

# El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 16 - Edición 746

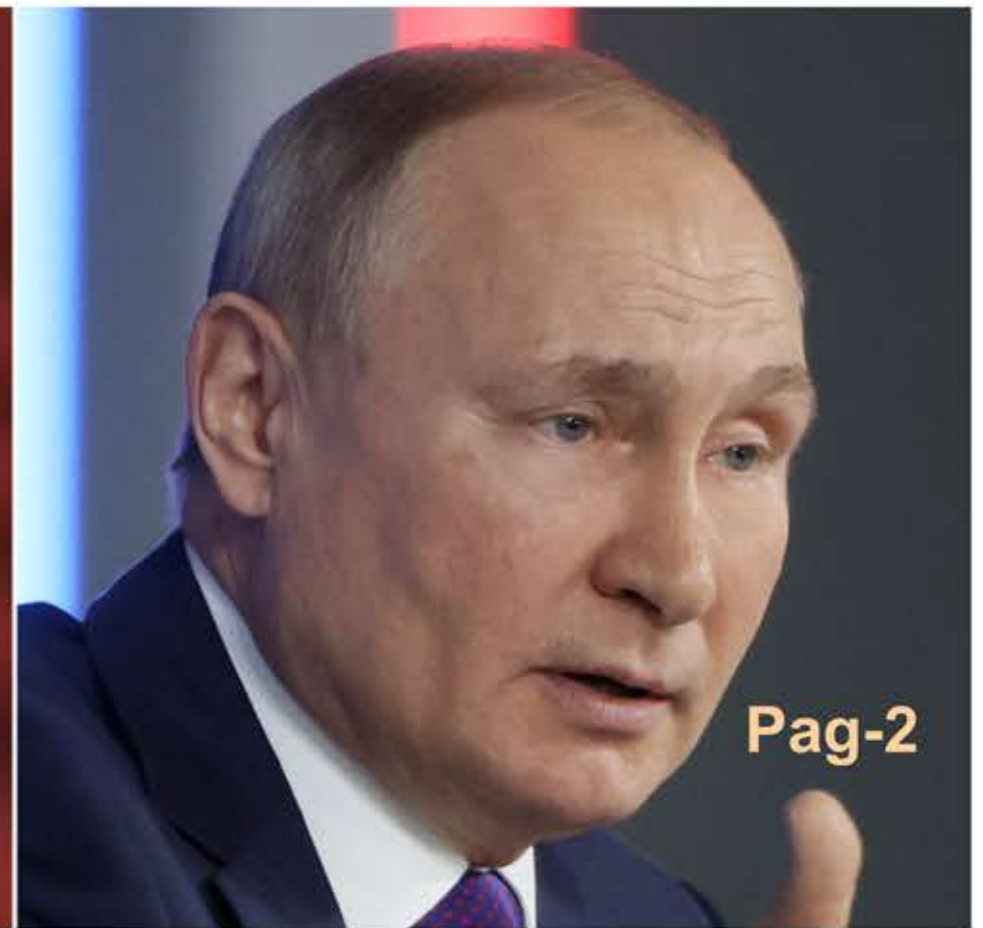
[www.cambionewspaper.com](http://www.cambionewspaper.com)



201-850-9444

Enero 29 a Febrero 5, 2022

## Desde aumentos en el precio de la gasolina a ciberataques: sancionar a Rusia puede costarle caro a EE.UU.



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**



# EE.UU. amenaza con severas sanciones contra Rusia si lanza un ataque contra Ucrania



Estados Unidos amenaza con severas sanciones contra Rusia si lanza un ataque contra Ucrania, pero Moscú podría devolver el golpe a Occidente bloqueando el suministro de gas natural a Europa o provocando un aumento en los precios del petróleo, dicen expertos y exfuncionarios estadounidenses.

La administración de Joe Biden dice que está manteniendo conversaciones con las compañías de gas y los gobiernos europeos para prepararse para posibles intentos rusos de interrumpir el flujo de gas natural a Europa, pero no está claro si Washington y sus aliados podrían mermar las consecuencias de una represalia por parte de Rusia, dijeron exfuncionarios y expertos de la industria.

Se podría manejar una breve interrupción en una escala limitada, aunque los precios del gas natural aumentarían aún más y los gobiernos tendrían que ayudar a subsidiar el esfuerzo, dijeron analistas. Sin embargo, un corte importante en el suministro de gas durante un período prolongado podría tener consecuencias devastadoras.

"Podría ser muy, muy difícil para las empresas o los países encontrar suficiente suministro para cerrar una brecha muy grande", dijo Kevin Book, director gerente de ClearView Energy Partners.

"Rusia puede generar un agujero más grande en el suministro del que Occidente puede tapar", dijo Book. "Eso es solo una cuestión de partículas y matemáticas", señaló.

La potencial confrontación económica entre Moscú y Washington representa un territorio desconocido, ya que Estados Unidos nunca ha impuesto sanciones drásticas a una economía del tamaño e importancia de Rusia. Y si se enfrenta a sanciones sin precedentes, es probable que Rusia elija responder de una manera sin precedentes que podría tener un efecto dominó en la economía de EE. UU. y en todo el mundo, dijeron los expertos.

**La mitad de ucranianos cree que un ataque ruso es inminente**  
"Kremlin tiene una capacidad significativa

para tomar represalias de peso", dijo Adam Smith, quien fue un funcionario de primera línea en sanciones en la administración de Obama y ahora es socio de la firma de abogados Gibson Dunn.

Si Estados Unidos impone las amplias sanciones con las que ha amenazado, China estará observando de cerca. "Este caso de Rusia realmente pondrá a prueba la capacidad de las potencias occidentales para usar sanciones contra las grandes potencias", dijo Smith.

Imponer sanciones a algunos de los principales bancos comerciales rusos o restringir el acceso de Rusia a los mercados de bonos (medidas que la administración está considerando) podría causar algunos daños colaterales a las empresas o inversores occidentales, y la Administración de Biden está analizando cómo crear excepciones para suavizar los efectos nocivos, dijeron exfuncionarios.

En respuesta a las sanciones de Estados Unidos, Rusia también podría orquestar una campaña de piratería cibernética y ataques de secuestro de datos que podrían perturbar los mercados e industrias occidentales, dicen los expertos.

Pero el retroceso más grave de un paquete de sanciones de EE.UU. contra Rusia seguramente se produciría en el sector energético, donde Rusia es un actor mundial con recursos que mueven los mercados, dijeron los expertos.

A pesar de los intentos para generar cambios de los gobiernos de Estados Unidos y Europa del Este a lo largo de los años, el continente europeo sigue dependiendo del gas ruso. Moscú es el principal proveedor de Europa y proporciona alrededor del 40% del gas que consume el continente. También proporciona más de la mitad del carbón de Europa y es un proveedor líder de petróleo crudo.

Alemania está en una situación aún más complicada: depende de Rusia para obtener más del 50% de su gas, y el gigante energético estatal de Rusia, Gazprom, posee muchos de los sitios de almacenamiento subterráneo de Alemania.

