

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 17 - Edición 795

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Enero 4 al 11, 2023

Que pasa ahora en la frontera tras la decisión de la corte de mantener el Título 42?



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**

Qué pasa ahora en la frontera tras la decisión de la Corte Suprema de mantener el Título 42?

La Corte Suprema acordó mantener vigente de forma indefinida el Título 42, bajo el cual se expulsan migrantes de manera expedita en la frontera. Te explicamos las consecuencias del fallo y qué podría pasar si se suspende o se mantiene definitivamente. La Corte Suprema de Estados Unidos emitió un fallo el martes que mantendrá el Título 42 en vigor hasta que se tome una decisión definitiva después de escuchar los argumentos de las partes. Desde que comenzó la pandemia de covid-19, Estados Unidos ha estado utilizando esta regla que impuso el gobierno de Donald Trump para expulsar a los solicitantes de asilo en la frontera con México invocando motivos sanitarios. Bajo el Título 42 más de 2.5 millones de migrantes han sido expulsados de EEUU desde marzo de 2020, aunque ese número incluye a personas que intentaron

ingreso de migrantes infectados de coronavirus, pero ha permanecido vigente a pesar de la suavización de las restricciones a nivel global. En el momento de su activación, el covid-19 estaba causando estragos en Estados Unidos, las escuelas estaban cerrando y los hospitales saturándose, y el entonces presidente, Donald Trump, intentaba diversas estrategias para limitar la inmigración, un tema distintivo de sus políticas. La orden autorizaba a la Oficina de Aduanas y Protección Fronteriza (CBP) a expulsar inmediatamente a los migrantes, incluyendo a los que solicitaban asilo, con el fin de prevenir la propagación del virus. "Un balde de agua fría": la incertidumbre de los migrantes varados en México tras la decisión de la Corte Suprema sobre el Título 42. En la orden se hacía notar que, frecuentemente, las áreas en las que los migrantes eran detenidos no estaban diseñadas para

republicana a interponer su propia demanda con el fin de mantener en vigor el Título 42. Alegaron que poner fin a la regla conduciría a un incremento en la llegada de migrantes a esos estados, lo que a su vez tendría un impacto sobre sus servicios. Ese argumento fue respaldado por un juez nombrado por Trump en Louisiana, el cual ordenó mantener las restricciones. El juez determinó que el gobierno de Biden no siguió los procedimientos administrativos que requieren avisarle al público y conceder tiempo para reunir los comentarios de la gente sobre el plan para poner fin a las restricciones. Pero ese fallo fue bloqueado por otro juez federal en una demanda por separado en Washington. Ese juez, nombrado por el presidente demócrata Bill Clinton, determinó el 15 de noviembre que el gobierno de Biden debe suspender las restricciones al asilo para el 21 de diciembre. Ese fallo, el cual aborda cuestionamientos más amplios sobre el Título 42, prevaleció por encima de la determinación del juez de Texas, lo cual agradó a los activistas que defienden a los migrantes. En un desarrollo crucial, el gobierno federal no apeló para mantener vigentes las restricciones de salud pública. "La corte actuó correctamente al determinar que prohibir (el ingreso de) migrantes, mientras permite que el resto del país abra sus fronteras, es ilegalmente arbitrario, provoca daño grave a los solicitantes de asilo desesperados, y hace caso omiso de los compromisos jurídicos de Estados Unidos para proporcionar un refugio seguro a los que huyen de persecuciones", dijo Lee Gelernt, abogado de la Unión Americana de Libertades Civiles. Pero un grupo de estados conservadores intentó intervenir para que el Título 42 siguiera en vigor. Alegaron que la cancelación de esa política de la pandemia "provocará un desastre enorme en la frontera", y los migrantes adicionales que ingresen generarán un incremento en los costos que pagan los estados en vigilancia policial, educación y servicios de salud. También han argumentado que tenían que intervenir después de que el gobierno federal no presionó para que el Título 42 se siguiera aplicando. El caso ha ido a parar hasta la Corte Suprema, que la semana pasada ordenó que el Título 42 continuara temporalmente de forma que el máximo tribunal pudiera estudiar concienzudamente los argumentos de ambas partes. La decisión de la Corte Suprema el martes extendió la permanencia temporal en forma indefinida y estableció un cronograma en febrero para escuchar argumentos.

¿El Título 42 afecta a los solicitantes de asilo?

El gobierno de Biden no lo ha utilizado con niños que viajan solos, sino solo con adultos solteros y familias. Y la prohibición ha sido aplicada en forma desigual según la nacionalidad, recayendo principalmente en los migrantes de Guatemala, Honduras y El Salvador —además de los mexicanos—, porque México permite que sean devueltos a su territorio desde Estados Unidos. El mes pasado, el gobierno mexicano comenzó a aceptar a venezolanos que son expulsados bajo el Título 42, lo que provocó un fuerte descenso en el número de ciudadanos de ese país que solicitan asilo en la frontera sur estadounidense. Es

menos probable que algunas otras nacionalidades se vean sujetas al Título 42 debido a los costos o a las relaciones tensas con sus países de origen —Cuba, por ejemplo—, lo cual le dificulta a Washington deportarlas allí. Cada vez hay más personas de esos países en la frontera norte de México, las cuales confían que serán puestas en libertad en Estados Unidos para que den seguimiento a sus casos de inmigración. Según las cifras más recientes difundidas por funcionarios de la CBP, los cruces fronterizos ilegales por parte de cubanos y nicaragüenses se incrementaron en noviembre, mientras que los flujos migratorios en general presentaron pocos cambios con respecto a octubre.

¿Qué ocurrirá si se suspende definitivamente el Título 42?

Si es cancelado, funcionarios de asilo entrevistarán a los solicitantes y determinarán si tienen un "miedo creíble" de ser perseguidos en sus países de origen. Si se halla que sí enfrentan una amenaza creíble, pueden quedarse en Estados Unidos hasta que se llegue a una decisión final. Eso puede llevar años. Aunque algunos permanecen detenidos mientras se resuelve su proceso de solicitud de asilo, la gran mayoría son puestos en libertad en Estados Unidos con avisos de que se presenten ante una corte de inmigración o se reporten ante las autoridades migratorias. El DHS indicó en un memorándum en el que esbozó sus preparativos para el fin del uso del Título 42 que el sistema no está diseñado "para manejar el volumen actual de la migración ni el incremento en el volumen previsto en las próximas semanas y meses". Agrega que está preparándose para un posible aumento combatiendo a las redes de contrabando, agilizando la expulsión de las personas que se determine tienen pocos fundamentos para permanecer en Estados Unidos, y trabajando con socios internacionales para contener el flujo migratorio. Señaló que también le está solicitando más dinero al Congreso. Mientras tanto, luego de que las temperaturas se desplomaron la semana pasada, miles de migrantes se reunieron del lado mexicano de la frontera a la espera de ver qué ocurrirá cuando llegue a su fin el uso del Título 42, si es que realmente se levanta. Se prevé que los republicanos, que controlarán la Cámara de Representantes a partir de enero, hagan de la inmigración un tema prioritario. Ya ha habido exhortaciones para que el secretario de Seguridad Nacional, Alejandro Mayorkas, sea enjuiciado políticamente. Algunos demócratas también han expresado su preocupación en torno a lo que ocurrirá cuando se ponga fin al Título 42. En una carta a Biden esta semana, el senador Joe Manchin y el representante Henry Cuellar se unieron a dos republicanos —el senador John Cornyn y el representante Tony Gonzales— en pedirle al mandatario que mantenga el Título 42 en vigor, diciéndole que hay una crisis en la frontera sur y el DHS no ha presentado un plan para mantener el control allí.



cruzar la frontera en repetidas ocasiones. El caso será sometido a discusión en febrero, y la medida de restricción al asilo continuará vigente hasta que los jueces tomen una decisión al respecto, previsiblemente hacia el verano. En noviembre, un juez federal había determinado que las autoridades de inmigración ya no podían usar el Título 42 para expulsar rápidamente a los solicitantes de asilo y estableció una fecha límite que vencía el 21 de diciembre para que se dejara de aplicar. Eso desató una batalla judicial entre un grupo de estados de tendencia conservadora que comenzaron a presionar para mantener vigente la norma y el gobierno federal y activistas por los derechos de los inmigrantes, que dicen que ya es hora de poner fin a la aplicación de la medida. El cambio es implementado en un momento en que crecientes cantidades de personas intentan ingresar al país a través de la frontera sur, y en que los republicanos están decididos a hacer de la inmigración un tema crucial cuando asuman el control de la Cámara de Representantes en enero. Tras la decisión de la Corte Suprema, el Departamento de Seguridad Nacional (DHS) aseveró en un comunicado: "La frontera no está abierta y seguiremos aplicando nuestras leyes". Título 42 es una política sanitaria que fue activada el 20 de marzo de 2020 como parte de las medidas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) para evitar el

tener a personas en cuarentena ni permitían el distanciamiento social, lo que podría poner en riesgo al personal fronterizo y a otras personas. El gobierno del presidente Joe Biden mantuvo esa política en medio de las presiones de muchos demócratas para que revocara las políticas de Trump contra la inmigración. Algunos —especialmente en estados fronterizos— han propugnado por mantener el Título 42, diciendo que Estados Unidos no está preparado para un incremento en los solicitantes de asilo. Cuando los CDC actuaron para suspender su aplicación este año, algunos demócratas moderados, incluidos los senadores Mark Kelly, de Arizona, y Raphael Warnock, de Georgia, querían que se mantuviese vigente. Organizaciones como la Unión Americana de Libertades Civiles (ACLU) habían argumentado que mantenerla exponía a los migrantes solicitantes de asilo a peligros en las ciudades mexicanas a las que eran enviados. "Un balde de agua fría": la incertidumbre de los migrantes varados en México tras la decisión de la Corte Suprema sobre el Título 42. En 2021, un grupo que representa a inmigrantes a los que se les negó el derecho a solicitar asilo demandaron para que se pusiera fin al uso del Título 42. A medida que esa demanda se abría paso en las cortes, los CDC anunciaron en abril que la regla ya no era necesaria porque el acceso a las vacunas y los tratamientos estaba volviéndose mucho más generalizado. Eso impulsó a estados de tendencia

THE PEOPLE'S PHARMACY

¡Somos tu Farmacia de Confianza!



