

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 18 - Edición 856

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Marzo 6 al 13, 2024

Así se preparan Joe Biden y Donald Trump para la revancha electoral 2024



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**

Así se preparan Biden y Trump para la revancha electoral



Joe Biden y Donald Trump ganaron la Casa Blanca por márgenes muy estrechos en estados clave. Ahora ambos tienen el reto de rehacer las que fueron sus coaliciones ganadoras. Joe Biden y Donald Trump ganaron cada uno la Casa Blanca por márgenes muy estrechos en estados clave. Ahora, con una revancha de su agria campaña de 2020 casi garantizada por los resultados del Supermartes, las dos campañas están revelando sus estrategias para un enfrentamiento sin precedentes entre un presidente y su predecesor inmediato, con los esfuerzos concentrados en siete estados péndulo, cinco de los cuales pasaron de Trump en 2016 a Biden hace cuatro años. La campaña de reelección de Biden afirma haber dado un salto en la contratación de personal para apuntar a los votantes de los estados indecisos. Los funcionarios de la campaña de Trump están ultimando la toma del control del Comité Nacional Republicano esta semana y buscan expandir su operación de campo. Biden y Trump realizarán eventos en Georgia el sábado, una semana después de que coincidieran en la frontera con México en Texas. Esto es un reflejo de cuán estrechamente chocarán sus campañas entre sí, pero también de cómo trabajarán de manera diferente para obtener votos. Y es que mientras el presidente estará en el área metropolitana de Atlanta, de población diversa y de rápido crecimiento, Trump visitará las zonas rurales del noroeste de Georgia y el distrito de la representante republicana Marjorie Taylor Greene, una estridente conservadora que es vista como posible compañera de fórmula. Tras el Supermartes, Biden criticó duramente a Trump, diciendo que el expresidente está motivado por la venganza y "decidido a destruir la democracia, arrancar libertades fundamentales como la capacidad de las mujeres de tomar sus propias decisiones de atención médica y aprobar otra ronda de miles

de millones de dólares en recortes de impuestos para los ricos". Por su parte, Trump ha pasado meses criticando a Biden por la inflación, el número de inmigrantes que cruzan la frontera desde México, la delincuencia en las ciudades y las guerras en Ucrania e Israel. "Este es un país magnífico y es muy triste ver dónde ha ido a parar", dijo el martes por la noche. "Vamos a arreglarlo".

Biden: una oportunidad para la campaña tradicional sin la crisis de la pandemia

La campaña de Biden ha contratado equipos de liderazgo de tres a cinco personas, cada uno con una profunda experiencia política en estos ocho estados: Arizona, Florida, Georgia, Michigan, Nevada, Carolina del Norte, Pennsylvania y Wisconsin. De ellos, solo Florida y Carolina del Norte han optado dos veces por Trump, aunque ambos partidos consideran que Carolina del Norte es competitiva. Tanto Biden como la candidata demócrata de 2016, Hillary Clinton, ganaron en Nevada. La campaña planea expandir esos equipos hasta las 15 personas cada uno y luego incorporar cientos de organizadores para distribuir el trabajo de campo de batalla en las próximas semanas. Esos organizadores, a su vez, tendrán la tarea de coordinar a decenas de miles de voluntarios. El esfuerzo de Biden incluirá "una gran operación física que fue imposible en 2020" debido a las restricciones por el covid-19, dijo Dan Kanninen, director de la campaña en los estados más disputados. Eso significa volver a tocar puertas y realizar llamadas telefónicas, priorizando la calidad que da el contacto con los votantes en lugar de un enfoque cuantitativo. También capacitará a voluntarios y les dará la flexibilidad de influir en sus propias redes sociales, promoviendo la campaña de Biden en espacios en línea no tradicionales que puedan influir mejor entre sus familiares, amigos y vecinos. "Veo lo que estamos haciendo ahora como una extensión más inteligente de lo que aprendimos en 2012 y también una extensión más inteligente de lo que aprendimos en 2020", dijo Kanninen, refiriéndose tanto a la victoria de

