialistas pronostican que los primeros amantes de metal, goma y plástico, programados para dar placer sexual, estarán listos en unos meses. "El sexo con robots está a la vuelta de la esquina, y los primeros 'sexbots' llegarán... el año que viene",

dijo el experto en inteligencia artificial David Levy en el Congreso internacional de amor y sexo con robots, organizado por la University of London, Universidad de Londres. Abyss Creations, una empresa estadounidense con sede en California, empezará a promocionar el año que viene sus primeros robots sexuales con la capacidad de moverse y hablar como humanos. Levy, autor de "Amor y sexo con robots" ("Love and Sex with Robots"), que da nombre a la conferencia anual, estimó que el matrimonio con estos humanoides podría hacerse realidad a mediados de siglo. "A medida que el sexo con robots sea más y más corriente, confrontaremos la posibilidad real del matrimonio", estimó este antiguo maestro internacional de ajedrez. Y, ¿por qué no? Se



trataría de maridos/esposas "pacientes, amables, protectores, cariñosos", nunca celosos o groseros... "a menos que quieras que lo sean", afirmó. La cita de Londres sirvió para presentar los últimos avances en sexo cibernético, como un artilugio que permite a las parejas besarse aunque estén lejos. El "Kissenger", que se incorpora al celular, contiene sensores que detectan la presión del beso y la transmiten a la pareja en tiempo real. Los estudiantes de la universidad japonesa de Keio, Tokio, están desarrollando la "Teletongue" o "Teleglengua", para lograr "interacción oral remota", con fines "perversos", en palabras de una de sus creadoras, Dolhathai Kaewsermwong. Permite a las parejas transmitir sonidos y sensaciones de lametones usando una piruleta, y creando "una experiencia inmersiva", narró. Lynne Hall,

profesora de la facultad de ciencias informáticas de la Universidad de Sunderland, en el noreste de Inglaterra, estimó que los robots podrían brindar "una experiencia sexual fantástica". "El sexo con robots tiene muchas ventajas... es seguro, no contraes ninguna enfermedad, puedes controlarlo", dijo en la conferencia, descartando que pueda sustituir o amenazar a las relaciones humanas, tildando el temor de "pánico moral". "La gente mira porno regularmente y siguen teniendo relaciones sexuales con humanos", alegó. Sin embargo, para muchos, mantener relaciones sexuales con máquinas sería ir demasiado lejos. Emma Yann Zhang, estudiante de doctorado en la la Universidad City de Londres, que trabajó en el prototipo Kissenger, dijo que falta mucho para que la gente encuentre la idea normal.



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

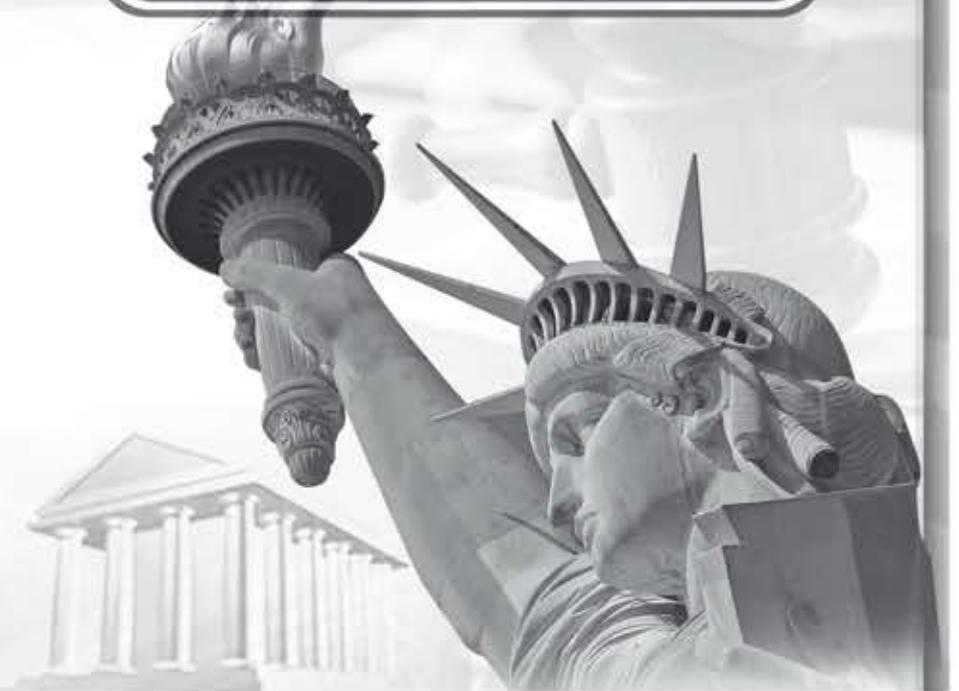
86-25 Lefferts Blvd Richmond Hill, Queens 11418

