

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 16 - Edición 750

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Febrero 26 a Marzo 5, 2022

Cuál es el origen de la guerra entre Rusia y Ucrania y cuales son las claves del conflicto



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**

¿Cuál es el origen de la guerra entre Rusia y Ucrania?

La crisis política entre ambos países ha desembocado en la invasión de Ucrania por parte de Rusia. Te contamos cuál es el origen de este conflicto. La relación entre Rusia y Occidente se encuentra en su momento más tenso de las últimas décadas después de que Rusia haya iniciado una invasión en Ucrania. El presidente ruso, Vladimir Putin, emitió durante la madrugada del jueves, 24 de febrero, un mensaje televisivo en el que declaraba de facto la guerra al país del este de Europa. Algo que venía anunciándose desde hace algunas semanas por los medios estadounidenses. La tensión aumentó el pasado martes, cuando Rusia reconoció la independencia de las autoproclamadas repúblicas populares de Donetsk y Lugansk, situadas en la zona conocida como el Donbass, hasta ahora en Ucrania. Es precisamente la zona del Donbass, una de las claves del conflicto. Allí hay una guerra civil latente con enfrentamientos permanentes entre ucranianos y prorrusos, que conviven de manera bastante tensa. Tras el anuncio de Putin de reconocer la independencia llegó una respuesta automática de Biden que dijo que firmará "pronto" sanciones económicas contra Rusia como represalia. También la Unión Europea anunció multas a Rusia por su declaración sobre Lugansk y Donetsk.

El origen del conflicto

El inicio de todo tiene su origen hace más de 30 años, cuando en 1991 se disuelve la Unión Soviética y sus territorios se convierten en repúblicas independientes. Una posición reforzada de Ucrania con la OTAN implica la pérdida directa de la influencia de Rusia sobre este país. También ocurre al contrario, un triunfo para Rusia es una pequeña derrota para la Unión Europea. La OTAN, mientras tanto, no ha acogido a Ucrania para ser uno más de los aliados, algo a lo que el país aspira y que desde Moscú no se ve con buenos ojos. En 2014 esta rivalidad va un paso más allá con las protestas en las calles de Kyev de miles de ucranianos proeuropeos en contra del presidente Víktor Yanukóvich, más afín a las ideas del Kremlin. Unos enfrentamientos que acabaron con la huida de Yanukóvich. En ese momento Vladimir Putin aprovechó para invadir Crimea, en el sur de Ucrania. Una zona estratégica, pues es la salida de Rusia al Mar Negro. Perdido tras la Segunda Guerra Mundial, el objetivo siempre fue recuperarlo. Esta invasión ha generado, desde entonces, protestas y sanciones económicas contra Rusia, además de peticiones para devolver dicho territorio: Putin asegura que nunca lo hará. Como se ha mencionado anteriormente, también entra en la ecuación la zona del Donbass, Lugansk y Donetsk, dos puntos calientes a los que Putin apunta ahora el foco con esta declaración de reconocimiento de su independencia de Ucrania.

Tercera Guerra Mundial: ¿es ese un posible resultado de la crisis ucraniana?

Tras la invasión rusa de Ucrania, la conversación ha girado inevitablemente hacia una posible

escalada que podría desencadenar la Tercera Guerra Mundial. ¿Qué tan real es el riesgo? Mientras el miedo y la incertidumbre se apoderaban del pueblo de Ucrania esta semana, el resto del mundo observaba con horror cómo una gran potencia invadía a un vecino europeo por primera vez desde la Segunda Guerra Mundial.

Para los líderes europeos la invasión trae recuerdos tenebrosos de una de las páginas más oscuras de su historia. "La paz en nuestro continente se ha hecho añicos. Ahora tenemos una guerra en Europa a una escala y de un tipo que creíamos que pertenecía a la historia", declaró el secretario general de la OTAN, Jens Stoltenberg, un ex primer ministro noruego cuyos padres crecieron bajo la ocupación de la Alemania nazi. El jueves, las tropas y los tanques rusos entraron en el país en tres frentes. Según el Pentágono, Rusia lanzó más de 100 misiles contra Ucrania, una salva inicial que, según los funcionarios de defensa, tiene como fin un esfuerzo total para tomar la capital, Kiev. Sus ataques han dejado 240 fallecidos, según las autoridades ucranianas. "Horrorosos ataques rusos con cohetes sobre Kiev. La última vez que nuestra capital experimentó algo así fue en 1941, cuando fue atacada por la Alemania nazi", tuiteó el ministro de Asuntos Exteriores ucraniano, Dmytro Kuleba. Cientos de miles de civiles, en su mayoría mujeres y niños, han huido del país en las últimas 72 horas. Sin duda, el intento de Putin de redibujar el mapa de Europa podría provocar el conflicto más devastador en el continente desde la Segunda Guerra Mundial (1939-45). Podría costar miles de vidas civiles y crear cientos de miles de refugiados que huyan de la violencia en Ucrania, que es el país más grande de Europa, salvo Rusia. Dicho esto, el mundo está aún muy lejos de algo de la magnitud de la Segunda Guerra Mundial, que se extendió por todo el planeta, con combates en cuatro continentes, desde Europa hasta el norte de África y Japón, así como feroces contiendas navales para controlar los océanos Atlántico y Pacífico. Se calcula que perecieron entre 70 y 85 millones de personas, es decir, alrededor del 3% de la población mundial de 1940. Eso incluía a casi 300,000 soldados estadounidenses. Además, a Putin le gusta recordar en sus discursos que Rusia tiene armas nucleares. Y este domingo escaló la tensión al ordenar que todas las fuerzas de disuasión de su país, que incluyen armas nucleares, se pongan en alerta máxima.

La guerra étnica: las comparaciones entre Putin y Hitler

El reconocimiento por parte de Putin esta semana de los territorios separatistas de Donetsk y Luhansk en el este de Ucrania -dos tercios de los cuales todavía están controlados por Ucrania- ha sido comparado con la anexión por parte de Adolf Hitler de Austria y partes de Checoslovaquia y Polonia en 1938 y 1939, en la preparación de la Segunda Guerra Mundial. Hitler justificó su agresión como parte de una política para reunificar

a millones de alemanes étnicos que se encontraban viviendo fuera de Alemania al final de la Primera Guerra Mundial, como resultado de la Conferencia de Paz de París de 1919. El presidente ucraniano, Volodimir Zelensky, ha aludido al fracaso de los líderes occidentales a la hora de enfrentarse a Hitler en 1938, y la política de "apaciguamiento" que permitió al líder nazi hacerse aún más fuerte. "¿Ha olvidado el mundo sus errores del siglo XX?" preguntó Zelensky. "¿Adónde suele llevar la política de apaciguamiento?", preguntó retóricamente. Irónicamente, Putin afirma que su invasión está destinada a la "desmilitarización y desnazificación" de Ucrania para acabar con el "genocidio" de los rusos étnicos. Sin embargo, no ha habido ningún genocidio en Ucrania, y su presidente, Zelensky, es de etnia rusa y judía.

Putin se pone lírico con las conexiones históricas y étnicas entre Ucrania y Rusia, sugiriendo que Ucrania no es un país, sino parte de la 'Kieven Rus', el corazón histórico del pueblo ruso. Es cierto que Kiev, una de las ciudades más antiguas de Europa del Este, fue en su día la joya cultural del imperio ruso. Los críticos de la política occidental de tratar de contener a Rusia, tras el muro del pacto de defensa militar de la OTAN, dicen que los líderes estadounidenses y europeos han subestimado gravemente las quejas de Putin en materia de seguridad, así como su búsqueda étnica de "reunificar" al pueblo ruso, sin importar que vivan en naciones independientes y soberanas. Putin ha dicho que ucranianos y rusos "eran un solo pueblo, un todo único", desgarrado por la injerencia de Estados Unidos y Europa en su patio trasero tras la desintegración de la antigua Unión Soviética, que en su día abarcaba gran parte de Europa del Este, con una influencia que llegaba hasta el Muro de Berlín que dividía Alemania Occidental y Oriental. Además de su evidente despotismo, algunos cuestionan ahora el estado mental de Putin y se preguntan hasta dónde está dispuesto a llegar en su política de "un solo pueblo". Hasta qué punto están seguros los estados bálticos como Letonia, por ejemplo, con su 25% de población rusa, que recuperó su independencia de la antigua Unión Soviética en 1991. Por ahora, no hay pruebas de que Putin tenga intención de tomar este camino, aunque puede que ya haya soltado a los 'demonios'. Putin y su relación con las repúblicas (postsoviéticas)