Biden como a la exitosa reelección del entonces presidente Barack Obama. La campaña de Biden tiene listas de voluntarios que participaron en las elecciones de 2020 y 2022, lo que significa que pueden reactivar las redes existentes en lugar de empezar desde cero. En Arizona, ha dado prioridad a la extensión en español desde el principio, abriendo su primera oficina local en Maryvale, un área de Phoenix que es aproximadamente 75%

hispana. "Nos estamos asegurando de aprovechar los próximos meses para prepararnos muy rápidamente y sentar las bases para las elecciones generales", dijo Sean McEnerney, director de campaña de Biden en Arizona. Kanninen dijo que duda que Trump tenga tiempo suficiente para intensificar los esfuerzos de organización del Comité Nacional Republicano de la misma manera. La campaña de Biden y el Comité Nacional Demócrata han superado enormemente a los republicanos hasta ahora. La campaña de Biden informó que tenía 56 millones de dólares disponibles a finales de enero, según documentos federales, mientras que la de Trump reportó un saldo de 30.5 millones de dólares.

Trump: la toma de control del Comité Nacional Republicano

Para Trump, el siguiente paso después del Supermartes es completar la toma del control del Comité Nacional Republicano en la reunión del partido que comienza el jueves. El expresidente absorberá efectivamente la sede del Partido Republicano en su campaña, instalando un liderazgo de su elección con la prioridad de ponerse al nivel de la recaudación de fondos y organización de Biden y el Comité Nacional Demócrata. "Es un mensaje y una mecánica", dijo el asesor principal de Trump, Chris LaCivita. "Si hacemos lo que se supone que debemos hacer desde el punto de vista de la campaña, realmente podremos impulsar y aumentar los estados en los que somos competitivos". LaCivita, quien se convertirá en el director de operaciones del RNC al tiempo que conserva su rol en campaña, enumeró siete de los mismos ocho estados que la campaña de Biden considera campos de batalla. Aclaró que espera que Trump gane Florida nuevamente, pero prometió que la campaña no descuidaría ese estado. También dijo que Trump podría ser "competitivo" en Virginia, donde los demócratas han ganado en todas las elecciones presidenciales desde 2008. Planea que el RNC comience a expandir su operación de campo y

agregue personal para coordinar el acercamiento a los votantes "inmediatamente" después de la transición del liderazgo esta semana. LaCivita y Lara Trump, nuera del presidente, representarán al expresidente en la reunión en Houston. Lara Trump se convertirá en copresidenta del Comité Nacional Republicano junto con el presidente entrante Michael Whatley, el actual jefe del partido de Carolina del Norte. Se trata de un intento de aprovechar las inversiones que ha hecho el RNC en centros dirigidos a llegar a votantes negros y de otras minorías que históricamente respaldan a los demócratas en grandes porcentajes. En su punto máximo en el ciclo 2022, el RNC tenía 38 centros de este tipo. Ese total ahora se ha reducido a siete, con ubicaciones en Carolina del Norte, un posible estado péndulo, pero también en Nueva York, California y Texas, un trío que no se espera resulte disputado en la elección presidencial. La expansión prometida por LaCivita implicará un giro financiero. El DNC comenzó el año con 2.5 veces más fondos que el RNC después de recaudar y gastar más que los republicanos en 2023.

Pero LaCivita dijo que no le preocupa la dinámica general a medida que toman forma las elecciones generales. "La ventaja que puedan tener de impulso inicial, pronto la perderán en el mensaje", dijo el martes por la noche. El RNC ha establecido un departamento de integridad electoral de tiempo completo con directores en 15 estados clave para salvaguardar la votación y encabezar los litigios postelectorales. Eso es de esperarse dadas las demandas de Trump de que el partido haga más para reforzar sus mentiras sobre el fraude electoral generalizado. Los abogados que respaldan a Trump iniciaron docenas de demandas fallidas después de que él perdiera en 2020. El comité también contrató personal político en 15 campos de batalla, incluidos aquellos con importantes elecciones para la Cámara de Representantes y el Senado, como Nueva York, California y Montana, al tiempo que comenzó una iniciativa de votación anticipada en persona y recolección de boletas llamada Bank Your Vote en los 50 estados, seis territorios y en seis idiomas. LaCivita, mientras tanto, señaló otro comodín: Trump, dijo, "está muy interesado en Nueva York", el estado fuertemente demócrata donde el expresidente nació, creció y ancló su éxito en el negocio de los bienes raíces, marketing y televisión. La última vez que Nueva York optó por un candidato presidencial republicano fue en 1984. Cuando se le preguntó qué pensaba sobre las perspectivas de hacer caer Nueva York en manos de Trump, LaCivita sonrió y dijo: "Hago lo que dice el jefe. El jefe maneja".