15404 Broadway Ave., NY, NY 10036

201-388-6900

212-227-2009

212-456-7899



Comience el 2020 conociendo como va ser su destino

Leo 23 de julio al 22 de agosto



Que la locura sólo llega si tú quieres que llegue Leo, si tu la dejas entrar a tu vida... Pon barreras, porque tu mente debe descansar de verdad... Al menos un poco Leo... Porque al final va a estallar... Mes de los moviditos Leo. Muy movidito. Sí, parecía que estabas relajadito, parecía que habías encontrado esa paz

Virgo 23 de agosto al 21 de septiembre



Te vas a reencontrar con personas del pasado Virgo, en realidad también con personas que hace mucho tiempo que no ves y que en el fondo necesitas muchísimo. No te das cuenta pero estás metido en una espiral de conformismo y a menudo rutina que no te favorece nada, además de que ¡tú no eres así! No te ha gustado nunca vivirla

Libra 22 de septiembre al 22 de octubre



Cambios, cambios, cambios Libra... Y de lo más interesantes... vas a tener que "despedir" cositas y personas de tu vida pero ¡YA! Sobretudo si quieres dar paso a lo que entra. Sí a veces hay incompatibilidad en estas cosas... y este es el caso. Te toca Libra, te toca decidir qué hacer, y si tienes un poco de cabeza y no te dejas llevar por las emociones

Escorpión 23 de octubre al 21 de noviembre



Mes de altibajos Escorpio, pero de una felicidad por momentos inexplicable. Vas a rodearte de los tuyos de nuevo, vas a estar mucho más cerca de la gente que te quiere y te van a cuidar en tus momentos más bajos. Y eso es lo que a veces necesitas Escorpio, que te cuiden, que te mimen, que te den calor, un calor que te cuesta pedir...

Sagitario 22 de noviembre al 22 de diciembre



Hay mucho que tienes que decir Sagitario. Y Septiembre es el momento. Necesitas soltar información que llevas reteniendo dentro un tiempo, necesitas sincerarte con muchas personas, plantar cara a otras muchas y por fin, decir lo que sientes. Lo que está en ebullición dentro de ti, lo que te perturba y lo que te entristece.

Capricornio 23 de diciembre al 21 de enero



Estás cansado Capri, pero ya no cansado como otras veces, está cansado porque necesitas descansar de verdad. Tienes mucho sobre tus hombros, muchas sensaciones, muchas cargas, mucha presión que poco a poco ha ido aminorándose pero que aún está ahí... Te vas a enfrentar con el pasado

Acuario 22 de enero al 21 de febrero



Acuario, te sientes bien, bueno, te sientes regular, bueno a veces también un poco mal, pero bien a la vez, pero bueno quizás bien pero regular... Ay Acuario... ¡No sabes ni cómo te sientes! Quieres que las cosas a tu alrededor fluyan de la mejor manera posible, de hecho le pones toda la energía positiva que puedes al asunto pero es personas no te ayudan.

Piscis 22 de febrero al 20 de marzo



Te vas a enterar de un noticia que te va a dejar a cuadros Piscis. Septiembre va a ser como esa vuelta a la realidad que nunca esperas, como eso de la vuelta al cole, cuando de repente te enteras de todo lo que han hecho tus compañeros en vacaciones y de lo que ha pasado mientras tú no estabas. Pues igual, pero no con amiguitos de clase.

Aries 21 de marzo al 20 de abril



Ese mes que la verdad, no es que sea de tus favoritos, pero bueno... Es muy probable que este año te cambie la perspectiva de todo... Septiembre es un mes bueno Aries, un mes de transición, donde vas a dejar algunas cosas atrás definitivamente, donde vas a pelear por lo tuyo.