"Putin no considera que ninguna de estas

repúblicas (postsoviéticas) sea independiente. Quiere el control de todas ellas", dijo Erich de la Fuente, experto en Ucrania de la Universidad Internacional de Florida (FIU), señalando el reciente despliegue de las fuerzas especiales rusas para ayudar a sofocar las protestas antigubernamentales en Kazajistán. "Esta es una guerra para redibujar los mapas. Es un momento histórico. Si nadie acude al rescate de Ucrania, eso envía un mensaje. Si esto puede ocurrir en Europa, puede ocurrir en cualquier parte", añadió. Si Putin logra su objetivo en Ucrania, también podría inspirar a imitadores de todo el mundo a realizar sus propias apropiaciones de tierras, alegando las mismas justificaciones étnicas que Putin para "reunificar" al pueblo ruso. China tiene desde hace tiempo planes para Taiwán, mientras que Corea del Norte sigue amenazando a su vecina, la democrática Corea del Sur, con pruebas de misiles. También se ha acusado a Putin de alimentar una ola de nacionalismo en los Balcanes que amenaza con deshacer la paz en Bosnia tras su salvaje guerra de 1992-95. Esto podría reavivar el conflicto armado por Kosovo, que se separó de Serbia en 2008. Bosnia también está en medio de una crisis política, con la Unión Europea discutiendo formas de aliviar las tensiones y evitar la posible ruptura del país balcánico dividido étnicamente. Los serbios bosnios, que cuentan con el apoyo de Serbia y Rusia, también amenazan con separarse de la federación. La presidenta de la Cámara de Representantes del Partido Demócrata, Nancy Pelosi, condenó enérgicamente a Putin el miércoles, calificando su invasión de Ucrania como "un movimiento muy malvado" y un "asalto total a la democracia", antes de compararlo implícitamente con Hitler. El senador republicano Lindsey Graham advirtió que si Putin y China "se salen con la suya" en sus respectivos objetivos el resultado será la Tercera Guerra Mundial. "Va a apoderarse de todo el país, y China está observando lo que está haciendo", continuó. "Y si cae Taiwán -que es donde se fabrican prácticamente todos los chips (informáticos) del mundo-, China sería dueña de Taiwán". El mismo día de la invasión de Ucrania, la Fuerza Aérea de Taiwán dijo que había desplegado sus aviones de combate para alejar a nueve aviones chinos que entraron en su zona de defensa aérea. Taiwán, que China reclama como territorio propio, se ha quejado de misiones regulares de este tipo por parte de la Fuerza Aérea china en los últimos dos años, aunque los aviones no se acercan al propio





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[®]
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.

Esta Europa preparada para nueva ola de refugiados de guerra

Cientos de miles de ucranianos abandonan el país ante la invasión rusa: ¿está Europa preparada para una nueva oleada de refugiados?

Más de 360,000 personas han huido de Ucrania hacia países vecinos como Polonia, Hungría y Rumanía, en apenas cuatro días de invasión rusa. Las fronteras occidentales de Ucrania están viendo un tráfico constante y desesperado de personas que viajan con maletas, niños y mascotas, huyendo de la guerra. Aquí puedes seguir las últimas noticias de la crisis. Desde que la madrugada del jueves Rusia desató una invasión contra Ucrania, muchos residentes de ese país han comenzado a marcharse huyendo de la guerra. Putin dijo en un inicio que buscaba defender a la minoría rusa de las autoproclamadas repúblicas de Donetsk y Luhansk y que sus tropas no atacarían a la población civil, pero desde el primer momento hubo ataques en las cercanías de Kiev, que Rusia ahora tiene bajo asedio. Mientras caían proyectiles sobre la capital, incluso contra edificios de viviendas, muchas personas decidieron marcharse y las zonas fronterizas con países vecinos están viendo un tráfico constante y desesperado de personas desde Ucrania, en su mayoría mujeres, ancianos y niños, que viajan con maletas, y mascotas. Con la movilización total del país y la ley marcial decretada por la invasión, Ucrania ha prohibido irse a los hombres de entre 18 y 60 años, por lo que la mayoría de las mujeres parten solas con sus hijas e hijos menores. La separación de las familias viene a ser la nueva realidad para el pueblo ucraniano. "A mi hijo no le permitieron venir. Me duele mucho el corazón. Estoy temblando, no puedo calmarme", dijo a Univision Noticias Vilma Sugar, una anciana ucraniana refugiada en Polonia. Más de 360,000 ucranianos han huido del país en cuatro días: ACNUR Más de 360,000 personas han huido de Ucrania hacia los países vecinos, Hungría, Rumanía, Moldavia y Eslovaquia, en apenas cuatro días de invasión, según actualizó este domingo la Agencia de Refugiados de la ONU (ACNUR). El sábado, la agencia había reportado 150,000, por lo que en menos de 24 horas la cifra se duplicó, una muestra del éxodo masivo que se está produciendo en el país, a medida que avanzan las tropas rusas. Según una publicación en Twitter este sábado de Filippo Grandi, alto comisionado de Naciones Unidas para los Refugiados, la mitad de los ucranianos que han huido lo ha hecho hacia Polonia, y el resto a Hungría, Moldavia, Rumanía y otros. "El desplazamiento dentro de Ucrania también está creciendo, pero la situación militar hace que sea difícil estimar el número y proporcionar ayuda", detalló Grandi. Si bien muchas personas salieron en sus vehículos, provocando grandes atascos y filas interminables de autos, camiones y demás en las autopistas, otras muchas personas lo hicieron caminando desde pueblos cercanos a las fronteras, a los que llegaron en trenes y autobuses. Algunos caminaron muchas millas durante la noche. Pero a pesar de la angustia y la desesperación, sin saber cuándo podrán volver a sus hogares, los refugiados



ucranianos cuentan con más suerte que aquellos que huyen de la guerra en países como Afganistán, Siria, Libia, y otros. Países vecinos como Polonia y Hungría, que han rechazado a refugiados en otras crisis migratorias, están recibiendo a los ucranianos con los brazos abiertos.

Polonia ha recibido a más de 150,000 en tres días. Desde el inicio de la invasión rusa el pasado jueves, unos 156,000 ucranianos han cruzado a Polonia, según autoridades fronterizas de ese país. Las cifras que está dando Polonia también están aumentando rápidamente. Según declaraciones el sábado del viceministro de Interior de ese país, Pawel Szefernaker, el 90% de los migrantes que están llegando de Ucrania tiene amigos o familiares en Polonia, por lo que cuentan con un lugar para quedarse. El resto, aseguró, serán recibidos en centros de acogida que se están desplegando cerca de la frontera y que contarán con alojamiento, comidas, asistencia médica e información sobre procedimientos migratorios y demás. En Polonia viven alrededor de un millón y medio de ucranianos que ahora están asumiendo la acogida de amigos y familiares y que han condenado firmemente la invasión.

Hungría está aceptando a todos los ucranianos que cruzan a su territorio.

El primer ministro húngaro, Viktor Orban, quien hasta el momento había sido un seguidor y aliado de Putin pero tras la invasión le ha dado la espalda y se ha alineado con el bloque europeo, dijo este sábado en una conferencia de prensa desde una ciudad fronteriza que su país está aceptando a todos los ciudadanos y residentes legales de Ucrania, aunque tengan algún compromiso con las Fuerzas Armadas ucranianas y sus reservas. Orban, quien desde que asumió el liderazgo del país ha levantado vallas en sus fronteras y ha llamado a los inmigrantes "potenciales bombas biológicas", ha cambiado su postura con el país vecino y asegura que "estamos dejando entrar a todos". "He visto personas que no tienen documentos de viaje, pero también les estamos proporcionando esos documentos. Y también

estamos permitiendo el ingreso de aquellos que han llegado de terceros países después de la evaluación adecuada", dijo.

¿Está preparada Europa para una nueva crisis de refugiados?