Tenemos un Staff calificado y de confianza con más de 18 años de experiencia

**ENTREGAS GRATUITAS
A DOMICILIO**

HORARIOS: De Lunes a Viernes: 9:00 am - 8:00 pm • Sábado: 10:00 am - 7:00 pm



**4012 BERGENLINE AVENUE
UNION CITY, NJ 07087
TEL: 201-348-0810 • FAX: 201-348-1555**

**ACEPTAMOS TODOS LOS
SEGUROS MEDICOS Y MEDICAID**

**LOS MEJORES PRECIOS DEL MERCADO
Y HASTA UN 10% DE DESCUENTO**

PERSONAL BILINGUE

- Productos de Belleza
- Glucometría
- Toma de Presión

**Nuestro Compromisos son sus
Medicamentos al Día**



**3214 BERGENLINE AVENUE
UNION CITY, NJ 07087
TEL: 201-250-8290 • FAX: 201-250-8291**

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.

Estados Unidos y Corea del Sur en alerta por posible uso de armas nucleares de Corea del Norte

Los gobiernos han mantenido comunicaciones para responder a las amenazas nucleares que se han lanzado en Corea del Norte. El gobierno de Corea del Norte calificó a su homólogo del sur como un "enemigo indudable". El gobierno de Corea del Norte calificó a su homólogo del sur como un "enemigo indudable". El presidente de Corea del Sur, Yoon Suk-yeol, anunció que ese país está en conversaciones con Estados Unidos para llevar a cabo unos ejercicios conjuntos nucleares en respuesta a las amenazas del gobierno de su vecino Corea del Norte. En entrevista con el periódico Chosun Ilbo, Yoon dijo que la idea de que Estados Unidos proporcione ayuda nuclear o disuasión extendida a Corea del Sur no es suficiente para tranquilizar a los ciudadanos del país. "Estamos en conversaciones con EE.UU. sobre el concepto de planificación conjunta y ejercicios conjuntos en términos de capacidades nucleares, y EE.UU. se muestra bastante positivo al respecto", afirmó. Estas declaraciones se dieron un día después de que los medios estatales de Corea del Norte informaran de que el líder Kim Jong-Un pidió "un aumento exponencial" del arsenal nuclear de su país, además de llamar a Corea del Sur "enemigo indudable". "En el pasado, el concepto de un paraguas nuclear fue una preparación contra la Unión Soviética y China antes de que Corea del Norte desarrollara armas nucleares. Lo que llamamos disuasión extendida también fue que Estados Unidos nos dijo que no nos preocupáramos porque se encargaría de todo, pero ahora, es difícil convencer solo con eso", añadió el mandatario surcoreano. Yoon aclaró que las armas nucleares seguirían perteneciendo a la primera economía mundial, pero la planificación sería conjunta, además de compartir la información y llevar a cabo los ejercicios juntos. "Desarrollamos esto como un concepto en el que Corea del Sur y EE.UU. llevan a cabo conjuntamente no solo la planificación para la operación de las fuerzas nucleares, sino también ejercicios, entrenamiento y operaciones, esta medida será efectiva", añadió. El año pasado Corea del Norte realizó un número récord de ensayos, cercano a 50, de armas de destrucción masiva y en el que la tensión en la península coreana ha alcanzado altos niveles. ¿Por qué las Coreas están en su punto de mayor tensión tras disparo de misiles? ¿Qué es lo que está pasando y hacia dónde van los enfrentamientos entre las Coreas? Las dos Coreas intercambiaron este miércoles lanzamientos de misiles que por primera vez cayeron en sus respectivas aguas. En el caso de Pionyang, disparó a lo largo del día al rededor de 20 misiles, una cifra récord para el régimen norcoreano que empeora aún más un clima de tensión regional que puede alcanzar cotas históricas. ¿Qué es lo que está pasando y hacia dónde van los enfrentamientos entre las Coreas? Abecé sobre la situación.

¿Cómo empezaron los ataques?

El ejército surcoreano fue el primero en reportar que Pionyang había disparado este miércoles tres misiles balísticos de corto alcance desde las cercanías de Wonsan, en la costa oriental

norcoreana, hacia el mar de Japón (llamado mar del Este en las dos Coreas). Uno de esos misiles aterrizó en alta mar, 26 kilómetros al sur de la Línea Límite Norte (LLN), la que divide las aguas de ambos países, y a unos 57 kilómetros al este de la ciudad costera de Sokcho (160 kilómetros al noreste de Seúl), dentro de la zona económica especial surcoreana. Según indicaron las autoridades surcoreanas, es "la primera vez desde que la península fue dividida", al final de la Guerra de Corea en 1953, que un misil norcoreano cae tan cerca de las aguas territoriales del Sur. Esta ráfaga de disparos llevó a las autoridades surcoreanas a lanzar una inusual alerta de ataque aéreo en la isla de Ulleungdo (este) y a pedir a sus habitantes que se refugiaran en búnkeres bajo tierra. La gente ve las noticias sobre el levantamiento de una alarma antiaérea en una oficina en Seúl. Pero este no fue el único lanzamiento. Pionyang disparó a lo largo de este miércoles al rededor de 20 misiles de distintos tipos en total, una cifra que supone un récord de ensayos realizados en un solo día para el régimen. A los tres misiles inicialmente reportados se suman otros cuatro misiles balísticos de corto alcance disparados unas dos horas antes desde Pyongan del Norte (al norte de Pionyang). También más de 10 misiles balísticos de corto alcance y misiles tierra-aire lanzados después, a las 9:12 hora local (0.12 GMT), desde distintos puntos. En torno a las 13:27 hora local (4.27 GMT), Corea del Norte disparó además un centenar de rondas de artillería a una zona limítrofe con la LLN en la costa oriental, lo que viola un acuerdo firmado entre las dos Coreas en 2018 por el que se comprometían a no realizar actividades militares en esas áreas junto a la divisoria marítima. Por último, Pionyang disparó aparentemente otros seis proyectiles de corto alcance, tanto al mar Amarillo como al mar de Japón, entre las 16:30 y las 17:10 (7.40-8.10 GMT), uno de los cuales fue detectado por las autoridades japonesas.

¿Y por qué se producen los lanzamientos?

Expertos consideran que los lanzamientos hacen parte de una respuesta "agresiva y amenazante" de Pionyang a los ejercicios militares que realizan Estados Unidos y Corea del Sur. Se trata de las mayores maniobras conjuntas realizadas jamás entre esos países, bautizadas "Tormenta Vigilante", con el despliegue de más de 240 aeronaves, entre ellos cazas de última generación. La maniobras, que se prolongarán hasta este viernes 4 de noviembre sobre la península coreana, se producen ante la posibilidad de que Pionyang pueda llevar a cabo su primer test nuclear en un lustro. Corea del Norte ya había exigido este martes a Estados Unidos y Corea del Sur que detuvieran las maniobras aéreas en la península y había advertido de represalias "más poderosas" por considerarlas una amenaza a su soberanía. Corea del Norte "está dispuesta a tomar las medidas necesarias para defender su soberanía", dijo el Norte este martes, advirtiendo a EE. UU. que "si persiste continuamente con las graves provocaciones militares, la RPDC emprenderá medidas subsiguientes más poderosas". Estados Unidos y Corea del Sur se enfrentarían a una situación terrible y

pagarán el precio más horrible en la historia. Este miércoles, además, Pak Jong Chon, un alto oficial de Corea del Norte, dijo que estos ejercicios eran agresivos y provocadores, según un informe de medios estatales. Pak dijo que el nombre de las maniobras recuerda a la operación Tormenta del Desierto, la ofensiva estadounidense sobre Irak en 1990-1991 en respuesta a la invasión de Kuwait. "Si Estados Unidos y Corea del Sur pretenden usar fuerzas armadas contra la República Popular Democrática de Corea sin miedo, los medios especiales de las fuerzas armadas de la RPDC desplegarán su misión estratégica sin demora", dijo. "Estados Unidos y Corea del Sur se enfrentarían a una situación terrible y pagarán el precio más horrible en la historia", agregó. Aviones de combate KF-16 de la Fuerza Aérea de Corea del Sur durante un simulacro aéreo conjunto entre EE. UU. y Corea del Sur.