Tauro 21 de abril al mayo de 20



Las decepciones son inevitables Tauro... Pero sé lo suficientemente hábil para darte cuenta del tiempo que quieres quedarte ahí, clavado en algo, lamentándote, por favor... Este mes no será uno de los mejores meses de tu vida pero tampoco será una mierda, es más quizás te des cuenta de muchas cosas que te abran las puertas.

Geminis 21 de mayo al 21 de junio



Te están buscando Géminis, quieren algo de ti, y tú lo sabes... Pero estás cerrado en banda a dar nuevas oportunidades, como si desconfiaras mucho más de la vida ahora... Haces bien. Ya no te vas a creer lo primero que te digan ni tampoco vas a caer a los brazos de nadie a la mínima.

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...

TOTAL CARE

of Union City

LESIONES DE TRABAJO EN NY? PROGRAME YA SU CITA!



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

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

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

Del altar a la deportación por fraude

Si el servicio de inmigración de Estados Unidos prueba que el matrimonio fue fraudulento, los involucrados pueden ser condenados a una pena de hasta 5 años de prisión. El matrimonio por papeles puede convertirse en un tremendo dolor de cabeza para los novios que dicen amarse para conseguir la codiciada green card o tarjeta verde. El arresto de la cubana Yosandra Piedra Vázquez, a quien las autoridades de Florida acusan de fraude migratorio por casarse con 10 hombres entre 2002 y 2012, volvió a encender las alarmas de un delito que, si es descubierto, puede hacer trizas el sueño americano. Piedra facilitó a sus esposos la residencia legal permanente (tarjeta verde o green card) a cambio de dinero, indican documentos judiciales. La acusación apunta que Piedra conspiró para defraudar y obtener beneficios migratorios, además de obstruir e interferir en la ejecución de la ley de inmigración. Los 10 esposos de Piedra presentaron el Formulario I-485 para gestionar la residencia legal permanente tras la celebración del matrimonio. La acusación dice que los contrayentes cometieron los delitos a sabiendas e infringieron leyes federales. La acusación no detalla cuánto recibió Piedra por cada matrimonio. Sin embargo, involucra a Yoel de Moya Lozada como el conspirador que trabajó de enlace para celebrar las uniones. "El matrimonio por conveniencia, cuando la razón principal fue el casarse para obtener la residencia, es una violación muy seria", dijo a



Univisión Noticias Lilia Velásquez, profesora adjunta de la Facultad de Leyes de la Universidad de California en San Diego. "Los acusados intencionalmente se asociaron, conspiraron y acordaron entre ellos y otras personas (...) para celebrar matrimonios fraudulentos", se lee en el documento. El fraude tenía como objetivo que "los extranjeros no cubanos calificaran fraudulentamente a los beneficios migratorios" que otorga la Ley de Ajuste Cubano. La Oficina de Ciudadanía y Servicios de Inmigración (USCIS), dijo a Univision Noticias que se toma "muy en serio" el trabajo de hacer

cumplir las leyes de inmigración, y advirtió que "todas las peticiones basadas en matrimonio, solicitudes de ajuste de estatus y de naturalización se someten a exhaustivos controles de antecedentes y de seguridad". "La mayoría de los casos basados en matrimonio reciben una entrevista, ya sea en una oficina local o en un consulado de Estados Unidos", explicó Joanne Ferreira, vocera para medios hispanos de la USCIS. "La entrevista puede ocurrir ya sea durante la adjudicación de la petición de matrimonio, cuando el beneficiario solicita una visa de inmigrante o no

inmigrante para entrar a Estados Unidos o se llevará a cabo en el momento en que el beneficiario es pedido para ajustar su estatus al de residente legal permanente". Velásquez dijo que "cuando se sospecha fraude en casos de parejas disparejas, donde hay gran diferencia de edades, entre otras razones, se hace la entrevista y se graba en video. Y se entrevista a la pareja por separado para ver si hay inconsistencias en el testimonio". La USCIS dijo que cada caso es "revisado individualmente para asegurar que la evidencia presentada es confiable y establece la validez del matrimonio. Si las pruebas aportadas por el beneficiario o peticionaria plantea preocupaciones acerca de la validez de la relación, se requiere que el agente interroge a la peticionaria con la información negativa". En caso de discrepancias una o ambas partes pueden ser señaladas de fraude y la USCIS puede llevar a cabo una investigación administrativa, añade. Durante la investigación, la USCIS dijo que se pueden incluir "visitas a la casa de la pareja, así como entrevistas con los vecinos y amigos tanto el beneficiario como del peticionario". "Los casos confirmados de fraude matrimonial pueden conducir a una prohibición permanente a ciertos beneficios de inmigración", dijo la agencia. Y preciso que además de la información obtenida en el momento de la entrevista, "la unidad de detección de fraudes y de seguridad nacional también recibe comentarios de testigos, ya sea por escrito o por vía oral". Sigmund.

