

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 17 - Edición 805

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Marzo 15 al 22, 2023

Graves consecuencias de por vida por cruzar la frontera a la fuerza



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**

Las graves consecuencias de por vida que trae cruzar la frontera de EEUU a la fuerza

Expertos consultados por Univision Noticias advierten que, si bien la permanencia indocumentada constituye una falta de carácter civil, el ingreso con violencia en la frontera es una falta criminal que en algunos casos se sanciona con multas y hasta con 10 años de cárcel. Y que los culpables, además, arriesgan a perder sus derechos de permanencia en EEUU. La presencia indocumentada en Estados Unidos constituye una falta de carácter civil no criminal. "En eso hay que estar claros", coinciden abogados consultados por Univision Noticias. Pero puntualizan que, también depende de la manera en cómo una persona ingresa o, como acaba de suceder en un tramo de la frontera entre Texas y México, cientos de extranjeros simultáneamente intentan hacerlo a la fuerza provocando una batalla campal. Medios mexicanos reportaron el domingo que unos 2,000 migrantes, la mayoría de ellos originarios de Venezuela, avanzaron hasta la mitad del Puente Internacional Santa Fe, ubicado entre Ciudad Juárez, México, y El Paso, Texas, para presionar y exigir a las autoridades estadounidenses que los dejaran entrar porque vienen en busca de asilo. Los reportes indican, además, que el intento de ingresar a la fuerza, sobrepasando primero los controles del lado mexicano y luego intentando romper el cerco tendido por los agentes federales estadounidenses, con respaldo de la policía de Texas, no tuvo los resultados esperados. A la pregunta respecto a quién organizó el intento por ingresar de esta manera a Estados Unidos, algunos migrantes entrevistados en el lugar dijeron que actuaron motivados por comunicados colgados en varias cuentas de redes sociales, principalmente Facebook y WhatsApp, donde les aseguraron que ese día iban a poder cruzar, principalmente familias con menores de edad. A esto se agrega que, la mayoría de las personas quienes intentaron el cruce llevaban varias semanas, incluso meses, esperando en el lado mexicano de la frontera esperando una oportunidad de entrar a Estados Unidos y pedir asilo, un recurso legal disponible, pero severamente restringido desde el 5 de enero para cubanos, haitianos y nicaragüenses. Y desde octubre del año pasado para venezolanos. La regla vigente exige que los ciudadanos de esos cuatro países deben tener un patrocinador en EEUU autorizado por el Departamento de Seguridad Nacional (DHS), y deben ingresar al país por vía aérea y con un pasaporte válido. Quiénes no tengan patrocinador, deben pedir una cita en el sitio CBP One. Pero en esa página, coinciden abogados y activistas, el gobierno solo programa unas cuantas citas por día y al otro lado de la frontera hay cientos de miles esperando un turno que nunca llega. "Sabemos que la ley de inmigración es una ley civil, no penal", clarifica Rebeca Sánchez-Roig, quien ejerce en Miami, Florida y durante 15 años fungió como fiscal de inmigración para el Departamento de Justicia. Sin embargo, advierte, "existen estatutos penales

federales que se aplican a ciertas acciones de inmigración, como lo sucedido el domingo, si se persigue el enjuiciamiento. Por ejemplo, a la entrada ilegal o la destrucción de propiedad del gobierno federal", señala. De acuerdo con reportes de medios y de autoridades federales estadounidenses, el grupo de extranjeros que avanzó por el Puente Internacional Santa Fe, "derribaron una barrera, destruyeron el alambre de concertina e intentaron entrar a Estados Unidos a la fuerza", explica Sánchez-Roig. "Eso provocó el cierre del puente internacional mientras las fuerzas del orden aseguraban la zona". Durante la avalancha, las autoridades mexicanas pudieron retirar a los inmigrantes venezolanos del área. Sin embargo, ellos insisten en que seguirán buscando la forma de cruzar a Estados Unidos y/o obtener una cita a través de la aplicación CBP One "porque tienen necesidades" que no están siendo escuchadas. "Pero existe una manera de hacerlo", recuerda Lilia Velásquez, una abogada de inmigración que ejerce en San Diego y es profesora adjunta de la facultad de leyes de la Universidad de California. "Es una violación de la ley, las personas tienen que pasar por el proceso correcto". Tras analizar los hechos, Velásquez dice que este intento desordenado de cruzar el puente para entrar a Estados Unidos "demuestra la desesperación que existe con la serie de cambios que han visto en la frontera en los últimos años", que van desde el respeto a un recurso legal disponible como el asilo hasta reversiones, normas suspendidas, cambio de instrucciones, fallos judiciales y ahora un sistema digital que enfrenta un mar de quejas porque no funciona como miles esperaban. "La gente está desesperada y cometen actos que quizás después se arrepientan. Y tampoco deben olvidar que la fiscalía general tiene discreción en procesar a alguien penalmente por este tipo de actos que, al final de cuentas, afecta a las personas que lo cometen. Porque su incluso logran entrar, nadie sabe si van a tener alguna posibilidad de pedir asilo. Ingresar a la fuerza no puede pasar desapercibido por las autoridades, pero tampoco sabemos qué decisiones tomarán en cuenta frente a estos hechos", indica.

Entrada legal o ilegal a Estados Unidos
La Ley de Inmigración (INA) "es una ley civil, no penal", reitera Sánchez-Roig. "Sin embargo, existen estatutos penales federales que se aplican a ciertas acciones de inmigración, si se persigue el enjuiciamiento. Por ejemplo, a la entrada ilegal o la destrucción de propiedad del gobierno federal". De conformidad con 8 U.S.C. § 1325 (Código de Estados Unidos), puede ser un delito ingresar ilegalmente al país. Esta sección convierte en un delito ingresar ilegalmente los Estados Unidos. Y se aplica a las personas que no ingresan con la inspección adecuada en un puerto de entrada, así como aquellas que ingresan entre puertos de entrada, evitan el examen o la inspección, o que hacen declaraciones falsas al ingresar o intentar ingresar.

