

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 14 - Edición 652

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Abril 11 al 18, 2020

La teoría de que el coronavirus fue creado en un laboratorio chino es una noticia falsa



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**

West New York Board of Education

Educación Preescolar Gratis

para niños de 3 y 4 años que residen en West New York

Matrícula para el año escolar 2020-2021

**Currículo
“Tools of
the Mind”**



**Educación
De Alta
Calidad**

Registración Comienza Marzo 2, 2020

Niños elegibles para el programa Pre-K de 3 años de edad, deben cumplir 3 años el 1ero de octubre del 2020 o antes.
Niños elegibles para el programa Pre-K de 4 años de edad, deben cumplir 4 años el 1ero de octubre del 2020 o antes.

Es tan fácil como:

1. Aplicar en línea: www.wnyschools.net
2. Llamar para una cita: 201-553-4108
3. Traer toda documentación a su cita

POR FAVOR ASEGURARSE DE TENER LOS SIGUIENTES DOCUMENTOS Y LOS FORMULARIOS COMPLETOS CUANDO LLEGUE A LA MATRICULA

- ✓ Aplicación de Admisión junto con todos los formularios y pólizas deben de estar **COMPLETAMENTE** llenos y firmados por el Padre o Guardián
- ✓ Exámenes Médicos/Físicos y formulario Universal Child Health Record **DEBEN** estar completos, firmados y sellados por un Médico y ser revisados por una Enfermera del distrito escolar de WNY
- ✓ Prueba de Inmunización (Traducción al inglés para documentos que no estén originalmente en inglés)
- ✓ Partida de Nacimiento Original (Traducción al inglés certificada es requerida para documentos que no estén originalmente en inglés)
- ✓ Tres (3) Pruebas de Dirección en WNY (Pruebas deben ser recientes y aceptable según los requisitos del distrito) (ver la aplicación)
- ✓ Dos (2) Fotos del Estudiante tamaño Pasaporte

IMPORTANTE:

**SOLAMENTE el Padre/Guardián puede matricular al estudiante.
Padre/Guardián debe mostrar identificación con foto válida para poder matricular al niño.**

CENTRO DE REGISTRACIÓN

PS #3 Annex

5401 Polk Street, West New York, NJ

www.wnyschools.net

Registración es continua durante el año.

Para Más Información, Por Favor Llamar al: (201) 553-4108

IDENTIFIQUE A SU NIÑO – RESIDENTES DE WEST NEW YORK

PADRES: Si usted sospecha que su hijo/a entre las edades de 0-3 años pueda tener algún impedimento o incapacidad que le imposibilita o afecta el aprendizaje por favor comuníquese con el Departamento de Intervención Temprana NJEIS @ (888) 653-4463. Si usted sospecha que su hijo/a entre la edad de 3 a 21 años pueda tener alguna incapacidad o impedimento que afecte negativamente su aprendizaje y usted es residente de West New York, puede comunicarse con la oficina de Servicios Especiales del Departamento de Educación de West New York. Nosotros le podemos facilitar información con respecto a los servicios para los cuales su hijo/a puede ser elegible.

POR FAVOR LLAME A: Sr. Christian Cardenas, Asistente Superintendente de Servicios Especiales al (201) 553-4000 Ext. 30152.

El coronavirus fue creado en un laboratorio chino



Una de las hipótesis conspiranoicas más extendidas es que el SARS-CoV-2 fue fabricado por científicos asiáticos para provocar la caída de Occidente.

En noviembre del pasado año, cuando la enfermedad COVID-19 todavía no había sido detectada en China, unos investigadores publicaron un artículo que parecía más un divertimento propio de científicos encerrados en su torre de marfil que una investigación que resultara de aplicación práctica.

Unos meses después, aquella investigación

básica ha resultado clave para conocer el genoma del SARS-CoV-2 y, con ello, su origen. Esto resulta fundamental para la investigación aplicada en su carrera para encontrar algún fármaco o vacuna que nos defienda frente a la pandemia.

El artículo presentaba los resultados de una investigación sobre las infecciones por coronavirus que sufrían los pangolines malayos. Desde la primera frase, los autores anunciaban el motivo que había impulsado su investigación: "Los pangolines son animales en peligro de

extinción que necesitan protección urgente. Identificar y catalogar los virus es un enfoque lógico para conocer sus patógenos potenciales y ayudar a su conservación".

Conservación. Nada que ver con la posible aplicación práctica a la virología patógena humana.

El pangolín malayo (Manis javanica) es una de las ocho especies existentes de pangolín. Cuatro de ellas son asiáticas y otras cuatro, africanas. Debido a la gran demanda de su carne como alimento y a sus escamas de queratina (como nuestras uñas) destinadas a su uso en medicinas tradicionales orientales, son los

mamíferos silvestres más cazados y traficados del mundo.

El mal estado sanitario y la baja inmunidad que afecta a las poblaciones en cautividad son un importante riesgo potencial para la salud humana, porque los animales infectados podrían constituir un reservorio vírico susceptible de infectar a humanos como ya habían demostrado varios estudios metagenómicos sobre virus patógenos transmitidos por murciélagos, gatos, vacas, aves, caballos y cerdos silvestres. Sin embargo, se sabe muy

poco sobre las enfermedades de animales amenazados como los pangolines.

Los resultados de aquella investigación, que parecían una banalidad científica a finales de 2019, pasaron rápidamente al desván del olvido donde descansan millones de publicaciones de investigación básica que parecen inútiles. Pero en este caso, tardó poco en bajar desde la buhardilla al salón principal de la investigación biosanitaria.

La información contrastada y fiable es más necesaria que nunca. A medida que el nuevo coronavirus que causa la enfermedad COVID-19 se propaga por todo el mundo, los bulos, las falsedades y las hipótesis más absurdas se extienden casi tan rápido como el propio virus.

Una de las hipótesis conspiranoicas más extendidas es que el SARS-CoV-2 fue creado por científicos chinos en un laboratorio de Wuhan, donde comenzó el brote, desde donde se habría dejado escapar intencionadamente para provocar la caída de Occidente.