A-1 WATER STORE

PURIFIED & ALKALINE

201-583-1200




4901 BROADWAY AVE.
UNION CITY NJ. 07087

A-1 WATER STORE

PURIFIED & ALKALINE DRINKING WATER

AGUA PURIFICADA

\$3.00



AGUA ALKALINA

\$5.00

Abierto
Lunes - Sábado
8:00 am - 7:00pm
Domingo 9:00am - 3:00pm

201-583-1200

4901 BROADWAY AVE. UNION CITY NJ. 07087

Paros cardíacos de pacientes que ingieren opiáceos



hallazgos, puede que sea apropiado considerar estos casos de paros cardíacos de forma diferente y aumentar la concienciación entre los primeros intervinientes y los profesionales de urgencias de que los paros cardíacos relacionados con opiáceos son distintos de otros casos de paro cardíaco”, comentó May. “Creo que los pacientes que sufren un paro cardíaco debido a una sobredosis de opiáceos se deben reconocer y examinar como un tipo de paciente cardíaco completamente diferente. Pueden requerir un tratamiento

prehospitalario e intrahospitalario diferente del de otros pacientes con paros cardíacos”. En diciembre del 2018, la American Heart Association presentó una nueva serie de cursos de formación online titulada “Capacitación sobre opiáceos para profesionales de la salud” y “Capacitación sobre opiáceos para personal no clínico e intervinientes inexpertos” para formar a personal paramédico, enfermeros, médicos, otros profesionales de la salud de urgencias e intervinientes sobre la mejor forma de reaccionar a emergencias cardíacas por sobredosis de opiáceos. “Una atención de emergencia adecuada y basada en la ciencia es fundamental para los pacientes con paros cardíacos. En este estudio, se indica que el paro cardíaco relacionado con los opiáceos tiene características únicas que se deben tener en cuenta para mejorar la evolución de los pacientes”, afirmó Eduardo Sánchez, M.D., M.P.H., FAAFP, director médico de prevención de la American Heart Association. May y sus colegas siguen investigando los datos de Maine más detalladamente y revisarán y analizarán datos similares de Nuevo Hampshire y Vermont en sus próximos estudios. Las afirmaciones y conclusiones de los autores del estudio que se presentan en las reuniones científicas de la American Heart Association son exclusivas de dichos autores y no constituyen necesariamente la política ni la posición de la asociación. La asociación no ofrece garantía de ningún tipo de su exactitud o fiabilidad. La asociación recibe financiación de personas particulares principalmente; además, distintas fundaciones y empresas (incluidas empresas farmacéuticas y fabricantes de dispositivos, entre otras) realizan donaciones y financian eventos o programas específicos de la asociación. La asociación tiene políticas estrictas para evitar que estas relaciones influyan en el contenido científico. Los ingresos procedentes de empresas farmacéuticas y fabricantes de dispositivos: <https://www.heart.org/en/about-us/aha-financial-information>. El simposio de ciencias de la reanimación (ReSS) de la American Heart Association es un espacio de intercambio general y de primera categoría que proporciona interacciones transdisciplinarias que se transforman rápidamente en avances en el campo de la reanimación, desde la ciencia básica y la ciencia de transferencia, hasta la ciencia de la población. Por primera vez, el simposio de ciencias de la reanimación del 2019 será una conferencia internacional independiente de dos días, del 16 al 17 de noviembre en el Philadelphia 201 Hotel de Filadelfia. A la conferencia asistirán médicos de urgencias, cirujanos traumatólogos, neurocirujanos, cardiólogos, enfermeros de cuidados intensivos, intensivistas, profesionales médicos de urgencias, formadores e investigadores de reanimación con experiencia básica, de bioingeniería, clínica o de otro tipo relacionada con el tratamiento de paros cardíacos y traumatismos.

