

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 16 - Edición 742

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Enero 1 al 8, 2022

West New York reconoce labor de médicos hispanos del Holy Name Medical Center



Pag-2



**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.

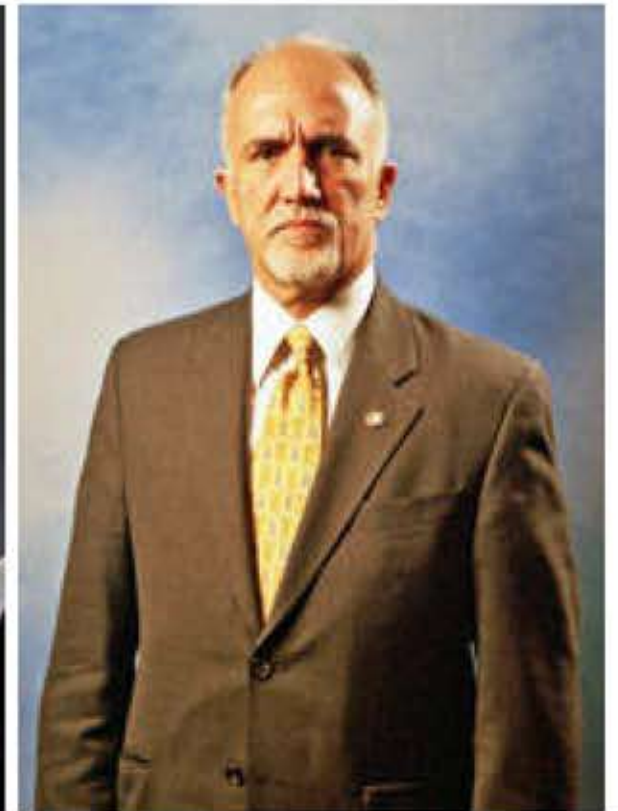
• Y todas las formas y formularios del Departamento de Inmigración de los E.E.U.U.
Nota: Si su caso requiere de un análisis legal lo remitimos al mejor abogado de inmigración del condado de Hudson.

**DIVORCIO
POR SOLO
\$99.00**

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

WNY Reconoce labor de medicos hispanos del Hospital Holy Name

La Junta de Comisionados de West New York ha aprobado múltiples proclamaciones en honor a dos médicos locales y empleados municipales que se jubilan. El pueblo rindió homenaje a dos médicos, entre ellos el Dr. Jorge Vereá y el Dr. Gilberto Gastell. Si bien ninguno de los médicos estuvo presente en la reunión virtual del 15 de diciembre, el alcalde Gabriel Rodríguez elogió a los médicos por ser esenciales en medio de la pandemia. "Queríamos tenerlo en la agenda de hoy", dijo Rodríguez. "Queríamos estar seguros de haber terminado el año agradeciendo a estos dos médicos muy importantes para esta comunidad, no solo por su excelente servicio a lo largo de los años, sino más importante aún por su servicio durante esta pandemia". Rodríguez dijo que tanto Vereá como Gastell fueron fundamentales en el establecimiento del centro de distribución de vacunas de West New York en Memorial High School en conjunto con Holy Name Medical Center. "Han sido extremadamente instrumentales no solo para ayudarnos a guiarnos a través del proceso, sino para establecer nuestro sitio de vacunación", dijo. "Fueron actores clave para que ese sitio fuera exitoso". La comisionada Margarita Guzmán se hizo eco de Rodríguez, agregando que ella había sido atendida personalmente por uno de los médicos. "Como dijo el alcalde, han sido fundamentales para llevar esta asociación con Holy Name y nuestra comunidad para garantizar que todos reciban inmunizaciones", dijo Guzmán. "Han pasado por estos tiempos difíciles y todavía están en pie. Y tiene un significado especial para mí, porque soy uno de los pacientes que trató el Dr. Gastell". Según Rodríguez, el pueblo les entregará el pregón en persona próximamente. Decir adiós a los empleados que se jubilan Rodríguez también ofreció su agradecimiento a los empleados municipales que se jubilan antes de la aprobación de las proclamas. "Nos gustaría describir y celebrar a las personas que se jubilan este año, muchas de las cuales se ven en la proclamación han servido a esta comunidad durante muchos años", dijo. Según Rodríguez: Kathleen Lordo sirvió al pueblo durante 53 años; Carmela Ricci sirvió durante 33 años; María Barrios sirvió durante 32 años; Rubén Candelaria sirvió durante 26 años; Patricia De Luca sirvió durante 25 años; Nelson Rodríguez cumplió 25 años; Estela Longo-salvador sirvió durante 25 años; y Michael James sirvió 22 años de servicio. "Queremos asegurarnos de reconocer a aquellas personas que han dedicado tantos años al servicio de nuestros residentes en nuestra comunidad y queremos agradecerles", dijo. "Por eso tenemos esta proclamación". Al final de la reunión, Rodríguez se tomó un tiempo para reconocer a los empleados municipales que no se jubilan pero que han sido vitales para mantener la ciudad en marcha. Rodríguez también agradeció al Gerente de Proyectos Especiales Jonathon Castañeda, al Administrador Comercial Luis Báez, al Departamento de Policía, entre otros empleados municipales y personal de emergencia, así como al Centro Médico Holy Name. "Qué año ha sido", dijo Rodríguez. "Quiero aprovechar la oportunidad para agradecer a todos los que están en esta reunión en esta convocatoria que trabaja muy diligentemente para hacer que este barco se mueva. Quiero agradecer a la Comisionada Margarita Guzmán de Finanzas por cuidar los centavos y asegurarse de que todos estemos en línea y, obviamente, por todos sus esfuerzos para hacer que nuestro departamento de Asuntos Culturales brille, especialmente para nuestros niños. Quiero agradecer al Comisionado Cosmo Cirillo por hacer lo mejor que puede bajo la pandemia y la cuarentena y por brindarles a nuestros niños y adultos mayores algo que hacer y positividad durante un momento muy difícil." Quiero agradecer al comisionado Víctor Barrera, quien hace un trabajo sobresaliente con nuestro programa para personas mayores. Como todos sabemos, ha sido muy difícil llegar a nuestros adultos mayores durante esta pandemia, especialmente durante la



cuarentena. Ha sido sobresaliente y se ha acercado a ellos, atendiendo sus necesidades, sus necesidades de salud y vacunándolos. Por último, pero no menos importante, me gustaría agradecer al Departamento de Obras Públicas bajo la Comisionada Yoleisy Yañez que continúa tratando de hacer que esta comunidad sea limpia y segura. Ha sido una tarea porque la pandemia lo ha puesto todo más difícil, todos lo sabemos, pero estamos haciendo nuestro mejor esfuerzo y creo que lo estamos logrando dentro de eso. "Este no ha sido un año fácil, todos lo sabemos. Todos hemos sentido esto. Pero como todos saben, gracias es lo más importante que aprenderán a decir. Y por eso les agradezco oficialmente por todo lo que hacen".





THE PEOPLES PHARMACY SHOPPE

La Farmacia de la Gente Hispana



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

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

HORARIO:

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

PERSONAL BILINGUE

Tel. 201.348.0810

4012 Bergenline Ave., Union City, NJ

Aceptamos la Mayoría de seguros médicos y Medicaid

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



**FELIZ NAVIDAD
Y
PROSPERO
2022**

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.

Se espera que "Omicron" sea la última mutación del Covid 19

Variante ómicron: estas son cinco buenas noticias para acabar el año

Predecir cómo evolucionará el virus es muy arriesgado. No podemos descartar que incluso la situación empeore, pero también podemos encontrar algunas buenas noticias que nos permitan seguir siendo moderadamente optimistas. 2020 fue el año del virus, 2021 el de las vacunas de ARN mensajero y ojalá 2022 el comienzo del fin de la pandemia.

