

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 19 - Edición 971

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Mayo 20 al 27, 2026

Gobierno de Trump, habría pedido parar investigaciones contra Delcy Rodríguez, presidenta interina de Venezuela



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 opciones de los cuatro candidatos de la región para llegar a la Secretaría General de la ONU



régimen de Venezuela. Así lo reportó este miércoles, 27 de mayo, la agencia de noticias AP, que citó a funcionarios y exfuncionarios estadounidenses que hablaron bajo condición de anonimato. De acuerdo con la citada agencia, la directriz del Ejecutivo de

Trump tiene como objetivo "evitar obstaculizar los esfuerzos del gobierno por estabilizar Venezuela tras la captura de Nicolás Maduro" el pasado 3 de enero en Caracas. El Ejecutivo, según AP, habría instruido "discretamente" a los fiscales al respecto, aunque no está claro en qué tipo

de indagaciones judiciales empezó a sonar el nombre de Rodríguez o si había sido implicada oficialmente en algún delito. Aunque no se refirieron explícitamente a Delcy Rodríguez, Provea manifestó su temor de que el Tribunal Supremo continúe obviando la declaración de falta absoluta de Nicolás Maduro.

Departamento de Justicia de EE. UU. negó investigaciones contra Delcy Rodríguez

La agencia consultó el caso con el Departamento de Justicia de Estados Unidos, que señaló que "nunca hubo una investigación" en contra de Delcy Rodríguez "que pudiera ser clausurada". No obstante, AP obtuvo varios documentos de la DEA que muestran que Delcy Rodríguez ha estado en la mira de las autoridades federales al menos desde el año 2018, si

bien no ha sido acusada penalmente como si ha ocurrido con otros altos cargos del régimen del país vecino.

Conforme con los documentos de la DEA, las acusaciones contra la funcionaria "van desde el narcotráfico hasta el contrabando de oro" e incluso se le ha vinculado con Alex Saab, señalado testafierro de Nicolás Maduro y quien fue deportado a Estados Unidos hace pocos días. Avenidas, sedes ministeriales y guarniciones de Venezuela han ido desplazando la imagen de Maduro. Según la agencia, la nueva medida eliminaría la amenaza de una posible acusación judicial contra la presidenta encargada, al menos temporalmente, y alivia la presión sobre el liderazgo de Delcy Rodríguez en Venezuela en un momento en que el país se acerca cada vez más a las autoridades norteamericanas. Pese a ello, la aparente decisión no ha estado exenta de críticas. Duncan Levin, un exfiscal de Brooklyn, aseguró que la justicia estadounidense no puede abandonar procesos judiciales por causas "políticas o transaccionales". "La Casa Blanca no puede usar la aplicación de ley penal como un interruptor diplomático. Las decisiones del Departamento de Justicia deben basarse en la ley, las pruebas, las políticas y la seguridad pública, no en si un funcionario extranjero resulta útil para la administración en un momento dado", dijo Levin a AP. Por lo pronto, conforme con la citada agencia, no está claro si la Casa Blanca participó directamente en la decisión sobre posibles procesos judiciales contra Rodríguez.

Avances en las relaciones entre Estados Unidos y Venezuela

Las relaciones diplomáticas entre Caracas y Washington fueron restablecidas el 5 de marzo, más de siete años después del rompimiento decretado por Maduro. Delcy Rodríguez pide a Estados Unidos y Europa eliminar las sanciones y el 'bloqueo económico' contra Venezuela: 'No le tengan miedo' Tras el derrocamiento de Maduro, la presidenta encargada, Delcy Rodríguez, que gobierna bajo fuerte presión de Washington, ha impulsado reformas en leyes de hidrocarburos y de minería favorables a la inversión extranjera. En paralelo, el presidente Donald Trump ha flexibilizado las sanciones contra Venezuela, incluyendo licencias para suavizar las medidas impuestas contra el sector hidrocarburos, la minería y el sistema financiero público del país caribeño.

La agencia de noticias aseguró que la medida busca evitar obstaculizar los esfuerzos por estabilizar Venezuela. La administración del presidente de Estados Unidos, Donald Trump, habría instruido a los fiscales de Miami que eviten continuar las investigaciones penales contra Delcy Rodríguez, jefa interina del

CVS pharmacy®

Get FREE Rx delivery & other essentials*
 Visit cvs.com/delivery to learn more.
 *Restrictions apply.

BUY 1 GET 1 50% OFF*
 WITH CARD Select CVS Health vitamins.



BUY 1 GET 1 FREE*
 WITH CARD Select Nature's Bounty vitamins.