Los gobiernos europeos han tratado de cambiar a fuentes de energía más ecológicas y su propia producción de petróleo y gas ha disminuido.

Europa usa alrededor de 400,000 millones a 500,000 millones de metros cúbicos de gas al año, y Rusia proporciona alrededor de 130,000 millones a 170,000 millones de metros cúbicos a Europa anualmente, y un tercio de eso se mueve a través de tuberías en Ucrania.

Si Rusia restringiera los suministros de gas, los países europeos podrían intentar compensar la diferencia en los envíos de gas natural licuado desde EE.UU. y Medio Oriente.

Los expertos dicen que si Rusia cortara por completo el suministro de gas, una medida drástica e improbable, no habría suficiente gas natural licuado disponible en el mercado mundial para compensar la diferencia.

Si Rusia cortara los aproximadamente 40,000 millones de metros cúbicos de gas que fluyen a través de Ucrania, sería un desafío compensar el déficit mediante envíos de gas natural licuado u otras fuentes de energía. Pero compensar el déficit también tendría consecuencias: los precios de la gasolina aumentarían aún más y los gobiernos tendrían que subsidiar el esfuerzo, dijeron los expertos.

Alrededor de dos tercios de la carga de gas natural licuado del mundo ya está bajo contrato, y los gobiernos podrían tener que cubrir el costo de la ruptura de los contratos de las empresas para desviarlos a Europa desde otros mercados, agregaron.

La capacidad de Europa para recibir los envíos de gas natural también es limitada, y sería difícil acomodar un aumento importante en las entregas dependiendo de la cantidad de gas que se necesite para compensar el déficit.

Funcionarios estadounidenses han mantenido conversaciones con Qatar, uno de los mayores exportadores de gas natural licuado del mundo, para ver si podría ayudar a amortiguar el golpe de la reducción de los suministros. Pero Qatar

ya está produciendo a plena capacidad y la mayoría de sus envíos están en camino a Asia bajo contratos a largo plazo, informó Bloomberg News.

Rusia ha cortado el suministro de gas antes, pero solo brevemente durante las disputas con Ucrania. En 2009, el suministro de gas estuvo cerrado durante casi dos semanas en invierno, lo que obligó a Eslovaquia y algunos países balcánicos a racionar el gas y cortar el suministro eléctrico.

Si Rusia lleva a cabo un recorte importante en las entregas de gas, los países europeos tendrían que considerar el racionamiento y los gobiernos tendrían que decidir cuánto están dispuestos a compartir los recursos de gas y energía con sus vecinos.

Después de que Rusia invadió Ucrania en 2014 y se apoderó de la península de Crimea, la Administración de Barack Obama optó por evitar sanciones a gran escala contra Moscú, en parte debido a los temores de que Rusia pudiera emprender una guerra económica por su cuenta explotando vastas reservas de petróleo y gas, según exfuncionarios.

Pero los funcionarios de la Administración de Biden dicen que confían en que los productores de gas natural podrán aumentar la producción para ayudar a compensar cualquier intento ruso de reducir el suministro.

"Para asegurarnos de que Europa pueda pasar el invierno y la primavera, esperamos estar preparados para garantizar suministros alternativos que cubran una gran mayoría del posible déficit", dijo un alto funcionario de la administración a los periodistas el martes.

El funcionario señaló que Rusia ya ha reducido a la mitad el nivel habitual de suministro de gas que fluye hacia Europa a través de Ucrania.

Los comentarios del funcionario son "una forma de enviar un mensaje a Putin: sabemos lo que podría hacer y estamos preparados para eso", dijo Dan Fried, un exdiplomático de carrera que elaboró la política de sanciones y ahora trabaja en el Atlantic Council, un instituto estadounidense abocado a los temas de política internacional.

Estados Unidos ha tenido que aceptar la dura realidad de que la introducción de sanciones financieras contundentes contra Rusia conlleva riesgos, pero se necesitan sacrificios para disuadir a Moscú, dijo Fried. "Tu tolerancia al riesgo tiene que aumentar cuando hablas de una guerra terrestre en Europa", indicó.

Como uno de los mayores productores de petróleo del mundo, Rusia también podría ralentizar la producción de petróleo y provocar un aumento en los precios del petróleo, un paso que podría agravar la inflación en la economía mundial y aumentar los precios de la gasolina para los estadounidenses. El petróleo es la exportación más lucrativa de Rusia, y Moscú tendría que sopesar las consecuencias de cualquier recorte en la producción.

Los funcionarios estadounidenses argumentan que, aunque Europa depende en gran medida del gas ruso, Moscú también necesita los ingresos de las ventas de gas y que cortar los envíos de gas dañaría su propia posición financiera.

El alto funcionario de la administración dijo que "si Rusia decide armar su suministro de gas natural o petróleo crudo, no sería sin consecuencias para la economía rusa".

"Recuerde, esta es una economía unidimensional, y eso significa que necesita los ingresos del petróleo y el gas al menos tanto como Europa necesita su suministro de energía", dijo el funcionario.





# 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



**State Farm<sup>®</sup>**  
**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.



# Tormenta invernal amenaza con convertirse en un ciclón bomba



El pronóstico estima que la región de Nueva Inglaterra recibirá las nevadas más intensas, pero también se espera nieve en las ciudades de Nueva York y Washington DC. La costa noreste se podría ver afectada además por fuertes vientos, de entre 40 y 60 millas por hora, lo cual puede generar condiciones de ventisca.

Una gran tormenta de invierno amenaza con convertirse en un llamado 'nor'easter' y probablemente en un ciclón bomba, dejando fuertes vientos, lluvias e intensas nevadas en el noreste del país para este fin de semana. Se espera que millones de personas estén bajo vigilancia de tormentas invernales a partir del viernes.

"Cada vez hay más confianza en que una tormenta invernal significativa dejará impactos considerables desde el viernes hasta el fin de semana desde el Atlántico medio hasta el noreste", informó este miércoles el Servicio Meteorológico Nacional (NWS).

El pronóstico estima que la región de Nueva Inglaterra, formada por los estados de Connecticut, Maine, Massachusetts, New Hampshire, Rhode Island y Vermont, recibirá las nevadas más intensas, pero también se espera que nieve en las ciudades de Nueva York y Washington DC. Nieve más aislada podría extenderse incluso hasta Carolina del Norte. La costa noreste también se podría ver afectada por fuertes vientos, de entre 40 y 60 millas por hora.

## "Mucha nieve y viento muy fuerte": la tormenta invernal de este fin de semana en el noreste

"Es una situación que puede ocurrir de vez en cuando en invierno", explicó Albert Martínez, meteorólogo. "Es lo que se espera en el noreste del país para este viernes y sábado. Suele dejar mucha nieve y viento muy fuerte". Hasta 32 millones de personas están bajo vigilancia por tormenta invernal y en algunos lugares se pueden acumular hasta 17 pulgadas de nieve, indicó Martínez.