La pandemia no ha terminado, y no sabemos cómo ni cuándo llegará a su final. El nivel de incertidumbre sigue siendo muy alto: todavía hay muchas cosas que no sabemos de ómicron y predecir cómo evolucionará el virus es muy arriesgado. No podemos descartar que incluso la situación empeore, pero también podemos encontrar algunas buenas noticias que nos permiten seguir siendo moderadamente optimistas: La infección por ómicron supone un menor riesgo individual de hospitalización y fallecimiento. Cada vez hay más evidencias de que la infección por esta variante supone un menor riesgo de hospitalización. Los primeros análisis que llegan de Sudáfrica sugieren un riesgo reducido de hospitalización entre las personas infectadas con ómicron en comparación con las infectadas con otras variantes, en el mismo período de tiempo. Además, una vez hospitalizadas, las personas infectadas con ómicron tenían un riesgo reducido de enfermedad grave en comparación con las personas infectadas por delta. Es probable que parte de esta reducción se deba a una alta inmunidad de la población. En otros países empieza también a ser ilustrativo el desacoplamiento entre infectados por ómicron y el número de pacientes que entran en UCI y fallecen por covid-19, aunque todavía sea difícil determinar si la nueva variante es menos virulenta o si es efecto de la inmunidad de la población (infecciones previas y vacunación), o por ambas cosas a la vez. En Sudáfrica se notifica un 65% menos de hospitalizaciones; en Escocia, un 60%; y en Inglaterra, un 40%. Un reciente informe del Imperial College de Londres concluye que las personas que contraen ómicron tienen una menor probabilidad de necesitar atención hospitalaria en comparación con la variante delta. La Agencia de Seguridad Sanitaria del Reino Unido, en su informe de evaluación de riesgos para la variante, ya califica de "riesgo relativo moderado" la posibilidad de hospitalización por ómicron, comparado con delta (aunque admite que todavía no hay datos sobre la gravedad una vez en el hospital o la mortalidad). En algunos países los casos caen en picada. En Noruega, Holanda, Bélgica, Alemania, Sudáfrica o Austria ya ha comenzado a disminuir el número de casos. Es posible que en varios de estos países se mezclen el efecto de delta y ómicron. Algunos, además, llevaban varias semanas con restricciones. Pero si nos fijamos en Sudáfrica, donde el efecto de ómicron parece más evidente, el aumento ha sido explosivo y exponencial y la caída también parece ser muy rápida. Algunos sugieren unas 4 o 5 semanas de subida hasta llegar al máximo y otro tanto de bajada. Quizá esta sea la mejor noticia. Aunque la posibilidad individual de hospitalización sea menor, un muro vertical de casos es tremendamente peligroso para el sistema sanitario y lo puede llevar al colapso. Por eso, la caída en picada de casos es una muy buena noticia. Las vacunas protegen frente a ómicron. Las personas con dos dosis permanecen protegidas frente a la hospitalización, aunque hayan perdido parte de la protección frente a la infección. Probablemente esto es debido a que la mayoría de las vacunas proporcionan una respuesta celular que no se ve afectada por



esta variante. También hay datos que demuestran que una tercera dosis de las vacunas ARN mensajero tienen una potente capacidad neutralizante contra ómicron. Además, ya se están desarrollando nuevas vacunas universales frente al SARS-CoV-2 y todas sus variantes, incluida ómicron. Hay fármacos eficaces contra ómicron. La revista Science presenta en su portada al medicamento Paxlovid, un nuevo antiviral oral, inhibidor de la proteasa viral, con una capacidad de disminuir el riesgo de covid-19 grave en más de un 90%. Este antiviral ya ha sido aprobado por la FDA. El Paxlovid es un inhibidor de una de las proteasas del SARS-CoV-2, la denominada 3CL. El tratamiento se combina con otro inhibidor de las proteasas, el ritonavir, que ha sido empleado contra el VIH. Como la variante ómicron no presenta mutaciones en esas proteínas que son la diana de Paxlovid, es muy probable que este fármaco sea igualmente eficaz con la nueva variante en la vida real. Al menos, según ha informado la empresa Pfizer, los ensayos in vitro así lo demuestran. Pero todavía hay más. El anticuerpo monoclonal Sotrovimab, de la empresa GSK, también parece que es eficaz contra ómicron. Se trata de un anticuerpo que se une a una zona concreta (epitopo) en el SARS-CoV-2 compartido con el SARS-CoV-1 (el virus que causa el SARS), lo que indica que ese epitopo está muy conservado. Esto dificulta que se desarrollen resistencias en las nuevas variantes. El Remdesivir, un inhibidor de la ARN polimerasa viral, es otro antiviral que en pacientes no hospitalizados con síntomas covid-19 resultó en un 87% menos de riesgo de hospitalización o muerte que el placebo. Gilead, el fabricante de Remdesivir, ha llevado a cabo un análisis de la información genética de ómicron y no ha encontrado mutaciones que afecten a la diana de este fármaco, por lo que es muy probable que este antiviral siga siendo activo contra esta variante. Hasta la fecha, la actividad antiviral de Remdesivir ha sido confirmada in vitro contra todas las otras variantes del SARS-CoV-2, incluyendo alfa, beta, gamma, delta y épsilon. Ómicron infecta menos las células pulmonares. Al menos en modelos celulares y en hámsteres.

Es verdad que no tenemos el dato en humanos, pero existen varios trabajos preliminares que sugieren que la variante ómicron se multiplica peor en células pulmonares, lo cual podría ser indicativo de su menor virulencia (aunque habría que comprobar qué ocurre en otros órganos). Todavía la situación es muy delicada, sobre todo por el explosivo aumento de casos que están llevando al sistema sanitario al colapso. Si antes 1 de cada 100 casos acababa en el hospital, ahora, gracias a las vacunas, son 1 de

cada 1,000, pero si aumenta de manera exponencial el número de casos, las hospitalizaciones también aumentarán y colapsará el sistema, como ya estamos viendo. Por eso tenemos que ser muy cautos. De todas formas, estas noticias, aunque preliminares, son buenas y nos permiten seguir siendo optimistas. 2020 fue el año del virus, 2021 el de las vacunas de ARN mensajero y ojalá 2022 el comienzo del fin de la pandemia.



La ciudad de West New York a cerrado las instalaciones de edificios publicos y suspendido toda actividad recreacional, deportiva y comunitaria, por el creciente aumento de de casos de Covid 19

El alcalde y los comisionados recomiendan a la poblacion cuidarse y mantener las medidas de bioseguridad



TOWN OF WEST NEW YORK



The Division of Recreation will be suspending all programs due to the rising amount of positive COVID-19 cases in our area.

We will closely monitor and alert you as circumstances change. Thank you and stay safe!

#WEAREWNY

[Facebook](https://www.facebook.com/townofwny) [Instagram](https://www.instagram.com/townofwny) [LinkedIn](https://www.linkedin.com/company/townofwny) [@townofwny](https://www.townofwny.org)
www.westnewyorknj.org

#SOMOSWNY



TOWN OF WEST NEW YORK

COVID ALERT: THE TOWN OF WEST NEW YORK URGES EVERYONE TO REFRAIN FROM ANY UNNECESSARY PUBLIC INTERACTIONS.

PUBLIC ACCESS TO TOWN HALL IS RESTRICTED UNTIL FURTHER NOTICE.

Visit our website for most town services and information
www.westnewyorknj.org

#WEAREWNY

[Facebook](https://www.facebook.com/townofwny) [Instagram](https://www.instagram.com/townofwny) [LinkedIn](https://www.linkedin.com/company/townofwny) [@townofwny](https://www.townofwny.org)
www.westnewyorknj.org

#SOMOSWNY

¡SOLICITAMOS!