Más sobre Asilo Político

"Sin embargo, para hacer ese caso (enjuiciar a los extranjeros que cometen esta falta), los funcionarios de inmigración deben remitir el expediente para su enjuiciamiento a la Oficina del Fiscal Federal en el área en particular", explica Sánchez-Roig. "Para tal fin, la evidencia debe respaldar la remisión para enjuiciamiento y permitir que los Fiscales Federales Auxiliares prueben los elementos del delito, como sucede con todos los casos penales". "Entonces, al responder a su pregunta sobre si la manera de entrada a Estados Unidos como sucedió el domingo en el Puente Santa Fe es ilegal, la respuesta es sí. Podría ser ilegal si hubiesen logrado ingresar 'legalmente' de esa manera. Y depende de cómo el gobierno federal determine proceder en este caso en particular", apunta. No solo esta forma de ingreso a Estados Unidos es ilegal, sino también "la destrucción de la propiedad del gobierno causada por esta acción. Eso también es un delito", dice Sánchez-Roig. "Específicamente, de conformidad con 18 U.S.C. § 1361, es un delito federal destruir o dañar cualquier propiedad que sea propiedad del gobierno federal o esté bajo su control", precisa. De acuerdo con la ley federal estadounidense, las sanciones por violaciones de esta sección "están vinculadas a la extensión del daño a la propiedad", incluso a las pérdidas asociadas por el cierre de un paso fronterizo y la afectación al comercio entre México y Estados Unidos, añade Sánchez-Roig. "Según lo enmendado el 13 de septiembre de 1994, si el daño supera los \$100, el demandado está sujeto a una multa de hasta \$250,000 y un castigo de 10 años de prisión o ambos", advierte. La exfiscal de inmigración dijo además que "este estatuto protege cualquier propiedad de Estados Unidos de 'depredación deliberada o intento de depredación'. Se trata de 'un delito de 'intención específica', es decir, para condenar a un presunto perpetrador, el gobierno debe probar que desfiguró o destruyó intencionalmente la propiedad sabiendo que esta destrucción es un delito". A su vez, la abogada explicó que "la ley se aplica ampliamente al daño o destrucción de cualquier propiedad que sea esta del gobierno federal o esté arrendada por este, incluidos edificios, vehículos, equipos y muebles". Y también se aplica a cualquier artículo fabricado bajo contrato para Estados Unidos y cualquier departamento o agencia contratada para fabricar esos artículos. Sánchez-Roig añadió que "la ley tipifica como delito cualquier intento de cometer cualquiera de los delitos anteriores", lo que significa que intentar causar daños a la propiedad del gobierno es un "delito federal tanto como dañarla".
Qué responde el gobierno

Tras los incidentes del domingo, la Oficina de Aduanas y Control Fronterizo (CBP) dijo a Univision Noticias que estaba trabajando "para mantener el flujo legal y ordenado de entrada a Estados Unidos al tiempo que protege la seguridad del comercio y los viajes legítimos, las instalaciones de CBP y la fuerza laboral de la agencia". La dependencia, una de las 23 agencias que operan bajo el mando del Departamento de Seguridad Nacional (DHS), agregó que sus oficiales, incluidos los miembros de la Fuerza de Campo Móvil de CBP, "implementaron medidas de endurecimiento de puertos en el puente internacional Paso Del Norte a la 1:30 p.m. del domingo que impidió temporalmente el flujo de tráfico hacia el norte después de que un gran grupo de personas se formaron en el lado mexicano de la frontera y se acercaron al límite internacional, lo que representa una amenaza potencial para hacer una entrada masiva". "La respuesta de CBP incluyó el despliegue de barreras físicas para restringir la entrada. A partir de las 5 pm no hubo procesamiento de tráfico" en el mencionado puente o paso fronterizo, explicó. La agencia dijo que ese día también hubo interrupciones temporales en otros dos cruces debido a la aparición de grupos de migrantes, pero que la situación fue controlada con el uso de barricadas. En cuanto a las quejas sobre la aplicación CBP One para pedir citas de presentación en un puerto fronterizo, la agencia dijo que el sistema sigue operando "con éxito" y que todas las "citas disponibles se llenan diariamente". "Aquellos con citas reciben un aviso de confirmación y la hora en que deben presentarse para la entrada y el procesamiento ordenados. Aquellos sin citas no deben intentar ingresar nuevamente ya que no serán procesados", advirtió. Los abogados consultados por Univision Noticias reiteraron que este es, quizás, uno de los puntos críticos del sistema de ingreso en la frontera sur, donde existe una aplicación programada para dar un cierto número de autorizaciones diarias muy por debajo de la demanda generada por cientos de miles de migrantes que buscan una oportunidad de pedir asilo en Estados Unidos y no tienen un patrocinador.



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.

¿Qué pasa con tu dinero si el banco donde lo guardas colapsa?

Es más común que las personas guarden su dinero en bancos grandes que en este momento no están en riesgo de caer como ocurrió con el Signature Bank de Nueva York y el Silicon Valley Bank. Pero para que sepas bien qué ocurre, aquí te explicamos qué salvaguardas existen para proteger nuestros depósitos en instituciones financieras de EEUU. Los bancos grandes de Estados Unidos —donde es más común que las personas tengan su dinero— están bien posicionados para afrontar problemas en el sistema bancario como el colapso del Silicon Valley Bank y el Signature Bank. Sin embargo, la caída de esos bancos ha generado interrogantes en torno a cuán protegidos están nuestros depósitos cuando tambalea la institución donde los guardamos. Aquí lo explicamos.

¿Nuestros depósitos están asegurados en los bancos de EEUU?

En Estados Unidos existe desde la década de 1930 un ente que 'vela' por el dinero en los bancos del país. Es la Corporación Federal de Seguro de Depósitos o FDIC por su sigla en inglés y fue creada por el Congreso luego de la debacle económica de la Gran Depresión. La FDIC protege los depósitos por hasta \$250,000, aunque en el caso del colapso del Silicon Valley Bank (SVB) esa corporación aseguró todos los depósitos que había en el banco, en parte en un esfuerzo más amplio de las autoridades de Estados Unidos por calmar los temores a un contagio mayor a través de todo el sistema bancario estadounidense. Eso estuvo en línea con el objetivo explícito del ente: "mantener la estabilidad y la confianza pública en el sistema financiero nacional". "Desde que la garantía de la FDIC comenzó en 1934, ningún depositante ha perdido un solo centavo en fondos asegurados debido a la caída de un banco", agrega en su web.

Dos puntos que debemos mirar al colocar dinero en un banco

La FDIC explica que su cobertura entra en acción si se cumplen dos puntos: "el producto financiero elegido es un producto de depósito y si el banco está asegurado por la FDIC". Esto es clave, porque si tu banco entra en problemas y cae, la FDIC cubre parte de los depósitos de forma automática, no es necesario que solicites el seguro por tu cuenta. "Si está interesado en la cobertura de depósito de la FDIC, simplemente asegúrese de depositar sus fondos en un producto de depósito en el banco", dice la FDIC. Y, ¿qué es un producto de depósito? Aquí entran las cuentas de cheques, las cuentas de ahorro, las cuentas de depósito Money Market y los depósitos a plazo (por ejemplo, los certificados de depósito CD). También los cheques de caja y los giros postales.

¿Cómo puedo proteger depósitos de más de



\$250,000?