BUY 1 GET 1 50% OFF*
 WITH CARD Select CVS Health or Live Better digestive care.

Select Colgate Optic White, Total, Sensitive, Enamel Health, Zero or Essentials toothpaste.

500 ExtraBucks® Rewards on 3 for next purchase
 500 mfr's coupon on 3 in our app**
 It's like getting...
\$10
 total savings on 3

ExtraBucks® Rewards offer limit of 2 per household with card. (20004796699)

Reusable face masks. Adult, kids, and extended sizes.
 prices starting at **3.99**

Helping you stay prepared

BUY 1 GET 1 50% OFF*
 WITH CARD Select hand sanitizer.

spend \$30
Get \$10
ExtraBucks® Rewards
 on ANY of these products. See back page, 2, 4, 6, 8, 9, 11, 13, 14 & wrap for more offers.
 ExtraBucks® Rewards offer limit of 1 per household with card. (2000471674)
 Look for this symbol for participating products:

24.99
 WITH CARD Olay Eyes, Regenerist or Luminous.

7.99 WITH CARD Scott bath tissue 12-18 roll or Viva paper towels 6 roll.

3.00 ANY L'Oréal facial care.

16.99 WITH CARD Truly, White Claw or Bud Light Seltzer 12 pk. cans.

CVS Health 400 series blood pressure monitors or CVS pulse oximeter.††

BOGO 50% off*
 VITAMINS
 Brands cannot be combined.

WITH CARD Select Nature Made vitamins or dietary supplements.
 WITH CARD L'il Critters, VitaFusion gummy vitamins or fiber.

8.94 after savings
 Tide 92-100 oz, Tide PODS 21 ct. or Dreft.

11.94 you pay with card - 3.00 mfr's coupon in our app**
 it's like getting it for...
8.94 after savings

7.99 WITH CARD CVS Health cold relief (excludes cough drops).†

ANY Voltaren, Excedrin or Select Advil.

ExtraCare® Coupon Center Weekly Deals

74¢
 YOU PAY
 WITH CARD, instant coupon & mfr's coupon

2/\$4
 WITH CARD & after instant coupon savings

2.99
 WITH CARD Gold Emblem, Gold Emblem about freeze-dried fruit 1-2 oz or trail mix 5-10 oz.

†Cough & Cold and Allergy medications containing pseudoephedrine or ephedrine and items limited by law are subject to federal and state purchase restrictions and limits. Available in the Pharmacy Dept. Please check with your CVS pharmacist for more information.
 **Must be an ExtraCare® cardholder as of 11/08/20 to get this coupon. Limit of 1 offer per household with card. Offer valid 11/15/20-11/21/20. ††Offer excludes any purchase that is or will be submitted for reimbursement by a health plan.

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.

¿Boom o perjuicio? Los refrescos favoritos de los niños no siempre son saludables



Los padres que desean la salud de sus hijos se preocupan con frecuencia por lo que éstos comen. Esas grasientas papas fritas que les encantan a los niños podrían causarles escalofríos a sus padres, pero no sólo hay que supervisar los alimentos que piden.

Tanto los adultos como los niños tienen refrescos favoritos que tal vez no sean saludables. Pero ¿cuáles son beneficiosas y cuáles se deben evitar? La respuesta a tal pregunta no es siempre absoluta. El desglose siguiente puede ayudar a los padres preocupados por la salud de sus hijos, a determinar qué refrescos pueden seguir disfrutando éstos, así como los que se deben limitar o eliminar totalmente.

Refrescos endulzados
Los refrescos endulzados pueden incluir algunos "ponches" y otros refrescos de frutas que no se consideran "jugos". Las etiquetas de esos refrescos dicen a menudo "Hecho con verdadero jugo de frutas". Aunque esto podría ser cierto, con demasiada frecuencia se hacen con demasiada azúcar. Por lo general, esos refrescos proporcionan algún valor nutritivo, incluyendo algunas vitaminas y minerales. Sin embargo, a menudo tienen un alto contenido calórico, y la cantidad de vitaminas y minerales es mínima. La Asociación Americana del Corazón (American Heart Association) aconseja que mientras menos los consuman adultos y niños, más saludables estarán. Sin embargo, esos refrescos no carecen totalmente de valor nutritivo, por lo que los padres podrían decidir si los niños pueden consumirlos con moderación o eliminarlos totalmente del refrigerador.