Se espera que gran parte de la región noreste de Estados Unidos tenga temperaturas entre los 10° y los 20° F, niveles por debajo de lo acostumbrado durante esta época del año.

Debido a los fuertes vientos de la tormenta, conocida como 'nor'easter', la sensación térmica será mucho más baja, especialmente en Vermont o el norte de Nueva York.

Para Rhode Island y el este de Massachusetts se pronostican entre 8 y 16 pulgadas de nieve, combinadas con vientos de hasta 60 millas por hora. El sureste de Connecticut podría ver hasta 6 pulgadas de nieve, hasta 8 Philadelphia y la ciudad de Nueva York, y hasta 2 Washington DC, según varios modelos de pronósticos.

## Cómo prepararse para la tormenta de nieve

Por ese motivo, el NWS hizo un llamado a la población a mantenerse informada por fuentes fiables sobre la tormenta, prepararse para posibles cortes de energía, comprar palas y material para derretir la nieve, así como llenar

los tanques de gasolina.

Las nevadas y los fuertes vientos pueden producir condiciones de ventisca, que se producen cuando junto con la nieve aparecen vientos con ráfagas de más de 35 mph durante más de tres horas, creando una visibilidad de menos de un cuarto de milla. En este contexto, la agencia advirtió que las condiciones de viaje serán peligrosas este sábado.

## ¿Qué es un 'nor'easter'?

Según el NWS, un 'nor'easter' es un tipo de tormenta que se forma a lo largo de la costa este de América del Norte. Recibe su nombre por la dirección de sus vientos más fuertes, que suelen soplar sobre los estados del norte de la costa este, incluidos los de Nueva Inglaterra y los del llamado Atlántico Medio.

Estas tormentas pueden traer viento, nieve, y hasta inundaciones.

Se espera que la tormenta se forme en el Océano Atlántico frente a la costa de Georgia, luego se fortalezca rápidamente en un proceso llamado "bombogénesis", durante la noche del viernes, y siga el sábado hacia el norte de la costa este.

La bombogénesis es un proceso durante el cual cae precipitadamente la presión en un período de unas 24 horas, en el que la tormenta se convierte rápidamente en lo que se llama una bomba ciclónica o ciclón bomba.

Este tipo de tormentas vienen a ser el equivalente invernal de un huracán, por sus fuertes vientos y nevadas, que se producen al mismo tiempo y más al norte del Atlántico.





La ciudad de West New York ofrece a la comunidad los centros de calentamiento distribuidos en diferentes locaciones para su mayor conveniencia.

Todos los centros de calentamiento estarán abiertos de 8 am a 7 pm en caso que no tengas calefaccion en tu hogar.



**TOWN OF WEST NEW YORK**

## **WARMING CENTERS IN WNY**

### **•WNY Housing Authority buildings:**

**-430 62nd St**

**-6100 Adams St**

**-6300 Adams Street**

**-5800 Jefferson Street**

**-515 54th Street**

**All warming centers will be open from 8:00AM to 7:00PM. Face masks required.**

**IF YOU LOSE HEAT CALL WNY HEAT EMERGENCY HOTLINE  
201-295-5000**

**#WEAREWNY**

 @townofWNY  
www.westnewyorknj.org

**#SOMOSWNY**



# ¡Hágase la prueba y vacúnese!

## ¡Nada Más Importante Que Su Salud!

Estimado/a amigo/a,

¡Feliz y saludable año nuevo!

Somos una comunidad especial que se preocupa por los demás. Disfrutamos de una gran diversidad y estamos orgullosos de llamar a Union City nuestro hogar. Comencemos por cuidarnos unos a otros, extender nuestra mano a nuestro vecino y estar orgullosos de nuestra ciudad. Hagamos de 2022 un año saludable para todos.

Si necesita algo, por favor llame a mi celular al 201-376-1942. Estoy disponible para ti, los 7 días de la semana.



Su amigo,

**BRIAN P. STACK**  
Alcalde de Union City  
P: 201-376-1942  
mayorstack@ucnj.com

@OficialUCNJ

www.ucnj.com

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 una dosis de Johnson & Johnson dosis 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.

**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.

### PRUEBAS DE COVID

Lugar	Fecha	Hora
36th St. Municipal Parking Lot between Kennedy Blvd. & Bergenline Ave.	Lunes - Viernes	9:00am - 7:00pm
	Sabado	9:00am - 2:00pm
Mobile Testing Unit 48th Street & Bergenline Ave.	Domingo - Viernes	11:00am - 7:00pm
Colin Powell School 1500 New York Ave.	Lunes - Viernes	12:00pm - 7:00pm
	Sabado	9:00am - 3:00pm
Mother Seton School 1501 New York Ave.	Lunes, Jueves Sabado & Domingo	9:00am - 5:00pm
Edison School 607 West Street	siete días a la semana hasta el 15 de enero	9:00am - 5:00pm

### LUGAR PARA VACUNAS

Union City Housing Authority Pavilion 3911 Kennedy Blvd.	Jueves	3:00pm - 7:00pm
	Sabado	10:00am - 3:00pm
Mother Seton School 1501 New York Ave.	Martes & Viernes	3:00pm - 7:00pm

### LUGAR PARA VACUNAS MÓVIL

William V. Musto Cultural Center 420 15th Street	Solo los martes siguientes 25 de enero, 15 de febrero, 8 de marzo, 29 de marzo	9:00am - 1:00pm
Union City Public Library 324 43rd Street	Solo los jueves siguientes 6 de enero, 27 de enero, 17 de febrero, 10 de marzo, 31 de marzo	1:00pm - 5:00pm

**No se requiere cita ni seguro.**

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



# Dinamarca elimina todas las restricciones por la covid y vuelve a la normalidad



El país danés ya había quitado las limitaciones en septiembre, pero la llegada de la variante ómicron hizo que volviesen a introducir algunas puntualmente.

El final de la pandemia parece una utopía, aunque los expertos ven en la variante ómicron una puerta de salida. Es por eso, que pese a tener el número máximo de contagios en las últimas 24 horas en el país, Dinamarca ha anunciado la eliminación de todas las restricciones provocadas por el coronavirus, convirtiéndose en uno de los primeros países en hacerlo.

Con más de 47.000 casos en las últimas 24 horas, el país danés ha anunciado la supresión de las pocas restricciones que mantenían tras la llegada de ómicron como el uso de la mascarilla en exteriores, las limitaciones en la restauración, la vida cultural y social y el cierre de las discotecas. Con ello, la covid-19 dejará de ser una enfermedad "crítica" para la sociedad.

Esta decisión ha sido consultada y cuenta con el aval del grupo de científicos que asesora al Gobierno danés. La primera ministra, Mette Frederiksen, volvió a dar la bienvenida a la "vieja normalidad": "Estamos listos para salir de la sombra del coronavirus, decimos adiós a las restricciones y le damos la bienvenida a la vida que teníamos antes. La pandemia sigue, pero hemos pasado la etapa crítica".