REPRESENTANTES DE VENTAS

\$15 POR HORA

TIEMPO COMPLETO Y COMISIONES DISPONIBLES

+1-646-372-9341

PLUTONCOMPANY @PLUTONCOMPANY

3950 10th Ave. New York NY 10034



**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**

Padre de familia que logró ocultar su pasado durante 50 años

En su lecho de muerte, el fugitivo Thomas Randeles confesó a su esposa y su hija su verdadera identidad. Ya prácticamente no podía hablar. El cáncer de pulmón le estaba consumiendo por dentro y sabía que su final estaba cerca. Sin embargo, antes de marcharse para siempre, necesitaba compartir el secreto que había guardado durante más de 50 años. No quería irse del mundo con esa carga, así que en su lecho de muerte, llamó a su esposa, a su hija, y les contó la verdad. Thomas Randeles era un vecino ejemplar. Vivía con su familia en un casita a las afueras de Boston. Devoto, educado, amable, era el clásico ciudadano querido y respetado por todos los que lo conocían. Se había ganado la vida vendiendo autos en distintos concesionarios y en sus ratos libres, disfrutaba jugando al golf en el club de campo. Por eso a nadie le extrañó que en mayo de 2021, su funeral estuviera abarrotado de personas que lloraron su pérdida y lo recordaron con emotivos discursos. Solo una semana antes del entierro, los amigos más íntimos de Tom habían estado con él en su casa. Su esposa, Kathy, les había pedido que fueran porque el cáncer había avanzado y a su marido le quedaba muy poco tiempo de vida. Esa tarde, el grupo se juntó por última vez. Contaron anécdotas divertidas y elogiaron a Randeles, ya muy débil y abatido por su enfermedad. Lo describieron como uno de los hombres más amables y honestos que habían conocido, y lloraron y rieron al contar que era un golfista que nunca se saltaba las reglas. No imaginaban que aquel padre de familia al que creían conocer muy bien ni siquiera se llamaba Thomas Randeles. Su nombre real era en realidad Ted Conrad. Así figura en los archivos policiales. Durante más de medio siglo había sido un fugitivo. Huyó de la justicia tras cometer uno de los mayores atracos de la historia de Cleveland. Con solo 20 años, había ingresado a un banco para hacerse con un botín de USD 215,000 -el equivalente hoy a USD 1.600.000-. Después, desapareció sin dejar rastro. Todo comenzó en 1969, cuando Conrad empezó a trabajar como cajero en el Society National Bank. En seguida se dio cuenta de que las medidas de seguridad de la cámara acorazada eran bastante endebles y supo que sería muy fácil robar el dinero y huir. Así se lo contó a uno de sus mejores amigos, Russell Metcalf, según recoge la cadena Fox News. Un día después de cumplir 20 años, el cajero llevó a cabo su plan. A pesar de su juventud y de su nula experiencia como atracador, no dejó cabos sueltos. Cuando el banco se percató del robo, ya era demasiado tarde. El ladrón había cruzado varios estados sin que nadie lo capturara. Tras dar el gran golpe, Conrad le escribió una carta a su novia. En el manuscrito le explicaba que volvería a Cleveland cuando prescribiera el plazo para presentar la demanda. Sin embargo, las autoridades lograron acusarlo y nunca pudo regresar a su hogar. Entonces, decidió continuar su viaje y seis meses después del atraco se asentó en Boston, a diez horas en coche de su ciudad natal. Allí creó una nueva identidad: se llamaría Thomas Randeles. Para evitar errores absurdos que dieran pistas sobre su paradero, cortó toda comunicación con su familia. Se dejó crecer la barba y jamás habló de su vida anterior. En la década de los 70, consiguió trabajo en un club de campo situado a las afueras de Boston y con el tiempo, lo ascendieron a gerente. Más tarde, en 1982, se casó con su esposa Kathy, con quien tuvo una hija que adoraba. Por esos años, cambió de empleo y se convirtió en vendedor de automóviles. Nadie lo encontró ni lo identificó, a pesar de que un policía de Cleveland lo buscó durante más de cuatro décadas.

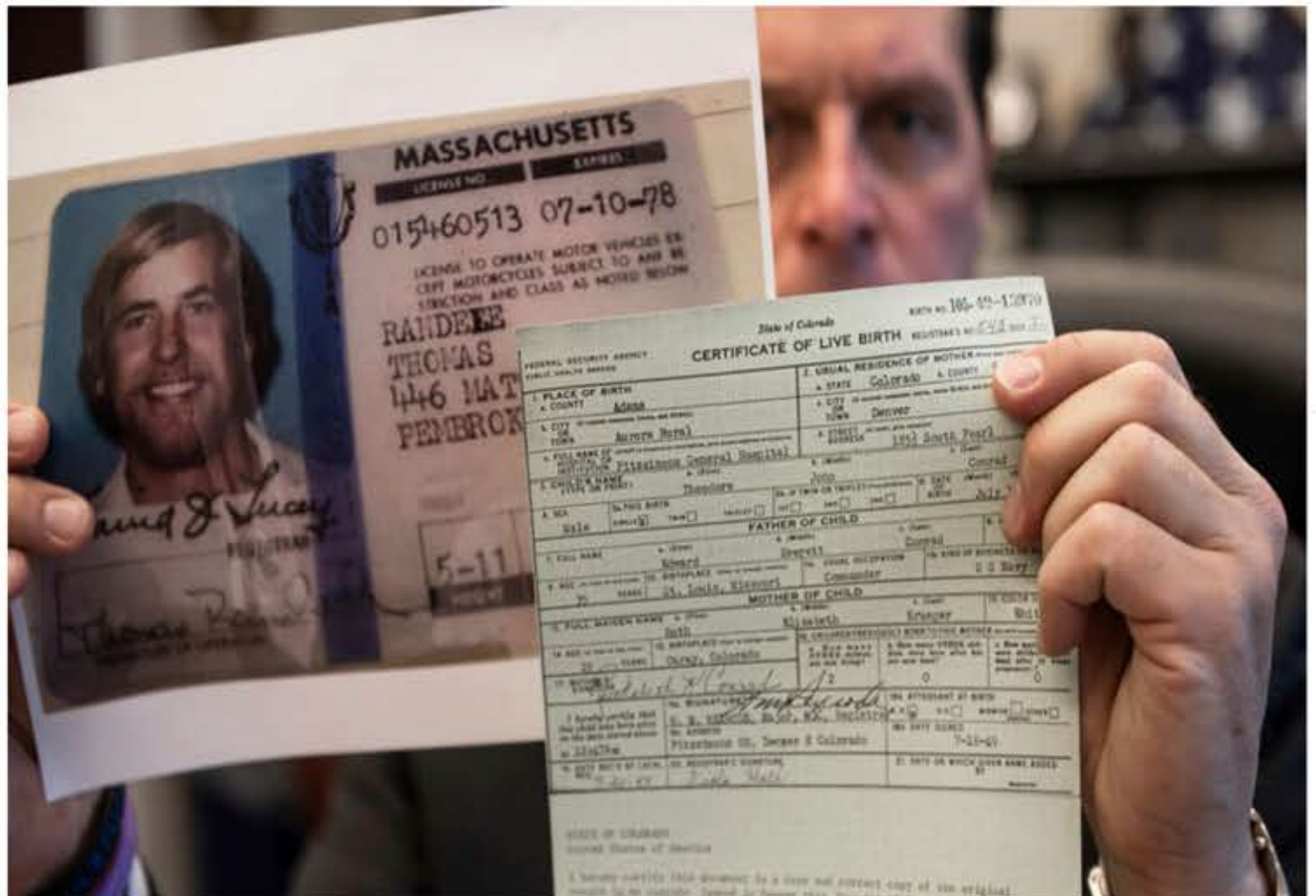
John Elliot, agente del cuerpo de alguaciles de EEUU, viajó por el país intentando seguir el rastro del joven Conrad. Sin embargo, el fugitivo era astuto y no cometió ningún error. Logró permanecer en las sombras al tiempo que disfrutaba de una bonita vida familiar. De acuerdo a la cadena Fox, Elliot nunca dejó la investigación, ni siquiera después de jubilarse,



pues siguió revisando el caso para intentar encontrar respuestas. Sin embargo, en 2020 murió sin saber dónde se había escondido el joven atracador. En 2021, a los 71 años y moribundo por el cáncer, Conrad decidió que era el momento de confesarse. Le contó a su esposa y a su hija cuál era su verdadera identidad, y les explicó que a los 20 años había atracado un banco en Cleveland. El hijo del agente Elliot, Pete, quien se convirtió también en alguacil y heredó el caso que había llevado su padre, le dijo a la televisora estadounidense que la familia Randeles confirmó esta información.