Esta nueva guerra en su continente presiona a Europa a asumir una nueva oleada migratoria que podría alcanzar millones de desplazados de Ucrania, en dependencia de cuánto dure la invasión rusa y cuál sea su desenlace. La portavoz de ACNUR dijo este sábado que se espera que si la guerra continúa en Ucrania se espera que hasta cuatro millones de personas abandonen el país. Como es lógico, los países vecinos a Ucrania serán los más afectados, pero otros más lejanos también pueden experimentar un aumento en las llegadas de inmigrantes ucranianos. Esta trágica situación trae a la memoria la crisis de refugiados de 2015-2016 en Europa, cuando llegaron más de 2 millones de inmigrantes y refugiados, colapsando los sistemas migratorios y de asilo de muchos países de la Unión. El año pasado, Bielorrusia, aliado de Rusia, intentó usar la inmigración como arma para desestabilizar a la Unión Europea, dando paso libre a los inmigrantes a través de su territorio hacia Europa. Lukashenko, el líder bielorruso, pretendía usar a los migrantes como moneda de cambio para conseguir que Europa levantara las duras sanciones que le impuso a su país por las violaciones de derechos humanos durante las protestas de 2020. Estas crisis han obligado a impulsar diferentes mecanismos en la Unión Europea para enfrentar situaciones similares y tras la toma de Afganistán por parte de los talibanes, que ocasionó un éxodo masivo en ese país, se activó el llamado 'Plan Europeo' que busca coordinar a los principales actores, como la Comisión Europea, los estados miembros, las agencias pertinentes de la Unión Europea y agencias internacionales como ACNUR o la Organización Internacional para las Migraciones (OIM) para evaluar la situación y tomar medidas conjuntas en caso de crisis. Según Hanne Beirens, directora de Europa del Instituto de Política Migratoria, "la primera prioridad en el caso de

grandes llegadas de ucranianos desplazados sería asegurar una recepción adecuada: encontrar alojamiento y apoyar a los recién llegados con necesidades materiales como alimentos, saneamiento y ropa. Para ampliar rápidamente la capacidad de recepción existente, los vecinos Estados miembros de la Unión Europea podrían volver a las estrategias probadas, pero como máximo temporales, como el uso de terrenos baldíos, cuarteles militares o tiendas de campaña". Pero en caso de que el conflicto se prolongue y los desplazados ucranianos tengan que quedarse por largo tiempo, existen las opciones de asilo y también los canales familiares a través de las diásporas, que en el caso de la ucraniana tiene importantes comunidades en Polonia, Alemania, República Checa, Italia o España y puede encargarse de dar acogida. También en Polonia existe un canal laboral para ucranianos, que muchos han usado, creando una importante comunidad en ese país, que ahora está acogiendo directamente a familiares y allegados, aliviando el sistema nacional de acogida y asilo. Sin embargo, esto no es suficiente y será necesario implementar mecanismos comunitarios ya que en el caso de los ucranianos, estos pueden moverse libremente por la zona Schengen por un período de 90 días, lo cual impide controlar sus movimientos, como en otras crisis migratorias. "Además de ocuparse de las necesidades más urgentes de los ucranianos desplazados, aquí está en juego un problema mayor", planteó la experta en un artículo publicado en la página web del Instituto de Política Migratoria. "Con la Unión Europea dividida sobre cómo responder conjuntamente a las presiones migratorias y frustrada por cómo sus compromisos con los derechos de asilo han socavado su posición en conflictos geopolíticos recientes (por ejemplo, Bielorrusia), será esencial que los políticos de la Unión Europea demuestren al público que el bloque es capaz de gestionar y controlar las llegadas, tiene un plan sobre cómo recibir temporalmente a los ucranianos desplazados y puede evitar escenas fronterizas caóticas", agregó.

OPORTUNIDAD DE EMPLEO !!!

La ciudad de West New York realizará una feria de trabajo para diferentes posiciones laborables dentro de la administracion local



TOWN OF WEST NEW YORK

**LOOKING FOR VARIOUS
EMPLOYMENT OPPORTUNITIES?**

WNY JOB FAIR 2022

**COMMUNITY CENTER
515 54TH STREET**

THURSDAY 2.24.2022 • 6PM-8PM

&

SATURDAY 2.26.2022 11AM-2PM

- PARK SECURITY OFFICERS
- LABORERS FOR PARKS AND DPW
- SANITATION
- PARKING ENFORCEMENT OFFICERS
- MAINTENANCE



@townofWNY

www.westnewyorknj.org



Mayor Brian P. Stack & Board of Commissioners

present

Union City 2022 RECREATION

Registration for Spring Sessions Open Now

Registration for Summer & Fall starting on June 15, 2022

at Edison School - 507 West Street

and at Washington Park - 2nd St. & Bergenline Ave.

Monday - Friday 5:00pm - 8:00pm



Baseball Travel Teams



Basketball



Volleyball



Softball

SPRING SESSIONS: OPEN NOW

SUMMER & FALL SESSIONS: JUNE 15TH TO JULY 31ST, 2022

For more information please call:

Jose Polanco: 201.772.2428

Vielka Gonzalos: 201.705.2220

- **NO CASH**
- **MONEY ORDERS ONLY**
- **Birth Certificate copy & Proof of Address**

La guerra desde la tecnología y el transporte aéreo



SWIFT, el arma estratégica de Occidente para atacar la hucha de Rusia: qué lo hace tan importante SWIFT, el arma estratégica de Occidente para atacar la hucha de Rusia: qué lo hace tan importante Miami empezó a pagar salarios con Bitcoin a quienes quisieran: seis meses después sigue siendo un desastre Miami empezó a pagar salarios con Bitcoin a quienes quisieran: seis meses después sigue siendo un desastre Fusión nuclear: así funciona la tecnología que aspira a resolver nuestras necesidades energéticas Fusión nuclear: así funciona la tecnología que aspira a resolver nuestras necesidades energéticas El de Ucrania podría ser el primer gran conflicto bélico en Europa en más de 70 años, desde la Segunda Guerra Mundial. De momento, destaca ya por otra peculiaridad, bien definida pese a que las tropas rusas iniciaron su ofensiva hace poco más de 72 horas: el rol estratégico que va a jugar la tecnología. Antes de que los tanques se lanzasen sobre el Donbás el país registró ciberataques y el papel de las redes ha provocado ya un encontronazo entre Moscú y Facebook. Conscientes de ese escenario, Ucrania ha movido ficha para castigar a Rusia: ha pedido a EEUU que, entre otras represalias, le corte las actualizaciones de software procedentes de su país.

¿El problema? Que Moscú lleva tiempo apostando por el software libre.

El gobierno de Volodimir Zelenski ha elaborado un listado de 14 medidas con las que plantea que Estados Unidos presione a Moscú. Sus propuestas van más allá del control de las exportaciones o la expulsión de los embajadores del Kremlin. Kiev ha solicitado a la administración de Joe Biden que, directamente, prohíba a las empresas estadounidenses que suministren y actualicen software "en interés de los consumidores rusos". El memorándum incide en que se corte el grifo de hardware y software a los

sectores del petróleo, el gas, el carbón, la minería y la energía nuclear.

Más de diez años a la caza de la "cibersoberanía"