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

**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**



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



**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.

EEUU construirá un puerto en Gaza para llevar ayuda humanitaria desde el Mediterráneo

"Esta noche, en el discurso, el presidente anunciará que ordenará a las fuerzas estadounidenses que dirijan una misión de emergencia para establecer un puerto en el Mediterráneo, en la costa de Gaza, que pueda recibir grandes barcos que transporten alimentos, agua, medicinas y refugios temporales", dijo la Casa Blanca. El presidente Joe Biden anunciará este jueves en su discurso sobre el Estado de la Unión que las fuerzas armadas de EEUU dirigirán una misión para la construcción de un puerto en Gaza con el fin de llevar más ayuda humanitaria al territorio por mar. "Esta noche, en el discurso, el presidente anunciará que ordenará a las fuerzas estadounidenses que dirijan una misión de emergencia para establecer un puerto en el Mediterráneo, en la costa de Gaza, que pueda recibir grandes barcos que transporten alimentos, agua, medicinas y refugios temporales", dijo la Casa Blanca. El puerto temporal aumentará la cantidad de asistencia humanitaria a los palestinos en "cientos de camiones adicionales" por día, agregaron funcionarios citados por varios medios. Estados Unidos ya había considerado la "posibilidad de un corredor marítimo" para entregar grandes cantidades de ayuda al territorio palestino cuando anunció la ayuda desde el aire. Según se informa, el proyecto tardará "varias semanas" en ejecutarse. Los envíos iniciales llegarán a través de Chipre y la seguridad se coordinará con Israel. Los funcionarios estadounidenses subrayaron que las tropas de EEUU no se desplegarán en Gaza. Se tratará de una operación coordinada con la Organización de las Naciones Unidas (ONU) y con organizaciones no gubernamentales (ONG) que se encargan de distribuir asistencia dentro de Gaza. El Departamento de Defensa "pronto" podrá revelar más detalles, dijeron los funcionarios.

La ayuda que llega a Gaza cada vez es menos

La cantidad de ayuda que llega a Gaza por tierra a través de camiones ha caído en picada durante cinco meses de guerra, y los gazatíes se enfrentan a una grave escasez de alimentos, agua y medicinas. En su mensaje de este jueves los funcionarios resaltaron que EEUU ha sido "el mayor proveedor de ayuda" en Gaza, porque ha sido "una prioridad" responder a la crisis humanitaria y que, hasta ahora, el país ha proporcionado más de \$180 millones en ayuda desde el 7 de octubre. También recordaron que el gobierno de Biden sigue trabajando para



aumentar la cantidad de ayuda que fluye a través de los pasos fronterizos existentes en Rafah y Kerem Shalom, a la vez que ha negociado con los israelíes un nuevo cruce en el norte de Gaza que podría abrirse la próxima semana.

¿Prosperarán las negociaciones para el alto al fuego?

Tras 152 días de guerra, gran parte de Gaza está en ruinas y crece la presión internacional para que Israel y Hamas lleguen a un acuerdo que detenga los combates y libere a los rehenes israelíes que siguen en manos de Hamas. Los planes de la construcción del puerto se anunciaron después de que Hamas dijera que las negociaciones sobre un alto el fuego en Gaza y la liberación de más rehenes israelíes se reanudarán la próxima semana, lo que reduce las esperanzas de que los mediadores



puedan negociar una tregua antes del comienzo del mes sagrado musulmán del Ramadán. La guerra entre Hamas e Israel iniciada por un ataque del grupo extremista el pasado 7 de octubre

causando más de 1,000 muertos, desencadenó una respuesta israelí que hasta ahora ha dejado más de 30,000 muertos, según el grupo palestino, la mayoría mujeres y niños.

El alcalde Sires y la Junta de Comisionados desean a todas nuestras hermanas, madres, abuelas, tías y amigas un feliz Mes de la Historia de la Mujer.

¡Todos están cordialmente invitados a nuestra Celebración del Día Internacional de la Mujer! Este evento está abierto a todo West New York mientras honramos a la Mujer del Año de nuestra ciudad. Jueves 7 de marzo Escuela secundaria de West New York (201 calle 57) 7 p.m.