Al morir Thomas Randeles, los investigadores cotejaron los datos del obituario y descubrieron la verdad. La noticia explotó y aunque fue una sorpresa para muchos amigos del fallecido, no cambió el concepto que tenían de él. "Era simplemente un alma gentil, ya sabes, muy educado, muy bien hablado", contó Jerry Healy, ex compañero de trabajo de Randeles, a la cadena Fox. "La única forma de encontrarle sentido es pensar que él a esa edad era solo un niño y era una especie de desafío. Si nos hubiera dicho hace tiempo, no le habríamos creído, porque no era ese tipo de persona", agregó

Matt Kaplan, quien dirigía dos concesionarios en los que trabajó Randeles. Para Jerry Healy, y algunas otras personas del círculo cercano del atracador, muchas cosas cobraron sentido cuando se dio a conocer la verdadera identidad de Tom. "Sabes, todos los años que conocí a Tommy, nunca lo escuché mencionar a una hermana, una madre, un hermano o un padre", dijo el vendedor de autos. "Nunca podías sacarle nada", agregó otro amigo, Brad Anthony. Todavía se desconoce qué ocurrió con el dinero. El Servicio de Alguaciles mantiene la investigación.



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 **AGUA ALKALINA**



\$3.00

\$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



TOTAL CARE

of Union City

**NONSURGICAL
SPINAL
DECOMPRESSION
CENTER**

**LESIONES DE TRABAJO EN NY?
PROGRAME YA SU CITA!**



BUSCANOS EN YOUTUBE Y MIRA NUESTRAS INTERESANTES NOTAS: **CAMBIO Doctor Pace**

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

Que es la terapia IDD?

La terapia IDD es un tratamiento dirigido por computadora, altamente preciso, aprobado por la FDA, para corregir la estructura de la espalda y los discos herniados, con buenos resultados en miles de casos documentados. Es un tratamiento no invasivo, sin cirugía, sin dolor.

Detenga el Dolor Ahora!

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

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



TRATAMIENTO PARA:

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

Basilio Pace, D.C.

Quiropractico-IDD Rehabilitacio/Acupuntura

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

www.totalcarerehab.com

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**






Holy Name
 Medical Partners
 Hudson County

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

www.holynamemedicalpartners.org

La gastroenteritis viral es más común de lo deseado

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

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

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

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

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

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

Señal de alerta

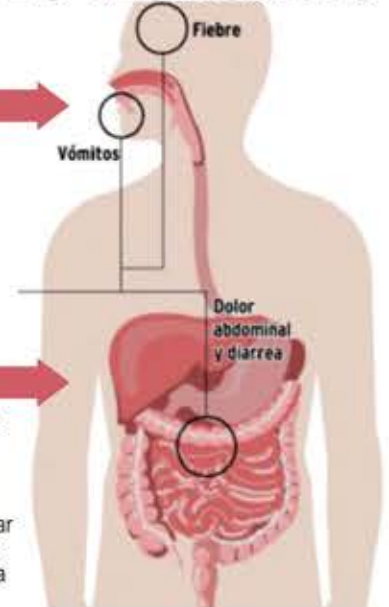
- La gastroenteritis es una infección común de los intestinos que provoca vómitos y diarrea.
- La mayoría de los ataques desaparecen por sí solos al cabo de unos días.
- Si la diarrea y los vómitos son agudos, puede haber deshidratación, que es la falta de agua en el organismo. Esto puede ser grave en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

CAUSAS

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

SINTOMAS

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



Tratamiento:

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

adultos pueden tomar bebidas para deportistas tales como Gatorade, pero éstas no deben usarse para niños pequeños.
 ■ NO utilice jugo de frutas (ni siquiera jugo de manzana), refrescos o bebidas cola (con o sin burbujas), Jell-O (gelatina) ni caldo. Todos tienen mucho azúcar, lo cual empeora la diarrea, y no reponen los minerales perdidos.

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

Lavado de manos:

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

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



Holy Name Medical Center

This Place is Different





Holy Name Medical Partners

Presenta

Tu Salud Primero

Presentador: Dr. Gilberto Gastell

Vea por Cablevisión y Comcast el programa familiar "Tu Salud Primero", patrocinado por Holy Name Medical Center, donde podrás aprender de la mano de los expertos en salud, acerca de las principales enfermedades avanzadas en salud y consejos para vivir en plenitud

La gastroenteritis viral es mas comun de lo deseado

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

Paterson

TEANECK - Canal 77

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

Viernes 31 de Diciembre - 9:00 PM

Domingo 2 de Enero - 7:30 PM

Comcast - Canal 51

Martes 4 de Enero - 9:30 PM

Miércoles 5 de Enero - 9:30 PM





INMIGRACION DEFENSA DE DEPORTACION ABOGADA INGRID ECHEVERRIA



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

Por motivo del Covid-19, solo se esta atendiendo con cita previa.

Pueden llamar al:

201-295-8999

424- 57 st, West New York, NJ 07093

10 North Sussex St, Floor 1, Dover, NJ 07801

www.echeverrialaw.com

El viaje en tren más largo del mundo

El pasajero parte del cálido Algarve y casi 19.000 kilómetros después se apea en Asia, en la imponente y moderna Singapur. Este recorrido por dos continentes es uno de esos itinerarios que inspira a literatos y turistas por el desfile de variados y exóticos paisajes que se ven a través de la ventana

De Hendaia a París: cómo late hoy el corazón de Francia

Un trazado de Portugal a Singapur se convierte en el viaje en tren más largo del mundo: nada menos que 18.755 kilómetros. Es el doble del recorrido del mítico Transiberiano. Solo falta esperar a que todas las etapas estén disponibles, porque ahora mismo la pandemia del coronavirus ha cerrado algunos puntos de las fronteras. El itinerario sigue ahí, presto a recibir pasajeros con afán de aventura y de nuevas emociones cuando sea posible. Ha sido la apertura reciente de un tramo en Laos lo que permite alargar un recorrido que antes terminaba en Vietnam. Subirse a bordo significa estar preparado para atravesar 10 países a lo largo de 21 días. El ferrocarril parte de Lagos, en el sur de Portugal. A 91 kilómetros de Faro, el invierno cálido del Algarve permite iniciar de forma templada el camino a la lontananza. Será una excepción, así que mejor dejarse mecer por la bonanza del aire a escasa distancia de Praia da Luz, donde ocurrió la misteriosa desaparición de la niña británica Madeleine McCann en 2007. Un caso aún sin resolver que sigue dando que hablar en la zona. La desembocadura del río Bensafim sirve de escenario para hacer acopio de pertenencias y de compras para afrontar las jornadas que aguardan. Las vecinas Conceição, Cacela y Olhao anteceden a Faro, la capital de una región que ha ido ganando peso en la Guía Michelin, como testimonian diversos establecimientos en Quinta do Lago y Vale do Lobo. Sus menús no olvidan las almendras como ingrediente en algunos de sus platos, pues figuran en la base de la 'azevia', una riquísima empanadilla dulce que contiene igualmente calabaza y batata. Tampoco podemos olvidar el 'morgadinho', una exquisita mezcla de almendra y cabello de ángel, ni el 'queijinho de figo', donde brillan los higos en una combinación irrechazable. Para acompañar, puede recurrirse a la 'amarginha', cuyo nombre hace referencia a las

almendras amargas.