Si tienes más de \$250,000 en fondos en un banco, una alternativa que mencionan expertos para asegurarlos en su totalidad es dividirlos en varios tipos de cuentas. "La FDIC asegura por separado los depósitos colocados en las distintas categorías de titularidad de cuenta. Los depositantes pueden tener derecho a una cobertura de más de \$250,000 si tienen fondos depositados en distintas categorías de titularidad y se cumplen todos los requisitos de la FDIC", dice el ente. "No hay que asustarse": expertos hacen un llamado a la calma tras el colapso de los bancos Silicon Valley y Signature. Esto es, por ejemplo, colocar una parte del dinero en una cuenta de ahorros y otra en una certificado de depósito. Siempre es aconsejable asesorarse con un experto en finanzas con experiencia.

¿Qué no asegura la FDIC y qué sucede con el dinero que se invierte en planes 401(k)?

La FDIC no asegura las inversiones en acciones, las inversiones en bonos, el dinero colocado en fondos mutuos, las pólizas de seguro de vida, las anualidades, los títulos municipales, las cajas de seguridad o sus contenidos ni las obligaciones, bonos o pagarés del Tesoro de Estados Unidos. A algunas personas le preocupa, por ejemplo, el dinero que han ahorrado e invertido en planes de retiro como los planes patrocinados por empleadores 401(k). Planes de ese tipo son en su mayoría operados por corredurías o brokerages en inglés. Algunas de esas corredurías son parte de la Securities Investor Protection Corporation (SIPC), que en algunos casos puede compensar parte de las inversiones en corredurías que cierren. Si la correduría donde tienes tu dinero cierra, la SIPC protege las inversiones en valores y efectivo por hasta \$500,000. Esa

protección de \$500,000 incluye un seguro de hasta \$250,000 por el efectivo que se tenga en la cuenta, monto similar al que protege la FDIC en el caso de los depósitos en bancos afiliados. Es importante tener claro que esa protección entra en vigor si la correduría cierra y si era miembro de la SIPC. También que la SIPC no protege el dinero perdido en operaciones en la bolsa de valores o mercados similares. "La SIPC no protege frente a pérdidas en el mercado, porque esas pérdidas son parte usual de los pro y contra del mundo de las inversiones, donde está presente el riesgo. Lo que hace la SIPC en caso de una liquidación (de una correduría) es reemplazar la acción o inversión perdida cuando sea posible", aclara en su web.

Quiebra de 2 bancos estadounidenses preocupa a clientes de otros bancos de tamaño similar

El colapso de dos bancos estadounidenses han creado preocupación entre los clientes que tienen su dinero en otros bancos de tamaño similar. (Este informe está en inglés) El presidente Joe Biden dijo el lunes que los sistemas financieros del país siguen siendo seguros tras el colapso de dos bancos estadounidenses, pero las quiebras bancarias han creado preocupación entre los clientes que tienen su dinero en otros bancos de tamaño similar. En First Republic Bank en Studio City el lunes por la mañana, hubo un flujo constante de clientes para sacar su dinero y transferirlo a bancos más grandes. Esto se produjo en medio de preocupaciones sobre qué institución podría ser la próxima en colapsar luego de la segunda y tercera quiebra bancaria más grande en la historia de los Estados Unidos. Los reguladores bancarios optaron por cerrar el Silicon Valley Bank el viernes cuando los depositantes

retiraban miles de millones de dólares de la institución en cuestión de horas. Es la segunda quiebra bancaria más grande en la historia del país, solo detrás de la quiebra de Washington Mutual en 2008. El derramamiento de sangre financiero fue rápido -- Signature Bank, con sede en Nueva York, también quebró. Silicon Valley Bank tenía más de \$200 mil millones de dólares en activos y atendía a nuevas empresas tecnológicas, empresas de capital de riesgo y trabajadores de tecnología bien pagados. Los funcionarios aseguraron a todos los clientes del banco que podrían acceder a su dinero el lunes. El presidente Biden dijo que buscará que los responsables rindan cuentas y presionó por una mejor supervisión y regulación de los bancos más grandes. Y prometió que los contribuyentes no cargarán con las pérdidas. La mayor presión recae sobre los bancos regionales, un par de pasos por debajo en tamaño de los enormes bancos "demasiado grandes para quebrar" que ayudaron a hundir la economía en 2007 y 2008. Las acciones de First Republic se desplomaron un 62.6%, incluso después de que el banco dijo el domingo que había fortalecido sus finanzas con dinero en efectivo de la Reserva Federal y JPMorgan Chase. "Seguimos atendiendo plenamente las necesidades de nuestros clientes abriendo cuentas, otorgando préstamos, ejecutando transacciones y brindando un servicio excepcional en nuestras oficinas y en línea", dijo First Republic.

Alcalde Gabriel Rodríguez, Comisionado Cosmo A. Cirillo, Ph.D. y la Junta de Comisionados se enorgullecen en anunciar que ahora se están aceptando inscripciones gratuitas para el Programa de fútbol de primavera 2023 de la División de Recreación. Este programa está disponible solo para residentes de WNY, de 5 a 18 años.

El programa comenzará el lunes 15 de mayo y terminará en agosto. Las actividades se llevarán a cabo en el Centennial Soccer Field (Port Imperial Boulevard). Nos enorgullece anunciar que todos los egistros a partir de ahora se realizarán en RecDesk. Nuestro nuevo sistema de registro en línea fácil de usar. Visite wnyrec.recdesk.com para crear su cuenta gratuita.

Después de crear la cuenta, haga clic en programas y regístrese en Spring Outdoor Soccer. Se requiere certificado de nacimiento original o pasaporte de EE. UU. VÁLIDO y dos comprobantes de residencia en WNY recibidos recientemente (dentro de los 60 días) para registrarse.

Cargue los documentos requeridos en RecDesk.

Llame al 201.295.5120 para obtener toda la información sobre recreación. Lun-Vie, 9AM-5PM.



TOWN OF WEST NEW YORK

MAYOR GABRIEL RODRIGUEZ
& THE BOARD OF COMMISSIONERS

SPRING SOCCER

- STARTS MONDAY, MAY 15TH -

REGISTER TODAY

WNYREC.RECDESK.COM

Call 201.295.5120 for all recreation info. Mon-Fri, 9AM-5PM



#WEAREWNY

[f](https://www.facebook.com/townofwny) [@townofwny](https://www.instagram.com/townofwny) [in](https://www.linkedin.com/company/townofwny)
www.westnewyorknj.org

#SOMOSWNY



Mayor Brian P. Stack & Board of Commissioners

present

Union City RECREATION 2023

Registration for Spring Sessions Open Now

Registration for Summer & Fall starting on June 15, 2023

**at Edison School - 507 West Street
and at Washington Park - 2nd St. & Bergenline Ave.**

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



Sundays

Baseball Travel Teams



**\$35
(ALL YEAR ROUND)**

Basketball



**\$35
(ALL YEAR ROUND)**

Volleyball



\$30

Softball

Spring Sessions: OPEN NOW

Summer & Fall Sessions: June 15th to July 31st, 2023

For more information please call:

Jose Polanco: 201.772.2428

Vielka Gonzalo: 201.705.2220

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

Biden firma decreto sobre control de armas que refuerza la verificación de antecedentes