Aunque no les guste a antivacunas, terraplanistas, geoestrategas de pega y otras tribus partidarias de las conspiraciones apocalípticas, existen argumentos científicos más que suficientes para probar que el SARS-CoV-2 es una zoonosis vírica originada en murciélagos y luego transmitida a través de otros mamíferos a los seres humanos. Yo mismo, que no soy ni de lejos un experto, me ocupé hace más de dos meses de ese origen.

Origen natural del virus

**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

**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

Qué pasa si se quita el casco en el espacio



La piel del astronauta se pondría muy tensa; una rigidez incluso dolorosa. El cuerpo se hincharía por completo, pero no explotaría. Cientos de películas han recreado el escenario de lo que pasaría si un astronauta se quita el casco cuando está en el espacio. Pero pocas se han acercado a la realidad. Si un astronauta decidiera quitarse el casco en el vacío, pasaría por un calvario que se puede resumir en nueve puntos, según Discovery News.

En primer lugar, y de inmediato, todo el aire que tenía en los pulmones sale disparado con más fuerza que un estornudo. Los alveolos pulmonares se rasgan durante el proceso causándole mucho, mucho dolor.

Unos segundos después, el astronauta empieza a experimentar los efectos de la anoxia; es decir, la falta total de oxígeno en las células. También defecaría de inmediato, como pudo comprobar la Nasa cuando expuso a un centenar de perros al vacío y comprobó

que sus intestinos se vaciaban al momento.

Luego, el astronauta se da cuenta de que sus orificios nasales están muy secos y su saliva está "hirviendo", pero no está caliente. Como explica la ley de Boyle, cuando la presión disminuye, el volumen aumenta; en el vacío no hay presión, así que el agua se convierte en un gas inmediatamente (aunque la temperatura no suba).

La piel, por su parte, se pondría muy tensa; una rigidez incluso dolorosa. El cuerpo se hincha por completo, pero no explota como se ve en las películas. Se inflama, hasta que la tensión de la piel se iguala con la tensión exterior.

El sistema circulatorio es un circuito cerrado, así que cuando baja la presión arterial porque los vasos sanguíneos se expanden, la sangre de las venas entra en ebullición, según, de nuevo, la ley de Boyle. Esto ocurre también en los ojos, pero estos no se saldrían de sus órbitas. Enseguida, las burbujas de gas en las arterias del astronauta podrían bloquear la correcta circulación de la sangre, lo cual puede ser mortal de muchas maneras distintas.

En el espacio el astronauta está expuesto a radiación cósmica de todo tipo, pero si puede observar el Sol, eso

quiere decir que está muy cerca de la estrella y entonces se quemará inmediatamente, debido a los rayos ultravioletas (UVA) que impactarán contra su piel, pues no cuenta con la protección de la atmósfera. Primero se quema el pelo, las cejas y el vello de cualquier tipo.

Si el astronauta está en la sombra, entonces probablemente se encuentre a cientos de grados bajo cero. Pero no se congelaría, ya que el calor necesita algo a donde

transferirse, y cuando se está en el vacío no puede irse a ningún lado, así que se mantiene en el cuerpo.

El astronauta se quedaría inconsciente en 15 segundos. Lo sabemos por los estudios que se han realizado con chimpancés y por los errores que han cometido los humanos en el espacio o en cámaras de vacío en la Tierra. Solo 15 segundos tarda la sangre sin oxígeno en llegar al cerebro y dejarlo inconsciente.

Después el astronauta se quedaría flotando en el espacio, hinchado y con la sangre en ebullición, pero con el corazón todavía latiendo. Sus compañeros tendrían hasta 3 minutos y medio para rescatarlo con vida: es el tiempo máximo que sobrevivió, sin secuelas, uno de los chimpancés usados en las pruebas.

El tiempo máximo para mantenerse consciente, en medio de un dolor absoluto, es de 15 segundos

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

Características genéticas del infarto de miocardio



en un 10-15 por ciento". Así lo explicó a Efe el coordinador del grupo de investigación en epidemiología y genética cardiovascular del español Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas y coautor del trabajo, Roberto Elosua. Sin embargo, esas 48 características genéticas comunes tan sólo explican un 6 o 7 por ciento la base genética de esta enfermedad, es decir, "nos quedaba mucho por conocer", reconoció el investigador. "Pensábamos que había variantes raras - que tiene menos del 5 por ciento de la población- que podían disparar el riesgo de desarrollar esta enfermedad, y esa era la hipótesis de partida del estudio: que ciertas variantes raras aumentaban

el riesgo asociado entre dos y tres veces más", relató. El estudio, publicado en Nature Genetics, analizó diez millones de características genéticas: 6,7 millones frecuentes o comunes y 2,7 millones raras, de una muestra de 61.000 pacientes con cardiopatía isquémica y 123.504 personas sanas. La primera sorpresa es que no se han encontrado variantes raras que disparen el riesgo de padecer cardiopatía isquémica. "Hemos encontrado variantes raras que aumentan el riesgo, pero sólo un 10-15 por ciento, es decir, lo mismo que las variantes

comunes". El segundo hallazgo del estudio está relacionado con el descubrimiento de diez nuevas variantes genéticas relacionadas con esta enfermedad, que aumenta la lista de 48 a 58 rasgos genéticos. Dichas características explican en conjunto el 13 por ciento de la base genética de la cardiopatía isquémica. "Curiosamente, lo que sabíamos antes de la base genética de la enfermedad es que estaba muy relacionada con los lípidos (el colesterol) y la inflamación. A más lípidos, más riesgo; a más inflamación, más riesgo", explicó Elosua. Sin embargo, estas diez nuevas características genéticas están relacionadas con aspectos que regulan la funcionalidad de la pared de la arteria (fundamentalmente, con su capacidad de relajarse o contraerse), lo que supone identificar nuevas dianas terapéuticas. "Actualmente, los fármacos utilizados para prevenir el infarto de miocardio controlan la presión arterial y el colesterol, pero este hallazgo abre una nueva vía para buscar nuevos medicamentos que regulen la actividad de la arteria y contribuir así a reducir y prevenir esta enfermedad". Por último, el estudio ha buscado las posibles diferencias genéticas que hay en las distintas formas de cardiopatía isquémica y ha descubierto que comparten un 95 por ciento de la base genética, y sólo unos pocos genes están implicados en que la dolencia acabe en angina de pecho o infarto de miocardio. El hallazgo será útil para intentar modular estos genes y sus proteínas para intentar que la enfermedad -al ser detectada en un paciente- "progrese hacia formas más benignas y tratables como la angina y no tan graves como un infarto de miocardio", concluyó el investigador.