Frederiksen también ha apuntado que pese a las actuales tasas de contagio hay que fijarse en otros datos como las hospitalizaciones. Las autoridades sanitarias han explicado que entre un 30% y un 40% de los ingresados son pacientes que se han contagiado después de estar hospitalizados.

Dinamarca se convirtió en uno de los primeros países en Europa en eliminar todas las restricciones el pasado 10 de septiembre. Sin embargo, la llegada de la nueva variante provocó que volvieran, pero como se ha visto, de forma puntual. El país presenta uno de los índices de mortalidad más bajos de Europa, con 62,59 fallecimientos por cada 100.000 habitantes, tres veces menos que países como España, Portugal o Francia.

Aterrizar en Copenhague se asemeja a un viaje al futuro. O al pasado. A un tiempo en el que un coronavirus respiratorio no anda propagándose y condicionando la vida de la gente. Y no es que haya dejado de circular: lo hace, con una incidencia prácticamente calculada a la española. Pero, desde el 10 de septiembre, la covid ya no es oficialmente "una amenaza crítica para la sociedad". Una afirmación que solo se puede tomar como provisional en medio de una pandemia repleta

de giros de guion y con el mundo en desarrollo sin apenas acceso a las vacunas. Gracias a ellas, los daneses llevan una semana sin restricciones, una realidad que ya asoma por los países ricos, a distintas velocidades y con vicisitudes locales específicas después de un año y medio que ha transformado muchas facetas de la vida. Lo que se ha dado en llamar "nueva normalidad", si Dinamarca sirve de referencia, es casi indistinguible de la antigua.

Dinamarca se ha convertido así en pionero en la Unión Europea en poner en práctica algo que más tarde o más temprano tendrán que hacer el resto de los países: convivir con el virus. Una vez que su primera ministra, Mette Frederiksen, dio por "controlada" la epidemia en el país, ahora toca tratar la covid como una enfermedad más, aunque su Gobierno insiste en que está preparado para dar pasos atrás si la curva de contagios se descontrola.

Para este avance, el país escandinavo lo ha fiado todo a las vacunas. Aproximadamente un 75% de su población tiene la pauta completa, una cifra que está ligeramente por debajo de la de España (75,4%, según los datos publicados por el Ministerio de Sanidad este viernes). La probabilidad de enfermar gravemente ha caído en picado y se considera poco probable que el SARS-CoV-2 vuelva a poner en aprietos al sistema sanitario, siempre que una nueva variante no cambie las reglas del juego.

Pero el virus no va a desaparecer. Ya nadie lo duda. El propio Fernando Simón, que ha liderado la respuesta a la covid en España, dijo la semana pasada en un congreso de epidemiólogos que hay que comenzar a "normalizar la enfermedad". En algún momento la pandemia será lo que los expertos denominan una endemia, como puede ser la gripe; aunque no todos tienen tan claro como los daneses que ese punto ya haya llegado. Entre otras cosas, porque pocos países del mundo, incluso el desarrollado, tienen unas tasas de vacunación tan altas. En Alemania, donde la pauta completa está en un 62%, el virólogo Christian Drosten, asesor del Gobierno y una de las voces más respetadas en su campo, dijo a principios de este mes que la convivencia con el virus, al estilo danés, no podría llegar este otoño: "La pérdida de vidas sería demasiado alta". Italia, Francia o Reino Unido tienen unas tasas de vacunación más parecidas a las alemanas (por debajo del 65%) que a la danesa y española. Y otros, como Estados Unidos o Japón, están muy por debajo: en el entorno del 53%.

Para llegar a la endemia, Drosten no solo cree necesario que más población se vacune, sino que las inyecciones se vayan combinando con la inmunidad adquirida por el contacto de la enfermedad. Se trata de proteger a los más

vulnerables con las dosis que la evidencia muestre que son necesarias, de forma que la letalidad baje, al mismo tiempo que sigue circulando y adaptando a los sistemas inmunitarios a convivir con él. Probablemente, otros coronavirus que hoy no causan mayores problemas (como el del resfriado) fueron en su día una pandemia agresiva, solo que entonces no había vacunas para amortiguar el golpe.

A simple vista, hoy lo único que evidencia que una pandemia ha pasado por Copenhague son geles hidroalcohólicos por doquier y carteles con medidas ya desfasadas en algunos comercios y en el transporte público. El aeropuerto (además de la sede de la Iglesia de la Cienciología) es el único lugar donde sigue siendo obligatorio llevar mascarilla; al menos para los pasajeros, la mayoría de los trabajadores no la usan. Al aterrizar también se mantienen los controles. En teoría. La supervisión es, cuanto menos, laxa: se limita a preguntar a los viajeros, mientras caminan a por su equipaje, si están vacunados. Ni siquiera obligan siempre a enseñar el certificado covid que lo acredita. Si se responde que no, hay que pasar un test de antígenos en el propio recinto.

Fuera del aeropuerto, el coronavirus parece un recuerdo. Se puede pasar un día entero vagando por la ciudad sin ver una sola mascarilla: casi impensable en exteriores, sumamente infrecuente a cubierto; en los restaurantes más populares se come codo con codo con el desconocido de la mesa contigua; hay macroconciertos y festivales que reúnen a miles de personas que bailan como si fuera 2019; los bares y las discotecas han reabierto sin limitaciones horarias, de aforo y sin solicitar el corona passport, un documento acreditativo de haber sido vacunado o sometido a un test reciente que ha estado muy presente en Dinamarca en los últimos meses. "Ya podemos hacer vida con normalidad, y eso incluye salir de fiesta. A nadie le importa ya mucho el coronavirus", dice Erik, un joven de 18 años que ha salido a fumar un cigarrillo a la puerta de The Drunken Flamingo (El flamenco borracho), un bar de copas del centro de la capital.

Ese será el futuro, pero no está claro cuándo llegará a todo el mundo. La Organización Mundial de la Salud se ha propuesto alcanzar un 40% de vacunados en todos los países antes de final de año. Hasta el momento, todas las previsiones en este sentido han pecado de optimistas. Mientras algunos países ricos no

saben cómo aumentar las tasas de vacunación y recurren incluso a la obligación (para todos los trabajadores en Italia, para los sanitarios en Francia), apenas un 2% de la población de los países de bajos ingresos han recibido al menos una dosis. Otros, como Israel o Reino Unido ya están ofreciendo terceras dosis a los mayores de 50, pese a que no está todavía clara su utilidad.

Y, en el horizonte, el riesgo de que el virus mute y las vacunas pierdan efectividad, lo que no nos llevaría a la casilla de salida, pero obligaría a volver a limitaciones más severas. La mayoría de los expertos consultados no lo ven altamente probable, pero sí posible. No hay que descartarlo.