Desde las elecciones de mitad de período, Biden ha intensificado su retórica contra la violencia armada, abogando en sus discursos por la prohibición de la venta de armas de asalto, pero los límites de su poder le impiden ir más allá de la legislación bipartidista aprobada por el Congreso el verano pasado. El presidente Joe Biden firmó este martes una orden ejecutiva con el objetivo de aumentar la cantidad de verificaciones de antecedentes para comprar armas, promover el almacenamiento mejor y más seguro de armas de fuego y garantizar que las agencias de aplicación de la ley de EEUU aprovechen al máximo la ley bipartidista de control de armas promulgada el pasado verano. Biden abordó sus más recientes esfuerzos para frenar la violencia armada en un discurso desde Monterey Park, California, la ciudad aledaña a Los Ángeles donde en enero, un hombre armado irrumpió en un salón de baile y disparó a 20 personas, matando a 11 de ellas, luego de una celebración del Año Nuevo Lunar. Biden ha intensificado su retórica en torno al problema de la violencia armada. El presidente rutinariamente pide en sus discursos la prohibición a la venta de armas de asalto en contraste con la historia reciente de los demócratas que no habían impulsado una plataforma de control de armas tan ruidosa ni siquiera durante el gobierno de Obama, cuando Biden era vicepresidente. Pero Biden se vio animado por los resultados de las elecciones intermedias después de que su posición sobre el control de armas no resultó en pérdidas masivas para su partido, por lo que se espera que continúe presionando por cambios fuertes a medida que avanza hacia el lanzamiento de su candidatura presidencial para 2024, dicen sus asistentes. Biden invitó a Brandon Tsay, el joven de 26 años que le quitó la pistola semiautomática al pistolero en Monterey Park, a su discurso del Estado de la Unión en el que elogió el heroísmo del joven. “Él salvó vidas. Es hora de que hagamos lo mismo también”, dijo Biden en su discurso ante el Congreso. “Prohibir las armas de asalto de una vez por todas”. Pero los límites del poder del presidente le impiden ir más allá de la legislación bipartidista aprobada por el Congreso el verano pasado, la cual es la ley sobre violencia armada más amplia en décadas. La promulgación de esta ley fue precedida por los asesinatos el año pasado de 10 compradores en una tienda de comestibles de Buffalo, Nueva York, y de 19 estudiantes y dos maestros en una escuela primaria de Uvalde, Texas. “Se han cobrado demasiadas vidas por la violencia armada”, dijo el lunes la secretaria de prensa de la Casa Blanca, Karine Jean-Pierre. “Pero él cree que tenemos que hacer más. Lo escucharán pedirle al Congreso que tome medidas y que no se detenga... que



debemos continuar”.

Contenido de la orden ejecutiva sobre control de armas

Biden ordenó que su gabinete trabaje en un plan para estructurar mejor el gobierno para apoyar a las comunidades que sufren violencia armada. El plan pedirá al fiscal general Merrick Garland que refuerce las reglas para los comerciantes de armas con licencia federal a fin de que sepan que deben realizar verificaciones de antecedentes como parte de la licencia. Biden también exigió mejores informes de datos balísticos de las fuerzas del orden público federales para una cámara de compensación que permita a las fuerzas del orden público federales, estatales y locales relacionar casquillos con armas. Las agencias policiales locales y estatales no están obligadas a reportar datos balísticos, y muchas no lo hacen, lo que hace que la cámara de compensación sea menos efectiva. El presidente ha pedido a la Comisión

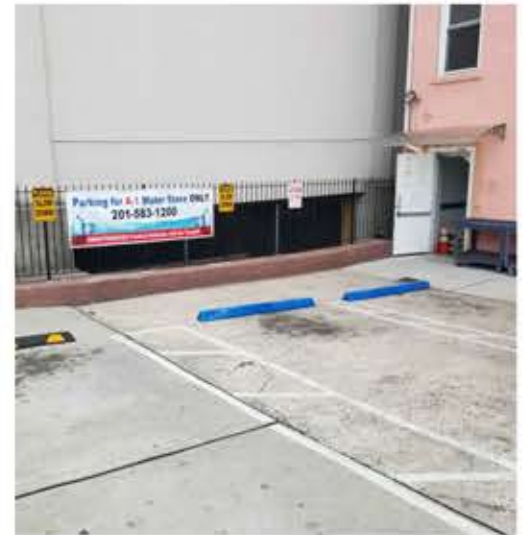
Federal de Comercio que emita un informe público que analice cómo los fabricantes de armas mercadean sus productos hacia a menores y usan imágenes militares para comercializar al público en general. El proyecto de ley aprobado el año pasado, conocido como la Ley de Comunidades más Seguras, es visto por los defensores del control de armas como un buen comienzo que no va lo suficientemente lejos. Después de la firma de la ley la violencia armada ha seguido en aumento en todo el país con 11 tiroteos masivos, según una base de datos de asesinatos masivos mantenida desde 2006 por The Associated Press, USA Today y Northeastern University, que no incluye tiroteos en los que murieron menos de cuatro personas. “Este es el ejemplo más reciente del liderazgo del presidente Biden en la seguridad de armas, y estamos orgullosos de apoyarlo mientras toma medidas enérgicas para ayudar a cerrar la laguna legal de los

vendedores de armas, lo que ampliará significativamente las verificaciones de antecedentes sobre las ventas de armas, mantendrá las armas fuera de las manos de personas peligrosas y salvará vidas”, dijo Feinblatt. Biden también ordenó a su gabinete que se asegure de que las agencias del orden público entiendan los beneficios de la nueva ley, particularmente en torno a las leyes de bandera roja, también conocidas como órdenes de protección de riesgo extremo, que tienen como objetivo quitarles temporalmente las armas a las personas con comportamiento potencialmente violento y prevenir que se lastimen a sí mismos o a otros. El mes pasado, el Departamento de Justicia envió más de \$200 millones para ayudar a los estados y al Distrito de Columbia a administrar las leyes de bandera roja y otros programas de intervención en crisis.

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

Que es la terapia IDD?

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

Detenga el Dolor Ahora!

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

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



TRATAMIENTO PARA:

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

Basilio Pace, D.C.