La petición no es gratuita. EEUU acoge a algunas de las grandes techs, muchas de ellas proveedoras de software. Sin actualizaciones, sus sistemas no podrían renovarse y eso les impediría mantener los datos de sus usuarios seguros. Ocurre con Windows, por ejemplo, uno de los sistemas operativos más utilizados. Cada vez que la compañía lanza una nueva versión advierte —recuerdan desde Genbeta— de que las antiguas dejan de tener protección y soporte. Sin actualizaciones, los sistemas carentes de parches de seguridad resultarían más fáciles de hackear. La propuesta de Ucrania no coge a Rusia con el pie cambiado. Lo cierto es que Moscú lleva algo más de una década impulsando el uso de software de código abierto en el país. En 2010 el Gobierno de Vladimir Putin avanzó un plan para la implantación de software libre, incluido Linux, en los equipos del gobierno. Según detallaban entonces desde la federación, sus planes pasaban por desarrollar una licencia propia y completar el proceso de migración en menos de un lustro, para 2015. Cómo sería el mundo y la tecnología hoy en día sin el software libre y sin las ideas de Richard Stallman. Cómo sería el mundo y la tecnología hoy en día sin el software libre y sin las ideas de Richard Stallman. A mediados de 2019 —en plena polémica del "caso Huawei"— trascendía también la intención de Rusia de seguir los pasos de China y cambiar Windows como sistema operativo en los ordenadores de su ejército. Su sustituto: Astra Linux, una distribución exclusiva del sistema de código abierto. En esa dirección, la Duma, la principal cámara legislativa del país, aprobó a finales de ese mismo año un proyecto de ley que exigía que a partir de julio de 2020 se preinstalase software desarrollado en Rusia en

los dispositivos que se comercialicen en el país. La medida se planteaba para una amplia lista de aparatos, desde smartphones y PCs, hasta tablets o incluso smart TVs. "La mayoría [de los dispositivos electrónicos complejos] incluyen software preinstalado, en su mayoría occidental [...]. Si, junto a este, empezamos a ofrecer también software ruso a los

usuarios, les proporcionaremos el derecho a elegir", argumentaba por entonces uno de sus impulsores. Rusia se suma a China en su decisión de eliminar Windows de sus ordenadores militares, sólo que ellos sí apostarán por Linux. Rusia se suma a China en su decisión de eliminar Windows de sus ordenadores militares, sólo que ellos sí apostarán por Linux. Con ese telón de fondo, expertos en ciberseguridad como Dmitri Alperovitch cuestionan que la propuesta de Ucrania pueda tener eficacia. En declaraciones a Vice, explicaba, por ejemplo, cómo probablemente conduzca al gobierno ruso "aún más" hacia el código abierto. Otros, como Lukasz Olejnik, apuntan que podría ser efectivo y generaría "consecuencias a largo plazo"; pero advierte: "Rusia lleva mucho tiempo desarrollando su cibersoberanía teniendo en cuenta este riesgo". Por lo pronto, las sanciones de EEUU a Rusia limitarán el acceso de Rusia a la tecnología exterior. Activado el protocolo aéreo de guerra: Se prohíbe sobrevolar cuatro países y se amplía la zona de seguridad

Activado el protocolo aéreo de guerra: Se prohíbe sobrevolar cuatro países y se amplía la zona de seguridad. Antes de volar un piloto tiene que revisar bien, dentro de su plan de vuelo, lo que llaman "avisos a navegantes". Son notificaciones de las zonas que se pueden sobrevolar y las que no, donde hay peligro. Este documento puede llegar a tener hasta 40 páginas donde se comparte información de inteligencia. La ruta del plan de vuelo se hace con esa previsión. En estas zonas calientes suelen estar países como Afganistán o Irak, pero desde el jueves hay un área que las aerolíneas tienen prohibido sobrevolar: Ucrania, pero también Moldavia, Bielorrusia y parte de Rusia. Solo podrán volar aviones militares de ambos ejércitos y si se llega a un acuerdo se harán pasillos de carácter

humanitario. Mientras, hay que rodear la zona. EASA, la Agencia Europea de Seguridad Aérea, clasificó el jueves estas zonas como áreas de conflicto activo. El último aviso en este sentido se emitió en agosto, con la salida de EEUU de Afganistán. "Los operadores deben tener cuidado en toda la región de vuelo de Moscú debido a la mayor actividad militar que puede incluir lanzamientos de misiles de alcance medio que penetran en el espacio aéreo controlado", señala el aviso de EASA. Además, se ha ampliado la zona de seguridad de 100 millas a 200 millas y en los próximos días incluso podría bloquearse espacio en otros países "para los vuelos de repatriación o los de la OTAN, que tienen prioridad sobre los comerciales", explica Xavier Benavent, director de operaciones de Enaire, el gestor de navegación aérea.

EL MISIL DE 2014

El objetivo de estos avisos y protocolos es, entre otras cosas, evitar que algún avión de pasajeros pueda ser alcanzado por un misil, como ocurrió en julio de 2014 con el vuelo de Malasia Airlines que cubría la ruta Ámsterdam a Kuala Lumpur con 298 personas a bordo y que fue derribado precisamente por uno ruso y cayó en Ucrania.

"A raíz de ello se extremó el protocolo. Cuando preparamos el vuelo, además de ver la climatología y la información de ruta y de los aeropuertos de destino, examinamos estos avisos que emiten los estados afectados y que son fundamentales para la seguridad", señala Francisco Cruz, piloto del departamento de Seguridad de Sepia, el sindicato de pilotos. Cuando se cierra el espacio aéreo de algún país los vuelos se desvían por rutas alternativas. En este caso, las Repúblicas Bálticas y Turquía están absorbiendo parte de este tráfico. Según Benavent, "gestionar todo este flujo de tráfico es complejo y hay una labor de coordinación. Se suelen hacer reuniones semanales y si el escenario es cambiante, se replanifica".

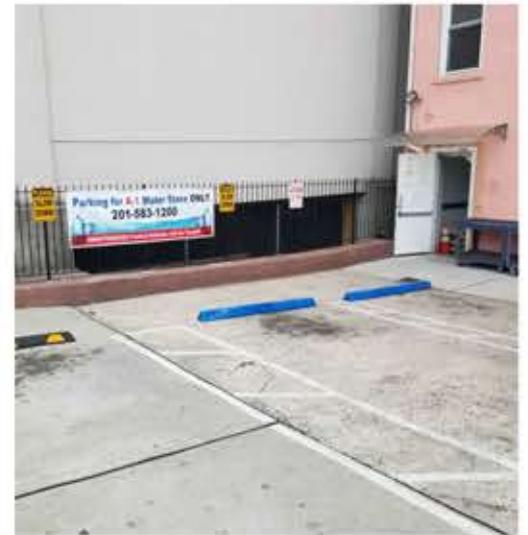
CÉLULA DE COORDINACIÓN

España preside la célula europea de coordinación, que prevé qué problemas de tráfico se pueden producir. Como hay menos por la pandemia "la afectación por tanto es ligera" y no se están produciendo muchos retrasos ni cuellos de botella. "El problema es que Ucrania es grande, cuanto menos espacio aéreo dispones, más retrasos". "Si el cierre te pilla cuando el avión está en el aire, se le notifica al piloto y el controlador le da una ruta alternativa. Si tienes combustible continuas por la nueva ruta y si no te desvías al aeropuerto más cercano para reponer y luego continuar", explica Cruz. Ocurrió en los atentados de París, por ejemplo, cuando se cerró el espacio aéreo rápidamente.

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

A+ PEST MANAGEMENT

COMPLETE TERMITE & PEST CONTROL
COMMERCIAL, RESIDENTIAL & FULLY INSURED



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

Visit us at www.apluspestcontrol.net

Email us at 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

Depresión, mucho más que tener un día triste

Es cierto que un día o una temporada de tristeza la podemos tener todos los seres humanos en algún momento de nuestras vidas. Sin embargo, tenga presente que si se mantiene esta situación puede estar frente a un caso de depresión.

La depresión es una enfermedad que afecta a más de 17 millones de americanos cada año. Muchos de estos individuos tienen una discapacidad.

La depresión es un problema de salud común y serio. Aproximadamente un 12 por ciento de todos los hombres y 20 por ciento de todas las mujeres sufren por lo menos un episodio de depresión en el transcurso de su vida y, en cualquier momento, el 5 por ciento de la población general puede estar sufriendo de depresión.

Se debe saber que la depresión es una enfermedad como puede ser la diabetes o la artritis, y no es solo una sensación de tristeza o de desánimo. Esta enfermedad progresa cada día afectando los pensamientos, sentimientos, salud física, y su forma de comportarse.

La depresión no es culpa de la persona que la padece, como tampoco es una debilidad de la personalidad. Es una enfermedad medica-psicologica que es muy frecuente y puede afectar a cualquier persona.

El desconocimiento de la depresión como enfermedad con todos sus posibles síntomas lleva a las personas a culparse a si mismas por los síntomas, y no saben que existen tratamientos para la enfermedad. Por ello si se presentan algunos síntomas de la depresión debe de ponerse en contacto con su medico de familia, o otras organizaciones de salud.

El tratamiento contra la depresión ayuda a reducir la preocupación de su enfermedad, y hace desaparecer todos los síntomas de la depresión permitiendo que reanude su vida normal. El tratamiento precoz es más eficaz y mientras más tiempo pase antes de iniciarlo más difícil será superar la depresión. El tratamiento puede notarse en algunas semanas, aunque a veces el correcto tratamiento no es el primero y será necesario cambiar el mismo hasta dar con el ideal para cada caso.