¿Cómo respondió Corea del Sur?

En respuesta a estas acciones, el ejército surcoreano disparó tres misiles aire-tierra cerca del punto donde cayó el controvertido proyectil norcoreano. Estos misiles cayeron "cerca de la línea del límite norte a una distancia correspondiente al área donde impactó el misil del Norte", dijo en un comunicado. Esto ha supuesto también la primera vez que Seúl envía este tipo de proyectiles a aguas pertenecientes a la zona económica exclusiva de su vecino. Además, el presidente surcoreano convocó una reunión de su Consejo de Seguridad Nacional para analizar el disparo, y ordenó una "respuesta rápida y severa" ante estas "provocaciones". Las autoridades del país también cancelaron las rutas aéreas por encima del mar del Japón, al este de la península, y recomendaron a las aerolíneas locales que se desvíen para "garantizar la seguridad de pasaje en las rutas hacia Estados Unidos y Japón".

¿Cuál ha sido la respuesta internacional?

La condena se ha hecho sentir. El presidente del Consejo Europeo, Charles Michel, mostró este miércoles su indignación "por el comportamiento agresivo e irresponsable" de Corea del Norte por haber lanzado en torno a 20 misiles, alguno de los cuales cayó en aguas territoriales de Corea del Sur. "Indignado por el comportamiento agresivo e irresponsable de Pionyang disparando misiles sobre una frontera marítima con Corea del Sur", dijo Michel en su cuenta oficial de Twitter, en un mensaje en el

que, "en nombre de la UE" trasladó su solidaridad con Seúl y con "otros países de la región". Los cancilleres surcoreano y estadounidense, Park Jin y Antony Blinken, hablaron por teléfono sobre los lanzamientos y los calificaron como "una provocación militar grave y sin precedentes" además de "deplorar" que los ensayos de misiles llegaran en un momento de duelo nacional en el Sur por la tragedia de Halloween en Seúl. Todas las partes de este conflicto deben evitar tomar medidas que puedan provocar un aumento de las tensiones Rusia, por su parte, llamó este miércoles a todas las partes a "la calma" tras el lanzamiento de numerosos misiles norcoreanos que generaron condenas en Corea del Sur. "Todas las partes de este conflicto deben evitar tomar medidas que puedan provocar un aumento de las tensiones", declaró a la prensa el portavoz del Kremlin, Dmitri Peskov, quien insistió en que "la situación en la península ya es lo suficientemente tensa". China también resaltó que está prestando "mucho atención" a la escalada de tensión en la península de Corea, instando a que se "resuelvan las preocupaciones". "Esperamos que todas las partes involucradas se adhieran a una solución política del problema de la península de Corea y trabajen de manera recíproca para evitar que la situación se intensifique a su vez", afirmó en una rueda de prensa Zhao Lijian, uno de los portavoces del Ministerio chino de Exteriores.

¿Y hacia dónde van las tensiones entre las Coreas?

La tensión en la península se ha incrementado a niveles peligrosos en los últimos semanas ante los insistentes lanzamientos norteños, las grandes maniobras de los aliados que incluyen activos estratégicos de Washington y la posibilidad de que Pionyang, tal y como apuntan los satélites, pueda realizar pronto su primera prueba nuclear en cinco años. Según el analista Cheong Seong-chang del Institute Sejong, estos disparos son la "demostración armada más agresiva y amenazante contra el Sur desde 2010". En marzo de ese año, un submarino norcoreano torpedeó un buque surcoreano y mató a 46 tripulantes, de los que 16 estaban realizando su servicio militar obligatorio. En noviembre de ese mismo año, Pionyang bombardeó una isla fronteriza surcoreana y mató a dos jóvenes marinos.





TOWN OF WEST NEW YORK

OFFICE OF MAYOR GABRIEL RODRIGUEZ

IF YOU DON'T HAVE HEAT, PLEASE CALL

THE HEALTH DEPARTMENT'S

WNY HEAT EMERGENCY HOTLINE

201-295-5070

**SI NO TIENES CALOR,
LLAME A LA LÍNEA DIRECTA DE EL
DEPARTAMENTO DE SALUD DE
EMERGENCIA DE CALOR DE WNY**

201-295-5070

**AFTER 5PM, SAT/SUN & HOLIDAYS CALL
DESPUÉS DE LAS 5PM, SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS LLAMAR
WNY POLICE DEPARTMENT: 201.295.5000**

#WEAREWNY

 @townofWNY
www.westnewyorknj.org

#SOMOSWNY

COLD, FLU OR COVID-19

MOST COMMON SYMPTOMS FOR EACH



COLD



FLU



COVID-19

SYMPTOMS

SYMPTOMS	COLD	FLU	COVID-19
BODY ACHES	✓	✓	SOMETIMES
CHILLS	RARELY	✓	SOMETIMES
DRY COUGH	✓	✓	✓
FATIGUE	✓	✓	✓
FEVER	RARELY	✓	✓
HEADACHE	RARELY	✓	SOMETIMES
LOSS OF TASTE / SMELL	RARELY	SOMETIMES	SOMETIMES
NASAL CONGESTION	✓	✓	RARELY
NAUSEA / VOMITING / DIARRHEA	SOMETIMES	SOMETIMES	SOMETIMES
RUNNY NOSE	✓	✓	RARELY
SNEEZING	✓	✓	SOMETIMES
SORE THROAT	✓	✓	SOMETIMES
SHORTNESS OF BREATH	RARELY	✓	✓



CANCUN

Cancún (maya: kaan kun, «olla o nido de serpientes»)?, es una ciudad con desarrollo turístico de nivel internacional certificado por la Organización Mundial del Turismo OMT UNWTO. Ubicado en la costa noreste del estado de Quintana Roo en el sureste de México.

Desde 1974 tuvo una notable transformación, ya que de ser una isla de pescadores rodeada de selva virgen y playas desconocidas, en la actualidad es junto con Acapulco el centro turístico mexicano más reconocido en el mundo.

PARA PENSAR

Gabriel García Márquez

Escritor Colombiano

"La peor forma de extrañar a alguien es estar sentado a su lado y saber que nunca lo podrás tener."

Jacinto Benavente

1866-1954

Escritor español

"El que es celoso, no es nunca celoso por lo que ve; con lo que se imagina basta."

Federico García Lorca

1898-1936.

Poeta y dramaturgo español

"Como no me he preocupado de nacer, no me preocupo de morir."

"Es posible decir que morir no me preocupa, sin sentir de verdad el peso del inesperado (la muerte) que alguno día ha de venir."

SABIAS QUE...

Cámaras de bronceado y adicción

Los investigadores de la Universidad de Nueva York, publicaron sus conclusiones en la revista Archives of Dermatology, sostuvieron que la exposición a los rayos ultravioletas podría generar patrones de adicción similares a los detectados con las drogas.

Las camas solares utilizan rayos ultravioletas para generar el bronceado. Generalmente se aplican varias sesiones para que la piel adopte el tono que naturalmente toma en contacto con el sol. Aunque estos dispositivos cosméticos son muy utilizados, podrían aumentar el cáncer de piel.

La Organización Mundial de la Salud emitió en 2005 un comunicado desaconsejando su uso a los menores de 18 años por el peligro de

desarrollar un melanoma, sin embargo el bronceado recreativo continúa aumentando entre los adultos jóvenes.

Catherine Mosher y Sharon Danoff-Burg trabajaron con 421 estudiantes universitarios de Estados Unidos. Adaptaron dos cuestionarios usados habitualmente para diagnosticar el alcoholismo y el abuso de drogas, y pidieron a los voluntarios que los completaran sobre el su uso de la cama solar.

De los 421 voluntarios, 229 habían usado la cama solar un promedio de 23 ocasiones durante el último año. El 39,3% cumplía el criterio para ser considerado adicto al bronceado según uno de los cuestionarios, y otro 30,6% de los jóvenes cumplía los mismos requisitos.

INVENTOS & NOVEDADES



Lapidas en Cristal o con mensaje digital

A todos nos llega la hora. Pero no te preocupes porque cuando esa hora llegue podrás ser el más excéntrico del cementerio.

Luminosas y relucientes lápidas de cristal para darte ese toque de distinción que tanto cuesta conseguir.

Incluso podrás grabar en la lápida tu "perfil" junto a la silueta de un i-pod o de una manzanita. Resérvala ya en Lundgren Monuments

Pero... Si no te parece muy apropiada la idea de quedarte bajo una lápida para toda la eternidad, haz que te entierren junto al complemento perfecto: el "DNA immortality kit", que te facilita la extracción, en tu casa y en pocos minutos, de una muestra perfecta de AND. Y a esperar que la ciencia siga su curso para que te devuelvan a la vida.