¿Qué es un desfibrilador?

Es la transmisión de corriente eléctrica al músculo cardíaco, ya sea directamente a través del tórax abierto, o indirectamente a través de la pared torácica, para revertir determinadas arritmias. Un desfibrilador es un dispositivo que administra una descarga eléctrica al corazón a través de la pared torácica. Sus sensores integrados analizan el ritmo cardíaco del paciente durante unos 10 segundos, detectan el estado del paciente e indica si es necesario suministrar una descarga eléctrica. Después de producirse el shock, el desfibrilador vuelve a analizar al paciente y aconsejará una nueva descarga en el caso de ser necesaria. Cuando estos dispositivos son semiautomáticos pueden ser operados por cualquier persona con un entrenamiento mínimo, es el caso del desfibrilador automático SAMARITAN PAD. Su reducido tamaño y peso le hacen ideal para ser utilizado en cualquier circunstancia.

Hallazgo servirá para intentar modular genes y sus proteínas para que la enfermedad sea benigna. Un equipo de investigadores identificó diez nuevas variantes o características genéticas asociadas al riesgo de padecer cardiopatía isquémica, una dolencia que puede derivar en infarto, muerte súbita o angina de pecho y que es la principal causa de muerte en Europa.

El estudio, bautizado como The CARDIoGRAMplusC4C, realizado por un consorcio internacional de investigadores, cuenta con la participación de científicos del Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (Imim). "Los estudios previos que habían intentado descubrir las causas (o base genética) de la cardiopatía isquémica, habían identificado 48 características genéticas comunes - presentes en más del 5 por ciento de la población-, asociadas al riesgo de padecer esta dolencia y que aumentaban dicho riesgo



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

El estrés produce obesidad en la mujeres



Las situaciones estresantes pueden aumentar las probabilidades de obesidad en las mujeres. Las mujeres que informaron una o más situaciones traumáticas en la vida, como la muerte de un hijo, tenían mayores probabilidades de ser obesas. Las mujeres que informaron cuatro o más situaciones negativas en los últimos cinco años, como desempleo indeseado, tenían mayores probabilidades de ser obesas. Las mujeres que vivieron una o más experiencias traumáticas en la vida, o varias situaciones negativas en los últimos años, tienen mayores probabilidades de sufrir obesidad que aquellas que no informaron dicho estrés, según una investigación preliminar presentada en las Sesiones Científicas de 2017 de la American Heart Association, un intercambio mundial líder sobre los

últimos adelantos en ciencia cardiovascular para médicos e investigadores. "Poco se sabe sobre cómo afectan las experiencias traumáticas y negativas a la obesidad de las mujeres. Sabemos que el estrés afecta el comportamiento, incluso la temperatura en las personas, así como también la actividad neuro-hormonal al aumentar en parte la producción de cortisol, que está relacionado con el aumento de peso" expresó la autora principal del estudio Michelle A. Albert, M.D., M.P.H., Profesora de Medicina, Cardiología y Directora fundadora del Center for the Study of Adversity and Cardiovascular Disease en la Universidad de California en San Francisco. La obesidad, un factor de riesgo que se puede prevenir de las cardiopatías y otras enfermedades, afecta a

más de un tercio de los adultos estadounidenses. Según la American Heart Association, casi el 70 por ciento de los adultos estadounidenses tienen sobrepeso u obesidad. Las mujeres suelen vivir más que los hombres, lo que ubica a las mujeres mayores, especialmente a las obesas, en un riesgo más alto de tener enfermedades, manifiesta la autora del estudio Eva M. Durazo, Ph.D., una investigadora posdoctoral en el centro NURTURE, División de Cardiología, UCSF.

Casi un cuarto (23 por ciento) de las mujeres del estudio eran obesas.

Las mujeres que informaron más de una experiencia traumática en comparación con las que no tuvieron ninguna tenían 11 por ciento más de probabilidades de ser obesas.

Cuantas más situaciones negativas informaron las mujeres en los últimos cinco años, mayor fue la probabilidad de tener obesidad. Específicamente, las mujeres que informaron cuatro o más situaciones negativas tuvieron 36 por ciento mayor riesgo de obesidad que las mujeres que no informaron estas experiencias.

Entre las mujeres que tenían mayores niveles de actividad física, hubo una mayor asociación entre el aumento del estrés crónico/acumulativo y la obesidad, aunque todavía se desconoce el motivo de este resultado. "Nuestras conclusiones sugieren que el estrés psicológico causado por situaciones negativas y traumáticas de la vida representa un factor de riesgo importante en los cambios de peso y, por lo tanto, deberíamos considerar la

inclusión de la evaluación y el tratamiento del estrés psicológico en relación con el control de peso" agregó Albert. Según Albert, como el estudio se concentra en la asociación entre las situaciones estresantes y la obesidad en un período corto de tiempo, los estudios futuros tienen que observar la relación de manera longitudinal, realizar un seguimiento de las personas y el aumento de peso durante más tiempo después de haber vivido una experiencia así. "Es un trabajo importante porque las mujeres viven más tiempo y tienen mayor riesgo de sufrir enfermedades crónicas, como cardiopatías. El impacto potencial en la salud pública es grande, ya que la obesidad está relacionada con mayores riesgos de sufrir un ataque cardíaco, un accidente cerebrovascular, diabetes y cáncer, y contribuye al aumento de los costos de la atención médica" concluye Albert.



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



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

¿Problemas con sus pies?

Multi-Specialty Pain Relief Spine & Disc Disorders

415

Foot & Ankle Specialist

MEDICARE &

201.863.2593

Dr. Raymond M. Maimone
Board Certified Podiatrist

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

SU HOGAR CUENTA

...PARA LA EDUCACIÓN



...PARA EL CUIDADO DE LA SALUD



...¡Y TAMBIÉN PARA LOS EMPLEOS!