Señal de alerta

Preste atención si ve alguno de estos síntomas de forma frecuente:

- Pérdida de energía con sensación de **agotamiento** incluso tras el descanso.
- Aletargamiento mental y **dificultad para prestar atención**, con falta de memoria.
- En los ancianos, puede provocar un estado de **confusión** llegando a aparentar una demencia.
- Ansiedad con **irritabilidad** o agitación.
- Cambios en el sueño con somnolencia o **insomnio**.
- Disminución de peso por pérdida de apetito, o aumento del mismo por sensación de vacío causada por la **ansiedad**.
- **Dolor de cabeza** o de otras partes del cuerpo
- Problemas digestivos.
- Es muy frecuente la **falta de apetito sexual**, que puede dificulta la relación de pareja.



Mitos y Verdades:

Verdad: La mujer se deprime con más frecuencia que el hombre. La depresión es dos veces más común en mujeres que en hombres. Los cambios hormonales mensuales pueden provocar una mayor incidencia de esta afección.

Mentira: Se le puede dar un descanso a la depresión. La depresión es más que un mal día. Es un síntoma complejo que no

se puede encender y apagar a voluntad.

Verdad: Los hombres y las mujeres se comportan diferente cuando están deprimidos. Las mujeres lloran y sufren más trastornos de ansiedad, mientras que los hombres se enojan y son más propensos a abusar de las drogas y el alcohol.

Mentira: La depresión está sólo en tu cabeza. La depresión

puede ser efecto secundario de algunos fármacos, como pastillas anticonceptivas o para el insomnio, así como un síntoma de trastornos físicos.

Verdad: Es natural estar triste cuando algo malo sucede. Es normal sentir dolor cuando se atraviesa por momentos difíciles en la vida pero, la depresión se diferencia de la tristeza cuando los sentimientos duran por semanas.

Curiosidades de la depresión:

Un nuevo estudio con resonancia magnética nuclear realizado en la Universidad de Warwick revela que, en las personas con depresión, el llamado "circuito del odio" se desconecta del resto del cerebro en un 92% de los casos. Sin embargo, "no existe ningún indicio de que los sujetos depresivos sean menos propensos a manifestar sentimientos de odio". Una posible interpretación de los resultados, que se publican en la

revista Molecular Psychiatry, es que el "aislamiento" del circuito cerebral del odio esté relacionado con una menor capacidad de controlar y aprender a partir de ciertas situaciones sociales que provocan sentimientos de odio hacia uno mismo o hacia los demás. Podría manifestar un aumento de la probabilidad de sentir desprecio hacia uno mismo y de mostrar retraimiento en las relaciones sociales.



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

Depresion, mucho mas que tener un dia triste

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 25 de Febrero- 9:00 PM

Domingo 27 de Febrero- 7:30 PM

Comcast - Canal 51

Martes 1 de Marzo - 9:30 PM

Miércoles 2 de Marzo - 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

Que tan beneficiada saldrá Maduro apoyando a Rusia en esta guerra

En conversación con Infobae, los generales del Ejército Juan Antonio Herrera Betancourt, Hebert Josué García Plaza y Guaicaipuro Lameda Montero, así como el contralmirante Carlos Rafael Molina Tamayo, vaticinan más presión de parte de los países que rechazan la agresión de Putin. Maduro manifestó apoyo a Putin en la invasión a Ucrania. Aquí en el encuentro de ambos mandatarios en el 2019 Maduro manifestó apoyo a Putin en la invasión a Ucrania. Aquí en el encuentro de ambos mandatarios en el 2019 Cuatro altos oficiales de la Fuerza Armada venezolana, de los componentes Ejército y Armada, no dudan en que la invasión de Rusia a Ucrania tendrá consecuencias para Venezuela. Unos consideran que ese impacto es en el ámbito militar, otros creen que en el político, pero no hay duda que el apoyo manifiesto de Nicolás Maduro a Vladimir Putin afectará al país caribeño. En conversación con Infobae, los generales del Ejército Juan Antonio Herrera Betancourt, Hebert Josué García Plaza y Guaicaipuro Lameda Montero, así como el contralmirante Carlos Rafael Molina Tamayo, revelaron en qué aspectos el hecho bélico que ocurre al otro lado del mundo afectará a Venezuela. No duda el General en retiro del Ejército venezolano Juan Antonio Herrera Betancourt en calificar la invasión de Ucrania por parte de Rusia como "el expansionismo del comunismo para posicionarse de territorios que le van a permitir lograr sus objetivos", según dijo a Infobae. Para el alto oficial quien fue senador de la República y profesor universitario, con magister en Ciencias Políticas y comandante de la Brigada Blindada del Ejército, el apoyo de Maduro a la acción de Putin "está reconociendo y metiéndose con esa política de expansión. Está colocando a Venezuela en una situación de entrega al comunismo internacional sin tener el respaldo de los venezolanos, lo que le traerá como consecuencia más presión hacia su régimen inconstitucional de parte de los países que rechazan la agresión a Ucrania, debilitando más su posición ante el mundo, y aumentando su desprestigio". El Mayor General (Ej) Hebert Josué García Plaza, quien también fue Ministro de Transporte Acuático y Ministro de Alimentación, considera que las implicaciones que tiene para Venezuela el apoyo que Nicolás Maduro le dio a Rusia "son desde el punto de vista militar, porque el aparato militar que tiene Venezuela depende del mantenimiento, y del convenio Rusia-Venezuela, para mantenerlos operativos básicamente. Lo cual automáticamente se va a ver obstruido". "El mantenimiento, del sistema de armas que nosotros tenemos, es constante y es costoso. El primer impacto lo va a recibir la Fuerza Armada Nacional (FANB) y el otro impacto es desde el punto de vista de seguridad y defensa", dijo en diálogo con Infobae. Y sostiene que "la OTAN (Organización del Tratado Atlántico Norte) fue creado para oponerse a la amenaza que significa Rusia. Ante la situación acción actual, Maduro dice que el

territorio venezolano prácticamente está a la orden para instalar este sistema de armas o base rusa, por lo que da el pretexto para que Colombia ingrese a la OTAN y eso automáticamente es una amenaza para Venezuela". "Además, ratifica que la decisión del entonces presidente Barack Obama del 2015 de señalar a Maduro con una amenaza real para el Gobierno de los Estados Unidos, cobra más vigencia y eso podría significar sanciones adicionales contra el aparato económico venezolano que ya está mermado".

Maduro se precipitó

"Creo que Nicolás Maduro se precipitó en apoyar la invasión rusa a Ucrania, invasión muy mal vista por la mayoría de los países del mundo. Inclusive en el Consejo de Seguridad de las Naciones Unidas tanto India como China se abstuvieron, es decir no avalaron oficialmente la invasión de Rusia a Ucrania", señaló el Contralmirante Carlos Rafael Molina Tamayo. "A eso hay que agregarle lo que estamos viendo de la violación de Derechos Humanos y cometimiento de crímenes de lesa humanidad y crímenes de guerra por parte de los rusos; vimos el tanque que precipitadamente, y a propósito, se fue contra un vehículo para aplastarlo, eso es un crimen de guerra evidentemente que no se justifica; un civil inocente que haya sido aplastado, gracias a Dios el señor que iba en el carro salió ileso". El mantenimiento de armas como el Iglá-S que enseña el Ministro de la Defensa Padrino López depende de los rusos. Expresó a Infobae que "Maduro se precipita porque probablemente no tiene un grupo que lo asesore para ver el interés para su régimen". "Creo que Rusia va a salir muy mal parado de esta situación, porque tiene la condena mundial de todas las democracias del mundo, inclusive la izquierda latinoamericana ha condenado esa invasión. Maduro, Nicaragua y Cuba son los títeres de los Castro y de Rusia, por ello siempre llevan una posición a favor del cometimiento de estos crímenes y de hecho de la invasión rusa". "La situación de Ucrania es muy fuerte. Por los informes que tengo, los ucranianos están resistiendo, están causándole mucho daño a las fuerzas rusas y al final el poderío ruso es diez veces mayor que el de Ucrania, por lo que probablemente va a prevalecer la dominación rusa, pero el precio va a ser muy caro", advirtió Molina Tamayo. Y añadió: "Con todas las sanciones que empieza a imponer la Unión Europea, Estados Unidos, Canadá, Japón, Nueva Zelanda, Australia, etcétera, eso va a traer consecuencias y Maduro no va a poder recibir ayuda económica por parte de Rusia.



territorio venezolano prácticamente está a la orden para instalar este sistema de armas o base rusa, por lo que da el pretexto para que Colombia ingrese a la OTAN y eso automáticamente es una amenaza para Venezuela". "Además, ratifica que la decisión del entonces presidente Barack Obama del 2015 de señalar a Maduro con una amenaza real para el Gobierno de los Estados Unidos, cobra más vigencia y eso podría significar sanciones adicionales contra el aparato económico venezolano que ya está mermado".