Otra alternativa para el último viaje: Una lápida con pantalla LCD capaz de reproducir un vídeo con tu mensaje "póstumo" de hasta 10 minutos. Con protección anti-robos y anti-lluvia.

No sé cuál será su precio, pero seguro que es bastante más caro que regalar unos cuantos DVDs a los invitados al entierro.

No obstante, si quieres contactar con un representante, visita Vidstone.com

Estos son los adelantos para morir dignamente en el mundo de la informática.

TECNOLOGIA

FACEBOOK le pone nombre a todos



Una de las cosas que han convertido a Facebook el fenómeno que es hoy son sus álbumes de fotos. A los usuarios de Facebook les encantan sus fotos y 'taguear', es decir, ponerle el nombre a cada persona que sale en las fotos. Ahora la red social más grande de mundo podrán usar la tecnología para 'taguear' sus fotos con reconocimiento facial. La opción sugiere al usuario quién es la persona que sale en las fotos y le evita tener que escribir el nombre.

PALABRA CLAVE

Empírico

Empírica es la persona que realiza las cosas basándose en su propia experiencia y aprendizaje. El empirismo es una teoría filosófica que enfatiza el papel de la experiencia, ligada a la percepción sensorial, en la formación del conocimiento.

El término «empirismo» proviene del griego ἐμπειρία, cuya traducción al latín es experientia, de donde deriva la palabra experiencia.

El empirismo, bajo ese nombre, surge en la Edad Moderna como fruto maduro de una tendencia filosófica que se desarrolla sobre todo en el Reino Unido desde la Baja Edad Media. En la Antigüedad clásica, lo empírico se refería al conocimiento que los médicos, arquitectos, artistas y artesanos en general obtenían a través su experiencia dirigida hacia lo útil y técnico, en contraposición al conocimiento teórico concebido como contemplación de la verdad al margen de cualquier utilidad.

Hoy empírico es quien aprende por su propia cuenta sin ir a institutos.



Marlene Dietrich

Nació en Berlín el 27 de diciembre de 1901 y falleció en París el 6 de mayo de 1992. Fue una actriz y cantante alemana que adoptó la nacionalidad estadounidense. Es considerada como uno de los principales Mitos del Séptimo Arte.



Christian Barnard

Christian Neethling Barnard (1922 - 2001) fue un médico cirujano sudafricano y mundialmente conocido por realizar el 3 de diciembre de 1967 el primer trasplante de corazón en la historia de la cirugía. Había experimentado por varios años con animales.



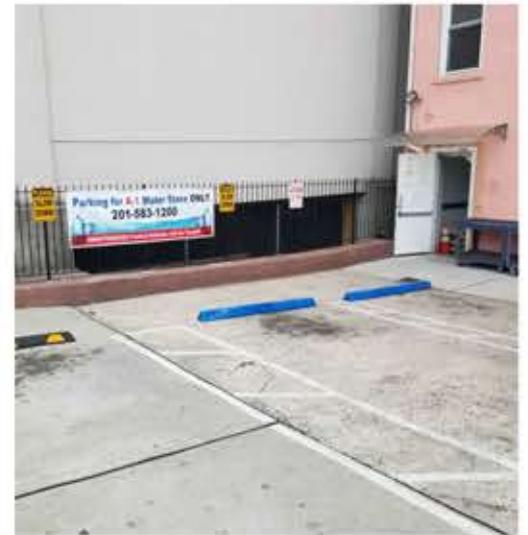
Coco Chanel

Gabrielle Bonheur "Coco" Chanel (Saumur, Francia, 19 de agosto de 1883 - París, 10 de enero de 1971) fue una revolucionaria diseñadora de modas y creadora de perfumes francesa. Fue una revolucionaria en la alta costura y genial creadora.

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

¿Por qué las mamás pelean cuando hacen oficio?

Comprendí recientemente el por qué de la cantaleta. Me ofrecí a lavar los baños y al ver el pésimo uso que le dio mi hermano al inodoro, corrí furioso hacia él y le grité: "¡O apunta bien o aprende a orinar sentado! ¡Cochino!".



mundo vive para servirles de coimas!..."

En este punto me detuve por un segundo, pasmado en medio de la retahíla.

Estaba hablando igual que mi madre, usando sus propias palabras, idénticos ademanes y la misma rabia en la voz. Comprendí que muchas veces estuve del otro lado, viendo TV, hablando por teléfono como una quinceañera

Al tiempo, me sorprendía su capacidad para quejarse por horas, de manera ininterrumpida, con impecable pronunciación y un potente tono de voz. Admiraba su magistral manejo de la respiración, porque 'cantaletaba' sin pausa y era imposible percibir en qué momentos inhalaba y exhalaba.

"¿Que lave la loza? ¡Tan avión! ¿Y por qué gracia?"

Lo más impactante era que su exigente monólogo lo desarrollaba mientras voleaba escoba, restregaba pisos, empujaba muebles y sacudía tapetes. Increíble. A mí me da bazo el sólo hecho de caminar y masticar chicle al mismo tiempo. Ella pudo ser atleta. La energía le daba para pelear simultáneamente en cuatro frentes de batalla, como la Armada de E.U.; discutía con mi hermana, con mi hermano, conmigo y, finalmente, con mi papito: "¡¿Usted por qué no les dice nada a esos chinos?! ¡Por eso no me respetan!". Él, que es un almita de Dios, respondía temeroso, sin levantar la voz: "¿Y por qué pelea conmigo, si yo estoy haciendo oficio juicioso?"

Ahora soy consciente de mi desconsideración.

Sencillamente, da piedra que los otros no hagan. Corrijo, da envidia, de la mala. Por eso un hermano siempre reniega cuando lo ponen a 'mantequear' mientras dejan quietos a los otros. "¿Y por qué no le dicen a Andrés? ¿Es que él tiene corona?", cuestionaban ellos en la casa. Yo me escondía y decía para mis adentros: "Pues claro, igualados; yo soy el Rey".

En ocasiones, la presión de las masas populares (mis hermanos) afectaba mi reinado y terminábamos todos haciendo oficio. Inevitablemente, peleábamos: "Pero yo aspiré la semana pasada..., usted nunca hace nada..., yo en diciembre del año pasado sacudí el polvo... yo hago de todo menos doblar ropa... ¿Que lave la loza? ¡Tan avión! ¿Y por qué gracia? (también es una frase interesante: 'por qué gracia')".

Sólo en una situación empuñaba la aspiradora sin quejarme:

Cuando iban de visita mis amigos o mi novia. Ahí sí, quién dijo flojera. Me volvía autosuficiente y pulido para limpiar cada esquina, porque no podía permitir que alguno dijera que mi casa era un chiquero. Me transformaba en un anfitrión hacendoso y servicial.

"No mamita, cómo se te ocurre, yo llevo las gaseosas y preparo los sándwiches -decía en voz alta-. Tranquila que yo lavo los platos".

Somos egoístas, por eso usamos frases



IMPORTANTE:

Presiento que, si no estamos preparados, la cantaleta de nuestras madres se volverá la cantaleta de nuestras esposas; y, más a futuro, será la cantaleta propia hacia nuestros hijos. De verdad, ya entiendo a mi mamá. De sólo pensarlo me da piedra, ya me estoy empezando a poner verde con esos 'vergajos' desconsiderados que aún no han nacido. ¿Por qué tienen

mezquinas como "Virgen del Agarradero..."

Tal vez un signo de la madurez es cuando uno deja de pelear durante el oficio y empieza a regañar para prevenir la generación de mugre.

Ejemplo: tengo una amiga, recién emancipada, que es implacable con la orden que le da a cada visitante para que se quite los zapatos; sus ojos se desorbitan cuando alguien pone una bebida fría sobre la madera de la mesa y no encima del portavasos; su novio adquirió una fina puntería frente al inodoro -podría participar en unas olimpiadas- y también aprendió a lavarse los dientes sin manchar el espejo.

Las tareas del hogar son un tema serio.

Sé de matrimonios que han perdido de un hilo por una tanda de ropa que no se colgó en el patio o por un papel higiénico que cayó con la cara usada hacia arriba. Son cosas de las que los hombres poco conversamos, pero esos temas hacen parte de las terapias de grupo que tienen las mujeres casadas. Se sorprenderían si supieran todas las intimidades que ellas revelan. Hablan hasta de los calzoncillos cadagos.

Varias parejas me han hablado del momento incómodo que viven cuando acaban de comer en casa y sufren al ver la montaña de loza por lavar.

Cada uno pide mentalmente un deseo: que el otro, en un acto de bondad, se ofrezca a limpiar. Qué ingenuidad; pocas personas tienen la nobleza necesaria para sacrificarse y permitir que el otro descanse.