Refrescos carbonatados (sodas)
Los refrescos carbonatados o sodas no han gozado de una campaña de relaciones públicas muy positiva en

el siglo XXI, debido tal vez a que no tienen ningún valor nutritivo. Más aún, muchos de estos refrescos ofrecen más azúcar que lo necesario para el organismo del niño, lo cual provoca aumentos de peso e incluso caries o deterioro dental. Usualmente, a los niños les encantan, por lo que los padres pueden confrontar dificultades para eliminar totalmente su consumo. Sin embargo, el estatus de los refrescos carbonatados como bebidas azucaradas de alto contenido calórico hace que la mayoría de los padres desee eliminarlos de la dieta del niño. Si tienen que consumirlos, es mejor que sean refrescos carbonatados de dieta. Aunque tampoco tienen valor nutritivo, es una alternativa con menos calorías.

Leche
La leche es quizás la más difícil de evaluar. Muchos padres asumen que todos los tipos de leche son similares. Sin embargo, la leche entera y al 2 por ciento contiene grasas adicionales que el organismo no necesita. La leche proporciona nutrientes valiosos como el calcio y las proteínas, contribuyendo a la fortaleza de los huesos y dientes, y contribuye al desarrollo de músculos sólidos. Pero a la hora de seleccionar la leche que se les dará a los niños, es mejor elegir la desgrasada (antiguamente

desnatada) o al 1 por ciento, que ofrecen la misma cantidad de nutrientes como la entera o la leche al 2 por ciento, sin la grasa innecesaria. Incluso la leche con chocolate puede ser una opción saludable para los niños. Sólo hay que aplicar los mismos principios mencionados anteriormente (o sea, leche con chocolate sin grasa o baja en grasa) y tenga en cuenta que el chocolate también tiene calorías adicionales gracias al azúcar, por lo que debe supervisar la cantidad de leche con chocolate que consumen sus hijos.

Agua
Aunque los niños ven el agua con indiferencia, ésta ayuda a mantener una temperatura corporal saludable, e incluso darle mejor apariencia a la piel. El agua es además importante para la digestión, pues contribuye a que el organismo digiera los alimentos. Los niños deben beber agua diariamente. Además, los padres que controlan el peso de sus hijos deben estimularlos para que beban más agua. Como los síntomas de la deshidratación imitan los del apetito, los niños que no beben agua suficiente podrían confundir una deshidratación ligera con apetito. Beber más agua también puede evitar que los niños quieran comer una o dos meriendas más, lo cual les ayuda indirectamente a perder peso. **Para conocer más formas de contribuir a que sus hijos estén más saludables, visite el sitio de la Asociación Americana del Corazón, www.heart.org.**



Impacto en la nutrición de los niños

¿El refresco puede condicionar la obesidad infantil? Los refrescos están compuestos básicamente de azúcares tales como sacarosa, glucosa, fructosa, por lo tanto son una fuente rápida y concentrada de energía. Hay estudios que muestran una relación entre el incremento en el consumo de refrescos y la prevalencia de la obesidad hasta en un 34 por ciento. Se habla que el consumo de un litro por día durante tres semanas se traduce en la ganancia de 1 kg. de peso. Lo importante es que el consumir más de 500 ml. por día puede tener un efecto de desplazamiento de otros alimentos ocasionando un desequilibrio en la dieta, afectando la calidad de la alimentación y por lo tanto el estado de nutrición del niño. La obesidad infantil está relacionada con muchos factores dentro de los que se encuentra el sedentarismo, que se intensifica en época de vacaciones (julio y agosto); y los niños dedican gran parte de su tiempo a la televisión, juegos de video, computadora, etcétera. y en la mayoría de las ocasiones consumen refrescos durante este tiempo, lo que se traduce en una disminución del gasto energético mientras se incrementa el consumo de energéticos, lo que puede llevar a la obesidad.

¿Cuál es la relación entre el consumo de refrescos y la presencia de caries dental? En la placa dental se encuentra una bacteria que transforma los azúcares contenidos en el refresco, produciendo ácido láctico, el cual en los primeros diez minutos de su consumo, provoca que se disuelva el esmalte dental y se produzcan caries. Asimismo estas bebidas son ácidas, que al sumarse a lo anterior, ocasionan mayor daño a la salud dental.

¿Puede presentar hiperactividad un niño que consume refrescos? Se ha asociado el comportamiento agresivo destructivo del niño con el consumo de azúcares. Existen evidencias de que en niños hiperactivos al disminuir el consumo de estos elementos en un 50 por ciento (eliminando colorantes, saborizantes artificiales y cafeína) mejora su comportamiento hasta en el 42 por ciento de los casos.