Quiropractico-IDD Rehabilitacio/Acupuntura

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

www.totalcarerehab.com

La Florida busca ser el estado mas antimigrante con un nuevo proyecto de ley

"Xenofóbica y altamente preocupante": así es el proyecto de ley que busca hacer de Florida el estado más "antimigrante" de EEUU

La iniciativa de ley prohíbe el uso de licencias válidas de otros estados en manos de indocumentados, obliga a los hospitales a recopilar información sobre el estado migratorio de los pacientes y criminaliza el transporte de indocumentados, poniendo en serio riesgo a cientos de miles de 'familias mixtas'. Tras varias semanas de preparativos y advertencias, ambas cámaras de la Asamblea Legislativa de Florida recibieron el jueves un proyecto de ley que, de ser aprobado y luego promulgado por el gobernador Ron DeSantis (republicano), convertirán al estado en el más antiinmigrante de Estados Unidos. La iniciativa, que responde fielmente a la política migratoria de DeSantis fundamentada en la 'tolerancia cero' del expresidente Donald Trump, incluye, entre otras medidas, prohibir que los indocumentados utilicen identificaciones válidas que hayan sido otorgadas por jurisdicciones de Florida u otros estados o el traslado de extranjeros sin papeles. Exige que los hospitales reporten la atención de extranjeros no autorizados y amenaza con cancelar licencias de operación a empleadores que los contraten sin haber cumplido con los requisitos del programa federal E-Verify. "El plan permite que el estado se inmiscuya en el tema migratorio de manera tal que va a asustar a la comunidad inmigrante, muchos de ellos en procesos válidos de inmigración", dice Ángel Leal, un abogado de inmigración que ejerce en Miami. La propuesta, que cuenta con el total respaldo del gobernador, "incorpora tantas cosas que altera y asusta a la comunidad, entre otras

cosas, por el mero hecho de transportar o albergar a un indocumentado. Pone este acto como una felonía de tercer grado, que lleva consigo una pena de cárcel de 5 años. Y si el transportado es menor de edad, hasta con 15 años de cárcel", agrega. Las alarmas saltaron porque ni en los anuncios previos y tampoco en los proyectos enviados a ambas cámaras de la Asamblea, despejan las dudas en cuanto a cómo la policía determinará cuando detener un vehículo, en base a qué justificará una causa razonable para tomar una determinación o cómo demostrar la existencia de una sospecha razonable para llevar a cabo un arresto legal.

"La falta de claridad crea una especie de perfil racial que es ilegal", afirma Leal.

"Y si hay perfil racial entonces ya no hay causa probable. Y el proyecto tampoco toma en cuenta que el estado de Florida es el estado de residencia de millones de familias con estatus mixtos, millones de ciudadanos estadounidenses y residentes legales casados con indocumentados, en hogares donde hay niños nacidos en Estados Unidos con hermanos que no tienen documentos. Por lo tanto, ahí es donde está el peligro en la implementación de esta ley. Hay mucho miedo en la comunidad". La crisis migratoria que se vive en la frontera sur con México no comenzó hace dos años cuando Trump abandonó la Casa Blanca tras perder las elecciones del 2020. La crisis fue advertida por primera vez en 2013 por un grupo de expertos de la Universidad de California, entre quienes se hallaba la investigadora Elizabeth Kennedy. Un primer informe fue entregado a las Naciones Unidas donde se señalaba que el problema de la migración iba en aumento debido a décadas de abusos en los países de Centroamérica, guerras,

crimen organizado, pandillas, narcotráfico, pobreza, violencia doméstica y cambio climático, entre otras causas que estaban haciendo que la gente huyera de sus naciones y se dirigiera rumbo a Estados Unidos en busca de asilo y oportunidades. La ONU avisó ese año al entonces gobierno de Barack Obama, pero no fue sino hasta un año después que la Casa Blanca de ese entonces, en 2014, reconociera la existencia de una crisis tras la detención en lo que iba del año fiscal de unos 42,000 menores no acompañados e igual número de familias.

El gobierno federal no estaba preparado para esa crisis.

No contaba ni con instalaciones ni con recursos para atenderla. Y la ley vigente, aprobada por el Congreso, otorga el derecho a cientos de miles que llegan a la frontera a pedir asilo y que sean los jueces de inmigración quienes resuelvan sus futuros en Estados Unidos. Y al igual que ahora, 10 años después, con las mismas causas detectadas en 2013 y con cada vez más inmigrantes huyendo y tratando de pedir asilo en la frontera sur, el gobierno sigue sin los fondos suficientes para atender la crisis, y tampoco cuenta con instalaciones para detenerlos y procesarlos. Y la Corte de Inmigración (EOIR), que en 2016 tenía acumulados unos 500,000 casos, ahora tiene más de 2.2 millones. "En estos 10 años eso no ha cambiado", dice José Guerrero, un abogado de inmigración de Miami. "El recurso legal disponible sigue estando, aunque en algunos casos con ciertas restricciones, pero son los jueces quienes tienen en sus manos el futuro de miles de personas. Y si el gobierno no invierte en la corte y los casos siguen aumentando, la crisis se hará cada vez más grande", advierte.

En febrero, durante la entrega del informe sobre el Estado de la Unión, el presidente Joe Biden dijo en el Capitolio que "los problemas fronterizos de Estados Unidos no se solucionarán hasta que el Congreso actúe. Si no aprueba mi reforma migratoria integral, al menos aprueben mi plan para proporcionar el equipo y los oficiales para asegurar la frontera". La respuesta de DeSantis

La inacción del Congreso en Washington DC tampoco es nueva ni es responsabilidad del actual gobierno. Ya durante el segundo mandato de George W. Bush el debate migratorio se estancó, sobre todo para la aprobación de políticas de beneficios para ciertos inmigrantes indocumentados. Ello ha dado paso al uso del poder Ejecutivo en medidas temporales como DACA o ampliaciones de TPS. Pero abrió la puerta para la aprobación de medidas severas de control de la inmigración indocumentada, como la construcción del muro en la frontera con México y un millonario proyecto de muro digital. La segunda valla, consistente en cámaras, sensores, luces y complejos sistemas virtuales, fue finalmente cancelado por Obama porque no cumplió con los objetivos señalados en la ley que lo justificaba. Biden humanizó la descripción del migrante cuando llegó a la Casa Blanca en enero de 2021 llamándolo no-ciudadano, pero el proyecto de ley migratorio de Florida lo vuelve a poner en el centro de una estrategia "integral multidisciplinaria de seguridad interna que guiará la prevención, preparación, protección, respuesta y esfuerzos de recuperación contra ataques terroristas e incidentes de aplicación de inmigración y hacer apropiado recomendaciones para asegurar la implementación de dicha estrategia". Para lograr el objetivo, el plan es convertir a Florida en un estado policíaco "que asustará al comercio, a los empleadores e incluso amenaza hasta con sanciones de por vida para los empresarios que reincidan en la contratación de inmigrantes indocumentados", dice Leal. "Esto se trata de un mecanismo que se va a mal utilizar y no solucionará el problema de la inmigración que es federal"; agrega. "No tienen jurisdicción sobre el tema migratorio, sin embargo, utilizan el tema para crear sanciones y sembrar miedo". La iniciativa de ley dice que será un consejo el encargado de velar por el cumplimiento del plan migratorio, instancia que "hará una recomendación de financiamiento anual para el gobernador y la Legislatura, quien priorizará las solicitudes de financiación en función de las asignaciones de todas las fuentes disponibles para implementar la política interna del estado estrategia de seguridad".