No hay derecho! -segui quejándome en voz alta-. Claro, lo que no nos cuesta, hagámoslo fiesta! ¡Ah! Y ahí está pintada mi hermana: pa' salir de rumba siempre está aliviada, pero vaya uno y dígame que lave un plato, a ver si anda con la misma velocidad que le corre al 'petardo' del novio. Es que a los 'señoritos' (aquí hago énfasis de sarcasmo) no les nace mover un dedo porque se les ampollan las manos, pero pa' pedir sí están de primeritos ¡Qué rogadera para que tiendan la cama! Es que es lo mínimo. ¡Consideren! Y no es que sean unas lumbreras pa'l estudio, porque si así fuera yo no jodería tanto. ¡Pero no! ¡Creen que el resto del

o durmiendo, mientras mis padres se ponían manos a la obra con las labores del hogar.

Recordé cuando salía a jugar al parque mientras mi mamita se quedaba lavando el piso.

Se ponía verde de la piedra al verme de regreso, sucio y sudado, con los pies embarrados, manchando su tacita de plata. "¡Por qué se tienen que volver una nada! (ingeniosa frase: 'volver una nada'). ¡Parece que lo hicieran de aposta! ¡No toque las paredes con esas manos! ¡Se me va derecho al baño! Ay, Dios (aquí viene mi frase favorita), ¡por qué no me morí chiquita!".

Yo no entendía su malestar: "¿Tanto escándalo por un piso?", pensaba.

Holy Name Medical Center 



**Si no puedes ir al consultorio
TE PODEMOS VISITAR EN TU CASA**


Holy Name
Medical Partners
Hudson County



**Llamanos hoy mismo y
el doctor estara en tu casa
201-864-4477**

Dr Gilberto Gastell
480- 37th Street
Union City, NJ
www.holynamemedicalpartners.org

Finlandia: El mejor sistema educativo del mundo

Tienen pocas horas de clase y casi no hacen tareas, pero arrasan en las temidas pruebas Pisa.

Escuela primaria Koulumestarin, en la ciudad de Espoo, área metropolitana de Helsinki.

Si un niño quisiera escapar de la escuela, tal vez se preguntaría: ¿Qué tan larga debe ser la escalera que necesito apoyar en ese muro de tres metros que me separa del exterior? Esa interrogante se la hacen todos los finlandeses en algún momento. Y no es porque planeen dejar el lugar donde comparten con sus amigos desde los 7 años de edad, donde pasan apenas unas cinco horas al día, donde no les dejan tareas para la casa y donde no les cobran por estudiar ni por comer.

No. Ellos se harán esa pregunta —jugando con triángulos y cuadrados de papel de colores— porque un profesor les pedirá imaginar lo inimaginable y, de paso, llegar por ellos mismos a lo que Pitágoras declaró 22 siglos atrás. Calcular la hipotenusa de un triángulo rectángulo es algo que los niños finlandeses, beneficiarios del mejor sistema de educación del mundo, saben hacer y no recitar. Es algo que tuvieron que descubrir y no memorizar.

El mundo entero se ha empeñado en entender el sentido que se le da al aprendizaje en Finlandia desde que la primera prueba Pisa, aplicada en el 2000 por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (Ocde), demostró que ese país nórdico, de apenas cinco millones de habitantes, tenía el mejor sistema educativo.

Pisa, el Programa para la Evaluación Internacional de Alumnos (sigla en inglés), se aplica actualmente en 65 países para evaluar las competencias de las personas de 15 años en las áreas de lenguaje, matemática y ciencias. El sentido del examen no es medir conocimientos específicos, sino qué tan preparados para la vida adulta están los jóvenes; en otras palabras, cómo aplican lo que han aprendido en las escuelas hasta esa edad.

“Todo el mundo cree que tiene el mejor sistema hasta que decide



comparar. Y lo que sucedió con Finlandia fue una sorpresa para ellos también. No sabemos exactamente cuál es la variable que lleva al éxito de un sistema educacional, porque no hay una fórmula mágica, pero el caso finlandés es perfecto para ver que la conjunción de muchas variables únicas puede llevar a algo asombroso”, comenta desde París el analista Pablo Zoido, de Pisa.

El experto de la Ocde, organización que agrupa a las economías más desarrolladas del mundo, destaca en



primer lugar que el modelo finlandés es muy inclusivo, pues no existe la selección de estudiantes. Más del 90 por ciento de las escuelas son públicas y dependen de los municipios, de manera que los niños se matriculan —por ley— en la que tienen más cerca de su casa, reflejando también la escasa segregación social del país. Que el hijo de un doctor estudia junto al hijo de un albañil es un leitmotiv educacional. La República de Finlandia, al noreste de Europa, es uno de los países con mejores índices de calidad de vida y crecimiento económico. Otro factor muy propio de Finlandia es que se retrasa el inicio de la escolaridad básica hasta los 7 años. Según los estudios cognitivos realizados a los niños, solo en ese momento del desarrollo de los niños es adecuado comenzar a leer.

“La tendencia mundial es que la escolarización comience cada vez más temprano —dice el especialista de la Ocde—, pero Finlandia ya es un caso real de estudio solo por retrasarla”.

En la educación preescolar, que dura obligatoriamente un año y que se imparte en jardines infantiles o en la casa de educadores certificados, solo se realiza estimulación temprana de la socialización. En Finlandia nadie busca tener niños genios para presumir ante los amigos o para postularlos a un colegio de élite,

visitó Chile a petición de la Embajada de su país.

Necesidad = oportunidad

El modelo finlandés fue reformado a comienzos de los 70, luego de casi una década de debate parlamentario sobre qué tipo de educación se necesitaba. En los años 50, Finlandia estaba diezmada por las consecuencias de la Segunda Guerra Mundial, y su economía básicamente agraria tenía como eje la explotación forestal. Se requerían nuevas competencias y el acuerdo fue dárselas a toda la población, no a los más ricos ni a los mejores.

Hoy, el país no solo figura como uno de los mejor educados, sino que también acumula envidiables índices en felicidad, competitividad e innovación.

Tony Wagner, doctor en educación y profesor residente del Laboratorio de Innovación de Harvard, se sintió atraído hace un par de años por el exitoso sistema y viajó a realizar el premiado documental El fenómeno finlandés. Durante dos semanas visitó escuelas, participó en clases, se entrevistó con autoridades, niños, profesores y padres, y vio sobre el terreno otra de las claves del milagro local: la importancia que se le da al profesor.



Ser maestro en Finlandia es más difícil que convertirse en ingeniero o doctor. Solo uno de cada diez aspirantes a estudiar pedagogía logran ingresar, y quienes quieren ejercer la profesión necesitan como mínimo tener un grado de magíster en educación. Nadie se hace rico siendo profesor, pero las brechas salariales son mínimas en ese país, donde la mitad de los egresados opta por una educación técnica y no profesional.

“Finlandia cambió su educación no a partir de una crisis por los bajos resultados en pruebas internacionales, sino por una necesidad real —destaca Wagner—. Y cuando un país acuerda poner la educación en primer lugar hay que tomar medidas, como cerrar el 80 por ciento de las escuelas de pedagogía y dejarlas solo en las universidades de élite. Así te aseguras de que solo los mejores lleguen a ser profesores y de que, dada su formación intelectual, no requieran de un proceso externo de evaluación”.

En Finlandia, destacan todos, no existe un sistema estatal de evaluación docente. Cada profesor está constantemente investigando y auditando su propio desempeño, sin necesidad de que lo controle una autoridad más allá de su propia comunidad escolar. Además, el currículo nacional de materias es —en palabras del experto de Harvard— “absurdamente” pequeño, y cada escuela tiene libertad para adoptar uno complementario, con énfasis en las artes, la tecnología o las lenguas. La metodología también está abierta a la innovación.

Marleen Westermeyer, chilena de 21 años y estudiante de Pedagogía en la Universidad de la Frontera, tuvo la oportunidad de pasar un semestre allá gracias a una beca del Ministerio de Educación finlandés. “Lo primero que llama la atención es que todos los niños y el profesor se quitan los zapatos. En otras palabras, el aula es un espacio donde no hay ni siquiera la represión simbólica de usar calzado. Tampoco se usa uniforme, el pelo puede ser largo en los hombres o de colores en las niñas, y las uñas pintadas dan igual”, comenta ella.

Ser maestro en Finlandia es más difícil que convertirse en ingeniero o doctor. Solo uno de cada diez aspirantes a estudiar pedagogía logran ingresar. “Recuerdo una clase de literatura, de

sexto, donde hablaban de Aleksis Kivi, autor de Los siete hermanos, el libro más importante del país. La lección consistió en pasar el video de una representación teatral de esa obra, protagonizada por el profesor cuando era estudiante! Ese es el tipo de cosas que un alumno no olvida jamás”, sentencia Westermeyer.