TOWN OF WEST NEW YORK

MAYOR ALBIO SIRES & THE BOARD OF COMMISSIONERS

MARCH IS

Women's History Month

#InspiringInclusion



Camille Boulla
Petit B
French Bakery

Yanet Carpio
Yanets Family
Home Care

Rita A. Mendez
Miami Shoes

Melissa Vergara
High School
Valedictorian

EVERYONE is invited to our
International Women's Day
Celebrating ALL Women

On
Thursday
March 7

WNY Middle School
(201 57th St)
7PM

#WEAREWNY

@townofWNY
www.westnewyorknj.org

#SOMOSWNY

Free Admission Free Refreshments



El Alcalde Brian P. Stack
y la Junta de Comisionados

cordialmente los invita a

Mujer
entre lo abstracto y lo real
Exhibición de arte por Ruth Alvarado



Sábado, Marzo 16, 2024

7:00 PM

William V. Musto Cultural Center

420 de la calle 15

Entrada Gratis Refrigerios Gratis

Aliados de EEUU están preocupados ante una posible nueva presidencia de Trump

Trump está teniendo una influencia sin precedentes en la política exterior estadounidense, por ejemplo, en relación con Ucrania. Donald Trump no ha sido elegido como nuevo presidente de Estados Unidos, y aunque está más cerca, tampoco es el candidato oficial de los republicanos, pero la presencia de Trump en la carrera electoral de 2024 ya está dictando las agendas políticas nacionales y extranjeras, sin que ni siquiera haya puesto un pie en la Casa Blanca para un segundo mandato. La idea de que los aspirantes presidenciales influyan en la política antes de unas elecciones, no es nada nuevo. Los candidatos configuran la agenda nacional para que les ayude a ganar unas elecciones o a gobernar después. Otros países también se preparan siempre para el nuevo líder que llega. Sin embargo, la influencia que Trump está teniendo ahora mismo es más excesiva y más perturbadora de lo que habíamos visto antes a tanta distancia de unas elecciones, tanto en casa como en el extranjero. Trump está teniendo una influencia sin precedentes en la política exterior estadounidense, por ejemplo, en relación con Ucrania. Recientemente, Trump reunió a sus partidarios para oponerse a un proyecto de ley conjunto para proporcionar ayuda a Ucrania y reforzar los controles en la frontera con México en el Senado estadounidense. Al grado que los demócratas se vieron obligados a crear un nuevo proyecto de ley sobre la ayuda a Ucrania. El Senado aprobó finalmente un proyecto de ley por el que se conceden a Ucrania \$95,000 millones. La expresidenta de la Cámara de Representantes, Nancy Pelosi, ha advertido que Trump tiene la capacidad de dar poder a los republicanos que se oponen a la financiación de Ucrania para impedir futuras ayudas. Hasta qué punto se tomó en serio la postura de Trump en estas decisiones dice mucho de su actual impacto en la política exterior. No es solo el gobierno estadounidense el que tiene que reaccionar ante Trump en cuestiones exteriores. El resto del mundo también. El profesor Graham Allison de la Universidad de Harvard identifica dos dinámicas en juego: la "cobertura Trump" y la "apuesta Trump". La "cobertura Trump" es cuando los países intentan prepararse para una administración con Trump al frente. Esto puede sonar lógico, pero el problema con la cobertura en el clima actual es que es difícil saber contra qué te estás cubriendo con Trump. Él es impredecible, algo que dice es una estrategia deliberada. Si sus



competidores no saben lo que les espera, no pueden protegerse explícitamente, lo que, según Trump, crea una ventaja. Pero la imprevisibilidad hace que otros países se sientan inseguros. Trump sugiere que se