Mayor Brian P. Stack & Board of Commissioners

invite you to



A Night of K-Meditation

led by Art Medi-Therapist
Grace Jahye Kim

Supported by Show Me Your
Heart & Raum Art Center



Mrs. Heather &
Dr. Mingi Choi
(The Founder of SMYH)

William V. Musto Cultural Center
420 - 15th Street • Union City, NJ

Thursday, May 21, 2026 - 6:00 PM

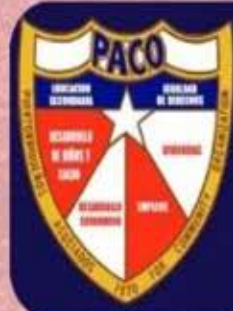
Free Admission Free Refreshments

Please bring your yoga mats.



TOWN OF WEST NEW YORK

MAYOR ALBIO SIRES & THE BOARD OF COMMISSIONERS



P.A.C.O.

PUERTORRIQUEÑOS ASOCIADOS
FOR COMMUNITY ORGANIZATION

Is coming to you! ¡Viene hacia ti!

P.A.C.O. Mobile Unit
Town Hall (428 60th St)
5/20/2026
10AM-1PM.

Unidad Móvil de P.A.C.O.
el Ayuntamiento (428 60th St)
20/05/2026
10AM-1PM

Services Provided (Servicios prestados)

- Support for energy
- Benefits
- Senior services
- Housing
- Nutrition
- Health screenings
- Bilingual assistance

- Asistencia energética
- Beneficios de salud
- Programas para mayores
- Apoyo habitacional
- Servicios sociales
- Nutrición, bienestar y apoyo bilingüe para residentes

La artritis es una preocupación para millones de hombres y mujeres

La artritis, considerada a menudo como un efecto colateral inevitable del envejecimiento, puede ser un trastorno doloroso y costoso en última instancia. Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) la artritis totaliza un gasto anual de \$128 mil millones, gran parte de los cuales se debe a reclamaciones por discapacidad. La artritis sigue siendo la causa más común de discapacidad, y tanto hombres como mujeres siguen siendo diagnosticados a niveles casi asombrosos.



movimiento o rigidez. Si tal definición le parece amplia, lo es.

Dicho esto, hay más de 100 tipos diferentes de artritis, y tanto los hombres como las mujeres pueden padecer más de uno.

¿Qué ocurre en un caso de artritis?

Cuando una persona padece de artritis, sus cartílagos, o sea, el tejido que protege normalmente la articulación y absorbe el impacto cuando hay presión sobre la articulación, se rompe. Esta ruptura impide un movimiento fluido, y puede provocar efectos colaterales dolorosos. A menos cantidad de cartílagos, hay más fricción en los huesos, lo que conduce en última instancia al dolor, inflamación y rigidez.

¿Qué efectos tiene la artritis en las articulaciones?

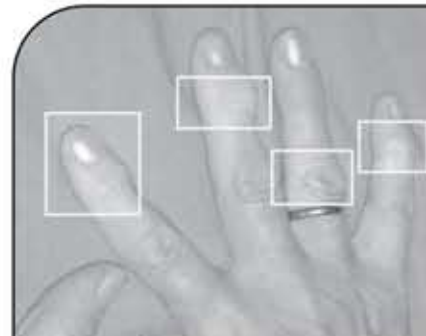
No todos los tipos de artritis dañan las articulaciones de la misma forma. La osteoartritis, provocada usualmente por el desgaste normal, así como la artritis reumatoide, resultado de un ataque del sistema inmunológico; son dos de las formas más comunes de la artritis.

Cuando una persona padece de osteoartritis, el desgaste al cual es sometido el cartilago puede provocar que las articulaciones de los huesos tengan fricción entre sí, un efecto colateral doloroso y restrictivo que puede desarrollarse durante años, o ser resultado de una infección o una lesión en la articulación.

En el caso de la artritis reumatoide, algún agente provoca que el sistema inmunológico ataque las articulaciones y posiblemente otros

órganos. Aunque sigue siendo un misterio lo que provoca precisamente el ataque del sistema inmunológico, algunos investigadores sugieren que se trata de un virus o bacteria; mientras que otros creen que el hábito de fumar desempeña un papel importante en la aparición de la artritis reumatoide. Una vez que el sistema recibe la orden de ataque, sus células pasan de la sangre a las articulaciones y al tejido que las cubre, conocido como sinovio. Una vez allí, las células inmunológicas producen sustancias inflamatorias. Esta actividad de células y sustancias inflamatorias provoca irritación, hinchazón e inflamación y también afecta el cartilago que puede provocar la fricción entre los huesos.