THE CENSUS IS THE **EASIEST** WAY TO INCREASE FUNDING FOR THINGS YOU AND YOUR HOUSEHOLD NEED! BY FILLING IT OUT, YOU DETERMINE WHERE **\$675 BILLION** IN FEDERAL DOLLARS ARE SPENT.

¡EL CENSO ES LA FORMA **MÁS FÁCIL** DE AUMENTAR LOS FONDOS PARA LAS COSAS QUE USTED Y SU HOGAR NECESITAN! AL COMPLETARLO, USTED DETERMINA DÓNDE SE GASTAN **\$675 MIL MILLONES** EN DÓLARES FEDERALES.

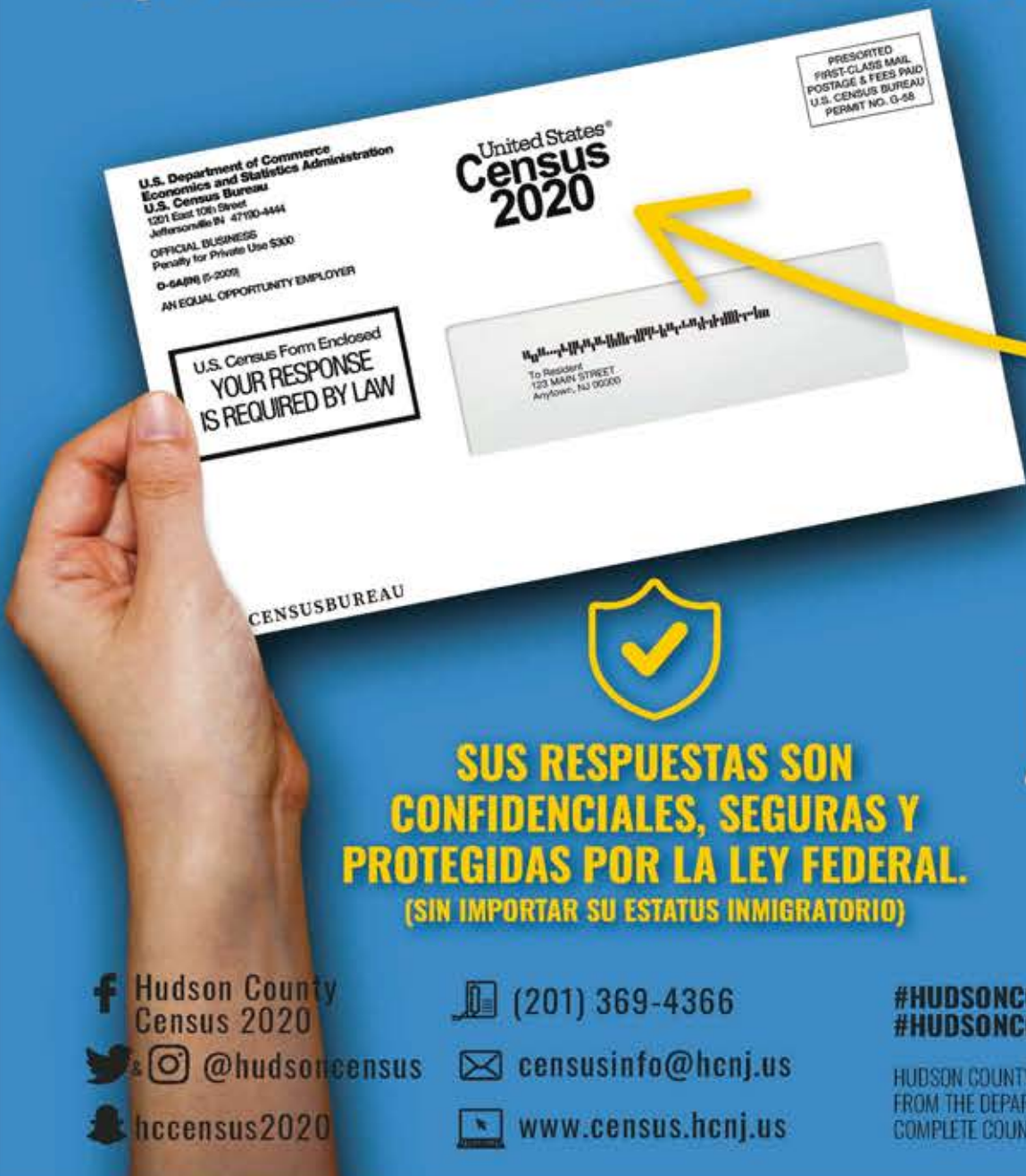
CUANDO LO RECIBA

¡COMPLÉTELO!

POR INTERNET

POR TELÉFONO

POR CORREO



SUS RESPUESTAS SON CONFIDENCIALES, SEGURAS Y PROTEGIDAS POR LA LEY FEDERAL.
(SIN IMPORTAR SU ESTATUS INMIGRATORIO)

Hudson County Census 2020

@hudsoncensus

hccensus2020

(201) 369-4366

censusinfo@hcnj.us

www.census.hcnj.us

#HUDSONCOUNTYCOUNTS
#HUDSONCOUNTYCUENTA

HUDSON COUNTY RECEIVED A GRANT FROM THE DEPARTMENT OF STATE COMPLETE COUNT COMMISSION



HUDSON COUNTY EXECUTIVE TOM DEGISE & THE BOARD OF CHOSEN FREEHOLDERS

Consejos para respirar mejor y vivir mejor

Los seres humanos suelen desconocer las ventajas de una herramienta tan básica como la respiración. Aunque la respiración sea un acto involuntario y vital de todo ser humano, es común que no le demos un buen uso a este motor natural. Y aunque parezca algo muy sencillo, inherente a la condición humana, realmente es una ciencia. En pocas palabras: no aprovechamos nuestra respiración. Según El Arte de Vivir –organización mundial que propende hacia una mejor calidad de vida de la humanidad gracias a la promoción de técnicas de respiración–, el estrés y la depresión están asociados al mal uso que hacemos de este recurso. Así como la rabia, cada emoción (positiva o negativa) tiene un ritmo de respiración asociado. Por ejemplo, ¿cómo respiramos cuando estamos tristes o enojados? Usando la respiración, según esta organización –presente en 155 países, incluido Colombia–, se pueden llegar a modificar las emociones negativas. Y es