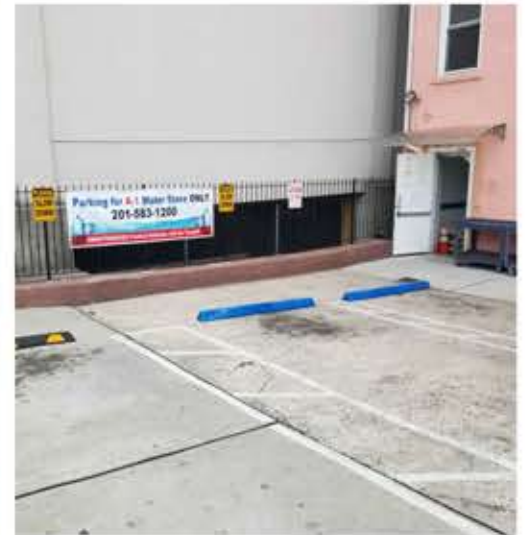
avecinan grandes cambios (o quizá no), como la salida de la Organización del Tratado del Atlántico Norte (OTAN), el abandono de los compromisos de EEUU. con el cambio climático y nuevas normas

comerciales para China y Europa. ¿Cómo tomar decisiones cuando el mundo puede transformarse el día de la investidura?

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

¿Qué es el discurso del Estado de la Unión? Una mirada a la historia de un evento clave de la política en EEUU



(© Win McNamee/AP)

El moderno discurso sobre el Estado de la Unión, que incluye una transmisión televisada en horario estelar, es una tradición relativamente reciente. Aquí te presentamos una mirada a la historia de un evento que este jueves vive un nuevo capítulo con el presidente Joe Biden. La Constitución de los Estados Unidos lo establece claramente en el Artículo II, Sección 3: El presidente, “de vez en cuando, dará al Congreso información sobre el estado de la unión y recomendará para su consideración las medidas que considere necesarias y convenientes”. Pero el moderno discurso sobre el Estado de la Unión, que incluye una transmisión televisada en horario estelar, es una tradición mucho más reciente. Esta es una mirada a la historia del Estado de la Unión mientras el presidente Joe Biden se prepara para dar su discurso ante el Congreso:

¿Tiene que ser un discurso?

No. El 8 de diciembre de 1801, Thomas Jefferson envió copias escritas a ambas cámaras del Congreso para que las leyeran los secretarios de cada cámara. Jefferson quería simplificar lo que creía que era una imitación aristocrática del discurso del monarca británico desde el trono, que consideraba inadecuado para una república. La práctica de enviar copias escritas al Congreso continuó durante más de un siglo. Más tarde, Woodrow Wilson retomó la tradición de pronunciar el mensaje en persona el 8 de abril de 1913. También se le atribuye

haber transformado el discurso de un informe sobre la actividad del poder ejecutivo a un modelo para la agenda legislativa del presidente para el año.

¿Cuándo pasó a ser conocido como el discurso del Estado de la Unión?

Franklin D. Roosevelt aplicó la frase constitucional “Estado de la Unión” tanto al mensaje como al evento. A partir de entonces se convirtió en la terminología popular.

¿Cómo se ha visto afectado el discurso por la tecnología?

Calvin Coolidge pronunció el primer discurso emitido por radio en 1923. El discurso de Harry Truman en 1947 fue el primero transmitido por televisión. Lyndon B. Johnson reconoció la importancia de tener una audiencia nacional cuando trasladó el discurso de media tarde a las 9 pm en 1965 para atraer al mayor número de espectadores de televisión. El discurso de George W. Bush de 2002 fue el primero disponible como transmisión en vivo en el sitio web de la Casa Blanca.

¿Hay un discurso sobre el Estado de la Unión cada año?

No. Los presidentes recientes: Reagan en 1981, George H.W. Bush en 1989,

Bill Clinton en 1993, George W. Bush en 2001, Barack Obama en 2009, Trump en 2017 y Biden en 2021, no pronunciaron un discurso oficial sobre el estado de la Unión en su primer año en el cargo. Y es que se habría producido poco después de sus discursos inaugurales. Sin embargo, muchos de ellos todavía dieron un importante discurso ante el Congreso poco después de su toma de posesión.

¿Siempre se ha entregado en persona desde que Wilson lo reanudó?

No. Truman envió su mensaje final impreso, al igual que Eisenhower en 1961 y Carter en 1981. Mientras Eisenhower se

recuperaba de un ataque cardíaco en 1956, preparó un resumen filmado de siete minutos del mensaje desde su retiro en Key West, Florida, que fue transmitido a nivel nacional. Richard Nixon envió un mensaje impreso en 1973; su personal dijo que un mensaje oral habría llegado demasiado pronto después de su segundo discurso inaugural.

¿Qué presidentes no pronunciaron un mensaje sobre el Estado de la Unión?