Por otra parte, Rusia va a estar tan ocupada que ni siquiera va a poder seguir prestando ayuda militar a los equipos obsoletos rusos que tiene Venezuela". "Una situación que hemos analizado también es que, como intercambio de este ajedrez geopolítico, probablemente Estados Unidos simétricamente va a decir: 'Si Rusia no quiere gente cercana a su frontera que pertenezca a la OTAN, yo no quiero gente y militares rusos que estén cercanos a mi país, en este caso Venezuela, Nicaragua y Cuba'. "Un escenario, probablemente remoto pero posible, es que Estados Unidos tome más cartas en el asunto para remover a Maduro de Venezuela. Ojalá ese fuera el escenario y evidentemente que contaría con el apoyo internacional del continente americano", aseveró Molina Tamayo. "La situación en Ucrania, con respecto a la invasión rusa, es muy dinámica, muy cambiante, y como hemos dicho le está saliendo caro a Rusia, incluso por el mismo pueblo ruso, pues hemos visto las manifestaciones y no sabemos lo caro que le pueda costar esto a Vladimir Putin, a quien ya le está saliendo caro con las sanciones que van a tener efecto a mediano y largo plazo". A juicio del Contralmirante Tamayo "las consecuencias pueden ser inclusive, si se transforma en un desastre, que el pueblo ruso remueva a Putin, lo que sería el mejor escenario para Venezuela, que se quedaría sin un gran aliado y el régimen de Maduro se sentiría debilitado". Y concluyó: "Recemos porque las fuerzas ucranianas logren repeler o causarles mucho daño a las fuerzas rusas".

Ganar y ganar

El General Guaicaipuro Lameda Montero es uno de los hombres con mayor índice académico que ha pasado por la Fuerza Armada venezolana. "Cuando Hugo Chávez llegó a la presidencia, en

1999, ya tenía la intención de cambiar la alineación geopolítica de Venezuela; en la primera fase de gobierno, le acompañó el Polo Patriótico con radicales de derecha y de izquierda. Era una época de equilibrios inestables, pero necesarios para pagarle la factura a quienes apoyaron a Chávez tras su fracasado golpe militar del 4F", repasó en conversación con Infobae. "Chávez inició un proceso de consolidación de poder en el cual, solo los factores de izquierda le ofrecían oportunidades reales de acercamiento con un pueblo que se encontraba empobrecido en un 80% y pudo contar con una creciente renta petrolera que le permitió pagar facturas y deslastrarse de los factores de centro y derecha. En el año 2005 anunció abiertamente su orientación de izquierda y se consolidaron los lazos de alianza con China, Rusia e Irán, bajo la tutela y asesoría cubana que ya conocía de amores, engaños y desengaños sufridos con la Unión Soviética y la caída del muro de Berlín", explicó. "En este proceso, Acción Democrática (AD) y Copei, que

son partidos de izquierda, se dejaron vender como la derecha rancia que impulsó el capitalismo y políticas neoliberales que empobrecieron al país. De allí en adelante y consolidado el poder político en un solo partido que aglutinó a la izquierda bajo la amenaza: o están con nosotros o son nuestros enemigos, la historia geopolítica de Venezuela es clara". "Se cortó el suministro de armamento que tradicionalmente hacían Estados Unidos y Europa, se rompen los lazos de cooperación entre Venezuela y EEUU, se liquidan e hipotecan los activos de la industria petrolera en ese país y la participación de más de 15.000 estaciones de servicio se redujo a un mínimo, cediéndole parte de ese espacio a empresas rusas. Se realizaron operaciones de triangulación de dinero, armamento y otros activos en las que participaron Rusia, China, Cuba e Irán", recordó. "Se abren canales financiados con la renta petrolera para asegurar este giro geopolítico", explicó. "El acuerdo de cooperación energética con los países del Caribe y el particular con Cuba fueron fundamentales. En la época de precios elevados del petróleo, Chávez ordenaba guardar dinero 'debajo del colchón' y así acumuló unos 400.000 millones de dólares que no ingresaron a la tesorería nacional y que todavía están colocados en diferentes sitios desde donde sirven estratégicamente a la revolución". "La semana pasada se daba cuenta que sólo por un baneo suizo fluyeron unos USD 108.000 millones en su mayoría vinculados a PDVSA y un entramado de corrupción que ata de manos a mucha gente interesado que eso no se conozca o aclare. Así llegamos a una Venezuela que se encuentra políticamente fracturada en dos bandos y sin posibilidad de concertar una posición coherente en su posicionamiento internacional", advirtió. El mantenimiento de armas, helicópteros y aviones rusos de la Fuerza Armada venezolana se vería afectado con la guerra que libra Rusia. El mantenimiento de armas, helicópteros y aviones rusos de la Fuerza Armada venezolana se vería afectado con la guerra que libra Rusia. Lameda Montero considera que Venezuela es "un país con dos presidentes, dos asambleas nacionales, dos tribunales de justicia, con embajadores que responden a uno u otro bando político; pero el poder real lo ejerce la revolución y su coalición con factores que a nivel internacional aparecen vinculados con la legitimación de capitales, el narcotráfico, la guerrilla y el terrorismo y en general los movimientos políticos que con orientación de izquierda agitan el mundo, utilizando hasta razones de raza, religiosas y de identidad de género, entre otras". Con este antecedente valoremos la relación de Venezuela con respecto a la situación generada entre Rusia y Ucrania, explicó a Infobae el general Lameda Montero. "Venezuela y sus dos bandos políticos tienen posiciones encontradas; unos apoyan a Ucrania y otros a Rusia, según los intereses que les mueven y motivan; el país es un convidado de piedra".

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 curriculum 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

¹³⁵
**AUTO BODY SHOP
 IS LOOKING FOR PAINTER
 BODY MEN DETAILER
 AND HELPER
 CALL
 201-653-7753**

¹³⁸
 We are looking
 For busboy /
 hookah guy
 starting
 \$14 per hour
201 755 1987
 Lulu Lounge
 360 Old River Rd
 Edgewater / NJ
 07020

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

¹³⁷
 Instaladores de Siding
 Necesito instaladores
 de Siding e dobladores
 de aluminio, necessita
 tener experiencia,
 favor llamar
973-7034724
 (Tom).

¹³⁶
 SE VENDE
 LOCAL COMERCIAL
 TOTALMENTE EQUIPADO
 PARA RESTAURANTE.
 BUENA UBICACIÓN
 CON PARQUEO
 SOLO INTERESADOS
 LLAMAR
908-801-8763

¹²
 Se Busca
 Camionero
 Tiempo completo
 para entregas
 Aplicar
 PARRA DISTRIBUITORS
 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

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

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

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

114
 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

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

113
 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 Billigüe es un Plus. please call
201-954-9692
201-954-2275

20
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

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

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

125
ESCUELA DE MANEJO
 Realiza tramites para su licencia de placas y seguros disponibles en 24 Hrs. servicio economico, rapido y seguro
 203-428-5651

126
 Restaurante Italiano
 Necesita Cocinero/chef Lavaplatos/Preparador Camarero, en Experiencia conocimiento en comida Italiana
 201-994-8124

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

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

119
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 ¹²⁰ 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 ³³
cocineros
 24 hours Diner Morning & overnight shifts \$14 per hour starting 1 block from Exchange Place Path and Light Rail 3-5 years Kitchen Experience Call
917-607-7950

Se Rentan ³⁴
Apartamentos 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 ³⁹ 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 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 hora más beneficios.