Un estudio reciente reveló que las víctimas de sobredosis de opiáceos que sufren paros cardíacos son claramente distintas de otros pacientes con paros cardíacos. Sin embargo, es más probable que sobrevivan el tiempo suficiente para ser ingresados en un hospital, según una investigación preliminar que se presentará en el simposio de ciencias de la reanimación del 2019 de la American Heart Association, que se realizará del 16 al 17 de noviembre en Filadelfia. “Los paros cardíacos provocados por una sobredosis de opiáceos son cada vez más comunes y constituyen una población independiente que se debe investigar y cuidar como un grupo independiente para mejorar los resultados generales”, afirmó la autora principal del estudio, Teresa May, D.O., investigadora del Maine Medical Research Center en Portland. May y sus colegas identificaron todas las respuestas de emergencia al 911 en Maine de paros cardíacos extrahospitalarios no traumáticos, especialmente los casos de sobredosis de opiáceos o los casos en los que se administró naloxona como medicamento de rescate por sobredosis. Entre el 2016 y el 2017, se produjeron 3131 respuestas de SEM en Maine debido a paros cardíacos extrahospitalarios, de los cuales 168 se atribuyeron a la sobredosis de opiáceos. En comparación con otras víctimas de paro cardíaco, las víctimas de paro cardíaco asociadas a la sobredosis de fármacos presentaban las siguientes características:

- Eran más jóvenes (35 frente a 62 años).
- Tenían menos probabilidades de sufrir otras enfermedades crónicas.
- Sufrieron paros cardíacos en áreas públicas o con testigos.
- Tenían una mayor probabilidad de recibir reanimación cardiopulmonar realizada por un testigo presencial (27% frente a un 16%).

● Presentaban una mayor probabilidad de reportar el uso de drogas ilegales (19% frente a un 2%).

Los investigadores también analizaron si vivir en áreas urbanas o rurales marca una diferencia y descubrieron que los incidentes relacionados con opiáceos eran tres veces más probables en áreas rurales grandes o metropolitanas que en áreas más pequeñas y remotas. Después de ajustar los resultados por edad, sexo, ritmo cardíaco inicial desfibrilable, si se presenciaron el paro cardíaco, si se administró RCP realizada por un testigo presencial y la ubicación rural, las probabilidades de pacientes de sobredosis que sobrevivieron hasta llegar al servicio de urgencias hospitalario fueron un 80% superiores a las de los que padecían paros cardíacos no relacionados con opiáceos. “En función de nuestros

prehospitalario e intrahospitalario diferente del de otros pacientes con paros cardíacos”. En diciembre del 2018, la American Heart Association presentó una nueva serie de cursos de formación online titulada “Capacitación sobre opiáceos para profesionales de la salud” y “Capacitación sobre opiáceos para personal no clínico e intervinientes inexpertos” para formar a personal paramédico, enfermeros, médicos, otros profesionales de la salud de urgencias e intervinientes sobre la mejor forma de reaccionar a emergencias cardíacas por sobredosis de opiáceos. “Una atención de emergencia adecuada y basada en la ciencia es fundamental para los pacientes con paros cardíacos. En este estudio, se indica que el paro cardíaco relacionado con los opiáceos tiene características únicas que se deben tener en cuenta para mejorar la evolución de los