algo que tenemos a nuestro alcance: es nuestro, y lo tenemos incorporado. Se trata de una herramienta que debemos utilizar para tranquilizarnos ante los momentos difíciles, para elevar nuestra energía y calmar nuestra mente. Estos son algunos consejos prácticos según la filosofía de El Arte de Vivir, inspirados en espiritualidades y conocimientos milenarios. Consejos para poner en práctica en la casa o la oficina. Bien lo dice Sri Sri Ravi Shankar (nacido en India y hoy de 61 años), fundador de esta organización: “Puedes correr detrás de la felicidad, o simplemente correr feliz”. Este es un primer paso para actuar y pensar, por ejemplo: ‘no estoy bien, estoy alterado o enojado y quiero cambiar esta situación’. Y después de identificar esa emoción que puede estar afectando un momento importante de nuestra vida, decidimos atenuarla. Para disponernos a un ejercicio de respiración consciente es necesario buscar un lugar que nos transmita tranquilidad y donde nadie nos moleste (ni molestemos a nadie). Es un tiempo para nosotros mismos, así que seamos generosos con esos minutos que le dedicamos a esa actividad (mínimo 3). Es ideal que sea un sitio con ventilación. Funcionan muy bien los lugares al aire libre. Ya entrando en esta práctica, hay que empezar a inhalar y exhalar. Las primeras inhalaciones deben ser profundas –de 4 segundos–, y luego exhalar por la nariz (unos seis segundos). Y repetir el ejercicio dos o tres veces. Seguimos inhalando profundamente, pero ahora con los ojos cerrados; la exhalación debe ser vigorosa: mientras se suelta la respiración por la



nariz se debe producir un sonido (hmmmmmm) con fuerza, manteniendo la boca cerrada. Es posible que arruguemos la cara o hagamos ruido mediante esta práctica; por eso es recomendable un lugar tranquilo. Pero si estamos en un lugar con más personas o no necesariamente solitario, podemos hacer la actividad de una manera más tenue para no producir tanto ruido. Mientras inhalamos y exhalamos de manera vigorosa, busquemos que el estómago se contraiga (aunque este se empieza a contraer naturalmente durante la exhalación). Y este ejercicio (respirar e inhalar haciendo el sonido del hmmmmmm) hay que repetirlo mínimo cinco veces. Lo ideal es que sean 10. Pero si queremos seguir, adelante; no hay que detenerse. Mientras más repetimos esta práctica, mucho mejor para nuestro bienestar. Al finalizar la serie de exhalaciones vigorosas, haciendo el

sonido hmmmmmm, el siguiente paso es mantener los ojos cerrados, entre 5 y 10 segundos; luego debemos concentrarnos en identificar las sensaciones en el cuerpo y los pensamientos en la mente. Solo hay que dejar que suceda y observar. ¿Qué sucede ahora? Con los ojos abiertos, el paso siguiente es tomar conciencia de cómo nos sentimos y notar si hay alguna diferencia en las emociones previas al ejercicio. La idea, en este punto, es darse cuenta de si hay un cambio. El sonido base que debe acompañar estas sencillas técnicas de respiración (hmmmmmm) debe salir naturalmente (con la boca cerrada, como soltando una letra m -eme- larga). Es un sonido que ya conocemos: el mismo que hacen los niños pequeños cuando se ponen bravos, o que hacemos sutilmente cuando estamos enfermos o nos sentimos débiles. Es un sonido que libera y reconforta.



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



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**




Holy Name
Medical Partners
 Hudson County

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

www.holynamemedicalpartners.org

No todos los temblores son mal de Parkinson



En algunos casos, la enfermedad es hereditaria. Cuando una persona joven resulta afectada, generalmente se debe a una forma de la enfermedad que es hereditaria.

Las neuronas utilizan un químico cerebral, llamado dopamina, para ayudar a controlar el movimiento muscular. El mal de Parkinson ocurre cuando las neuronas del cerebro que producen la dopamina se destruyen lentamente. Sin la dopamina, las neuronas en esa parte del cerebro no pueden enviar mensajes apropiadamente, llevando a la pérdida de la función muscular. El daño empeora con el tiempo. Se desconoce la razón exacta por la cual estas neuronas se desgastan.

El Parkinson es raro en los niños y puede ocurrir debido a que los nervios no son tan sensibles a la dopamina.

El término "parkinsonismo" hace referencia a cualquier afección que involucre los tipos de cambios en el movimiento observados en el mal de Parkinson. El parkinsonismo puede ser causado por otros trastornos (llamado parkinsonismo secundario) o por ciertos medicamentos.

Sintomas

Los síntomas pueden ser leves al principio. Por ejemplo, el paciente puede tener un temblor leve o una ligera sensación de que una pierna o pie está rígido y se arrastra. Los síntomas pueden afectar uno o ambos lados del cuerpo y pueden abarcar:

- Parpadeo lento
- Estreñimiento
- Dificultad para deglutir
- Babeo
- Alteración del equilibrio y la marcha
- Falta de expresión facial (como si estuviera usando una máscara)
- Achaques y dolores musculares
- Problemas con el movimiento que pueden abarcar:
 - dificultad para iniciar el movimiento, como comenzar a caminar o pararse de una silla
 - dificultad para continuar el movimiento
 - movimientos lentos
 - pérdida de movimientos pequeños o finos de la mano (la

escritura puede volverse pequeña y difícil de leer; comer se vuelve más difícil)

- Músculos rígidos o tensos (a menudo comenzando en las piernas)
- Agitación, temblores
 - generalmente ocurren en las extremidades en momentos de reposo o cuando se extiende el brazo o la pierna
 - desaparecen durante el movimiento
 - con el tiempo, se pueden observar en la cabeza, los labios, la lengua y los pies
 - pueden empeorar cuando la persona está cansada, excitada o estresada
 - puede presentarse frotamiento del pulgar y dedos de la mano (rodamiento de píldora)
- Habla más tranquila y lenta, y voz monótona
- Postura encorvada
- Presión arterial baja al levantarse, sudoración, babeo, falta de control de la temperatura corporal. Estos problemas se deben a algo llamado disfunción autónoma.