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



Keynote Speaker
Ambassador, Dr. Carlos García.
Former Permanent Representative
of El Salvador to the United Nations.



Edna C. Zaleski
Adjunct Professor Classic and
Modern Languages Dept.



Nayli Guardiola
Kym & Alexxa Logistics



Yessica Saldaña
NOVASKIN CLINICAL SPA y Belleza Integral



Ingrid Echeverria
Abogada "El Angel de los migrantes"

**Punto de Encuentro
Internacional
& Calidad de Vida**

PRESENT **INTERNATIONAL
FORUM OF
WOMEN**

March 30, 2023



**Jersey City
University
2039 Kennedy Blvd.**

**Jersey City,
NJ 07305**

Time: 4:00 - 8:00



Jenny Lozano Rivera
Licensed Clinical Social Worker



Leyda Flores
Social Worker CEO Calidad de Vida



Melissa Rosario
Open the Program
MC Director Membership & Finance
at Hudson County Chamber of
Commerce



Dra Mirna Omanzur
Salud de la mujer



COMPRAR O VENDER UNA CASA?

TRABAJEMOS JUNTOS!

Comprar o vender una casa puede ser un proceso estresante si no cuenta con el agente inmobiliario adecuado. Contáctenos y permítanos ser su fuente más confiable para brindarle el mejor resultado posible.



PAOLA ALLENDE
REAL ESTATE AGENT

CONTACTO:

- ✉ PAOLASELLSKPG20@GMAIL.COM
- ☎ 201.600.5101
- ♥ PAOLA_HALOREALTY



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



Art by Lord Printing



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**

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

01/23
 Quieres a pasar
 un tiempo agradable,
 te invito. Tomar un te
 100% natural
 100% independiente
646-301-5978

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 a
 nd 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.
 Lllamar
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

²⁰⁷
\$19.25 +++/Hr
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

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

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

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.

- ➊ ¿Su computadora está muy lenta?
- ➋ ¿Hace ruidos extraños? ¿Está desactualizada?
- ➌ Necesita reparación y no sabe quién puede ayudarlo? Llámenos hoy mismo
- ➍ (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

²⁰⁷
\$19.25 +++/Hr
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

SIGUENOS EN
LAS REDES
SOCIALES



201-305-5624

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

Now Hiring
Grill men³³
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

^{02/23}
Hiring Maintenance
Workers Skilled in:
Plastering, Painting,
Tile work, Plumbing
and Electric
Need have a DL
and tools
201-390-2241
Please call Mark

^{03/23}
Pobavi nutricional house
304 38th St, Union City, NJ 07087
(201) 456-3614
SMOOTHIES
SALUDABLES



invited a friend get 1 drink free

Bono semanal de descuento

20 % off todos los planes y productos

Planes :
Control de peso
Subida
Bajada
Tonificaciones
Digestivos
Control de azúcar
Colesterol y más.....

Cambiar de lugar cosas le dará otro ambiente a su hogar

Expertos recomiendan limpiar el hogar para alivianar la vida de algunas cargas innecesarias. Si se cansó de ver titilar las luces del árbol navideño y de mirar la cara de Papa Noel por todos los rincones de su casa, le llegó la hora de quitar los adornos y, de paso, hacer la primera limpieza del año a su casa o a apartamento.

Y como no hay más remedio, le damos el siguiente dato que le puede servir como motivación extra para la ingrata tarea de quitar la decoración navideña y guardarla: limpiar y arreglar la casa sirven como terapia relajante y le pueden ayudar a ordenar algunos aspectos de su vida.

Así lo asegura la psicóloga Vivien Nolsk en una investigación publicada en la revista *Psychology Today*, en la que recomienda oficios del hogar, como lavar o planchar, como una forma efectiva de terapia para trabajar algunos problemas comunes de los seres humanos: la depresión, la tristeza, el desasosiego...

Aprovechando el comienzo del año y ese impulso que todavía tenemos para cumplir los buenos propósitos, nada mejor que dedicar una buena jornada a la limpieza de la casa, que -según Nolsk- es no solo relajante sino que ofrece momentos en los que se puede pensar y reflexionar sobre situaciones perturbadoras.

Espacio y tiempo para meditar

"Hay algo relajante e incluso meditativo en esas tareas. Cuando limpiamos tenemos un impacto visible en lo que hacemos: si algo está sucio lo dejamos impecable", asegura la especialista.

Por su parte, la psicóloga Isabela Pérez-Luna explica que esta tendencia tiene que ver con la necesidad de canalizar la ansiedad.

"Limpiar, clasificar y ordenar funciona como una manera de hacer catarsis y también de deshacerse de cosas que uno siente que ya no necesita; no solo en el sentido real, también en sentido figurado", afirma Pérez-Luna.

Así que manos a la obra.

Tome nota y siga estos consejos sobre cómo hacer una buena limpieza, a la vez que le recordamos los beneficios de la misma.

Las ventajas del orden

Si quiere comprobar las bondades del orden haga el siguiente ejercicio: tire a la basura ese montón de papelitos inservibles que se reproducen en su cartera y disfrute de esa sensación de haberse liberado de algo (es la misma que se siente cuando se lava y seca el último plato de un montón de loza sucia, o se ordena la ropa del armario o se lava y ordena el carro).



► Según los expertos:

Al limpiar ventanas, uno debe imaginarse que sus dudas también se aclaran. Al planchar, se alisan elementos perturbadores de su vida.

Tras lavar una canasta de ropa sucia, se siente que uno es capaz de lograr cosas en el mundo.

Deshacerse de cosas viejas o que no se usan, ayuda a alivianar las cargas de la vida y a sentirse más tranquilo y ligero.

► Haga un plan

Planee la limpieza de su casa como lo haría con cualquier otra actividad.

► Es decir, defina pasos a seguir, del estilo de:

Quitar todos los adornos navideños y empacarlos en cajas (primero lo más grande y dispendioso -como el árbol- y luego lo más pequeño).

► **Comience la limpieza por sala y comedor.** Enfóquese en pisos, alfombras, muebles y cortinas.

Aproveche para cambiar de lugar algunas cosas. Eso les dará un nuevo aire a los espacios.

Prosiga la limpieza con los baños de la casa. Cambie las toallas y ponga una vela de olor o un nuevo ambientador.

► Pase a las habitaciones.

Dedique tiempo a los armarios, incluyendo los cajones y el sitio donde pone zapatos y carteras.

► **En su armario,** cuelgue nuevamente lo que está mal colgado y coloque los ganchos en el mismo sentido.

Dependiendo del tamaño de su

clóset, ponga juntas todas las chaquetas, enseguida los pantalones, luego las faldas y termine con camisas y camisetas.

No olvide incluir en ese proceso sus accesorios (collares, aretes, pañoletas, sombreros, etc.).

Aproveche para sacar aquellas cosas que ya no usa. Se las puede regalar a alguien que las necesite.