En ello insisten los daneses. Si hay que volver a limitar la vida social, se hará. Pero el consenso social en el abandono de las restricciones también se traslada, en líneas generales, al ámbito científico. "Hemos conseguido desplegar de forma muy efectiva las vacunas y proteger a los más vulnerables. Por el momento, la amenaza a la salud pública es mínima y sería desproporcionado mantener restricciones, que también son muy negativas para la sociedad. Esto no quiere decir que nunca tengamos que volver a usar medidas, si son necesarias", reflexiona Jens Lundgren, profesor y especialista en enfermedades infecciosas del Hospital Universitario de Copenhague.

Como contrapartida a unas medidas aparentemente más laxas que las españolas, Dinamarca ha centrado su estrategia en las pruebas. Prácticamente en cada barrio hay un centro de test, que son gratuitos. Esto permitió imponer el corona passport, que se exigía a la entrada a los lugares de ocio (ya no). El país ha hecho más de 82 millones de pruebas, más de 20 millones más que España con ocho veces menos población. Si cada español se ha hecho desde el principio de la pandemia poco más de una prueba, como promedio, en Dinamarca la media es de 14 por ciudadano. "Si vas a quedar con gente el fin de semana te la haces, incluso en algunas empresas hacían cribado a todo el que quería para controlar la situación", cuenta Sheree, que trabaja en una tienda de Souvenirs en Stroget, la calle comercial de Copenhague.

Entre las marcas menos visibles de la pandemia, en Dinamarca queda mucho teletrabajo, cuenta Einar, empleada de una multinacional que cerró sus oficinas y no ha vuelto a abrirlas. "Aquí siempre ha habido bastante flexibilidad con eso, pero ahora somos muchos los que ya no vamos a la oficina. Es algo más solitario, pero tiene también muchas ventajas", asegura.

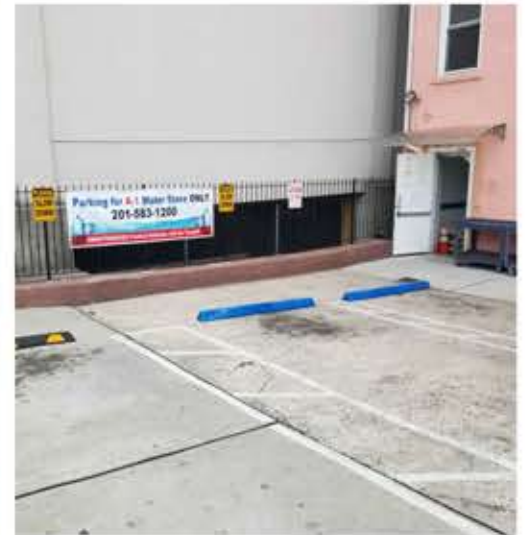




# **A-1 WATER STORE**

## **PURIFIED & ALKALINE DRINKING WATER**

### **AGUA PURIFICADA Y ALKALINA**



**4901 BROADWAY AVE. UNION CITY NJ 07087**  
**201-583-1200**

**Abierto**  
**Lunes a Sábado 8:00 am - 6:30 pm**  
**Domingo 9:00 am - 3:00 pm**





# 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  
Domingos a las 7:00 pm; miercoles a las 9:30 pm;viernes a las 9:00 pm; lunes 10:00 pm.  
En el Canal 51 Comcast los miercoles a las 10:30 pm. y viernes a las 10:00 pm

## 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](http://www.totalcarerehab.com)



# A+ PEST MANAGEMENT

COMPLETE TERMITE & PEST CONTROL  
COMMERCIAL, RESIDENTIAL & FULLY INSURED



**(877) 249-7378 - (201)876-7378**

Visit us at [www.apluspestcontrol.net](http://www.apluspestcontrol.net)

Email us at [aplustest@hotmail.com](mailto:aplustest@hotmail.com)






## Holy Name Medical Partners Hudson County

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

[www.holynamemedicalpartners.org](http://www.holynamemedicalpartners.org)

# Meningitis, la infección que ataca el cerebro

**L**a meningitis es la inflamación de las meninges. Las meninges son unas membranas que cubren el sistema nervioso central, es decir el cerebro y la médula espinal. Las meninges están bañadas en un líquido (líquido cefalo-raquídeo) y protegen el cerebro.

La inflamación de las meninges, en prácticamente todos los niños con meningitis, está causada por una infección. Los gérmenes responsables de las infecciones que pueden ocasionar meningitis, salvo muy raras excepciones, son virus o bacterias.

**Las meningitis causadas por virus (meningitis virales) son las meningitis más frecuentes de la infancia. Más del 90% de estas meningitis están causadas por virus pertenecientes al grupo llamado de los enterovirus y la evolución y el pronóstico, salvo casos excepcionales, son favorables. Este tipo de meningitis suele presentarse de forma de epidemias fundamentalmente, finales de primavera y, ocasionalmente, en otoños.**

Las meningitis causadas por bacterias (meningitis bacterianas) son menos frecuentes. Las bacterias implicadas con mayor frecuencia en nuestro medio son: neumococo, meningococo (tipos B y C) y, menos, haemophilus influenzae tipo b. La meningitis bacteriana es una enfermedad extremadamente grave, de ahí los esfuerzos médicos en intentar por un lado erradicarla (por medio de vacunas incluidas en el calendario de vacuna: anti-haemophilus influenzae tipo b, y, por otro, tratarla de manera agresiva una vez adquirida. Este tipo de meningitis es más frecuente en los meses invernales.

Después de que una persona ha empezado un tratamiento antibiótico para la meningitis, la infección aún puede transmitirse a otras personas durante las primeras 24 horas o incluso más tiempo.

Si usted o alguien que usted conoce tiene estos síntomas — especialmente si usted ha estado alrededor de alguien que sufre de meningitis— asegúrese de consultar con un doctor. Tratar la infección desde temprano es muy importante.

## Síntomas

### En bebés

- Llanto en tono muy agudo
- Dificultad para despertarse
- Letargo
- Carácter irritable
- Movimiento de arqueado de la espalda y retracción del cuello
- Mirada perdida
- Manos y pies fríos
- Rechazo al alimento
- Vómito
- Piel pálida o con manchas



### En infantes y adultos

- Dolor de cabeza
- Fiebre y escalofrío
- Vómito
- Rigidez en el cuello
- Irritabilidad
- Somnolencia
- Intolerancia a la luz
- Sensación de confusión
- Convulsiones

## Puntos claves:

La meningitis infecciosa puede estar provocada, bien por virus, bien por bacterias. La infección por virus es la más común.

Aunque requiere tratamiento hospitalario, suele ser benignas.

En ocasiones aparecen como consecuencia de otras infecciones víricas, como las paperas.

Cuando es una bacteria el agente causante hablamos de una patología más grave. En ocasiones pueden provocar la muerte. Una vez contagiada, una persona puede padecer los primeros síntomas entre los dos y los diez días posteriores al contagio. En ocasiones tiene un comienzo brusco, en otros los síntomas son similares a los de un catarro o una gripe.