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

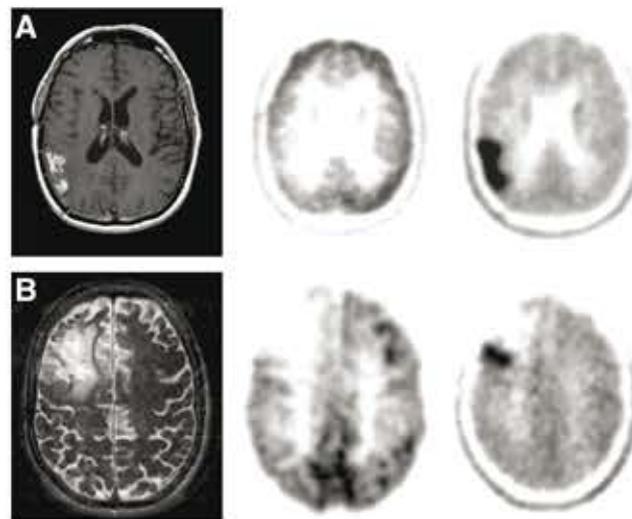
www.holynamemedicalpartners.org

Muchos tumores cerebrales pueden ser benignos

Como en la mayoría de las enfermedades cancerígenas, en general no existen factores predisponentes para el desarrollo de estos tumores, salvo excepciones. La alteración en los genes que produce la multiplicación desornada y anormalmente alta de las células se debe a razones ambientales y a predisposiciones del propio organismo, sin embargo no se puede decir con certeza qué factores de ambos grupos llevan finalmente a que algunas personas desarrollen un tumor y otras no. En algunos casos los tumores aparecen en familias con algunas enfermedades hereditarias (como la Neurofibromatosis por ejemplo), donde la predisposición a desarrollar cierto tipo de tumores es muy alta y en general todos los miembros de las familias afectadas los tendrán a desarrollar. Sin embargo, la mayoría de los pacientes portadores de tumores cerebrales no tienen antecedentes personales ni familiares de enfermedades de este tipo. La exposición a ciertos factores ambientales (por ejemplo radiaciones de alta intensidad como la de los accidentes en plantas nucleares o la secundaria al estallido de las bombas atómicas) también puede predisponer a la génesis estos tumores.

En teoría, cualquier persona y a cualquier edad puede presentar un tumor cerebral. Existen edades don de son más frecuentes cierto tipo de tumores (gliomas malignos en personas mayores), así como otros tumores son más frecuentes en niños (meduloblastomas) y otros según el género (los meningiomas son más frecuentes en las mujeres). Los factores hereditarios y ambientales influyen en el desarrollo de los tumores, aunque como se ha dicho en la mayoría de los casos no se logra identificar un factor causante con claridad.

No es posible dar pronósticos sobre todos los tumores cerebrales ya que son entidades muy diferentes unos de otros, algunos de ellos con pronósticos muy buenos y sin mayores secuelas (la mayoría de los meningiomas por ejemplo), existiendo a la vez otros con pronósticos muy malos incluso independientemente del tratamiento que se les realice (por ejemplo los gliomas de alto grado o glioblastomas)



Tipos de tumores

Existe una gran variedad de tumores cerebrales, dependientes en su génesis de los diferentes tipos de células que se encuentran en el cerebro y sus alrededores:

- Gliomas (los más frecuentes de los tumores "primarios")
- Neurocitomas
- Schwannomas o neurinomas
- Tumores de las membranas que cubren al cerebro o meninges (meningiomas)
- Tumores relacionados a estructuras óseas
- Quistes o pseudotumores
- Tumores de las glándulas que posee
- Tumores embrionarios y primitivos
- Tumores asociados a vasos sanguíneos.

Dolor sospechoso:

En varios tipos de tumores cerebrales es difícil hacer un diagnóstico precoz, porque los primeros síntomas son variables y muchas veces se confunden con los síntomas de otras enfermedades. Los síntomas dependen de la ubicación del tumor y del grado de compromiso del tejido cerebral.

Los síntomas más comunes aparecen cuando el tejido

cerebral está destruido o cuando aumenta la presión sobre el cerebro. Estos síntomas pueden aparecer independientemente de que el tumor sea benigno o maligno. Los síntomas de un tumor cerebral dependen de su tamaño, crecimiento y ubicación.

El **dolor de cabeza** suele ser el primer síntoma del tumor cerebral, pero es importante



mencionar que la mayoría de estos dolores son causados por varios motivos distintos de un tumor cerebral.

Visita al médico

El médico sospecha la existencia de un tumor cerebral cuando el paciente presenta cualquiera de los síntomas característicos. En ese caso deberá pedir exámenes complementarios, tales como: electroencefalograma, tomografía computarizada, resonancia magnética, entre otros. Las radiografías simples

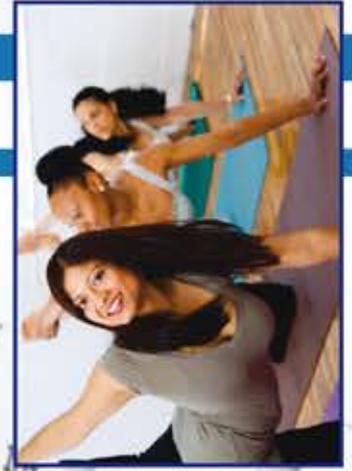
del cráneo o del cerebro no ayudan mucho en el diagnóstico de la gran mayoría de los tumores cerebrales.