- Otros síntomas pueden ser:
- Ansiedad, estrés y tensión
 - Confusión
 - Demencia
 - Depresión
 - Desmayo
 - Alucinaciones
 - Pérdida de la memoria

Pruebas y Exámenes



Es posible que el médico pueda diagnosticar el mal de Parkinson basándose en los síntomas y en el examen físico. Sin embargo, los síntomas pueden ser difíciles de evaluar, particularmente en los ancianos, y se vuelven más claros a medida que la enfermedad empeora. No se conoce ninguna cura para el mal de Parkinson y el objetivo del tratamiento es controlar los síntomas.

Los medicamentos controlan los síntomas principalmente mediante el incremento de los niveles de dopamina en el cerebro. En ciertos momentos durante el día, los efectos provechosos de los medicamentos a menudo desaparecen y los síntomas pueden retornar. Sin tratamiento, esta enfermedad empeorará hasta que la persona esté totalmente incapacitada. El mal de Parkinson puede llevar a un deterioro de todas las funciones cerebrales y a una muerte prematura. La mayoría de las personas responden a los medicamentos. El grado de alivio de los síntomas y por cuánto tiempo puede ser muy diferente en cada persona.

Holy Name Medical Center



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

Global Taxes.

Buscamos persona Con experiencia en Preparar declaraciones delmpuestos en NYC, Preferiblemente con Dominio del idioma inglés. Comunícate al **212 803 3327** o escribe a info@globaltaxes.com

MANICURISTA

Necesito

Técnica de unas ,waxing Para Salon de unas, Experiencia requerida En Manhattan

Llamar:

347-860-9934



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

SE NECESITA PERSONAL DE HOUSEKEEPING CON EXPERIENCIA

LLAMAR AL

201-763-5545

O AL

551-580-6093

SE NECESITA MECANICO DE AUTOMÓVILES

Llamar si solo tiene experiencia y Herramienta propia Para taller localizado 72 prime, Elizabeth, NJ 07206 Interesados llamar:

908-282-1120

SE NECESITA

Pharmacy Technician

Para trabajar en Laboratorio Dental

201-216-1411

CHOFER DE CAMIONES CON LICENCIA CDL-B

Se necesita un chofer De Lunes- Viernes. Salario competitivo, y se pagan días de vacaciones, Damos 401K, seguro de medico y Oportunidad para horas extra. Interesado llamar a Sam **917-554-5950** O dejar un mensaje. samy@metrolube.com

MACHINERY OPERATORS

Construction, with exp. Men are also needed to drive a dump truck, They must have CDL

908-246-4740

PARA UNA COMPRA O VENTA RAPIDA EN FLORIDA, MIAMI O BROWARD LLAMAR A:

NINOSKA NINA RODRIGUEZ
REALTOR
BEACH FRONT REALTY
305-335-7017
E-Mail: nrodri201@aol.com
EN LA PLAYA
1 BETHROOM, 1 BATHROOM \$190,000K
OTROS PARA 55 ANOS DESDE \$50,000K
2 BETHROOMS, 2 BATHROOMS \$95,000
TAMARACK, CITY EN BROWARD



\$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

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

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

BUSCAS EMPLEO? ENCUENTRALO YA!!!

DONDE MAS!!

CAMBIO CLASIFICADOS

(201) 902-0004

(201) 305-5624





Communitarian Media Network, Inc.

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

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

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



- Aplicación para renovación del TPS
 - Aplicación para peticiones familiares
 - Aplicación para la Ciudadanía
 - Aplicación para visas de trabajo
 - Aplicación para visas de estudiantes
 - Aplicación para el DACA
 - Aplicación para perdones administrativos.
 - Y todas las formas y formularios del Departamento de Inmigración de los E.E.U.U.
- Nota: Si su caso requiere de un análisis legal lo remitimos al mejor abogado de inmigración del condado de Hudson.**

**DIVORCIO
POR SOLO
\$99.00**

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

COLD STORAGE *Trucking* LLC

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

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

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



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

Se Solicita Mecánico
Para camiones
Chofer con licencia de Auto
para buscar piezas
Chofer con licencia Clase A
Para tractor -Trailer
Trabajo local (Flatbed)

201-726-2880

JANITOR
To clean floors, Production lines, Sanitize & general cleaning
Must be able to lift 50 lbs. & work 6 days a week.

973-467-5399

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

908-422-7656

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

917-365-4117

BRUJERIA HAITIANA (DE HAITI) MAGIA BLANCA Y MAGIA NEGRA



TRABAJO GARANTIZADO 24HR
AMARRES DESPOJOS, RETENCION DE AMOR, TE LIBRO DE ENEMIGOS, LIMPIA, ATRAYENTE DE DINERO, RESUELVO PROBLEMAS DE JUSTICIA CONSULTAS ESPIRITUALES, CARTAS, CARACOLES, LA VELA Y ROMPE HECHIZO

646-261-3861
718-651-2799

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

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

CDL CLASS A YARD SWITCHER - 2nd SHIFT

South Kearny tank cleaning company has immediate opening for an experienced 2nd Shift yard switcher (3:00 PM - 11:00 PM). Must have CDL Class A, clean background and verifiable work history. Holiday and Vacation paid

Please call Edgar a
201-790-6804
between 7:00 AM - 5:00 PM.

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

AYUDANTE DE SUSHI
 Con 2 años mínimo
 De experiencia
973-991-5418
 671 Market St
 Newark, NJ 07105

Hermosas Latinas
 Ecuatoriana
 Colombiana
 Dominicana
 Mexicana.
 Solo delivery
347-426-7290
 Solicito chicas

CARLOS MIGUEL
CONSULTAS ESPIRITUALES
SIENTESEYNO DIGA NADA
CONSULTAS GRATIS
TODO PROBLEMA TIENE SOLUCION
347-538-6093

ATLANTIC CITY CASINOS
 SALIDA 8: 00 AM 7 DÍAS RESORT'S -TROPICANA- BALLY'S
 \$40.00 TICKET \$30.00 BONO.