William Henry Harrison, que murió 32 días después de su toma de posesión en 1841, y James A. Garfield, que fue asesinado en 1881 después de 199 días en el cargo.






Holy Name
 Medical Partners
 Hudson County

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

www.holynamemedicalpartners.org

La gastroenteritis viral es más común de lo deseado

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

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

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

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

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

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

Señal de alerta

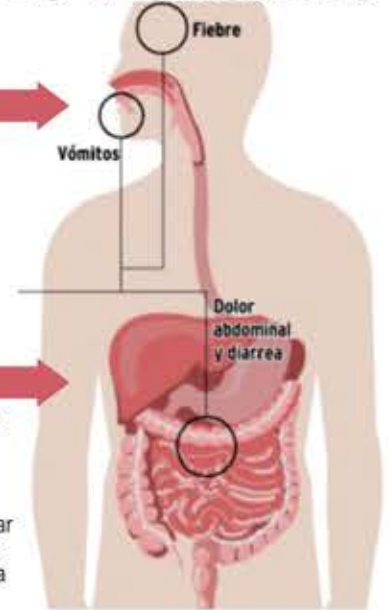
- La gastroenteritis es una infección común de los intestinos que provoca vómitos y diarrea.
- La mayoría de los ataques desaparecen por sí solos al cabo de unos días.
- Si la diarrea y los vómitos son agudos, puede haber deshidratación, que es la falta de agua en el organismo. Esto puede ser grave en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

CAUSAS

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

SINTOMAS

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



Tratamiento:

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

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

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

Lavado de manos:

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

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



Holy Name Medical Center

This Place is Different





Holy Name Medical Partners

Presenta

Tu Salud Primero

Presentador: Dr. Gilberto Gastell

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

La gastroenteritis viral es mas comun de lo deseado

Cablevision - BAYONNE - Canal 19

Bayonne

BERGEN COUNTY - Canal 77

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

CLIFTON - Canal 75

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

ELIZABETH - Canal 18

Elizabeth

HUDSON COUNTY - Canal 19

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

NEWARK - Canal 19

Newark, South Orange

PATERSON - Canal 75

Paterson

TEANECK - Canal 77

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

Viernes 8 de Marzo - 9:00 PM

Domingo 10 de Marzo - 7:30 PM

Comcast - Canal 51

Martes 12 de Marzo - 9:30 PM

Miércoles 13 de Marzo - 9:30 PM





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



\$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

SIGUENOS EN LAS REDES SOCIALES



201-305-5624

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

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

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

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

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

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

Now Hiring
Grill men
cocineros³³
 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
 urriculum por
 correo electrónico a:
 nati@signexponyc.com
 o llame al
212-246-3355

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.

- ¿Su computadora está muy lenta?
- ¿Hace ruidos extraños? ¿Está desactualizada?
- Necesita reparación y no sabe quién puede ayudarlo? Llamenos 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

HOUSE CLEANERS ¹³⁹
 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

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

**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

SE VENDE

**Dos (2) apartamentos en Bogota,
 Barrio Alamos Norte,
 cada uno de tres alcobas,
 sala comedor y baño
 Aceptamos Pago en efectivo
 y credito bancario
 Mayores informes a
 los siguientes telefonos:**

3144327284

Adriana

3103099713

Diana

Cosas extrañas que la gente sube a un avión



Una tortuga dentro de una hamburguesa y un cadáver en una silla de ruedas aparecen en el listado.

Pese a las prohibiciones, muchos viajeros intentan transportar elementos no permitidos en su equipaje.

El mundo no deja de sorprendernos y otra prueba de ello es esta selección del buscador Jetcost sobre las cosas más extrañas que se han intentado subir en algún vuelo. La lista es insólita y hasta divertida.

Una tortuga dentro de una hamburguesa

La similitud entre una tortuga y una hamburguesa es, a priori, una incógnita. Sin embargo, fue creer que ambos elementos tenían conexión lo que hizo que un turista chino tratara de introducir a bordo de un vuelo a su mascota dentro de una hamburguesa. La mala suerte fue que los oficiales se percataron, a través de los rayos X, de la extraña forma de la misma y este pasajero y su hamburguesa-tortuga se convirtieron en noticia.