El recorrido en tren más largo del mundo
 RUSIA Moscú FRANCIA ALEMANIA París
 Montparnasse París Nord Colonia Varsoviann
 POLONIA MONGOLIA Hendaia Pekín
 Coimbra Lagos (Algarbe) CHINA
 PORTUGAL SALIDA VIETNAM
 TAILANDIA Hanoi Bangkok Saigón (Ho Chi
 Minh City) LLEGADA Kuala Lumpur
 MALASIA VIETNAM Total 18.755
 kilómetros

Saltar a Almançil nos adentra en iglesias cubiertas por el tradicional azulejo en su interior, una opción estética que no alberga ninguna otra parte de Europa. Así, cultivando el espíritu después de ponerse a tono (gastronómico), se enciende la mecha que llevará al ávido pasajero hasta Coimbra, esa enrucijada que mira al norte desde la biblioteca de su universidad con gran solera, fundada en 1290. Es ahí, a orillas del río Mondego, donde se comienza a vislumbrar el paso por España, en vista de que los vagones se dirigen a Hendaia, ciudad fronteriza situada muy cerca de San Sebastián y llave para ir escalando geográficamente.

El corazón de Francia, como si del Tour se tratara, se adivina como la antesala para desembarcar en la estación parisina de Montparnasse, al otro lado de donde se abrazaban los amantes de Pont Neuf. El único instante en que se deberá cambiar (provisionalmente) de medio de transporte: en el metropolitano hasta París Nord. Entonces llegará el turno de plantarse en Colonia, donde la impresionante catedral gótica saluda al viajero. El portal de internet Reddit se ha aliado con el bloguero británico Mark Smith para precisar esta sucesión de etapas rumbo a la lejanía, con el exotismo aguardando para entrar por la ventana y la horizontalidad por bandera, en lugar de la implacable verticalidad que rige las vidas de los ciudadanos occidentales, pendientes del reloj y del ordenador sin tregua. En Varsovia, rodeados de un frío que hiela el alma, conviene organizar bien las cosas antes del largo trayecto a Moscú, en esta Rusia que cada vez mira más de soslayo la esencia de la democracia. Dos noches en la capital exsoviética constituirán el primer gran 'impasse', que se completará con otras dos en

Pekín.

Escenario literario

Parece que Paul Theroux puede asomar por cualquier rincón, tal era la afición del escritor norteamericano al convoy que se desplaza sobre las vías. 'Tren fantasma a la Estrella de Oriente' y 'El gran bazar del ferrocarril' nos atrapan con un telón de fondo que bien podría extenderse a este larguísimo viaje que subyuga a cientos de lectores, deseosos de meterse en la piel de una de esas locomotoras. «La transitoriedad del viaje intensifica la amistad y la convierte en intimidad», «tuve la suerte de equivocarme, y el error es la esencia del relato del viajero» y «te marchas por una larga temporada y retornas siendo otra persona: uno nunca completa del todo el camino de vuelta» representan algunos de los más sentidos pensamientos de Theroux, hoy con 80 años, en relación a la cultura del tren en dirección a un destino remoto. Bruce Chatwin o Patrick Leigh Fermor se dejaron seducir igualmente por la llamada de los senderos de otras latitudes que, en este caso que nos ocupa, se dispone a atravesar China, Vietnam, Laos y Tailandia antes de arrear a la imaginaria comitiva por Malasia y, finalmente, Singapur. «El día terminó con un feroz crepúsculo rojo y púrpura», escribía el autor de la aclamada trilogía 'Los viajes', que resuena mientras el trayecto sigue su curso. Hanói se da la mano con Ho Chi Minh City en el Vietnam que se sobrecoge con los recuerdos de la guerrilla comunista, especialmente cuando la pesadilla se adueña de su enemigo por antonomasia, Estados Unidos. La mano de obra china construyó el ferrocarril en Laos, de manera que la otrora brecha en autobús entre Pekín y Bangkok ha dado paso a una prolongación en tren que se ha revelado beneficiosa para los lugareños. Pero, como cantaba Bob Dylan, «dos tiempos están cambiando...» y más que irán evolucionando porque la ruleta no se detiene. Así aconteció en los años 60, en los 70, y nunca han sido tan volátiles como en la actualidad. Fue la mano de obra china la que, a bajo coste, construyó el ferrocarril en Laos, de manera que la otrora brecha en autobús entre Pekín y Bangkok ha dado paso a una prolongación en tren que se ha revelado beneficiosa para los lugareños. «Anteriormente, solo se podía ir al sur hasta Saigón y luego montar en un autobús a través

de Camboya para alcanzar Bangkok, pero ahora se puede cruzar Laos a bordo de un tren, lo cual es un logro impresionante», subraya Mark Smith, quien ha calculado el precio vigente para todo el gigantesco itinerario completo: unos 1.200 euros.

La periodista india Monisha Rajesh acompaña el anuncio de este viaje a las profundidades de uno mismo tanto como a los vericuetos europeos y asiáticos del planeta. Lo hace con 'Viajes épicos en tren', donde describe 50 de estas iniciativas. De Bangkok a Kuala Lumpur, sus palabras enmarcan la inmersión terrestre: «No provenía de una familia ferroviaria, tampoco tengo recuerdos de viajar en tren cuando era niña. Todo esto llegó después de un largo viaje por la India». «Siempre había querido visitar el país como turista, y me di cuenta de que la mejor manera de viajar y poder hablar con la gente era en tren. Allí la red es enorme, cubre alrededor de 65.000 kilómetros. Resultó ser la manera perfecta de saltar directamente al torrente sanguíneo del país y encontrarse cara a cara con personas de todos los orígenes», prosigue Rajesh antes de concluir: «Pasé cuatro meses viajando por la India y regresé al Reino Unido completamente hechizada por los ferrocarriles».

El viaje interior

Queda un último eslabón: de Kuala Lumpur a Singapur, final de trayecto, la prueba de que apearse dejará al descubierto la transformación en el interior de la persona. Singapur se erige de manera sorprendente como adalid triunfante de la estrategia de la vivienda moderna. Después de un recorrido tan extenso (e intenso), jalonado de emociones diversas y de un desfile de paisajes realmente variopinto, el pitido final pone una nota de alivio por la sencilla razón de que llega la hora de descansar en la cama de un hotel. Pero, por supuesto, el viaje por esos caminos lejanos no deja indiferente a nadie, por lo cual conviene tomarse un respiro para reposar todo lo que ha cautivado a un alma que arrancó con unas expectativas y finaliza con las alforjas llenas del espíritu, más allá de las embestidas de las bajas temperaturas por esas estepas que aguardan al saltar de tierras europeas a las asiáticas.



TANK WASHER

Food Grade Tank Wash facility in South Kearny needs a Tank Washer for 3rd Shift (11:00 PM - 7:00 AM). No experience - will train.

201-790-6804

Please call Edgar before 7:00 PM

Help wanted ⁵⁷
for pizzeria/restaurant
needed experienced
cook. Full time
and part time
positions available,
must speak English.
Please call Greg
201-220-6623.
Great pay!