## Así comienza:

**L**os enterovirus, la causa más común de la meningitis viral, se contagian con mayor frecuencia por contacto directo con las secreciones respiratorias (p.ej. saliva, esputo, o mucosa nasal) de una persona infectada. Esto por lo general ocurre cuando se saluda a una persona infectada o se toca algo que ella ya tocó y luego se toca los ojos o la nariz o

boca. El virus se encuentra en las heces de personas infectadas. El virus se contagia por esta vía principalmente entre los niños pequeños que aún usan pañal. También los adultos pueden contagiarse al tocar el pañal de un bebé infectado. El período de incubación de los enterovirus por lo general es de 3 a 7 días desde el momento del contagio hasta el surgimiento de los primeros



síntomas. Por lo general se puede contagiar a alguien con el virus a partir del tercer día desde la infección y hasta 10 días después del inicio de los síntomas.

## Prevención en casa

**a**lgunas recomendaciones del especialista de Clínica Avansalud son:

- Lavado frecuente de manos, antes y después de tener contacto con alimentos o personas.
- Mantener la casa y los ambientes en general, ventilados.
- Evadir lugares congestionados.
- No exponer a los niños

pequeños a lugares que tengan afluencia de público.

- Cubrirse la boca y la nariz al toser o estornudar.
- Evitar el intercambio de saliva a través de chupetes, mamaderas, juguetes u otros utensilios que los niños se lleven a la boca.
- Mantener una temperatura corporal adecuada, evitando enfriamientos y resfríos.

La vacuna que administrará el Ministerio es un elemento importante en la prevención de esta enfermedad, pero su mayor efecto se verá en el largo plazo, ya que existe una latencia significativa entre su llegada a Chile, administración a la población y desarrollo de la inmunidad. El beneficio real, muy probablemente se podrá evidenciar durante el próximo año.

# 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 avances en salud y consejos para vivir en plenitud

### La Roseola enfermedad comun en los infantes

**Cablevision - BAYONNE -- Canal 19**

Bayonne

**BERGEN COUNTY -- Canal 77**

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

**CLIFTON -- Canal 75**

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

**ELIZABETH - Canal 18**

Elizabeth

**HUDSON COUNTY - Canal 19**

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

**NEWARK - Canal 19**

Newark, South Orange

**PATERSON -- Canal 75**

Paterson

**TEANECK -- Canal 77**

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

**Viernes 28 de Enero - 9:00 PM**

**Domingo 30 de Enero - 7:30 PM**

**Comcast - Canal 51**

**Martes 1 de Febrero - 9:30 PM**

**Miércoles 2 de Febrero - 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](http://www.echeverrialaw.com)



## La Habana, Cuba

Es también conocida por el nombre fundacional de Villa de San Cristóbal de La Habana y La Ciudad de las Columnas por el escritor cubano Alejo Carpentier. Es la sede oficial de los órganos superiores legislativo, ejecutivo y judicial del Estado, de todos los organismos centrales y de casi la totalidad de empresas y asociaciones de ámbito nacional. Además reúne la mayor cantidad de sucursales y casas matrices de las entidades extranjeras, radicadas en Cuba. Conformada por 15 municipios, es uno de los centros económicos y culturales más importantes de América Latina y el Caribe.



### PARA PENSAR

#### CINCO PUNTOS

1. Libera a tu corazón del odio. Es más simple de lo que crees.
  2. Libera a tu mente de preocupaciones. Es más simple todavía.
  3. Vive simple.
  4. Da más.
  5. Espera menos (mucho menos).
- Es todo.

Te puedo garantizar que estos son cinco puntos que puedes practicar a lo largo de esta semana y experimentarás felicidad en tu vida.

### PALABRA CLAVE

## Paradoja

Una paradoja (del lat. paradoxus, y este del griego παράδοξος) es una idea extraña, opuesta a lo que se considera verdadero o a la opinión general. En otras palabras, es una proposición en apariencia verdadera que conlleva a una contradicción lógica o a una situación que infringe el sentido común. En retórica, es una figura de pensamiento que consiste en emplear expresiones o frases que envuelven contradicción.

La paradoja es un poderoso estímulo para la reflexión y así mismo los filósofos a menudo se sirven de las paradojas para revelar la complejidad de la realidad. La paradoja también permite demostrar las limitaciones de las herramientas de la mente humana. Una paradoja es un hecho o dicho que es contrario a la opinión general de la gente o que encierra una contradicción. Por ejemplo: Es una paradoja que Carlos diga que es pacifista pero al discutir termine por irse a los golpes con sus opositores.

### SABIAS QUE...

## Un perro si entiende las palabras

Investigadores del Wofford College de Estados Unidos han descubierto que una raza de perros, el **Border Collie o Collie de la Frontera**, es capaz de comprender los nombres de más de 1.000 objetos, diferenciando dichos objetos y las órdenes de cogerlos. Este descubrimiento profundiza en los resultados de un estudio anterior realizado en Alemania, en el que se constató que un perro conocía los nombres de cientos de cosas. De ambos estudios se desprenden, asimismo, dos interesantes cuestiones: ¿cuál puede ser la extensión del vocabulario de un perro si se le entrena?, y ¿qué entienden realmente los perros cuando usamos el lenguaje humano para comunicarnos con ellos?

El perro utilizado por los científicos del Wofford College aprendió los nombres de un total de 1.022 objetos durante tres años de entrenamiento, y podría haber aprendido más si se hubiera seguido con dicho entrenamiento, aseguran los investigadores.

Las pruebas realizadas con el perro demostraron asimismo que éste era capaz de distinguir entre la mera pronunciación de dichos nombres y las órdenes referidas a los objetos, así como de entender ciertas categorías semánticas como "juguete" (comprendía que esa palabra se refería a cosas con las que se podía jugar).

Esta investigación demuestra que los perros, como los niños, pueden desarrollar un vocabulario.

### TECNOLOGIA

## Moto eléctrica BMW HP KUNST



No todos los vehículos eléctricos son necesariamente automóviles. BMW presenta el modelo de una moto eléctrica a la cual ha llamado BMW HP KUNST. Este moderno y revolucionario diseño está inspirado en la BMW HP, pero es impulsado por una batería de Litio que se apoya en un pequeño tanque de hidrógeno de 20 litros. Sin duda esta moto ecológica tendrá una buena acogida en el mercado una vez se distribuyan las suficientes estaciones de recarga para permitirle transitar tranquilamente por ciudades y carreteras.

### INVENTOS & NOVEDADES



## Pronto será realidad

**Una hora entre Tokio y Nueva York**  
La nueva generación de motores Scramjet promete alcanza de 7 a 18 veces la velocidad del sonido. Con estos motores, un viaje entre Tokio y Nueva York podría realizarse en solo 70 minutos.

**Un mundo sin cables y enchufes**  
Sin duda sería de por sí más ordenado, porque los cables suelen causar caos en los escritorios de trabajo. Los investigadores del MIT están ocupándose de esto y podría comenzar a utilizarse en unos años. La idea es que las paredes de la casa contengan partículas de carbono y un sistema conductor, que permitiría actuar como antena electromagnética y traspase la energía por el aire para mantener cargados todos los artefactos, desde el celular hasta las lámparas.