MONTICELLO CASTKILLS NUEVA YORK
 SALIDA 8:25 AM JUEVES, VIERNES -
 SABADOS- DOMINGO \$ 30.00 TICKET \$40.00 BONO

EMPIRE CITY NEW YORK
 10:00 AM -7 DIAS VIERNES-SABADO-DOMINGO
 2:00 PM Y 7: 00 PM \$20.00 TICKET \$15.00 BONO

MT'AIKY POCONOS, PA
 9:00 AM SABADOS \$30,00 TICKET 25.00 BONOS

COMERCIAL
 Parking
 Space
 available
 in Nutley
 Up to
 24 ft
201-390-1729

SE NECESITA
 GENTE
 PARA
 TRABAJAR
 EN
 CONSTRUCCION
 EN
 FRAMING
 LLAMAR
 ANTES
 DE LAS
 9:00 PM
973-573-7880

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

PARAMUS RESTAURANT
 KITCHEN AND SUSHI
 HELPER
 NEEDED
 APPLY:
 365 RT
 17 SOUTH
 PARAMUS,
 NJ 07652.
201-741-7622

FARVIEW SE VENDE / FISH MARKET FOR SALE
 Buena oportunidad de
 Tener tu propio negocio
 Establecido por 30 años,
 Buena clientela
 10 años de Léase
 \$25,000
 Negociable mas información
201-945-2702
201-6742258

SERVICIOS POSTALES:
 BUZONES DE CORREO (P.O.BOX) \$150.00 POR AÑO
 NOTARIA - FAX - COPIAS

MARCO POLO EXPRESS LLC
406 32 STREET,
UNIION CITY, NJ 07087
201-866-3536
7:00 AM - 7: 00 PM

SOLICITO CHICAS
 CON
 EXPERIENCIA
 PARA TRABAJAR
 EN UN BAR-
 RESTAURANTE
 EN EL AREA
 DE IRVINGTON
 PARA MAS
 INFORMACION
908-659-6472

#1CASH FOR ALL
 TOYOTA,
 HONDA,
 NISSAN
 & JUNK &
 MORE,
 RUNNING
 OR NOT
 DAMAGE &
 FLOOD OK!
 FREE
 TOWN
973-204-7869
732-600-0033

JOINER
 Must have
 experience
 Making
 cabinets and
 Must know
 how to read
 plans.
973-868-5937
 175 Mt. Pleasant Ave.,
 Newark, NJ

TRUCK COMPANY EN LINDEN, NJ
 NECESITA AYUDANTE
 DE MECANICO
 TIEMPO COMPLETO
 CON EXPERIENCIA
 EN SOLDADURA
 \$900
 SEMANALES OFRECEMOS
 BENEFICIOS,
 SEGURO MEDICO,
 VACACIONES
908-344-3700

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

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

AUTO BODY
Necesita reparador de Colisión pesada
 Con experiencia y
 herramientas propias
 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

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



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

Todos los libros del mundo cabrían en un chip

Investigadores de la Universidad de Delf (Países Bajos) llegaron a una densidad de almacenamiento de 500 terabits por pulgada cuadrada, 500 veces mayor que la del mejor disco duro comercial disponible actualmente. En 1959, el físico estadounidense Richard Feynman pronunció su famosa conferencia *There's plenty of room at the bottom* (Hay mucho sitio al fondo) donde planteó que si tuviéramos una plataforma en la que se pudieran organizar los átomos individuales en un patrón ordenado, sería posible almacenar una pieza de información en un átomo. Ahora su sueño se ha hecho realidad. Un equipo de científicos del Instituto Kavli de Nanociencia de la Universidad de Delft (Países Bajos) ha logrado construir una memoria de 1 kilobyte (8.000 bits), donde cada bit está representado por la posición de un solo átomo de cloro sobre una superficie de cobre. Además, en honor al visionario Feynman, los investigadores han codificado unos párrafos de la conferencia de Feynman en un espacio de 100 nanómetros de ancho. Para ello han utilizado un microscopio de efecto túnel (STM), cuya punta es capaz de observar los átomos y moverlos de uno a uno al lugar deseado. "Se podría comparar a un puzzle", explica Sander Otte, el científico que lidera la investigación, publicada esta semana en *Nature Nanotechnology*. "Cada bit consiste en dos posiciones sobre la

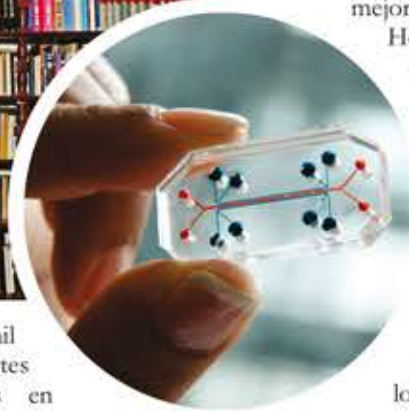


superficie de átomos de cobre, de tal forma que un átomo de cloro se puede deslizar hacia atrás y adelante entre estas dos posiciones". "Si el átomo de cloro está en la posición superior, hay un agujero debajo de ella, y correspondería a un bit 1 —añade el experto—. Si el orificio está en la posición superior y, por tanto, el átomo de cloro está en la parte inferior, entonces el bit es un 0". Como los átomos de cloro están rodeados por otros átomos del mismo elemento, excepto cerca de los agujeros, se mantienen en su lugar. Por este motivo el método de los huecos es mucho más estable que otros anteriores con átomos sueltos, además de ser más adecuado para el almacenamiento de datos, según los autores. Cada día se

generan más de mil millones de gigabytes de nuevos datos en nuestra sociedad tecnológica, y para almacenar tanta información cada vez es más importante que cada bit ocupe el menor espacio posible. Los científicos del Instituto Kavli han logrado llevar esa reducción al límite: construir una memoria de 1 kilobyte (8.000 bits), donde cada bit está representado por la posición de un solo átomo de cloro. "En teoría, esta densidad de almacenamiento permitiría que todos los libros que ha sido creados por la humanidad pudieran ser escritos en un solo sello de correos", destaca Otte. En

concreto, los científicos llegaron a una densidad de almacenamiento de 500 terabits por pulgada cuadrada (Tbps), 500 veces mayor que la del mejor disco duro comercial disponible actualmente. Una de las limitaciones del dispositivo es que opera a temperaturas muy bajas, pero también mejora lo conseguido hasta ahora.