⁹⁸
Tractor Trailer Drivers
Needed for Year-Round
Full-Time Round Full Time
Work Overtime eligible
and benefits available
201-332-7200
Apply in person at
480-Dunan Ave.
Jersey City, NJ 07306

Pizzaman or ⁷⁶
Counter Person
With experience.
Full time job.
Must speak English.
V&S Pizzeria, 1723
Emmons Ave,
Brooklyn, NY 11235.
Call
718-332-7300
Ask for Joe

¹¹
TALLER DE
AUTOMOVILES
Pintor,
Ayudante
de Pintor
con experiencia
Ensamblador
Posicion
Inmediata
973-748-3100

⁸¹
AUTO TECH
Experienced in
European
automobiles,
pref. Audi/VW.
5 years exp. —
pref with dealership
experience,
own tools,
dependable & clean.
Ability to
accurately diagnose
and repair.
Pay based on exp.
Benefits included.
Call Mike at
908-654-5228

⁸⁰
MillWork Company, de
rápido crecimiento, está
buscando contratar a un
carpintero / ebanista /
constructor de gabinetes
Requisitos: capacidad
para leer planos (blueprint),
trabajar en maquinaria
básica, formica y equipos
de taller en general.
260 Columbus Ave,
Roselle NJ.
347-645-3683

⁶⁵
Reliable Auto Mechanic
Needed to work
in Cranford, NJ
experienced only
spanish or English
Se necesita mecanico
Confinable para trabajar
en Cranford, NJ
que hable ingles
o español
908-272-8708

⁶
Production Workers
Day or Night shifts.
We will train.
Excellent benefits!
Apply in person.
9am-4pm at
Dicar Inc.
5 Bader Road,
Pine Brook, NJ
or send
your resume to
akrasnoff@operationsinc.com.
Questions please
973-461-4130,
Human Resources
EOE-M/F/D/V

⁸³
Perdida de peso
Gane Dinero **Extra**
No ingles,
No Esperiencia
Tiempo Parcial
Tiempo completo
trabaje desde
su casa u oficina
Llame:
Sra. Martinez
973-573-5273

⁸²
Eres difícil de quemar
grasa corporal?
tiene mucha
grasa abdominal?
Prueba nuestros
batidos nutricionales,
de control
de peso, nutre
tus células
baja peso sin
pasar hambre
llama ya!!
862-256-9926

⁷
Buscamos un trabajador responsable
y serio para nuestro departamento de
envío y recepción, el horario es de
Lunes a Viernes de 8:00 AM a 5:30 PM.
El pago inicial es de \$13.00
por hora con adelantos.
Sábados opcionales de
7:00 AM a 12:00 PM con
pago de horas extras.
Empleo estable a largo plazo
para la persona adecuada.
Tipo de trabajo: tiempo completo
Envíe un currículum por
correo electrónico a:
phillip.deluca@gmail.com

105
Deli Store en Brooklyn
Necesita Deli/Grillman.
T/C. Sueldo \$700
para comenzar, 6 días.
Aplicar en el
684 Franklin Ave,
Brooklyn, NY
llamar al
718-618-0320
2:00-10:00pm
con poca Experiencia

104
Mechanic and
Body guy c/exp.
to/work full time
at a workshop
located in Linden,
New Jersey.
Benefits and
401K are offered.
908-265-2300

89
Taller de
Mecanica
Busca
Electricistas
y choferes con
experiencia
en motores
en general
973-332-4874

106
Auto Body
Men for busy
Auto Body Shop
must have
experience &
own tool
English a plus
call **Matt**
908-561-3354

12
Se Busca
Camionero
Tiempo completo
para entregas
Aplicar
PARA DISTRIBUTORS
490 Hendricks Causeway,
Ridgefield, NJ
201-937-3242

13
COOK-
WAITRESS
AND
DISHWASHER
with experience
for busy
restaurant
Good Pay!
1030 Reritan Rd
Clark, NJ 07066
908-864-3707

79
Bronx Auto Spring Necesita
Un Alineador, y un Mecánico
de suspension.
Bronx Auto Spring
Needs An Aligner,
and a Suspension
Mechanic. 4
140 Boston Rd,
Bronx, NY.
Call
718-324-0745

10
Cook and
dishwasher
wanted for
Secaucus Bar
Restaurant.
Full time.
Opportunity to
make more money
with experience.
Call
201-617-6998

111
**¿Quieres iniciar tu
propio negocio y
no sabes cómo
empezar?
te podemos ayudar
1800-500-2122**



16
\$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**

Secretaria ⁷¹
Bilingüe,
trabajadores
y
choferes
Clase-B
201-926-2883

¹⁰¹
NECESITAMOS EMPLEADOS
PARA ALMACEN
CARGAR, DESCARGAR,
EMPACAR
EMPEZANDO \$15 HR.
DE LUNES A VIERNES
8:30 AM- 4:30 PM
75 NkiCkerboCker Rd.
Moonachie NJ 07474
201-933-3390

¹⁸
CDL CLASS
A DRIVER
 South Kearny tank
 cleaning company
 has immediate opening for
 an experienced 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 and Vacation paid
201-790-6804
and ask for Edgar

Kitchen cook ⁶⁶
Full time
Training
201-4918059
435 East
Brinckehoff Ave.
Palisade Park
07056

Woodside ²⁰
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
Tornero & ²¹
Fresador
 Que sepa
 soldar para
 trabajar en
 empresa de
 serviciosd e
 bombas y
 turbinas
 de agua
 Llamar al:
917-337-7230

⁷⁰
Oportunidad
de trabajo
Necesitamos
Home
Makers CHHAs
Empezar de
inmediato!!!
Renovamos
Licencias de
Home Makers
para mas
información
 llamar:
973-622-2321



MASAJES ²³
RELAJANTES
POR LINDAS
CHICAS
ASIATICAS
Y LATINAS
\$50. X HR
LLAMA YA
201-920-3655

²⁴
Warehouse
 Position Available
 Requirements are,
 but not limited to
 the following:
 Ability to lift
 heavy objects
 Ability to stand
 for long periods
 Maintain inventory
 control
 Experience with
 packing and
 shipping orders
 helpful
201-348-8283

Construction Job
Patterson NJ
 Looking to ²⁵
 hire for
Framing,
Sheet-rocking
and Painting.
 Call
917-405-3706

²⁶
SE NECESITAN
CHOFERES CDL-A
CON EXPERIENCIA
EN DELIVER LOCAL
EN NJ/NY
INTERESADOS
LLAMAR
201-9601316
JESSIE

LOTO HEALTH
SPA ²⁷
MASAJE
BODY WORK
GRAN
APERTURA
MASAJES
EN EL
38-08 JUNCTION
BLVD. 3er PISO
CORONA,
NY 11368
917-365-4117

Cabinet Marker

77

Must have experience in making Cabinets & know to read blueprints.

Apply at: 175 Mount Pleasant Ave. Newark, NJ or call

973-868-5937

Auto Mechanic

107

Wanted Queens location. Experience necessary.