Un arma dentro de un peluche

No tan divertido resulta el caso de un padre estadounidense que intentó subir a un avión un arma y munición escondidas en peluches de su hijo de 4 años. Esto se descubrió en la zona de embarque del aeropuerto T.F. Green de Rhode Island, Estados Unidos, cuando, al pasar el control de seguridad, los oficiales captaron un cargador lleno de balas dentro de un conejo blanco, el armazón de una pistola del calibre 40 en un oso de peluche y la corredera y el cañón para montar la pistola en un Mickey Mouse.

Para su buena suerte, las autoridades no apreciaron peligro alguno ni malas intenciones por parte del pasajero por lo que, tras requisarle el arma, lo dejaron subir a bordo del avión.

Renacuajos dentro de la boca

Y aquí otra extravagante escena: una ciudadana surcoreana fue detenida en el aeropuerto chino de Guangzhou al intentar acceder a un avión con la boca llena de renacuajos. La explicación es que los guardias de seguridad la obligaron a deshacerse de una botella

con líquido que guardaba en su maleta y ella optó por beberse —sin tragar— para poder mantener con vida sus animalitos. Al darse cuenta de que no se lo había tragado, le exigieron que escupiera el contenido provocando una sorpresa entre los presentes. En su defensa, esta turista alegó que un amigo le había regalado los renacuajos y no quería deshacerse de ellos.

Serpientes y tortugas en los pantalones

Un ciudadano trató de tomar un avión en el aeropuerto de Miami con destino Brasil transportando siete serpientes exóticas y tres tortugas escondidas en el interior de sus pantalones. La historia, como era de esperar, tuvo este desenlace: el hombre detenido y los animales expropiados por el Departamento de Pesca y Fauna federal.

Un cadáver en una silla de ruedas

Esta es, sin duda, una de las escenas más escabrosas de la clasificación. Dos mujeres alemanas de 41 y 66 años fueron detenidas en el aeropuerto John Lennon de Liverpool al intentar subir a un avión con el cadáver de un familiar de 91 años. Llama la atención que ambas pasajeras trataran de simular normalidad poniendo al hombre en una silla de ruedas con gafas de sol.

Un cocodrilo en un maletín

Mucho más grave es el caso de un cocodrilo que escapó de una maleta en pleno vuelo, causando una gran agitación entre los pasajeros y provocando el accidente del aparato. Se trata del avión Let 410 que cubría la ruta entre Kinshasa, República Democrática del Congo, y el aeropuerto regional de Bandundu.

Un cráneo y varios dientes humanos

En el aeropuerto internacional de Fort Lauderdale, Florida, se interceptó un cráneo y varios dientes humanos en el equipaje de dos mujeres que pretendían viajar a Baltimore. Y aquí la explicación de las mismas: declararon haber visitado Cuba donde adquirieron dos recipientes sellados en una tienda sin saber que su interior contenía esta extraña sorpresa.

Un mono pigmeo en la ropa interior

Otra idea sorprendente es la que tuvieron tres hombres que pretendían viajar a Dubái, antes de que fueran descubiertos por las autoridades. Los tres individuos planeaban pasar de contrabando, escondido en el interior de los pantalones, varios ejemplares de loris, una especie en peligro de extinción. Fueron detenidos y los primates quedaron bajo la protección de la organización "People For Animals".

Un cuchillo en un bote de mayonesa

Un pasajero intentó volar desde Nueva York a la Ciudad de México con un cuchillo dentro de un bote de mayonesa. Las autoridades del aeropuerto internacional John F. Kennedy confiscaron ambas cosas, pero permitieron que el pasajero se embarcara en el avión.

Espada láser de Star Wars

El último caso extraño es el de Peter Mayhew, el actor que interpretó a Chewbacca en la saga Star Wars, cuando fue detenido antes de subirse a un avión en el aeropuerto de Denver por llevar con él su sable láser. Este les explico a los oficiales que venía de la ComicCon de Colorado y que debido a su altura y edad, necesita de la espada para usarla como apoyo al caminar.





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



NUMBERS NOW



**Ahora en
Hackensack
New Jersey**

Nos especializamos en los siguientes tipos de servicios
Impuestos - Contabilidad General - Nómina de sueldos
Incorporaciones - Traducciones - Notario Publico - Itin - BOI Form.



551-303-0202

 cs@numbersnow.tax

 6 Bergen St Hackensack, NJ 07601