Vuelva al cuarto, si puede lave las cobijas y ponga una colcha limpia para comenzar el año. Limpie bien el polvo, renueve las fotos y ponga flores frescas.

Limpie la cocina, incluya nevera, cajones, repisas. Revise la fecha de vencimiento de los víveres. Renueve limpiadores y toallas.

Por último, saque la basura de la casa y lo que vaya a regalar o donar empáquelos en cajas.

► Tenga todo listo

Asegúrese de tener a la mano los elementos que necesita para limpiar: escoba, recogedor, trapero, aspiradora, limpiavidrios, limpiagrasa, trapos, esponja.

También aliste cajas, tijeras y escaleras para descolgar los adornos.

Si tiene una persona que le ayude con las labores del hogar, haga esta jornada el día que ella está trabajando. Le será de gran ayuda. Avise a su esposo e hijos, o compañeros de apartamento, que va a hacer limpieza e involúcrelos en la tarea. Así será más fácil y menos pesado para todos. Haga limpieza general y detallada de su casa cada tres meses: cada vez será más sencillo y corto. No pretenda limpiar toda su casa en un par de horas. Dedique, al menos, medio día.



ADVERTENCIA

El IRS ha contratado 87,000 nuevos agentes que harán cumplir las leyes fiscales como nunca antes. El año pasado los reembolsos demoraron mucho tiempo para muchos contribuyentes y el IRS estima que el 50% de impuestos tienen errores eso hizo que muchos contribuyentes recibieran un promedio de \$1650 menos reembolsos o pagaron más en impuestos de lo debido.

Malqui Tax tiene más de 45 años de experiencia y llevamos 10 años como Agencia Federal ante el IRS donde contamos con nuevas estrategias avanzadas para maximizar su reembolso y/o disminuir el pago de sus impuestos si fuera necesario, garantizamos que su reembolso federal será aprobado! Además, nunca tendrá que lidiar con el IRS o los Estados mientras lo representamos.



El 89% de nuestros más de 3500 clientes vuelven todos los años lo cual nos entusiasma, solo el 11 % elige otra opción; ¡Es normal! Hemos recreado las declaraciones de impuestos de nuestros clientes que presentaron en otro lugar para ver qué tipo de errores tienen. ¡1 de cada 2 declaraciones, el 50% que fue preparado por otro contador, CPA, etc., estaban INCORRECTOS! ¡La pérdida promedio en dinero fue de \$1,650!

¡RECIBA UN PRÉSTAMO ANTICIPADO HASTA \$ 7000 Y NO TENDRÁ QUE PAGAR NADA POR ADELANTADO!

DESAFÍO DE VERIFICACIÓN DE IMPUESTOS DOBLES... si tu o un amigo está pensando en probar otra opinión de impuestos; te desafío a que obtengas una segunda opinión y decidas que es lo mejor.

Ven a Malqui en persona o trabajaremos virtualmente.

Si decides no preparar los impuestos con nosotros solamente pagarías \$25 personales y \$50 si eres dueño de una casa o negocio.

Descubrimos que la mayoría de los contadores ponen gastos y montos muy pequeños, ya que no utilizan el Nacional Estándar y requieren demasiados documentos que Malqui, como Agente Federal, no necesita.



MALQUI
TAX
EXPERTS

Envía tus documentos a info@malqui.com
Puedes escribirnos por textos o whatsapp al 862-777-3631

469 21 st Ave - Paterson NJ
Citas disponibles - También atendemos sin citas
1-888-829-3754

Lunes a Viernes 9am to 8:30pm - Sábado 9am a 6:30pm - Domingo 10am a 4pm

IRS
ENROLLED AGENT

Cancer Support Resources for Health and Wellness

Join us via ZOOM!

Wednesday, March 15

5:00 – 6:00 PM

HolyName



Register today! Call **201-833-3336** or visit holyname.org/Events.

PREESCOLAR GRATIS

PARA NIÑOS DE 3 Y 4 AÑOS QUE RESIDEN EN WNY

MATRÍCULA PARA EL AÑO ESCOLAR 2023 – 2024

WWW.WNYSCHOOLS.NET/PK
201-553-4108



LAS MATRÍCULAS COMIENZAN MARZO 1, 2023



**REGISTRATION CENTER
PS #3 ANNEX
5401 POLK STREET, WEST NEW YORK, NJ**

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: Servicios Especiales al (201) 553-4000 Ext. 30604

Pre-K Escuelas Publicas de WNY:

PS#1, PS#2, PS#3, PS#4, PS#4 Annex, PS#5, PS#6 and The Early Childhood School

Pre-K Centros Escolares :

Bright Beginnings, Bright Beginnings Too, Children's Garden, Grandma's Place, NHCAC Head Start, Jugando Arpendemos, Kid's Place, Kid's World, Little Angels, Magical Rainbow & Pretty Faces



**ARE
YOU
READY
FOR
TAX
SEASON?**



Daihana Rogers



Para más información

551-272-9300

7304 Bergenline Ave, North Bergen NJ 07047

Guía infalible para conseguir pareja



Aries

Poseen una personalidad magnética y ejercen un poder de convencimiento envidiable. Para llamar su atención hay que echar mano de todo el sentido del humor que puedas.

Cáncer

Lo mejor es utilizar el romanticismo sin ser meloso. No suelen tener facilidad para captar las bromas, así que mejor no te espongas a un malentendido. Deberás poner especial atención a su ánimo en luna llena.

Libra

Esta relación se define con la máxima: "Con el sermón que midas serás medido". Los Libra escuchan atentamente y luego repiten. Por eso, cuidate de lo que le dices y siempre proyecta una imagen positiva.

Capricornio

Son algo escurridizos en el amor y por eso hay que hacer uso del humor y tener gran paciencia de espera. El que persevera alcanza y este es el caso cuando uno se enamora de un Capricornio.

Tauro

Para comenzar a seducirlo necesitas iniciar una charla interesante en la que incluyas algunos halagos hacia su persona, sobre todo si está con el ánimo deprimido. Demuéstrale que puede contar contigo.

Leo

A pesar de verse orgullosos, los Leo son tiernos, apasionados y buenos amigos. Si le demuestras con hechos que estás a su lado ayudándole a conseguir el éxito y el reconocimiento, su amor será tuyo.

Escorpio

Los escorpiones sienten un poderoso llamado del amor cuando se encuentran con una persona que, aunque no es bella, se ve interesante y protectora. Les agradan los temas esotéricos y paranormales.

Acuario

Son eternos defensores de los indefensos y de las causas perdidas. Les conmueve el dolor y los motiva la valentía de las personas. Les gustan las sorpresas, situaciones insólitas, fiestas sorpresa o cenas íntimas.

Géminis

Procura demostrarle que pones atención a todo lo que dice y que tienes toda la disposición para colaborarle. Los geminianos son charladores incansables. Comienza por lograr su amistad.