114-05 Farmers Blvd
Saint Albains,
NY 11412
917-478-2841

Paterson

103

Rento Apartamentos
2 Dorm \$1,375
3er Piso-
3Dorm \$1,695
1er Piso con
estacionamiento,
Utilidades no
incluidas
973-296-8083

ELEON

52

HEALTHCARE
Necesito HHA
con licencia de
Homemaker,
para el area de
Ridgefield Park
LLamar o
enviar texto
732-707-6732

Se necesita

78

choferes de taxi,
turno de noche,
tiempo completo
llamar de lunes
a viernes de
9:00AM-6:00PM

201-295-8001

E&N

67

TRUCKING

Necesito chofer
clase -A
on experiencia
Flatbed
Full Time
Dia y Noche
201-759-3458

Necesito

110

Dos profesionales
en carwash,
CON EXPERIENCIA,
Buen Salario
Llamar

917 776 2700

RETO21

112

**Reto de Transformación**

- Coaching uno a uno
- Planes de Comidas
- Suplementos Alimenticios
- Clases, Cocina y Nutrición
- Guías de ejercicios
- Seguimiento 24/7

Llama para información

1-800-500-2122

Now Hiring Grill men cocineros

33

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

Se Rentan Apartamentos Union City, NJ

34

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

Se necesitan choferes

35

Straight Truck
- 26 FT
No CDL
necesario
Para los
turnos de
dia o noche
201-332-7200

Necesitamos
conductores
con licencia CDL-A
con mínimo 2 años
de experiencia
para trabajo local
Regional NJ/NY/PA
de lunes a viernes
todas las noches
en la casa
\$30 la hora para
empezar
w2 o 1099
llamar al
973-568-8761

Psychic Reader Advisor

68

By Patrick
Specializing in
reuniting loved ones
no matter what
trouble you maybe
spell breaker, one free
questions by phone

954-394-1061

PINE BROOK NJ

38

COCINEROS
de comida
Espanola
Portuguesa
Tiempo
Completo/
Tiempo
Parcial
BUSBOY
973-202-7786
973-882-6757

Soldador con Experiencia

39

Tienda de letreros
ubicada en
Fairview NJ
Está buscando
Soldador con
experiencia
Envíe su c
urrículum por
correo electrónico a:
nati@signexponyc.com
o llame al

212 246-3355

Necesito Cocinero y Ayudante de Cocina


69

Martes a Domingo
12:00 AM -11:00PM
31 W Madison Ave.
Dumon, NJ 07628
201-899-0040

Contratación de trabajadores ⁴¹
de mantenimiento
Con Experiencia en Plomería,
Electricidad, Azulejos,
Placas de Yeso y Pintura
Debe estar legalmente autorizado
para trabajar
en los Estados Unidos
y tener una licencia de conducir.
\$ 25 - \$ 35 por horamás beneficios.

Llamar
201-390-2241

**SIGUENOS EN
LAS REDES
SOCIALES**






201-850-9444

**Se necesitan ⁹⁹
Mecanicos de Trailer
y camion con alguna
Experiencia para
Trabajar de noche
201-332-7200
or Apply in person
at 480 Dunan Ave.
Jersey city , NJ 07306**

**\$19.25 ++/HR ⁹³
Driving Amazon Van,
Delivering Packages
Shift BTWN 10am and 7pm
Full & Part Time Drivers
(Flexible Days)
Health Benefits/Paid
Vacations/cash Bounes
No experience-No DL
required (PaidTraining)
call:
201-888-1700**

**Looking for ⁴⁴
auto body
man and
Painter
Phone
718 975 0330
347 634 9769**

**Auto Body ¹⁰⁸
Trabajo Inmediato
Five J's Automotive-Bronx
Está buscando a
tiempo completo.
Detallista de autos,
Prep/Compound,
Bodyman-plástico,
painter.
Buen sueldo.
Llame
917-776-2700**

**COMPANIA DE ⁴⁶
CONSTRUCTION
Necesita persona
con experiencia
en metal stud,
techo suspendido
(suspended, ceiling)
brillado(sparkle)
sheetrock
Llamar:
201-681-3027**

**Pizzeria ⁴⁷
help wanted!
preparation
worker
pizza maker
2 dishwasher
Full time
start immediately!
Please call
Greg
201-220-6623**

**Se Solicita ⁴⁸
Mecanico
Para camiones
Chofer con licencia
de Auto
para buscar piezas
Chofer con licencia
Clase A
Para tractor Trailer
Trabajo local
(Flabed)
201-726-2880**

**PIZZA MEN ⁴⁹
(PIZZERO)
Se necesita
para trabajar
tiempo completo
o parcial
interesados
llamar al
718-702-0102**

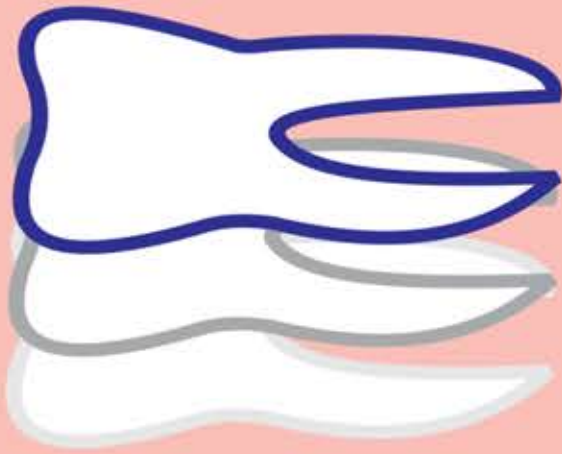
**MECANICO ⁵⁰
Se necesita
Mecanico
y cambiador
de aceite
para camiones,
especializado
en motores
DIESEL
Llamar:
201-726-4814**

**SE BUSCA ¹⁰⁹
UN MECANICO
DE AUTOS
CON EXPERIENCIA,
BUEN SALARIO
Bronx, NY
917-776-2700**

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

ESCUELA DE LICENCIATURA EN BIENES RAICES INVERSIONES EN BIENES RAICES Y DE INGLES COMO SEGUNDA LENGUA

Curso para licenciarse como agente vendedor en New Jersey conducidas en español!
Clases de Inglés como segunda lengua!
Seminarios para aprender a adquirir bienes raíces con poco o nada de dinero
y con historial de crédito negativo. Conducidas en Español!
Todos los programas conducidos de modo presenciales o virtuales!



ATENCIÓN PERSONAS INDOCUMENTADAS EN NEW JERSEY AHORA PUEDE ASPIRAR A UN FUTURO MEJOR!

Bajo nueva ley firmada por el Gobernador de New Jersey, personas indocumentadas cualifican para obtener licencia de Bienes Raíces como agentes vendedores. Conviértase en un agente de Bienes Raíces en el estado de New Jersey. La escuela de Bienes Raíces - Adler, Toro, and Associates School of Real Estate está conduciendo clases en diferentes horarios. días – noches y fines de semana (Sabados).
Escoja el horario que más se ajuste a sus actividades! Las clases están siendo conducidas VIRTUALMENTE , en tiempo real.
En vivo y en directo o PRESENCIAL y EN ESPAÑOL.

Para mas información visite nuestra pagina

www.adlertoroandassociates.com

Llame a Samantha al:

201-546-7154

Gripe porcina es más útil prevenir que temer



El tema de moda es sin lugar a duda la gripe porcina. Aunque es una situación alarmante en términos de salud, es más importante prevenir que sembrar el pánico. La primera medida que se debe tomar en casa es estar bien informados y segundo, leer con cuidado el siguiente artículo.

Por Dra. Olga Suau, Directora
ORI Medical Technology Institute

Swine Influenza – Fiebre Porcina, categoría H1N1, es endémica en el cerdo. El Orthomyxoviridae es enfermizo a los humanos; de tres niveles de este virus dos son endémicos en los cerdos. El Influenzavirus A (común) y el Influenzavirus C (no común), el Influenzavirus B no es endémica en los cerdos.

Las personas primeramente afectada por este virus son los agricultores quienes trabajan en contacto directo con las aves y cerdos. El virus tipo A mutuo y pudo entrar y causar daño en el cuerpo humano. Este virus mutuo una vez más adentro del cuerpo humano y el mismo tiene ahora la capacidad de transmitirse entre los humanos.