**Imágenes que salen de la pantalla**  
Seguramente el invento más entretenido: que las imágenes salgan de la pantalla. Estos elementos serán contruidos como pantallas planas de pared y se podrían crear también paneles horizontales en una mesa, que serían aptas para generar imágenes similares a por ejemplo, el ajedrez de Star Wars. Increíble, ¿no? Japón ya está invirtiendo fortunas en esto, con ansias de poder tenerlos.



### Gandhi

Mohandas Karamchand Gandhi se convirtió en uno de los más respetados líderes espirituales y políticos del siglo XX. Gandhi ayudó a la liberación del pueblo hindú del gobierno colonial inglés a través de la resistencia pacífica, y es honrado por su gente como el Padre de la Nación India.



### José Martí

Patriota y escritor cubano, apóstol de la independencia de Cuba, última colonia española en América. El hecho de haber muerto en la batalla lo transformó en el mártir de las aspiraciones cubanas a la independencia. Sus escritos son fuente de inspiración.



### Atila

Atila, rey de los Hunos. Uno de los más malvados villanos de la historia, la armada de Atila había conquistado toda Asia en el 450 D.C (desde Mongolia hasta Rusia) destruyendo y robando todo lo que encontraban a su paso.



1

# 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

57

Help wanted 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

76

Pizzaman or 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

121

Auto Body Shop En Brooklyn esta buscando Pintor de Carros y Plasticman. Con Experiencia. Llamar a Joe **917-747-4890**

122

Pizza delivery drivers needed part time/ full time availability. Call Pauly **201-467-7574**

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

123

Experience Pizzaman or counter person Apply at 489 third Ave. NYC or call **917-650-5215**

124

Restaurante En Pennsylvania Esta buscando Grill man, deben tener Experiencia. Deben saber cocinar desayuno, almuerzo y cena. Deben hablar Ingles. Llamar a Millie Karabas **610-223-9330**

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



<sup>105</sup>  
 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

<sup>104</sup>  
 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

<sup>118</sup>  
**LATINAS SEXYS**  
 Colombiana  
 Ecuatoriana  
 Mexicana  
 Venezolana  
**718-415-2882**  
**Solicito Chicas**

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

<sup>12</sup>  
 Se Busca  
 Camionero  
 Tiempo completo  
 para entregas  
 Aplicar  
 PARRA DISTRIBUITORS  
 490 Hendricks Causeway,  
 Ridgefield, NJ  
**201-937-3242**

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

<sup>79</sup>  
 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**

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



<sup>112</sup>  
**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**

<sup>16</sup>

**\$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**



<sup>71</sup>  
**Secretaria Bilingüe, trabajadores y choferes Clase-B**  
**201-926-2883**

<sup>114</sup>  
Se necesita  
**Choferes, Mecanicos, Operadores de Maquinaria pesada con Licencia CDL clase A o B sin Experiencia, minima \$1500 semanal**  
llamar :  
**973-862-6283**  
**973-337-9921**

<sup>18</sup>  
**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

<sup>113</sup>  
Driving School Instructor Looking for P/T or F/T Driving Instructor for Driving School. Bilingual a plus Instructor de Manejo Se Solicita para conducir Posiciones de T/C y M/T Bilingue es un Plus. please call  
**201-954-9692**  
**201-954-2275**

<sup>20</sup>  
**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**

<sup>21</sup>  
**Se necesita Tornero & Fresador**  
Que sepa soldar para trabajar en empresa de servicios de bombas y turbinas de agua  
Llamar al:  
**917-337-7230**

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



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

<sup>24</sup>  
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**

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

<sup>119</sup>  
**LOOKING FOR VACCINATED CLEANING LADIES TO WORK IN A CLEANING COMPANY WITH GOOD UNDERSTANDING AND SPOKEN ENGLISH TO WORK IN LOWER BROOKLYN, NY**  
STARTING RATE \$18/HR  
FOR MORE INFORMATION PLEASE CALL  
**347-449-4470**



**Cabinet Maker** 77

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

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

**973-868-5937**

I am looking for someone about 40 hours a week to do kitchen preparation for a pizzeria restaurant some experience would be preferred. Weekends are a must. If it can be placed in the Passaic & Bergen County area. Napoli pizza  
25 Washington st  
Lodi NJ 07644  
**973-473-5721 Or call 201-446-8095**

**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 con experiencia Flatbed Full Time Dia y Noche  
**201-759-3458**

**Necesito** 110  
Dos profesionales en carwash, **CON EXPERIENCIA,** Buen Salario Llamar  
**917 776 2700**

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

**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** 34  
**Union City, NJ**  
711 SIP STREET (Entre esquina summit) 5 minutos as Lincon tunnel 2 dormitorios 2 baños  
**201-988-5895 Rodolfo**  
**201-936-3768 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** 36  
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**

**Line Cook** 115  
Buscando Cocinero de linea de tiempo completo necesita Experiencia en un Restaurante Italiano. Por favor envíe su curriculum o llame  
**908-497-1719**  
El pago por horas es de \$12 a \$20 p/h dependiendo de la experiencia

**PINE BROOK NJ** 38  
**COCINEROS de comida Española Portuguesa**  
**Tiempo Completo/ Tiempo Parcial**  
**BUSBOY**  
**973-202-7786**  
**973-882-6757**

**Soldador con Experiencia**  
Tienda de letreros ubicada en Fairview NJ Está buscando Soldador con experiencia Envíe su curriculum 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 <sup>41</sup>  
 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 hora más beneficios.

**Llamar**  
**201-390-2241**

**Pizza Marker & Grill Person** <sup>117</sup>  
 Dependable  
 full time  
 Well pay in  
 Pennsylvania,  
 10 min.  
 away from  
 Trenton, NJ  
**215-962-0695**

**Se necesitan** <sup>99</sup>  
**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

**SIGUENOS EN LAS REDES SOCIALES**



**201-850-9444**

**\$19.25 ++/HR** <sup>93</sup>  
**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** <sup>44</sup>  
**auto body**  
**man and**  
**Painter**  
**718 975 0330**  
**347 634 9769**

**Auto Body** <sup>108</sup>  
**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**

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

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


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

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

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

**SE BUSCA** <sup>109</sup>  
**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 raices 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](http://www.adlertoroandassociates.com)

Llame a Samantha al:

**201-546-7154**



# La mente adolescente, un espacio lleno de preguntas

**Esta etapa trae cambios físicos y psicológicos que generan en el joven contradicciones continuas.**



Una de cada cinco personas en el mundo es adolescente, dicen los datos de la Organización Mundial de la Salud. Una persona de cada cinco tiene entre 11 y 19 años y atraviesa esta etapa definitiva que el diccionario define como "la edad que sucede a la niñez y que transcurre desde la pubertad hasta el completo desarrollo del organismo". Pero mucho sucede en ese periodo que va de una etapa a otra.