¿Hay factores de riesgo



Comprender el trastorno puede ayudar a hombres y mujeres a controlar con efectividad la artritis en caso de que la padezcan.



de padecer artritis?

No todas las personas padecen artritis, y hay varios factores de riesgo que incrementan la posibilidad de ser afectado por uno de los más de 100 tipos de artritis.

Historia familiar: Algunos tipos de artritis son trastornos de familia.

Aunque pudiera parecer contraproducente, los genes de una persona pueden hacerla más susceptible a los factores ambientales que provocan la artritis.

Género: Las mujeres son más propensas a padecer de artritis reumatoide, mientras que la gota, enfermedad que puede causar artritis, afecta más a los hombres.

Lesiones previas en las articulaciones. Cualquier persona que haya sufrido en el pasado una lesión en las articulaciones es más propensa a que las mismas sean afectadas.

Por ejemplo, los atletas son a menudo más susceptibles debido a lesiones sufridas en la práctica de un deporte.

Obesidad: La obesidad en hombres y mujeres implica a menudo presión indebida en las articulaciones, particularmente en las rodillas, caderas y columna vertebral, lo cual les hace correr más riesgos de padecer algún tipo de artritis.

Edad: El riesgo de padecer artritis se incrementa con la edad.

Cada día, la artritis afecta a millones de personas en todo el mundo.

►► El ejercicio puede ayudar

Además de tomar los medicamentos apropiados y darle el descanso necesario a las articulaciones, el ejercicio es una buena manera de permanecer en forma, mantener los músculos fuertes y controlar los síntomas de la artritis. El ejercicio diario, tal como el caminar o nadar ayuda a mantener en movimiento las articulaciones, reduce el dolor y fortalece los músculos que están alrededor de la articulación.

Estos tres tipos de ejercicios son los mejores si usted padece de artritis:

► Ejercicio de movimientos amplios, como el baile; alivia la rigidez, lo mantiene flexible, y le ayuda a mantener las articulaciones en movimiento.

Ejercicios de fortalecimiento, como el entrenamiento con pesas; le ayuda a mantener y desarrollar fuerza muscular. Cuando los músculos están fuertes estos apoyan y protegen sus articulaciones.

► Aeróbicos y ejercicios de resistencia, como el manejar una bicicleta; hacen a su corazón y arterias más saludables, le ayudan a no ganar peso, y mejoran el funcionamiento general del cuerpo.

► Los ejercicios aeróbicos podrían también disminuir la inflamación en algunas articulaciones.

El Instituto Nacional Sobre el Envejecimiento (NIA, por sus siglas en inglés) tiene un folleto gratis, que le enseña cómo comenzar y mantener un programa de ejercicios sin riesgo y un video de ejercicios de 48 minutos de duración (tanto el folleto como el video vienen en inglés). Para obtener más información, lea la última página de este folleto. Antes de comenzar a hacer cualquier ejercicio hable con su médico o proveedor de asistencia de salud.



perrier



PRUEBA
EL SORPENDENTE
SABOR
DE LO
REFRESCANTE.

0 AZÚCAR
100% REFRESCANTE

Clínica Dental

SOMOS EXPERTOS EN SONRISAS



15%
DESCUENTO

¡Te ayudamos
a tener una
sonrisa
maravillosa!

*Promoción
válida todo el
mes de
septiembre

Limpieza Dental



\$299

Consulta Dental



\$499

Blanqueamiento



\$899

Prótesis Dental



HAZ TU CITA

(55) 1234-5678
(55) 1234-5678



UBICACIÓN

Calle Cualquiera 123,
Cualquier Lugar

Para más información visita www.sitioincreible.com

Se acabó el amor entre dos celebridades muy deseadas de la farándula

La actriz Elizabeth Gutiérrez, anunció su separación del actor cubano William Levy tras ocho años de relación. Gutiérrez, de 32 años, informó su decisión en un comunicado en el que afirma que pone fin a la relación 'por el bien de mis hijos y el mío propio.'

El actor de telenovelas William Levy, quien actualmente protagoniza el melodrama "Triunfo del amor", que transmite Univisión, va rumbo al divorcio, de acuerdo con un comunicado de prensa emitido por la propia esposa del galán, la actriz Elizabeth Gutiérrez.

"A través del presente comunicado, quiero hacer del conocimiento público que he tomado la decisión de finalizar la relación que he mantenido durante ocho años con William Levy. Siempre me mantuve firme al lado de William, a pesar de los insistentes rumores, a los cuales resté importancia pues entonces no tenía motivos para dudar de la fortaleza de nuestra unión.