Finlandia es uno de los países con los salones más bulliciosos del mundo y donde la palabra está menos tiempo a cargo del profesor. La estudiante chilena, que pudo ver eso, destaca además que los contenidos se trabajan como “proyectos” más que como clases lectivas, dejando tiempo al profesor para que trabaje con los rezagados, y que en el desarrollo de esos proyectos se valora la integración de diversos recursos, la cooperación y la originalidad. Por ejemplo, después de la exhibición del video donde el profesor se exponía sin pudor ante sus alumnos vino el encargo de hacer una pequeña película sobre otro libro que debían leer.

Westermeyer también recuerda que cuando se trataba de materias técnicas,



como artes manuales, el nivel de los niños de 12 años era revelador. “Manejaban máquinas Bosch para trabajar la madera sin problemas, sin miedo y con total responsabilidad. Tienen la madurez para responder a la confianza que se les da”, cuenta.

“Quizás nuestro secreto es la confianza —concede la académica Emilia Ahvenjärvi—. Confiamos en que la escuela más próxima a nuestra casa será buena, en que el profesor sabrá enseñar y en que el niño aprenderá. Es una particularidad de



nuestra sociedad que recién descubrimos hace un par de años, después de tratar de responder tantas veces a las preguntas sobre el secreto de nuestra educación. Yo he visto que en otros países eso no se da. Siempre hay desconfianza, necesidad de hacer rankings, de segregar, de hacer más pruebas para saber qué alumno es mejor, qué profesor es mejor, qué escuela es mejor. Las pruebas segregan

tienen jornadas más cortas, el año escolar es más breve y dejan apenas el 10 por ciento de las tareas para el hogar. Aún así, sus marcadores son los más altos. Y, además, tienen más tiempo para jugar y hacer actividades extraescolares, algo que, como muestran las investigaciones, es casi tan importante para el desarrollo como la educación formal”, destaca Wagner, coautor de El fenómeno finlandés.

Este experto se ha transformado en uno de los mayores críticos del sistema estadounidense, basado en tratar de obtener buenos resultados en las mismas pruebas donde Finlandia se destacó sin proponérselo. “Seguimos creyendo que incrementar los puntajes en las pruebas mejorará el desempeño de un país. Y el problema es que esos resultados no nos dicen absolutamente nada sobre el mundo del trabajo o la capacidad de los ciudadanos para adaptarse al siglo XXI —afirma—. En segundo lugar, como profesores hacemos apuestas tan altas por esas pruebas que estamos pervirtiendo los incentivos de nuestro sistema educativo. ¿Por qué? Porque realmente hay un solo currículo en nuestra escuela: la preparación de las pruebas. En Estados Unidos estamos muy equivocados, y lo peor es que casi todo el mundo nos está siguiendo”.

La Oede, creadora de las pruebas Pisa, también tiene claro que la evaluación debe cambiar. De hecho, el test que se aplica cada tres años viene aplicando categorías nuevas, como una enfocada a medir el grado de felicidad y otra sobre la resolución de problemas en forma creativa.





LAW OFFICE of



INGRID ECHEVERRIA

LEYES DE MIGRACION

- Defensa de Deportación
- Peticiónes por medio de Familia
- Remover condiciones a Residencia
- Permisos de Trabajo
- Permisos para viajar
- DACA
- Asilo Político
- Ciudadanía
- Apelaciones
- Visas para Trabajadores Extranjeros
- Peticiónes por medio de Visa U
- Proceso Consular
- Casos de Detenidos Visa Juvenil

LEYES DE FAMILIA

- Divorcio
- Custodia
- Violencia Doméstica
- Distribución Equitativa
- Acuerdos Matrimoniales

201-295-8999

424 57th Street.
West New York
NJ 07093

345 Somerset Street.
Suite 10 - Lower Level
North Plainfield
NJ 07060

10 North Sussex Street.
2nd Floor
Dover, NJ 07801





\$20 dólares de descuento
 En la consulta o visita inicial con la presentación de este cupón

16

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

233
 Ayudante de cocinero con Experiencia Full time Part time para trabajar en Pike Bruck, NJ contactar a Tony 973-882-6757

187
 Se necesitan **Cortadores de Pescado** con Experiencia haciendo filetes. T/C. Buen sueldo. Inglés ayuda. Localizados en Brooklyn. **718-245-6914**

221
 Sam's Auto Body Shop is hiring! Positions available for Autobody Repair for plastic & metal, assembly and disassembly and Heavy Metal Painter, Paint Prep **718-488-5990**
718-488-5991

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

176
OLGA
 Hello, I am from Moscow, Russia. I am 28 years old easy going person with a great sense of humor! I live close to train Avenue U and East 18 street Brooklyn, 11229. **646-994-5708**

128
AUTO BODY SHOP
 In Astoria, Queens needs Bodyman/combo, plastic, paint, compound. Experienced with tools. Call George. **718-937-6521**
917-880-7477

228
 Looking for experienced English speaking **SHOE MAKER** to work in a shoe repair in Manhattan, upper East side. M-F 8-6:30 & Sat 9-5. Peter **917-400-8728**
 Diana **917-345-5675**

229
 Auto Body Shop **SOLICITA** Plasticman, Mecánico Automotriz, Pintor, Detallador Y Chassisman. Con Experiencia Herramientas propias. Buen salario. Area Freeport, Long Island. Llamar **516-442-8222**

211
Tractor Trailer
 Chofer de Camion Clase A Trabajo local No puertos Ingreso semanal \$1,700 to \$2,200 llamar a Jack **908-636-0680**

209
NEED MUST COMPETITIVE SALARY AND BENEFITS RAGO BROTHERS SHOE AND LEATHER **973-214-6917**

220
Delivery Company Drivers
 Non CDL required with clean license and background deliver local in Hudson County **201-491-3389**
 George

230
Renta de espacio totalmente renovado con suelos nuevos, techo, paredes y baño. Listo para ocupar **914-282-9973**

170
SE SOLICITA MECANICO
Con Experiencia
para Mantenimiento
de Camiones
Dum Truck en Newark
con licencia valida
973-482-3462

198
Experience
Pizzaman
or counter
person
Apply at
489 third Ave.
NYC or call
917-650-5215

179
Established Auto
Body repair
facility seeking
experienced
body man
plastic man
as well as
experienced detailer.
Please call
if you are looking
for steady work
at a good place
with good
compensation.
Dean
917-559-7926

199
Looking for a full
time farmer to run
a small livestock,
poultry and vegetables
operation in Upstate
New York.
(2 hours North from NY City).
Free housing and utilities
(renovated farmhouse).
Married couple is preferred.
Part time options are
possible. Need drivers
license and English skills.
Tractor operation is a plus.
40,000\$ a year.
Please, leave a voicemail
or text your name
and experience at
917- 277-3037

**SIGUENOS EN
LAS REDES
SOCIALES**



201-305-5624

225
Need a Sauté
Cook for Italian
restaurant located
in Kenilworth, NJ.
Pay is \$17.50/hour.
Must have
experience in
Italian cuisine.
Please call
908-497-1717
ask for Sal.

171
**HIRING
LINE COOK**
(Cocinero de linea)
With Experience,
Full /time
973-809-0051

202
**BONITAS
CHICAS
ASIATICAS e
HISPANAS**
9043 CORONA
AVENUE
347-656-0985

226
AUTO REPAIR
FIVE STAR
AUTO COLLISION
Solicita
BODY/COMBO
CHASSISMAN
con experiencia.
Llame al
917-346-2295

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

203
AUTO BODY
Auto body shop
is looking for a
BODYMAN
PINTER.
Experienced.
Brooklyn area.
Call
718-702-2989.

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

JP Computer's

Julio Paternina
ANALISTA PROGRAMADOR DE COMPUTADORAS

Reparación de computadoras a domicilio



**AHORA!!!
Hacemos páginas
de internet.**

Servicio de reparación de computadoras en casas o negocios.
Mantenimiento, instalación de hardware, software e Internet.

- ⦿ ¿Su computadora está muy lenta?
- ⦿ ¿Hace ruidos extraños? ¿Está desactualizada?
- ⦿ Necesita reparación y no sabe quién puede ayudarlo? Llámenos hoy mismo
- ⦿ (201) 893-5397 (8 am. a 10 pm.)