Virgo

Tratar con un Virgo es una tarea difícil si no eres capaz de soportar las críticas. Aunque saben que la perfección es inalcanzable, siempre luchan por llegar a esta meta y por eso suelen ser criticones.

Sagitario

Poseen un temperamento difícil y variable. Son caprichosos y suelen adoptar comportamientos infantiles ante los problemas. Pero, son personas generosas, colaboradoras.

Piscis

Para ellos es vital el romanticismo y las fantasías en pareja. Les agradan las veladas románticas, con velas, vino y música suave. Les agrada lo que implique poesía y las personas sensibles.

Cocina

El dulce que nos alegra la vida y el paladar



Sangría

Ingredientes

- 1 litro de vino tinto
- El zumo de dos naranjas
- 4 melocotones cortados en trozos (sin piel)
- 5 cucharadas de azúcar
- 2 cortezas de limón
- Un poco de canela

Preparación:

Echar el vino en una jarra con el azúcar. Cuando se disuelva el azúcar, echar el zumo de naranja, y añadir los melocotones a trozos. Para que tenga más sabor de melocotón. Un consejo es añadir el melocotón en almíbar. También se puede añadir un licor, como brandy o ron negro. También hay gente que le añade un poco de refresco de naranja. Poner la jarra en la nevera y dejar enfriar. Se debe servir muy fría, y con un poco de hielo. Adornar con las cortezas de limón. Es una bebida suave que debe ser tomada con moderación.



Bavaoise de naranja

Ingredientes

- 4 ud. naranja
- 75 gr. azúcar en polvo
- 150 ml. nata espesa
- 5 ud. huevo grandes
- 15 gr. gelatina en polvo
- 1 cuchara sopera
- aceite de oliva fino

Preparación:

Rallar la cáscara de dos naranjas, exprimirlas y reservarlo todo. En una cazuela al "baño maría" poner los huevos y el azúcar y trabajar a fuego lento hasta que el batidor deje un ligero rastro en la crema, retirar del fuego. Echar la gelatina en el zumo de naranja, dejarla en remojo 5 minutos y disolverla a fuego suave. Cuando la gelatina esté fría, verterla sobre con los huevos en forma de chorrito fino y mezclar. Montar un poco la nata en un cuenco e incorporar poco a poco la mezcla anterior. Dejarlo en un lugar fresco hasta que esté a punto de cuajar, removiéndolo de vez en cuando. Verter en un molde engrasado con un poco de aceite. Guardar en la nevera hasta que cuaje y entonces desmoldarlo y adornarlo a gusto.



Dulce de tomate

Ingredientes

- 1 1/2 kg. tomate maduro
- 1 kg. azúcar
- 2 ud. Clavo
- mejor conocido como mermelada con todo tipo de frutas siguiendo las mismas instrucciones. Recuerde que algunos frutos se cocinan más rápido que otros.

Preparación:

Lavar y escalear los tomates en agua hirviendo. Pelarlos, despepitados y cortarlos por la mitad. Colocarlos en una cazuela intercalando capas de azúcar y tomate. Tapar con un paño limpio y dejar en maceración durante una noche. Añadir los clavos y cocer a fuego lento, removiendo de vez en cuando con una cuchara de madera. Cocer durante aproximadamente una hora hasta que la mermelada esté en su punto. Retirar los clavos y verter en tarros de cristal.



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

Easter Day Lavish Buffet Menu

Elaborate Display Table of Italian Antipasti

Fresh Cut Seasonal Fruits & Berries.
 Fresh Vegetables, Grilled & Brushed with Extra Virgin Olive Oil.
 A Crisp Vegetable Crudité's Made Up of Fine Seasonal Vegetables.
 Antipasto to Include Our Fresh Daily Roasted Sweet Red Peppers, Homemade Mozzarella & Plump Sliced Tomatoes.
 Artichoke Hearts in Vinaigrette, Marinated Mushrooms & Cannellini Beans
 Seasonal Green & Black Olives. Nova Scotia Smoked Salmon with Garnish.
 Assorted Imported Meats to Include Bresaola, Sopressata, Mortadella & Prosciutto.

La Reggia's Formaggi Display

A Beautiful Display of Whole Cheeses to Include Asiago, Provolone, Parmiggiano, Gorgonzola & Pepato Siciliano.
 Accompanied by Assorted Breads, Pizza Chiena, Homemade Focaccia & Assorted Crackers.

Salad:

Tri- Colore Salad

Carving Stations:

Roasted Leg of Lamb Roasted Beef

Pasta Stations:

Gnocchi Fresh Tomato & Basil Penne Vodka

Chafing Dishes:

Roasted Loin of Pork in Brandy Sauce Chicken Francese
 Clams & Mussels White Wine Sauce Sausage, Onions, Peppers
 Italian Meat Balls Roasted Garlic Mashed Potatoes
 Carrot's & Broccoli Eggplant Rollatini
 Fried Calamari
 Chicken Fingers & Fries upon Request
 Children 12 and under

Dessert Display:

Assortment of Cakes, Pies, Mousses, Cookies, Fresh Fruit Display & Ice Cream Station
 Coffee & Tea



Easter Day Lavish Buffet
 Seating's 1:00 pm, 3:30 pm, 6:00 pm
 All Seating are 2 Hours.

Elaborate Display Table of Italian Antipasti

La Reggia's Formaggi Display

Salad

Two Carving Stations

Two Pasta Stations

Nine Hot Chafing Dishes

Dessert Display

Coffee & Tea

Adults: \$55

Children: \$30 (3 yrs. to 12 yrs.)
 Plus, Tax & Gratuities

Children Under Two: Complimentary

Private Parties Also Available

40 Wood Avenue - Secaucus, NJ 07094 Located in the Meadowlands Plaza Hotel
 Phone: 201-422-0200 Fax: 201-422-0645 E-mail: info@lareggia.com
 Facebook /lareggiaus



Esta primavera 2023, ven a visitarnos a nuestra

CASA ABIERTA

Únete a nosotros para:

- Realizar un recorrido por nuestro campus
- Conocer al Departamento de Ayuda Financiera y ver si eres elegible para la exención del pago de la matrícula
- Completar una solicitud de ingreso
- Conocer los diferentes programas académicos
- Hablar con alumnos, docentes y miembros del personal

¡Recorridos del campus 10:30 a.m. y 11:30 a.m.!

DÓNDE: El lugar de registro y punto de partida será el Centro de Estudiantes ubicado en **81 Sip Avenue, Jersey City, NJ** (junto a la Biblioteca Gabert de Journal Square del HCCC)

CUÁNDO: **Sábado 25 de marzo de 10 a.m. a 1 p.m.**

CÓMO: ¡Debes inscribirte! Ingresa a <https://tinyurl.com/OpenHouseSpring2023> para inscribirte ya mismo.



www.hccc.edu/openhouse