- Dolores de cabeza que suelen empeorar por la mañana.
- Problemas de visión.
- Dificultad para concentrarse, fallas de memoria y habla, cambio de personalidad.
- Parálisis o debilidad en uno de los lados del cuerpo.
- Ataques epilépticos o convulsiones que causan debilidad,

parálisis o pérdida de conciencia.

- Náuseas o vómitos, normalmente peores por la mañana.





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

Muchos tumores cerebrales pueden ser benignos

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, Woodridge

ELIZABETH - Canal 18

Elizabeth

HUDSON COUNTY - Canal 19

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

NEWARK - Canal 19 Newark, South Orange

PATERSON -- Canal 75

TEANECK -- Canal 77

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

VIDEO DE SALUD: www.cambionewspaper.com

Viernes 3 de Enero - 9:00 PM

Domingo 5 de Enero - 7:30 PM

Comcast - Canal 51

Martes 7 de Enero - 9:30 PM

Miércoles 8 de Enero - 9:30 PM





Alonso & Navarrete

SIRVIENDO A LA COMUNIDAD DESDE 1982 **ABOGADOS**

CONSULTA INICIAL
GRATIS

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



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



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

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

TENAFly NY
Lavaplatos
Preferentemente
con
Experiencia
Pero no
necesaria
Tiempo
completo
201-871-2182
Gustavo

**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
MECANICO
DE BOMBAS
DE AGUA**
TURBINA
PARA TRABAJO
DE TALLER,
REMOVER,
REPARAR E
INSTALAR
10/15 AÑOS
DE EXPERIENCIA
917-337-7230



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

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

Molly Maid
Team Leaders
To supervise
And Clean our
Customers' Homes
Average \$500-\$550/week
Drivers receive \$250 bonus for
Joining our team.
Company Car provided.
Morristown Area
973-998-5572
Newark / North Arlington Area
201-246-1900

**SE NECESITA
MECANICO**
PARA TRABAJAR
EN TALLER
EN CARLSTADT, NJ
REPARANDO BOMBAS
(TURBINAS)
Y MOTORES ELECTRICOS
CON EXPERIENCIA
EN HERRAMIENTAS
DE TALLER
LLAMAR
917-337-7230



\$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**

TRABAJO, TRABAJO, TRABAJO!!!!

**SOLICITO HOMBRES
Y MUJERES PARA
LIMPIEZA COMERCIAL**

PARA TRABAJAR FIJO TIEMPO
COMPLETO O MEDIO TIEMPO.

DIFERENTES TURNOS Y HORARIOS DIA, NOCHE Y FINES DE SEMANA
TENEMOS TRABAJO EN QUEENS, ROCKAWAY Y LONG ISLAND



INTERESADOS LLAMAR:
856-393-7669
DEJAR MENSAJE



**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

NO LO NECESITAS?... VENDELO YA!!!

NECESITAS RENTAR O VENDER? RENTA O VENDE YA!!!

BUSCAS EMPLEO? ENCUENTRALO YA!!!

DONDE MAS!!

EN CAMBIO CLASIFICADOS

(201) 902-0004
(201) 305-5624



**"CANSADO DEL FRIO
"NO LO PIENSA MAS"**



!!!INVIERTA EN "ORLANDO FLORIDA"
CASAS NUEVAS DE 3 CUARTOS 2 BAÑOS
DESDE LOS \$226,500
40 Minutos de Disney
Cualificación "GRATIS" desde Orlando FL
Llame Luis A González

Ameriteam Realty.
407-729-4371 e-mail:
goorlandofl@gmail.com

SELECT APARTMENTS AVAILABLE NOW!

APARTAMENTOS SELECCIONADOS DISPONIBLES AHORA!

Jaclyn 40 • 5817 Jefferson Street, West New York, NJ 07093

Two bedrooms starting at \$2,350

Three bedrooms starting at \$2,650



DISCLAIMER DESCARGO DE RESPONSABILIDAD PUBLICITARIA

Subject to availability.
Promotions available, please
inquire today for details.

Sujeto a disponibilidad
Promociones disponibles,
por favor pregunte hoy para
más detalles.