Hoy se necesitan temperaturas en el rango del helio líquido (4 grados kelvin) para configuraciones estables, y la modificación de la posición de un solo átomo requiere la regeneración de toda la superficie de trabajo. Sin embargo, Otte y sus colegas, entre los que figura el español Joaquín Fernández Rossier, han logrado preservar las posiciones de más de 8.000 vacantes de cloro (donde faltan átomos) durante más de 40 horas a 77 grados Kelvin. Al definir un alfabeto binario basado en posiciones de vacantes o puestos libres, se pueden almacenar sobre la superficie diferentes textos, como el fragmento de la conferencia de Feynman, y luego modificarlo a voluntad bit a bit. La velocidad del proceso de escritura y lectura todavía es lenta (varios minutos) en este dispositivo, que tendrá que ser optimizado antes de poderlo aplicar en la tecnología cotidiana.



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



TEN CUIDADO!

EL IRS Reitera que Deben Tener Cuidado en Escoger a su Preparador de Impuestos Ya que El es el Único Responsable en Caso de Cualquier Error o Fraude en tu Planilla.

ALERTA! El Robo de Identidad y el Fraude en Preparar Impuestos ha Aumentado! Aparte el IRS Advierte que el 25.7% de los Impuestos Tienen Errores Serios!

El año pasado un preparador de Paterson fue sentenciado a 40 meses de prisión por exagerar reembolsos, poner falsos créditos y robar identidades de sus clientes. Otros también tienen problemas serios con el IRS. Muchos abren su agencia y luego cierran dejando solo al cliente en caso de cualquier problema posterior. Hay un buen número de preparadores que ni firman la planilla para así evitar cualquier tipo de responsabilidad.

LA DIFERENCIA EN ESCOGER A MALQUI TAX

Expertos en las Leyes del IRS y Estado. Por ejemplo los CAMBIOS de OBAMACARE: Tuve 5 horas de entrenamiento en solo en lo nuevo de Obamacare. Somos expertos en como esos cambios pueden afectar tus taxes.

NUEVO: AVANCE de \$750 EL DIA DESPUES QUE EL IRS ACEPTA TU IMPUESTO si calificas para el Banco. No hay cargos adicionales y no hay interés para este avance. No hay PAGOS ADELANTADOS por nuestro servicio.

Especialistas en Todo Tipo de Impuesto Personal, Casa, de Negocios Corporaciones y LLC. Resolvemos Problemas y Deudas con el IRS y Estado.

SAQUE SU NUMERO ITIN—No es necesario mandar tu pasaporte al IRS con nosotros.

Nuestra TRIPLE GARANTIA de PROTECCION de por VIDA: Las Examinaciones y Auditorias del IRS y ESTADO han SUBIDO Yo te representare ante el IRS y el Estado todo el Año comunicándome con ellos así tú no tendrás que hacerlo. Como tu AGENTE, yo recibo copias de cartas del IRS todo el Año así estoy pendiente de todo situación que te pueda afectar.

GARANTIA DE CERO ERROR: pagaremos interés o multa por cualquier error que sea resultado de nuestra culpa.

GARANTIA de MAXIMO REEMBOLSO: Recibirás el Máximo Reembolso Legalmente Posible y pagaras el mínimo impuesto posible. Como Agente de Agente Federal, somos expertos en los MAXIMOS REEMBOLSOS!

GARANTIA DE SATISFACCION: Si no estás satisfecho, arreglaremos las cosas. Si todavía no lo estás, te reembolsaremos los fees de la preparación. Para mí es importantísimo que mis clientes estén satisfechos.

POPULAR PROGRAMA DE REFERENCIA: Recibirás \$35 o un Regalo por Cada Referido que Mandes!

TESTIMONIOS



H. NORENA
El IRS me auditó, pidiendome pruebas de mi hija que estaba fuera del país por sus estudios, mande las que tenia pero me negaron y pense que allí terminaba, Malqui me dijo que no iba a parar de apelar sin costo adicional por sus servicios. La apelacion duro aproximadamente un año, gano el caso a mi favor, lucho y logro que me devuelvan mas de \$8,000!



W. MENCIA
Me acerque a Malqui porque tenia problemas con mis impuestos. El IRS no me habia mandado mi reembolso del 2012 y NJ no me mandaba nada desde 2012. Malqui consiguio que el IRS me de \$4169 del 2012 y mas de \$2800 de NJ por mas de 3 años que no me entregaban mi reembolso. La agencia donde iba nunca me ayudaron y no me daban ninguna respuesta.



M. ADARVE
Hice mis taxes con Malqui el año pasado. Le conte que NJ no me mandaba ningun reembolso desde el 2010 porque la agencia donde iba me dijeron que me faltaba cierta informacion y que era imposible. Malqui cojio mi caso y hace poco me llego mis reembolsos de NJ del 2010, 2011, 2012, 2013 y 2014 que fueron mas de \$4970! Pense que todo ese dinero estaba perdido. Gracias Agente Federal Malqui por todo.

GANE GRANDES PREMIOS
Puede ganar hasta \$10,000



EVITA LOS FRAUDES. QUE NO TE ENGAÑEN
VEN A LO SEGURO. CONFIA EN LOS MEJORES!

40 Años de Experiencia
Servicio Garantizado
Abiertos Todo el Año
Maximo Reembolso
Legalmente Posible
Te Represento ante el IRS y Estados



469 21st Ave - Paterson

LLAMENOS! LO ESPERAMOS SIN CITA PREVIA!

1-888-829-3754

Lunes a Sabado 9am a 9pm - Domingo 10am a 4pm.

\$25
de Descuento
Cuando Mencione este Anuncio



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

No todos los temblores son mal de Parkinson

Cablevisión - BAYONNE -- Canal 19

Bayonne

BERGEN COUNTY -- Canal 77

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

CLIFTON -- Canal 75

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

ELIZABETH - Canal 18

Elizabeth

HUDSON COUNTY - Canal 19

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

NEWARK - Canal 19 Newark, South Orange

PATERSON -- Canal 75

TEANECK -- Canal 77

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

VIDEO DE SALUD: www.cambionewspaper.com

Viernes 10 de Abril - 9:00 PM

Domingo 12 de Abril - 7:30 PM

Comcast - Canal 51

Martes 14 de Abril - 9:30 PM

Miércoles 15 de Abril - 9:30 PM