Tomo la determinación de ponerle fin a esta relación por el bien de mis hijos y el mío propio. Confieso que la decisión no ha sido nada fácil, pero me debo respeto ante todo como persona, mujer y madre.

Me dirijo a la opinión pública personalmente para evitar especulaciones y malos entendidos, con el único fin de proteger la salud emocional de mis dos hijos.

Agradezco a los medios de comunicación mantener el respeto, distancia y la consideración que siempre han mostrado hacia mi familia", expresa la actriz.

¿Quién lo dijo primero?

La mexicana asegura que decidió transmitir la información a los medios de comunicación "para evitar especulaciones y malos entendidos, con el único fin de proteger la salud emocional de mis dos pequeños, Christopher y Kailey". Asimismo, hace un llamado a los periodistas y les pide "mantener el respeto, distancia y la consideración que siempre han mostrado hacia mi familia".

Gutiérrez aceptaba que, como todas



La decisión sorprende porque a la pareja se le vio feliz durante el reciente show especial de 'Los 50 más bellos' de People en español, emitido por la cadena Univisión

las parejas, ella y el actor de 30 años tenían algunas diferencias: "Somos seres humanos que pasamos por altibajos y somos transparentes.

► Entre tanta mentira queda una verdad

Al parecer los problemas eran muchos. En 2010 surgieron acusaciones contra el actor de Sortilegio de una supuesta violación a una menor en California. Luego siguieron rumores de infidelidades ligadas al actor, que constantemente ocupaban los titulares del mundo del entretenimiento. De toda esta suerte de chismes, dimes y diretes, entre tanta historia algo de cierto debió de existir en alguna aventura. Y es que eso de ser el hombre más deseado de la farándula y que le sirvan en bandeja de plata todos los placeres, resulta imposible que no termine cayendo en la trampa de la infidelidad. Lo cierto de todo esto es que se terminó uno de los matrimonios más seguidos del espectáculo y de los más aborrecidos por las seguidoras de William Levy.

reason #
36 AFFORDABLE TUITION

Passaic County Community College offers over 60 academic programs, affordable tuition, and financial aid options.

Plus:

- Day, evening, weekend and online classes
- Four convenient locations
- Great transfer options

Register for Summer & Fall Special Registration Dates: May 16-18

For all registration dates and times:
www.pccc.edu/Times2Register

Apply today!
Call 973-684-6868
or visit pccc100.com

Prepárate para la universidad tomando cursos de ESL (Inglés como segunda lengua)

PCC100
ONE SCHOOL. 100 REASONS.

PATERSON
One College Boulevard

PASSAIC
2 Paulison Avenue

WANAQUE
500 Union Avenue

WAYNE
300 Oldham Road

PASSAIC COUNTY COMMUNITY COLLEGE

The contents of this advertisement were developed under a grant from the United States Department of Education. However, those contents do not necessarily represent the policy of the U.S. Department of Education, and you should not assume Endorsement by the Federal Government.

2011

The Cuban Parade and Festival of New Jersey

will be having a festival on

Sunday, June 5th, 2011

beginning at 10:00 AM and concluding at 9:00 PM

This festival will take place at

Schuetzen Park
32nd Street and Kennedy Boulevard
in North Bergen, New Jersey.

The festival will feature sponsor promotional booths, food Kiosk, entertainment and music by various artist and groups.

If you would like to participate as a vendor in our festival please call

Para participar como vendedor en nuestro festival llame:

201-325-0484 o 201-240-6145

o mande/Send info: info@desfilecubano.com

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

Nicholas J. Sacco
Mayor

Sai Rao
Executive Director

North Bergen Free Public Library

In partnership with Hackensack Meridian Health

Your Health on the Move!

The Hackensack Meridian Community Wellness Van is coming to the Library! Healthcare professionals from Hackensack Meridian Health will be performing screenings and wellness checks.

81st Street Branch

April 23rd from 11 AM - 1 PM

NB Recreation Center and Library

May 28th from 11 AM - 1 PM

Services Provided:



BP/Pulse/BMI

Glucose

Cholesterol

SDOH (Social Determinants of Health)



Hackensack Meridian
Palisades Medical Center



Scan QR code to find our upcoming schedule
or visit [HackensackMeridianHealth.org/
YourHealthOnTheMove](https://HackensackMeridianHealth.org/YourHealthOnTheMove)



North Bergen Public Library | 201.869.4715 | www.nbpl.org | @nbplibrary

81st Street Branch, 510 81st Street, North Bergen | ext. 1 |

North Bergen Recreation Center and Library, 1231 Kennedy Blvd., North Bergen | ext. 2 |

Events and patrons may be photographed or recorded. Please notify a staff member if you wish to be excluded.