AMENITIES COMODIDADES

- Washer & Dryer In-Unit
- Lavadora y secadora en la unidad
- Lounge/Sala de juegos
- Fitness Center/Gimnasio
- Assigned parking
- Estacionamiento asignado
- And more!/Y más!



www.mongroupproperties.com

1-855-Jaclyn1(522-5961)

eleanore@mjmnj.com





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

Auto Body Necesita
Ayudante de pintor
Con experiencia
y licencia de conducir.
973-868-0757
Newark, NJ
José Antonio
www.colormycar.com

Newark
Se necesita súper
Para hacer
reparaciones
201-702-9882

DRIVER
For box truck,
To load & unload.
Must have
a basic
valid driver's
license
From 1 of the
3 tri-states,
CDL is not required;
40+ hrs.
973 467-5399

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

RENTO CUARTO
A DAMA
QUE TRABAJE
SOLA, SIN
VICIOS,
RESPONSABLE
\$550 +
1 MES DE
DEPÓSITO
CERCA DE
TRANSPORTACION
NJ, NY
DISPONIBLE YA!
212-321-0018

JOYERIA NECESITA
JOYERO CON
EXPERIENCIA Y
1 INJECTOR
DE CERA
CON O SIN
EXPERIENCIA
TIEMPO
COMPLETO
LUNES-
VIERNES
201-313-1008

LAUNDROMAT ATTENDANT PART TIME
must be able to work Wednesday and
Thursday from 7 am - 2 pm and all day Saturdays.
Must speak English and Spanish.
The job consists of making sure
store is clean, detergent sales,
giving change to customer
and wash and Fold.
Compensation \$10 per hour plus tips
from drop off wash and fold service.
Wash and Fold experience preferred
but will train. Call or Text me
973-220-8001

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



Latin, Salsa,
Merengue,
Boogaloo,
Guaguano,
Samba,
Funk, Jazz,
Rock,
Soul,
Disco,
12" 45's 78's

Call Altulga 201 281 5604

Reciba limpieza dental gratis
Llama y pregunta por esta promoción:
908-354-1500

PSYCHIC READINGS
CONSULTAS ESPIRITUALES
RESULTADOS EN 24 HORAS

¿ESTAS SUFRIENDO DE UN DOLOR QUE NADIE ENTIENDE?
¿ESTAS TENIENDO PROBLEMAS CON EL AMOR?
¿ESTAS TENIENDO PROBLEMAS CON EL TRABAJO?
YO TE PUEDO AYUDAR CON TODOS ESTOS PROBLEMAS

ESPECIAL EN LA LECTURA DE LA PALMA GRATIS SOLO CON CITAS
CARTAS DEL TAROT, LECTURAS DE LAS PALMAS, LECTURAS DE FOTOS

(973) 442-7519
CELL: (201) 325-1474

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

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.

- ❶ ¿Su computadora está muy lenta?
- ❷ ¿Hace ruidos extraños? ¿Está desactualizada?
- ❸ Necesita reparación y no sabe quién puede ayudarlo? Llámenos hoy mismo
- ❹ (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 immediate opening for a 2nd Shift 3:00 PM - 11:00 PM yard switcher. Must have CDL Class A, clean background and verifiable work history. Salary based on experience. Holiday & Vacation paid between 7:00 AM - 5:00 PM.

201-790-6804
and ask for Edgar



SOLICITAMOS

REPRESANTANTE DE VENTAS ¡SUELDO MÁS COMISIONES!



Si te interesa esta extraordinaria oportunidad
contáctanos por:



+1-646-372-9341



humanresource4555@gmail.com



#1CASH FOR ALL

TOYOTA, HONDA, NISSAN & JUNK & MORE, RUNNING OR NOT DAMAGE & FLOOD OK! FREE TOWN

973-204-7869
732-600-0033

AUTO BODY TALLER

Necesita Body men (Pain/frame) bondo Con experiencia De lunes a Viernes 862 E 26th St, Paterson, NJ 07513

973-357-9999

COMERCIAL

Parking Space available in Nutley Up to 24 ft

201-390-1729

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

OFREZCO MIS SERVICIOS

PARA HACER REMODELACIONES DE CASAS, PINTURA, INSTALACION DE CERAMICA MARMOL Y GRANITO

201-283-2221

AUTO BODY

Necesita Pintor de carros Preferiblemente con experiencia Buen salario y Beneficios Para trabajar de inmediato

973-773-0078

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

Factory in Hillside needs

Warehouse Packers & Men W/Clean Driver's License & Forklift Experience. Must be Legal to work And Speak Some English. Please Call Phone:

908-258-0451
From 9:00 AM to 3:30 PM to Apply.



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

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