P.O. Box 502 West New York, NJ 07093
201-893-5397
E-mail: jpcomputer1@hotmail.com

CAR INSURANCE



*Feel safe while driving
we have got you covered*

Compare quotes and buy
the best car insurance plans
from top insurers

**GET FREE
QUOTES**

CONTACT US >>

(718) 300-5734

SEGURO MÁS BARATO NÚMERO 1 - EMPRESA AUTOMÓVIL COMERCIAL PASIVO GENERAL (REINAS DE BAYSIDE) ofrecido en persona ofrecido virtualmente SEGURO MÁS BARATO NÚMERO 1 - EMPRESA AUTOMÓVIL COMERCIAL RESPONSABILIDAD GENERAL COMPENSACIÓN DE TRABAJADORES TEXT 24/7 (PARA 5 BOROUGHS) CALL ASURANCE PROFESSIONAL CONSULTANTS - COTIZACIÓN GRATUITA en 30 segundos TEXTO o LLAME: (718) 300-5734 ¡TODAS LAS NECESIDADES DE SEGURO DE SU NEGOCIO BAJO 1 TECHO! ESPECIALISTAS EN SEGUROS QUE ESTÁN DE SU LADO PARA OBTENER EL MEJOR VALOR PARA SUS NECESIDADES DE SEGUROS



SEGURO MÁS BARATO NÚMERO 1 - EMPRESA AUTOMÓVIL COMERCIAL PASIVO GENERAL. (REINAS DE BAYSIDE) ofrecido en persona ofrecido virtualmente SEGURO MÁS BARATO NÚMERO 1 - EMPRESA AUTOMÓVIL COMERCIAL RESPONSABILIDAD GENERAL. COMPENSACIÓN DE TRABAJADORES TEXT 24/7 (PARA 5 BOROUGHS) CALL ASURANCE PROFESSIONAL CONSULTANTS - COTIZACIÓN GRATUITA en 30 segundos TEXTO o LLAME: (718) 300-5734 ¡TODAS LAS NECESIDADES DE SEGURO DE SU NEGOCIO BAJO 1 TECHO! ESPECIALISTAS EN SEGUROS QUE ESTÁN DE SU LADO PARA OBTENER EL MEJOR VALOR PARA SUS NECESIDADES DE SEGUROS

To those who may be interested in cheap insurance in New York State and CT all legal we are in queens NY interested call us at 718-300-5734 for free quotes. Tickets Points Permissions Suspensions We wants to make sure we help you no matter the situation. Thanks and good day.
CHEAPEST INSURANCE NUMBER 1 - COMPANY COMMERCIAL AUTOMOBILE GENERAL LIABILITIES. (QUEENS OF BAYSIDE) offered in person offered virtually CHEAPEST INSURANCE NUMBER 1 - COMPANY PERSONAL AUTO HOMEOWNERS COMMERCIAL AUTOMOBILE GENERAL LIABILITY WORKERS 'COMPENSATION AND MUCH MORE. TEXT 24/7 (FOR 5 BOROUGHS) ALL ASURANCE PROFESSIONAL CONSULTANTS - FREE QUOTE in 30 seconds
TEXT or CALL: (718) 300-5734

\$19.25 +++/Hr ²⁰⁷
Delivery Drivers
Amazon Van
Shift 10am-7pm /
Must Speak English
Full & Part-time
& WEEKEND Shifts
(Flexible Days)
Health Benefits
+ Paid Vacation
+ WEEKLY
CASH BOUNCES
No experience
No CDL required
(Paid Training)
Call/TEXT
551-455-0041

²³¹
Hermosas Latinas
Ecuatorianas mejores
masajes Asiaticos
trantricos ven y
disfruta de masaje
929- 544-6502
347-649-8463

³⁶
Necesitamos
conductores
con licencia CDL-A
con mínimo 2 años
de experiencia
para trabajo local
Regional NJ/NY/PA
de lunes a viernes
todas las noches
en la casa
\$30 la hora para
empezar
w2 o 1099
llamar al
973-568-8761

¹⁴⁷
Necesitamos
Home Makers
CHHAs
Empezar de
Inmediato!!!
Renovamos
Licencias de
Home Makers
para mas
información
Llamar
973-622-2321

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

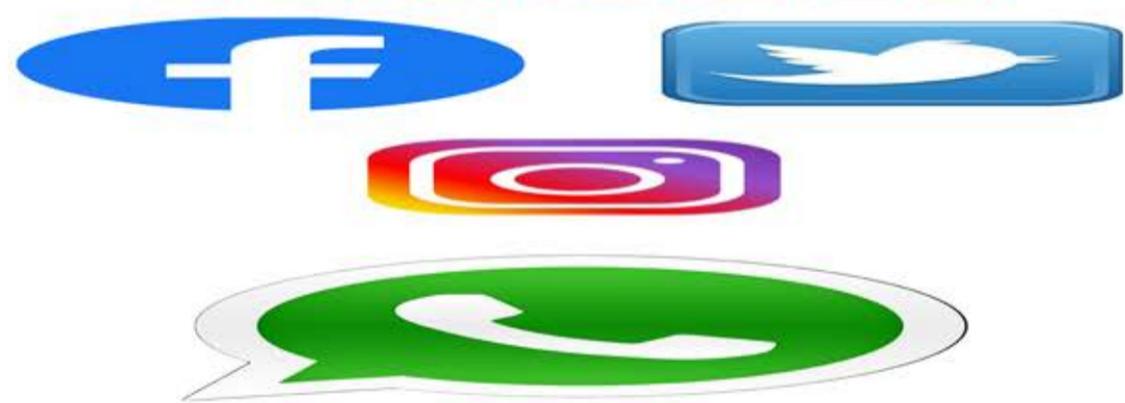
Soldador con
Experiencia
Tienda de letreros
ubicada en ³⁹
Fairview NJ
Está buscando
Soldador con
experiencia
Envíe su c
urrículum por
correo electrónico a:
nati@signexponyc.com
o llame al
212-246-3355

¹⁹¹
Si quieres salir
de la vida en la ciudad,
ven mira este motel
de venta.
Es posible que cueste
lo mismo que tu casa.
Gran Oportunidad
para comprar motel
y rentar los cuartos.
518-321-7932
718-332-6324
Pregunta por
Eddie

¹³⁹
HOUSE CLEANERS
Buscamos Empleados
para limpieza de casas
proveemos Carro
y Combustible
Lunes a Viernes
8:30am a 5:00pm
Necesita Licencia
de Conducir
973-897-8857

¹⁶⁰
Necesito
Men para
Reparacion con
Experiencia y
Herramientas
Buen Salario
973-773-0078

SIGUENOS EN
LAS REDES
SOCIALES



201-305-5624



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

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

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



DIVORCIO
POR SOLO
\$99.00

- Aplicación para renovación del TPS
- Aplicación para peticiones familiares
- Aplicación para la Ciudadanía
- Aplicación para visas de trabajo
- Aplicación para visas de estudiantes
- Aplicación para el DACA
- Aplicación para perdones administrativos.

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

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



**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

1-888-787-0369

Cesar B. Malqui
 **IRS**
ENROLLED AGENT

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

15 Síntomas comunes del cáncer

Es posible que te hayas olvidado de la tostadora por la mañana y se haya quemado el pan; o tal vez descuidaste la tarea de la escuela y recibiste una baja de puntos; quizás olvidaste la cita de negocios que tenías programada el viernes por la mañana con esa persona que te contactó; nada de eso tendrá repercusiones de vida o muerte. Pero cuando te olvidas de ciertos síntomas médicos, especialmente aquellos que presagian el cáncer, las repercusiones pueden ser mucho más graves.

La Sociedad Americana del Cáncer estima que en lo que va de 2014, aproximadamente 1,6 millones de nuevos casos de cáncer han sido diagnosticados en los EE.UU. y cerca de 600 mil personas han perdido la vida por la enfermedad. Una detección tardía de los síntomas puede darle tiempo a la enfermedad de esparcirse y convertirse en una carga irreversible. Los síntomas son engañosos en el hecho de que pueden ser acontecimientos aparentemente normales. Los siguientes síntomas son cosas intrínsecamente mundanas en las que debes prestar atención y considerar mirarlas con un médico si persisten.

1. Sangrado entre períodos (mujeres solamente)

Un poco de mancha cuando no es el tiempo del ciclo menstrual, puede ser causada por un cambio en los niveles hormonales, la inflamación del cuello uterino, el estrés y los anticoagulantes. Es bueno tener un chequeo médico para la probabilidad de cáncer de endometrio en el útero si el manchado sucede más de una vez.

2. Distensión abdominal (mujeres solamente)

Alrededor de una de cada diez personas en Estados Unidos experimenta hinchazón de manera regular, y las mujeres son particularmente susceptibles a ella. Es una dolencia común de las tendencias dietéticas, indigestión, síndrome premenstrual y el embarazo, pero una hinchazón persistente puede estar sujeto a la preocupación. Si tu hinchazón dura más de dos semanas o se empareja con sangrado y pérdida de peso, consulta con tu médico por el riesgo de cáncer de ovario.

3. Cambios en los testículos (hombres solamente)

Si notas un bulto, hinchazón, dolor o malestar, con o sin inflamación o cualquier otro cambio en tus testículos, ve a ver a tu



médico, ya que puede indicar cáncer testicular que puede crecer bastante rápido. Algunos médicos recomiendan que los hombres de entre 15 a 55 realicen un autoexamen mensual para identificar cualquier cambio.

4. Problemas al orinar (hombres solamente)

Tener una glándula prostática agrandada es común entre los hombres a medida que envejecen y puede causar algunos problemas al orinar, tales como la necesidad de orinar con más frecuencia, especialmente por la noche o dificultad para comenzar a orinar o tener una corriente débil. Pero estos también pueden ser síntomas de cáncer de próstata. Visita a tu médico para comprobar la causa del problema.