DIAGNOSTICO

Para determinar el diagnóstico correcto de Fiebre Porcina los médicos del CDC (Center for Disease Control & Prevention, Atlanta, Georgia) explican que los pacientes tienen que tener fiebre alta, síntomas respiratorios, y haber tenido contacto con una persona quien esta positivamente diagnosticado, o quien a viajado a uno de los estados donde está el virus diagnosticado o viajado a México, con siete días de anticipación al día de comienzo de los síntomas. Una vez que este patrón este establecido en el paciente con los síntomas entonces se le toma un cultivo de garganta o nariz. Solamente a través de un cultivo positivo es que la Fiebre Porcina puede ser diagnosticada.

PATHOFISIOLOGIA

El virus se adquiere a las células epiteliales de la nariz, garganta y pulmón como hemaglutinina y se convierte en Acido Azúcar Sialítico. De esta forma puede enfermar al humano y transmitirse de humano a humano.

Los síntomas de la Fiebre Porcina son los

mismo que los síntomas del Flu Invernal: aletargamiento, malestar general, falta de apetito, tos e irritación en la garganta; en algunos casos se a reportado náusea, vomito y diarrea.

TRANSMICION

El virus se transmite a través de contacto directo de una persona afectada a una persona no afectada. También se transmite de una persona afectada cuando toca un objeto y una persona no afectada toca el mismo objeto y entonces se pasa la mano y dedos por la nariz, boca u ojos. La carne del cerdo no transmite el virus. Este virus solamente lo transmite el cerdo a través de los líquidos de su cuerpo.

El tiempo de incubación del virus es tres días, al igual que el virus del catarro y el virus del Flu Invernal. Una vez que se desarrollen los síntomas la persona afectada puede transmitir el virus por cinco días. Algunos niños pueden transmitirlo por 10 días, después del desarrollo de los síntomas.

MEDICAMENTOS

Solamente existen cuatro medicamentos con licencia en los Estados Unidos a los cuales el virus es susceptible: Amantadine, Rimantadine, Oseltamivir y Zanamivir. Solamente Oseltamivir y Zanamivir se estan utilizando para convativir el virus. EL objetivo es evitar que el virus desarrolle una resistencia a los medicamentos virales como ya sucedió con los antibióticos.

La vacuna contra el Flu Invernal no protege contra la Fiebre Porcina, porque el gene es diferente al Flu Invernal.

PREVENCION

Para prevenir la Fiebre Porcina o cualquier otro de los virus cuales causan el catarro o el Flu Invernal simplemente no toque objetos inanimados y después se toque la nariz, boca o los ojos y sobretodo lavarse las manos antes de comer, después de utilizar el baño, después de tocar un objeto inanimado como el mango de la puerta.

También, el limpiar objetos inanimados con una simple solución de Clorox al 10% (No utilice el Clorox puro, ya que va a irritarse los pasajes mucosos, causando grandes problemas en la vía respiratoria.) el utilizar gel de alcohol después del lavado de las manos, esta recomendado por el CDC.

Si tiene malestares como dolor corporal, malestar general, fiebre y tos, QUEDESE EN SU CASA, no vaya a trabajar o a la escuela, para no contaminar a los demás.

Tome mucho liquido y no se automedique, ya que estos síntomas pueden ser el virus simple del catarro.

La madre naturaleza está de nuestro lado. Los virus no crecen bien durante el tiempo de calor, y las temperaturas están un poco alta, ayudando a irradiar el virus.

Diferencias claras

	Gripe Común	Gripe Porcina
Fiebre	Niños hasta 39° Extraño en adultos	3 a 4 días temperatura 40°
Tos	Leve o moderada Se calma con jarabe	Muy frecuente Es el principal medio de contagio
Dolor de cabeza	Poco común	Sintomas bruscos casi inmediatos, intensos.
Dolor muscular	Leve o moderada Depende del tipo de gripe	Muy fuertes, debilitantes
Debilidad	Leve o moderada Es muy temporal	Dura en promedio de 2 a 3 semanas continuas
Ardor de garganta/ Flujo nasal	Muy frecuente	Poco frecuente



- ✓ La carne del cerdo no transmite el virus.
- ✓ El virus se transmite a través de contacto directo con una persona u objeto infectado.
- ✓ El tapabocas es indispensable para evitar el ingreso del virus por vías respiratorias en una persona sana.
- ✓ El tiempo de incubación del virus es tres días, al igual que el virus del catarro y el virus del Flu Invernal.
- ✓ Una vez que se desarrollen los síntomas la persona afectada puede transmitir el virus por cinco días.
- ✓ Algunos niños pueden transmitirlo por 10 días, después del desarrollo de los síntomas.
- ✓ Solamente hay 4 medicamentos con licencia en los Estados Unidos a los cuales el virus es susceptible: Amantadine, Rimantadine, Oseltamivir y Zanamivir.



NOW HIRING OWNER OPERATORS AND COMPANY DRIVERS WITH PORT EXPERIENCE

**TWIC CARD REQUIRED
\$1000 SIGN ON BONUS
HEALTH INSURANCE**

908-962-9480

917-806-5438

**100 TRUMBULL ST
ELIZABETH, NJ**





CareCredit® Patient Payment Plans



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

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

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

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



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

FAX: 201-974-2999

5202 Bergenline Ave.,
West New York, NJ 07093

www.internationaloptical.net

TEAM



ATAX® 2022



JOHOANNY NOVA

KATHERINE MENCIA

MARILU ESQUIVEL

DAMARIS HERNANDEZ

LIZETH MASMELA

SERVICIOS DE PREPARACION DE IMPUESTOS Y NEGOCIOS

TAXES - CONTABILIDAD - ITIN - PAYROLL - NOTARIZACIONES - Y TRADUCCIONES

7304 Bergenline Ave.
North Bergen, NJ 07047
 (551) 272-9300

Siganos en:



 Scan me



NO ESPERE. ¡VACÚNESE!



Si no lo ha hecho, haga su parte y vacúnese contra el virus COVID-19.

¡Vacunarse salva vidas! Es seguro, fácil y ayudará a combatir la propagación del virus.

CALENDARIO DE VACACIONES DE VACUNACIÓN Y PRUEBAS: 12/22/21 - 01/02/2022

Visite nuestra Clínicas de vacunas

Escuela Mother Seton

1501 New York Avenue

martes - 3pm - 7pm / viernes - 9am - 2pm

Atención sin cita también disponible

Union City Housing Authority

3911 Kennedy Blvd

Pavilion (rear of building)

jueves - 3pm - 7pm / domingo - 11am - 3pm

Atención sin cita también disponible

Las pruebas para COVID-19 están disponibles en esta locación. Moderna, Pfizer y Johnson & Johnson están disponibles para todos los adultos. Los niños mayores de 5 años solo son elegibles para la vacuna Pfizer. Los refuerzos están disponibles para cualquier persona mayor de 16 años que haya recibido una segunda dosis de Moderna o Pfizer hace más de 6 meses o que haya recibido una dosis de Johnson & Johnson hace más de 2 meses. Las terceras dosis están disponibles para cualquier persona inmunodeprimida. La vacuna se puede administrar al menos 28 días después de recibir una segunda dosis de Moderna y Pfizer.

Pruebas

Camine y conduzca a través de las pruebas PCR COVID-19 disponibles

500 Block 36th Street (Estacionamiento)

lunes-viernes - 9am - 7pm / sábado 9am - 2pm



Para información
llame al:
201-713-1623
201-643-0443

Use una mascarilla cuando reciba la vacuna y practique el distanciamiento social. No necesita una identificación o seguro médico para recibir una vacuna. La vacuna es gratuita para todos.

¡Ayude a mantener saludable a su comunidad de Union City vacunándose de inmediato!