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



Defensa Jurídica

La mejor manera de ofrecerle un servicio de calidad es estar cerca de usted.

Día a día seguimos mejorando para que nos encuentre allí donde nos necesite.



Consultas Jurídicas y Cita Previa

922 176 510
646 829 874



Disponible
WhatsApp

Visite nuestra web:

alvarezabogadostenerife.com



**¡CONVIÉRTASE EN UN
SUPERHÉROE
PARA SU DESTINATARIO!**



**Ahora recogemos sus envíos más tarde y los entregamos
en la Costa Este de EE.UU. antes de las 15:00 del día siguiente***

Desde septiembre con el nuevo vuelo de FedEx a EE.UU., se beneficiará de nuestro horario de recogida ampliado y su destinatario recibirá el envío al día siguiente antes de las 15:00. Envíe a más de 3.600 códigos postales en la Costa Este de EE.UU. con un excepcional servicio sin coste adicional.

Para más información, llame al 902 180 871 o visite superhero.fedex.com

* Los tiempos de tránsito pueden variar dependiendo del lugar de recogida y entrega o la naturaleza de los bienes transportados.

FedEx
Express

Cómo preparar su embarcación para la temporada de navegación

La temporada de navegación está a punto de comenzar, y miles de propietarios de embarcaciones están listos para prepararlas con vistas a unos meses de diversión bajo el sol. Antes de que la embarcación se encamine a alta mar con seguridad, es preciso realizar varias tareas, grandes y pequeñas, para garantizar que la temporada sea abundante en viajes sin problemas y sin riesgos de seguridad.



temporada, lo cual pudiera impedir que la embarcación funcione a plena capacidad. Además, incrementa el riesgo de resbalones y caídas en la cubierta.

Equipos de seguridad

Antes de realizar el primer viaje de la temporada, inspeccione todo el equipo de seguridad y reemplace los que estén desgastados y deteriorados. Las estadísticas del USCG indican que cerca de las tres cuartas partes de las víctimas de los accidentes fatales se ahogaron, y el 84 por ciento de esas víctimas no llevaban chaleco salvavidas. Use los días previos al comienzo de la temporada para garantizar que tenga a bordo lo suficiente para proteger a todos los pasajeros potenciales. Entre los componentes de seguridad que debe tener a bordo están:

- Correas de seguridad salvavidas
- extintor de incendios
- juego de primeros auxilios
- señales de aviso de emergencia incluyendo radio y/o luces de bengala

Infórmese usted y sus pasajeros

Informarse usted y sus pasajeros es un componente clave de prepara su embarcación para la temporada de navegación. Incluso si la misma está en magníficas condiciones mecánicas y generales, siempre está latente la posibilidad de un accidente. Según el USCG, la falta de atención o la inexperiencia de un operador son los dos factores más comunes en las colisiones marítimas, que provocaron más de 1,000 accidentes y cerca de 90 muertes en el 2009. Las responsabilidades de un operador mientras navega son numerosas, e incluyen estar al tanto de todo lo referente al funcionamiento de la embarcación. Es además buena idea enseñarles a los pasajeros potenciales algunos principios básicos de navegación antes de salir. Esto puede ser útil en caso de una emergencia médica.

Para obtener más información, visite el sitio Web del Servicio de Guardacostas de los Estados Unidos, www.uscg.mil.

Según el Servicio de Guardacostas de los Estados Unidos (USCG), en el 2009 se reportaron 4,730 accidentes de embarcaciones recreativas, que provocaron 736 muertes y cerca de \$36 millones en daños a la propiedad. Gran parte de esos accidentes podría haberse

evitado, y una forma idónea de evitar accidentes esta temporada es preparar con cuidado la embarcación antes de salir del muelle.

Inspeccione la embarcación

Se debe realizar una inspección cuidadosa de toda la embarcación

antes de salir a navegar por primera vez. Esta inspección debe ser exhaustiva para detectar señales de corrosión o deterioro adicional que pudiera haberse producido en invierno. Las estadísticas del USCG indican que los desperfectos en el motor dieron por resultado nueve muertes y más de 200 accidentes sólo en el 2009. Los dueños de embarcaciones no deben comenzar nunca una temporada sin inspeccionar con cuidado el motor de la embarcación, y garantizar que está listo para la navegación. No salga a navegar sin arreglar primero cualquier problema, independientemente de lo grande o pequeño que parezca.