5. Cambios en los senos

El cáncer de mama es una de las formas más comunes de enfermedad en el mundo, que afecta tanto a hombres y mujeres. Hay varios signos evidentes de que la demanda de la Sociedad Americana del Cáncer debería ser analizada de cerca por un especialista, como el cambio en la estructura de mama, aparición de bultos o cambios en la piel o el pezón. Es importante recordar que estos signos no son una prueba definitiva de cáncer de mama existente. A veces pueden indicar factores hormonales o de salud más pequeños, por lo que visitar a un experto puede aclarar cualquier ambigüedad. Pero también hay indicadores de cáncer de mama más disimulados que muchas personas pasan por alto.

6. Sangre en la orina o las heces

Una digestión saludable es importante para una vida sana. Si te sientes incómodo durante la digestión y notas cualquier enrojecimiento en las heces o en la orina, debes buscar inmediatamente atención médica. Este suele ser un indicador de cáncer de colon o cáncer de riñón.

7. Cambios en los lunares

El cáncer de piel es la forma más común en los Estados Unidos, con aproximadamente uno de cada cinco estadounidenses desarrollándolo en algún momento de su vida. Las mujeres han sido notablemente susceptibles a varios tipos de cáncer de piel, incluyendo el melanoma mortal. Uno de los indicadores más comunes de cáncer de piel es la aparición o cambio en la apariencia de lunares. La Fundación de Cáncer de Piel, recomienda utilizar el método de evaluación de los lunares ABDCE: asimetría, borde, color, diámetro, y evolución.

8. Súbita pérdida de peso sin esfuerzo

Sabemos que este síntoma parece como un regalo del cielo para algunos, teniendo en cuenta el creciente deseo de muchos de enflacar. Pero si experimentas una pérdida significativa de peso sin ningún cambio en la dieta o el ejercicio físico, debes estar más preocupado que aliviado. Hay de nuevo muchas explicaciones diferentes para esto, pero una persona no debe descartar la posibilidad de cáncer páncreas, de pulmón o de estómago.

9. Dolor inexplicable persistente

El dolor puede ser el resultado de numerosas condiciones, pero el dolor en curso que es inexplicable y dura un mes o más puede indicar cáncer de hueso, cerebro, u otros tipos. Pregúntale a tu médico acerca de cualquier dolor sospechoso, prolongado e inexplicable.

10. Fatiga inusual y persistente

Es completamente normal que te sientas desgastado en una sociedad milenaria ocupada. Pero ¿qué pasa cuando realmente no has hecho mucho con tu día, y todavía experimentas un cansancio persistente? Si tienes una dieta razonable y duermes, y aún experimentas cansancio, se debe considerar la raíz del problema y discutirlo con un médico.

11. Dificultad para deglutir

De vez en cuando las personas

experimentan una inflamación o sequedad de la garganta que hace difícil tragar, conocida como disfagia. Si bien puede parecer un inconveniente menor para algunos, también es a veces causado por el cáncer en la boca, la garganta o el esófago. Si tienes problemas para ingerir alimentos o líquidos, especialmente si es una ocurrencia regular, debes ser evaluado por un profesional médico.

12. Tos

Este es probablemente uno de los síntomas más mundanos y diversos de la lista. Hay un montón de razones diferentes por las que las personas tosen, y más a menudo que no son triviales y de carácter temporal. Es cuando la tos persiste a lo largo de semanas que alguien debe expresar su preocupación. Si te encuentra con dolor o dificultad para respirar durante la tos podría ser grave. Si toses sangre, es grave. Los fumadores deben prestar especial atención a la tos, ya que es el signo más común de cáncer de pulmón.

13. Acidez

Para los bebedores de café ávidos y conocedores de la comida picante, el ardor de estómago puede ser una lucha muy familiar. Otras personas luchan con el reflujo ácido debido a disposiciones biológicas. Pero si has tratado de aliviar la acidez estomacal con una rutina alterada y no viste ningún resultado, debes localizar la raíz del problema. La acidez puede ser un indicador de cáncer en los ovarios, el corazón y el esófago. Los estudios demuestran que la acidez estomacal persistente puede en realidad aumentar tus probabilidades de cáncer de garganta, por lo que se requiere una atención inmediata.

14. Fiebre

Tener una temperatura alta es una parte normal de la vida de casi todo el mundo en algún momento. Al igual que muchos de los síntomas mencionados anteriormente, podría haber múltiples explicaciones para el malestar provocado por la fiebre. Es cuando la fiebre se niega a desaparecer o que ocurre en condiciones severas que debes expresar tu preocupación. Hay muchos tipos diferentes de cánceres que se anuncian con fiebre de largas temporadas.

15. Cambios en los ganglios linfáticos

El sistema linfático juega un papel importante en la lucha contra las infecciones y la absorción de exceso de líquidos, grasas, y material de desechos tóxicos de tu cuerpo entero. Algunas áreas en las que los ganglios linfáticos se hinchan comúnmente se encuentran en el cuello, la ingle y las axilas. Mientras que las infecciones comunes pueden causar hinchazón linfática, algunos tipos de cáncer, como la leucemia y el linfoma, también pueden causar este síntoma.

Consulta a un doctor antes de preocuparte

Esta lista puede parecer un poco de miedo, pero no hay necesidad de preocuparse de buenas a primeras. Cada uno de estos síntomas puede estar vinculada a dolencias mucho menos graves que el cáncer, por lo que no te tensiones hasta que hayas sido evaluado minuciosamente por un profesional. Con una enfermedad tan grave, ayuda tomar las precauciones adicionales cuando te sientes escéptico de un síntoma antes mencionado.





Adquiere tu visa de trabajo

Conferencia para la comunidad salvadoreña

¡Confirmado!
Lic. Raquel Caballero de Guevara



Está confirmada la presencia de la Presidenta RINDHC Procuradora para la Defensa de los Derechos Humanos de la República del Salvador

Cubrirá los siguientes temas:

- Voto en el exterior.
- Observatorio electoral de la procuradora para la defensa de los derechos humanos

INVITADOS ESPECIALES

Lic. Roberto Ariel Valle
Excelentísimo Cónsul de New Jersey.
Lic. Ingrid Echeverría
Ilustre Abogada de Inmigración

 1.551.272.9300

 Viernes 20 de Enero 2023

 The 3 Acres - The Table Restaurant
400 Claremont Avenue
Jersey City NJ

¡LOS ESPERAMOS!



GRACIAS A NUESTROS SPONSORS

CENTURY 21
Real Estate Group
¿QUIERES COMPRAR O VENDER TU CASA?
COMUNIQUESE CON **Marlin Ortiz**
OFFICE: 201-854-8888
CELL: 201-993-6377
6804 Bergenline Avenue • 2nd Floor • Guttenberg, NJ

18451793-7013
MY TAXES & MORE
EL SALVADOR

LDM.TAX

LARRY WAINSTEIN
for NORTH BERGEN



ORGANIZADO POR

ATAX
North Bergen



CONSULADO GENERAL EN NEW JERSEY

CONTACTENOS



ANNETTE RODRIGUEZ | ATAX NORTH BERGEN



GOLDEN OUTLOOK
Ana Alaga
Licensed Insurance Agent
Call: (201) 228-8887



International Optical

West New York, NJ

*Promociones aplican restricciones



***OBTENGA UN PAR DE GAFAS
CON LENTES PROGRESIVOS.**
con protección UV + tintes
incluidos* **\$149**

***LENTES Y MARCOS**
con protección UV + tinte
incluidos* **\$65**

***ESPECIAL A CUBA**
lentes y marcos
con protección UV +
tinte incluidos* **\$59**



CareCredit
Patient Payment Plans



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

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

HORARIO: Lunes Jueves y Sabado 10am - 5pm
Martes y Miercoles 10am - 6pm
Viernes 10am - 7pm
Domingo Cerrado



5202 Bergenline Ave. West New York, NJ 07093

201-974-2600 ♦ Fax: 201-974-2999

email: info@internationalopticalwny.com

www.internationalopticalwny.com

DESCUBRE POR QUÉ ¡Hudson es tu casa!



INSCRÍBETE AHORA

en los cursos de primavera 2023 del HCCC

El HCCC ofrece diferentes modalidades de cursos

Presenciales, En línea, Remotos, Híbridos (Presencial/En línea), Híbridos (Remoto/En línea) y Video Telepresencia Inmersiva (ITV)

Las clases comienzan el 23 de enero de 2023

Nueva política para el semestre de invierno/primavera 2023: Los alumnos deben inscribirse al menos un día antes de la primera clase.

Para ver los horarios de los cursos en www.hccc.edu/schedule
 ¡¡APLICA AHORA para los cursos de Primavera! www.hccc.edu/apply
 Para más información sobre cómo inscribirte, ingresa a www.hccc.edu/admissions/register-for-classes
 Para más información, contactarse con: admissions@hccc.edu
 texto (732) 509-4222 o llamar al (201) 714-7200



MATRICULACIÓN GRATUITA

para los alumnos elegibles a través de la Beca de Oportunidades para Colegios Comunitarios (para quienes califiquen)
 Para más información, ingresar a: www.hccc.edu/freetuition