Llamar
201-390-2241

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

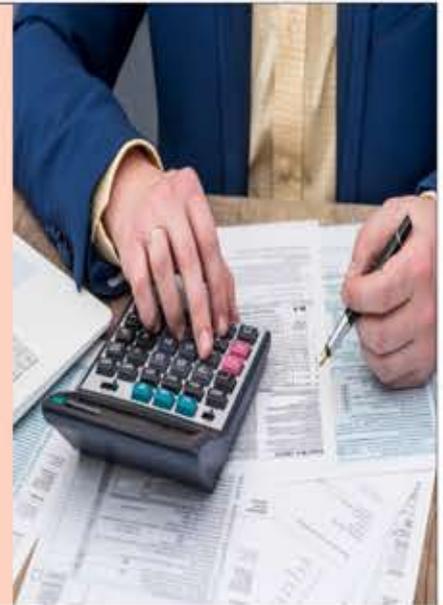
Se necesitan ⁹⁹
Mecanicos de Trailer
 y camion con alguna
 Experiencia para
 Trabajar de noche
201-332-7200
 or Apply in person
 at 480 Dunan Ave.
 Jersey city , NJ 07306

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

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

Agencia Malqui Tax Experts.
 Estamos buscando personal de apoyo amable y servicial para el departamento de Servicio al Cliente. Ofrecemos horarios flexibles con diferentes turnos: Medio Tiempo y Tiempo Completo.
 Estamos contratando de inmediato y ya quedan pocas posiciones! Como estamos abiertos de Lunes a Domingo tenemos un gran número de clientes durante las horas de operación que son: Lunes-Viernes de 9:00am-8pm / Sábados 9:00am-6:00pm y Domingos de 10:00-4:00pm.
 Posición #1: No es necesario hablar Ingles. Pago de \$13-\$14hr.
 Responsabilidades: Tareas de oficina y Anfitrión / Host: saludar a los clientes.
 Posición #2: Debe ser bilingüe. Pago de \$15-17hr depende de la experiencia.
 Requisitos: Excelente habilidades de comunicación.
 Responsabilidades: Contestar llamadas y tareas de oficina.
 Estamos ubicados en: 469 21st ave Paterson, N.J. 07513
 Favor comunicarse con Lucy al: (201)994-5643 a través de: whatsapp, text o llamada.



Se Solicita ⁴⁸
 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 ⁴⁹
 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

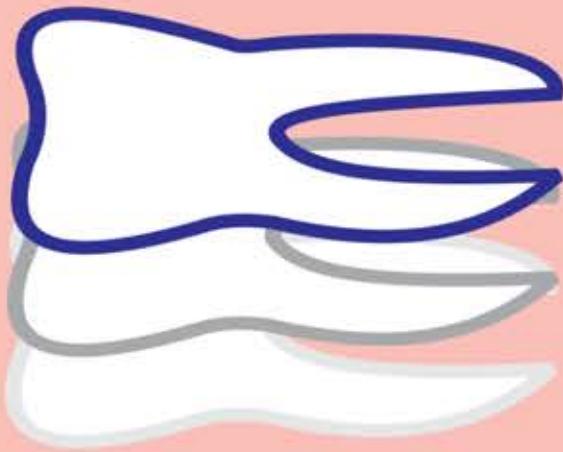
Need Must ¹³¹
 Competitive Salary
 and Benefits
 Call
973-214-6917
 Rago Brothers
 Shoe and Lether

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

Llame a Samantha al:

201-546-7154

Inicialmente el tango se bailó entre hombres

El tango es un género musical y una danza rioplatense, característica de las ciudades de Buenos Aires, Montevideo y Rosario de naturaleza netamente urbana y renombre internacional.

Musicalmente tiene forma binaria y compás de cuatro cuartos. Clásicamente se interpreta mediante orquesta típica o sexteto y reconoce el bandoneón como su instrumento esencial. La coreografía, diseñada a partir del abrazo de la pareja, es sumamente sensual y compleja. Las letras están compuestas con base a un argot local llamado y suelen expresar las tristezas, especialmente que sienten los hombres y las mujeres de pueblo, circunstancia que lo emparenta en cierto modo con el blues, sin que por ello opte para el tratamiento de otras temáticas, incluso humorísticas y políticas.

Enrique Santos Discépolo, uno de sus máximos poetas, definió al tango como un pensamiento triste que se baila. En 2009 fue incluido en la Lista del Patrimonio Cultural Inmaterial (PCI) de la humanidad.

Buenos Aires cerca del 1900. Jóvenes trabajadores bailan tango entre hombres y escuchan a un bandoneonista en la vereda.

Si bien el tango reconoce lejanos antecedentes africanos, latinoamericanos y europeos, sus orígenes culturales se han fusionado de tal modo que resulta casi imposible reconocerlos.

En esencia el tango es una expresión artística de fusión, de naturaleza netamente urbana y raíz suburbana («arrabalero»), que responde al proceso histórico concreto de la inmigración masiva, mayoritariamente europea, que reconstituyó completamente las sociedades rioplatenses, especialmente las de Buenos Aires y Montevideo, a partir de las últimas décadas del siglo XIX.

Argentina, que en 1850 contaba con 1,1 millón de habitantes, recibió 6,6 millones de inmigrantes entre 1857 y

1940. Uruguay tuvo un proceso similar. Se trata de una experiencia humana casi sin parangón en la historia contemporánea.

A diferencia de otras zonas del mundo, los inmigrantes que llegaron al Río de la Plata a partir de la segunda mitad del siglo XIX, superaban en cantidad a las poblaciones nativas y fueron parte de un intensivo proceso de mestizaje multicultural y multiétnico, en gran medida inducido por el Estado a través de una formidable promoción de la escuela pública laica.

El tango es hijo directo de ese intenso mestizaje. Se sabe que los primeros tangueros eran afroargentinos y afrouruguayos; que el bandoneón proviene de Alemania; que su sensualidad deriva de su origen prostibulario, donde los inmigrantes europeos que llegaban solos a buscar empleo mantenían relaciones sexuales con las nativas, mayoritariamente afroargentinas e indoamericanas denominadas «chinas».

Se sabe también que el argot del tango, el lunfardo, está plagado de expresiones italianas y africanas; que su ritmo y clima nostálgico tiene un cercano parentesco con la habanera cubana; y que «tango, milonga, malambo y candombe», son parte de una misma familia musical de raíces africanas y también de las costumbres provenientes de los gauchos que migraron a la ciudad.

Sin embargo el tango no se confunde ni deriva de ningún estilo musical en particular. Ernesto Sábato dice que por sobre todas las cosas el tango es un híbrido, una expresión original y nueva que deriva de una movilización humana gigantesca y excepcional.

El tango apareció en las ciudades portuarias del Río de la Plata y sus zonas de influencia, en la segunda mitad del siglo XIX en el marco socio-cultural de las de los más variados orígenes internos y externos, que recibió



entonces esa región. Buenos Aires, Montevideo y Rosario se disputan ser el lugar en el que nació.

Otros puertos fluviales como Campana y Zárate también registran antiguos antecedentes tangueros. Se trató de una música eminentemente popular, rechazada y prohibida por las clases altas y la Iglesia Católica, por lo

que se desarrolló en los barrios pobres de los suburbios (los arrabales), los puertos, los prostíbulos, los bodegones y las cárceles, donde confluían los inmigrantes y la población local, descendientes en su mayoría de indígenas y esclavos africanos.

Allí se fueron fusionando libremente las formas musicales más diversas (candombe, payada, milonga, habanera, tango andaluz, polca, vals, etc.), provenientes de los orígenes más diversos (africanos, gauchos, hispanos coloniales, indígenas, italianos, judíos, alemanes, andaluces, cubanos, etc.), hasta formar el tango. Se estima que la transición duró alrededor de cuarenta años para afianzarse como un género plenamente constituido en la última década del siglo XIX.

En 1857, el músico español Santiago Ramos compuso uno de los primeros temas de aire tanguero que se conozca, Tomá mate, che, un tango con letra rioplatense pero con arreglos musicales de estilo andaluz. El tema formaba parte de la obra El gaucho de Buenos Aires, estrenada en el Teatro de la Victoria. En 1874 se ha documentado el primer tango que alcanzó difusión popular masiva. Se trata de El Queco, también de estilo musical andaluz, con una letra sobre las «chinas» (las mujeres argentinas de origen indígena o africano) que trabajaban de prostitutas en los burdeles.