## ► Transformación, preguntas, dudas.

La adolescencia es un tiempo en el que todo se vuelca hacia el mundo interior, en busca de formar la identidad. En medio de los cambios físicos -las hormonas están en ebullición, el cuerpo es otro-, la mente también permanece en una especie de revolución. Al salir de este periodo, se entiende (o por lo menos eso establecen los especialistas) que se ha alcanzado la autonomía psicológica necesaria para vincularse al mundo social. Mientras esto llega, ellos se sienten incomprendidos, y los demás los ven como los rebeldes.

"Yo he llamado a los adolescentes de hoy la generación on-off, la que todo lo prende, la que todo lo apaga, y la que con esa misma rapidez quiere que ocurran las cosas -escribe la psicóloga chilena Pilar Sordo, en su libro No quiero crecer-. Son jóvenes impacientes, que tienen poca tolerancia a la frustración, escasa disciplina, son poco rigurosos y no funcionan

sobre la base del rigor, fundamentalmente porque tienen padres que les han facilitado cada vez más las cosas; por lo tanto, ellos terminan careciendo de un temple firme y sólido. Son adolescentes con escasez de sueños". ¿Y dónde están las virtudes?, podría preguntarse cualquiera.

*Según describió Ana Freud, la adolescencia es el momento de las contradicciones entre la introversión y la extroversión, la independencia y la dependencia, el fanatismo y la apatía. Otro experto en esta etapa, el psicoanalista Peter Blos, dijo en su libro La transición adolescente:*

*"La creación de un conflicto entre las generaciones y su posterior resolución es la tarea normativa de la adolescencia. Su importancia para la continuidad cultural es evidente.*

Todo esto se lee mucho mejor si se entiende que los adolescentes son el espejo de la sociedad en la que están creciendo, del medio social al que pertenecen. Un joven que crece hoy afronta dificultades similares a las que vivió un muchacho de hace treinta o cincuenta años, es cierto. Hay características de esta etapa que no van a desaparecer. Entre ellas, un sentimiento de soledad (que puede volverse recurrente y complicado) al enfocarse tanto en sí mismo; cierto tipo de egoísmo, por la misma razón; cambios en las relaciones con los padres, ante quienes impera una actitud de

rebeldía y de protesta (en general frente a la autoridad), y una gran empatía e importancia de los pares, es decir, los amigos de la misma edad.

Sin este conflicto no habría reestructuración psíquica adolescente, no habría crecimiento ni maduración".

Aunque hay ciertas características que se repiten de generación en generación, es claro que las condiciones del mundo moderno han hecho que los adolescentes se enfrenten a retos específicos. Sobre todo, los derivados de la tecnología, que tiene tanto de bueno como de riesgoso. Ya es una verdad repetida que los jóvenes de hoy están conectados con el mundo a veces de forma tan virtual, que les cuesta reconocer lo que es real, adolescentes acostumbrados a la velocidad del Internet.

► **Pilar Sordo también llama a los adolescentes de hoy, "generación banda ancha".** "Es la que apunta a la rapidez con la que las cosas tienen que ser vividas, procesadas, cambiadas -escribe la psicóloga chilena-. Se dice que hay que cambiar de pareja rápidamente cuando se acaba una relación, que se tienen que procesar los dolores cuando se viven. (...) Muchos de los comportamientos de los adolescentes están basados en conductas más bien instintivas, "animalescas", ni siquiera emocionales, mucho menos espirituales o con algún sentido". Los cambios en la estructura

familiar han implicado también una modificación de conductas en los adolescentes. La brecha generacional entre padres e hijos, por ejemplo, se ha visto acortada, y esto ha tenido sus efectos. Para los adolescentes, ya no es tan clara esa imagen diferenciada del padre, la madre y, por ende, su autoridad. Hoy es frecuente encontrar inseguridad y dudas entre los padres a la hora de decidir cómo educar a sus hijos, y esto es absorbido por los jóvenes. Hoy, en cambio, no es frecuente compartir una mesa con los padres, conversar sobre algo en común, en familia, simplemente conversar. Están en las habitaciones, casi siempre cerradas y, como dice Sordo, si hay poco espacio en las casas entonces salen a las calles a educarse por sí solos y a correr riesgos en cualquier esquina. Quizá porque les están llegando las responsabilidades más temprano, puede entenderse el dato que arrojó de un estudio sobre los adolescentes de hoy que los define como los menos rebeldes de la historia. La investigación fue hecha por la firma Lowe Council, titulada Window on teens (Ventana a la adolescencia) y reunió una muestra de jóvenes de veinte ciudades del mundo. Los resultados ratifican esa frontera cada vez menor entre padres e hijos (muchos padres, además, se aferran a seguir siendo adolescentes) y una visión menos rotunda de la rebeldía, precisamente porque no hay una autoridad determinada ante la cual rebelarse. Hay, sin embargo, un entendimiento del mundo que han tenido que vivir los padres; y contrario a lo imaginado, es una generación de adolescentes que cree en el romanticismo, en el amor, en tener hijos y formar familia.

"Hay adolescentes maravillosos, que son muchos, pero que se mantienen en silencio porque no son noticia, porque paradójicamente hacen las cosas bien", dice la autora de No quiero crecer. Y hay más adolescentes haciendo cosas buenas que malas, continúa Sordo. Y tiene razón. No todo va mal, entonces. De 13 a 15 años "Terremoto", es la palabra que elige la psicóloga chilena Pilar Sordo para hablar de los jóvenes entre estas edades. Y lo explica por la movilización interna que viven. Por un lado, la sociedad empieza a exigirles cosas y, por otro, está en plena ebullición la búsqueda de identidad.





# **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..... **\$149<sup>00</sup>**

◆ **Lentes y Marcos**  
Con protección UV + Tinte incluidos, por sólo  
\* Aplican restricciones..... **\$65<sup>00</sup>**

◆ **Especial a Cuba**  
**Lentes y Marcos**  
Con protección UV + Tinte incluidos, por sólo  
\* Aplican restricciones..... **\$59<sup>00</sup>**



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

**Horario:**

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

**201-974-2600**

**FAX: 201-974-2999**

5202 Bergenline Ave.,  
West New York, NJ 07093

**www.internationaloptical.net**



TEAM



ATA<sup>X</sup> 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







**RESOLVEMOS TODO PROBLEMA Y DEUDA DE IMPUESTOS PERSONALES Y DE NEGOCIOS**

**Nuestra Garantía...  
NO COBRAMOS SI NO GANAMOS**

Atendemos casos de todo NJ y NY

**MALQUI  
TAX**

**EXPERTS**

[www.malquitax.com](http://www.malquitax.com)

**1-888-787-0369**

Cesar B. Malqui  
 **IRS**  
ENROLLED AGENT

Con licencia federal para representar a individuos y empresas en todos los asuntos fiscales