Limpieza de la embarcación

Hasta los navegantes novatos pueden realizar un mantenimiento general de la embarcación, que puede reducir en gran medida el riesgo de accidentes, y evitar que la embarcación quede varada en alta mar. Una limpieza general de la cubierta, el casco y la estructura de la embarcación es un buen comienzo. Use un detergente ligero para limpiar y lavar todas las ventanas y escotillas con limpiador de cristales. La suciedad puede acumularse en tiempo fuera de





APRENDA INGLÉS

CON LOS MEJORES PROFESORES

HORARIOS DE CLASE:

▶ LUNES A JUEVES

8am a 10am
10am a 12pm
6pm a 8pm
8pm a 10pm

▶ SABADOS

9am a 12:30pm

▶ DOMINGOS

9am a 12:30pm

**RESULTADOS 100%
GARANTIZADOS**

INSCRIPCIÓN \$0*

*Inscripción gratuita por tiempo limitado consulte con un asesor.

CLASE DE PRUEBA GRATUITA

GRADÚATE DE BACHILLER (G.E.D)

**CLASES DESDE
\$150
AL MES**



Contáctanos para más información:  **+1 (551) 202-3613**

3109 Bergenline Ave, Union City, NJ 07087
2do Piso - Edificio Banco de America

Cantante, actriz y ahora en la mira de un asesino en serie **Hayden Panettiere**

Hayden Leslie Panettiere es una actriz y cantante estadounidense. Saltó a la fama interpretando a Claire Bennet en la serie de televisión Héroes. Actualmente acaba de rodar *Scream 4*, la cual se estrenará el 15 de Abril de 2011 junto a Neve Campbell, Courteney Cox, David Arquette y Emma Roberts.

Hayden comenzó su carrera profesional como modelo a la edad de 8 meses. Entonces comenzó a rodar varios spots publicitarios, entre ellos uno de Playskool. Más adelante consiguió un papel como Sarah Roberts en la telenovela de ABC, *Una vida para vivir* (One Life to Live) 1994-1997 y más adelante como la niña Lizzie Spaulding en la telenovela de la CBS *La luz de guía* (Guiding Light) 1997-2001 con ocho años. En *La luz de guía*, el personaje padece leucemia, la demostración recibió una concesión especial del reconocimiento de la sociedad de la leucemia y del linfoma por traer el conocimiento nacional de la enfermedad a la

atención de los espectadores de hoy en día.

Panettiere fue nominada para un Grammy en 1999 por el mejor álbum infantil por *Bichos* (2000) Ella está trabajando en su álbum debut, que fue planeado originalmente para lanzarse a la venta el 8 de mayo de 2007. El CD, sin embargo, se ha retrasado varias veces.

El 31 de octubre de 2007 Panettiere estuvo implicada en un enfrentamiento violento con pescadores japoneses, cuando intentó interrumpir la caza anual de delfines en Taiji, Wakayama. Hayden se enfrentó a ellos subida en una tabla de surf, acompañada de otros

protestantes de Australia y Estados Unidos, con el fin de evitar que atraparan y cazaran un banco de delfines. Pero fueron interceptados por los pescadores antes de lograr de Pixar *Bichos de Disney*. Además, tenía el papel en el videojuego *Kingdom Hearts*. Los pescadores emplearon sus propulsores para evitar que los surfistas se acercaran y así obligarlos a volver a la playa, desde donde fueron llevados al



Curiosidades

También apareció en la serie *Law & Order* e interpretó a Sheryl Yoast en la película *Remember the Titans*. Hayden apareció otra vez como animadora en la película *Bring it on Again: All or Nothing*. (Título en español, *Triunfos Robados 3: Todo o nada*). También hizo aparición en el cine en *Sonando, soñando*, triunfó patinando donde hacía de Jen, junto a Sophie Hudgens quien interpretó el papel de Tiffany.



ACE CITY PAINT

SERVICIOS



- Tarjeta de Crédito ACE
- Cortes de Madera a la orden
- Recomendación de contratistas
- Entrega Gratis
- Reparaciones de Cristales

- Club de Ferretería Auxiliar
- Se hacen llaves
- Emparejado de Pinturas - Computarizado
- Servicios de ordenes especiales
- Rentas Equipos Limpieza de Alfombras

PINTE SU CASA CON 5 Galones de Pintura



\$49.99

Horarios: Lunes a Viernes de 8:15am a 6:45pm
Sábados de 9am a 6pm

citypaint@acehardware.com

130 Washington St. - Hoboken, NJ (201) 659-0061



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



6219 BERGENLINE AVE, WEST NEW YORK, NJ 07093
TEL: 201-430-3735 TEXT: 862-419-6620

email: info@internationalopticalwny.com

www.internationalopticalwny.com