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	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

Conozca las realidades y mitos de la diabetes



CL
Hay grandes posibilidades de que casi todos los estadounidenses conozcan a un diabético, ya sea amigo, familiar, un compañero de trabajo, o incluso un conocido.

Según la Asociación Americana de la Diabetes (American Diabetes Association, ADA) en el 2007 más de 23 millones de estadounidenses padecían de diabetes. Esto se traduce a cerca del ocho por ciento de la población nacional, lo cual hace que la diabetes sea una de las enfermedades de mayor predominio en el país, y la razón por la cual muchas vidas se han visto afectadas directa o indirectamente.

Independientemente de su predominio, aún existe una gran desinformación al respecto, debido a lo cual la diabetes no es sólo una de las enfermedades más comunes que aquejan a los estadounidenses, sino también una de las más incomprendidas. En un esfuerzo por disipar los mitos tan comunes a esta enfermedad, la Asociación Americana de la Diabetes enfatiza en los siguientes mitos asociados con frecuencia a la enfermedad.

► **Mito:** Consumir demasiada azúcar provoca diabetes. Aunque el sobrepeso incrementa el riesgo de padecer de diabetes tipo 2, el consumo excesivo de azúcar no provoca la diabetes. Si bien resulta difícil determinar por qué una persona padece de diabetes y otra no, es conocido que la historia familiar y la dieta insuficiente incrementan el factor de riesgo. Sin embargo, no hay evidencia de que demasiada azúcar causa la enfermedad. Por el contrario, se puede producir la diabetes cuando el organismo se desestabiliza, y se pone en peligro su capacidad de procesar alimentos que se consumen para generar energía.

No obstante, las causas de la diabetes difieren en dependencia del tipo, y ninguna es resultado del consumo excesivo de azúcar. Por ejemplo, la

diabetes tipo 1 se produce cuando el páncreas no puede producir insulina, lo cual conduce a la acumulación de azúcar en los vasos sanguíneos. Varios estudios indican que la diabetes tipo 1 pudiera vincularse a dificultades con el sistema inmunológico.

La diabetes tipo 2 también se puede producir cuando el organismo no puede producir suficiente insulina, o cuando la insulina no funciona como debía. Las personas con sobrepeso son especialmente susceptibles a este tipo de diabetes.

Los cambios hormonales también pueden ser causas de diabetes, particularmente en el caso de las embarazadas, las cuales experimentan transformaciones que obstaculizan el funcionamiento adecuado de la insulina. Este padecimiento se conoce como diabetes de embarazo, y posiblemente desaparece después del parto.

► **Mito:** Los diabéticos son más susceptibles a los resfriados y otros padecimientos. Los diabéticos no son más susceptibles a contraer resfriados u otros padecimientos. Sin embargo, la Asociación Americana de la Diabetes aconseja que todos los diabéticos se vacunen anualmente contra la gripe, debido a que cualquier infección puede interferir con el control de la glucosa en sangre, e incrementar el riesgo de acetoacidosis en el caso de personas que padecen diabetes tipo 1.

La acetoacidosis es un trastorno que obliga al organismo a pasar a un estado de inanición, porque no puede usar el azúcar para producir energía, debido a niveles insuficientes de insulina. La acetoacidosis puede desencadenar una serie de consecuencias peligrosas como sangre en la orina, deshidratación e incluso la muerte.

► **Mito:** Los diabéticos no pueden comer dulces ni postres. Esto no es cierto. La persona que no es diabética debe seguir las mismas reglas con respecto a los dulces o a los postres que quien padece esa enfermedad. O sea, que se puede disfrutar de dulces, chocolates y postres con moderación, cuando se combinan con una dieta saludable y un régimen de ejercicios.

Sin embargo, esto no quiere decir que los diabéticos tienen que descuidarse en lo que respecta al consumo de dulces o postres. Por ejemplo, la moderación debe equivaler a una cucharada de helado en vez de dos. Además, se deben preparar los postres con endulzantes artificiales siempre que sea posible, y utilizar granos enteros, frutas frescas y aceite vegetal. Con frecuencia, estos ajustes no atentan contra el sabor.

► **Mito:** La diabetes es contagiosa. Aunque surgen cada día numerosas preguntas con respecto a la razón por la cual una persona es diabética y otra no,

La Asociación Americana de la Diabetes también enfatiza en la conexión de la diabetes tipo 2 y el origen racial. La diabetes tipo 2 es más común en los afroamericanos, hispanos, indígenas norteamericanos y asiático-americanos/residentes de las islas del Pacífico. Sin embargo, no hay evidencia de que la enfermedad es contagiosa.



Para obtener más información acerca de la diabetes, visite el sitio Web de la Asociación Americana de la Diabetes

www.diabetes.org



la diabetes no es contagiosa. Este mito está enraizado en el supuesto vínculo genético y étnico con la diabetes, sobre todo la de tipo 2. Por mucho tiempo los investigadores de la enfermedad han estimado que existe un vínculo genético con la diabetes tipo 2, pues aparentemente se produce en familias (aunque no siempre ocurre así, y varios hijos de un padre con diabetes tipo 2 no tienen que padecer necesariamente la enfermedad). Aunque las investigaciones acerca de ese vínculo prosiguen, los médicos insisten en que la diabetes no es contagiosa.

TEAM



ATA^X 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



ATENCIÓN RESIDENTES DE WNY: EDUCACIÓN PREESCOLAR GRATIS DE ALTA CALIDAD

PARA NIÑOS DE 3 Y 4 AÑOS

**LAS MATRÍCULAS COMIENZAN
MARZO 1, 2022**



MATRÍCULA PARA EL AÑO ESCOLAR 2022 – 2023

APLICAR EN LÍNEA: WWW.WNYSCHOOLS.NET



**CENTRO DE REGISTRACIÓN
PS #3 ANNEX**

**5401 POLK STREET, WEST NEW YORK, NJ
WWW.WNYSCHOOLS.NET**

**LA REGISTRACIÓN ES CONTINUA DURANTE EL AÑO.
PARA MÁS INFORMACIÓN, POR FAVOR LLAMAR AL:
(201) 553-4108**

IDENTIFIQUE A SU NIÑO – RESIDENTES DE WEST NEW YORK
PADRES: SI USTED SOSPECHA QUE SU HIJO/A ENTRE LAS EDADES DE 0-3 AÑOS PUEDA TENER ALGÚN IMPEDIMENTO O INCAPACIDAD QUE LE IMPOSIBILITA O AFECTA EL APRENDIZAJE POR FAVOR COMUNÍQUESE CON EL DEPARTAMENTO DE INTERVENCIÓN TEMPRANA NJEIS @ (888) 653-4463. SI USTED SOSPECHA QUE SU HIJO/A ENTRE LA EDAD DE 3 A 21 AÑOS PUEDA TENER ALGUNA INCAPACIDAD O IMPEDIMENTO QUE AFECTE NEGATIVAMENTE SU APRENDIZAJE Y USTED ES RESIDENTE DE WEST NEW YORK, PUEDE COMUNICARSE CON LA OFICINA DE SERVICIOS ESPECIALES DEL DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN DE WEST NEW YORK. NOSOTROS LE PODEMOS FACILITAR INFORMACIÓN CON RESPECTO A LOS SERVICIOS PARA LOS CUALES SU HIJO/A PUEDE SER ELEGIBLE. POR FAVOR LLAME A: LYNNE CRAWFORD, DIRECTOR DE SERVICIOS ESPECIALES AL (201) 553-4000 EXT. 30153.



TEN CUIDADO!

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

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

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

LA DIFERENCIA EN ESCOGER A MALQUI TAX

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

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

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

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

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

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

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

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

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



H. NORENA

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

TESTIMONIOS



W. MENCIA

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



M. ADARVE

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

GANE GRANDES PREMIOS
Puede ganar hasta \$10,000



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

**40 Años de Experiencia
 Servicio Garantizado
 Abiertos Todo el Año
 Maximo Reembolso
 Legalmente Posible**

Te Represento ante el IRS y Estados

469 21st Ave - Paterson

LLAMENOS! LO ESPERAMOS SIN CITA PREVIA!

1-888-829-3754

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



\$25
de Descuento
 Cuando Mencione
 este Anuncio