

El Cambio Online



El periódico que le sirve a la comunidad

-GRATIS-

Año 19 - Edición 979

www.cambionewspaper.com



201-850-9444

Julio 15 al 22, 2026

Daniel Ortega sepulta la democracia en Nicaragua y declara el fin de la alternancia del poder



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 colaborando 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**

Daniel Ortega sepulta la democracia en Nicaragua y declara el fin de la alternancia del poder



El país es gobernado desde 2007 por Ortega, un exguerrillero sandinista de 80 años, en medio de denuncias de fraude y eliminación de la oposición. El dirigente del régimen de Nicaragua, Daniel Ortega, sepultó explícitamente este domingo cualquier posibilidad de alternancia democrática en el país al sentenciar de que no permitirá procesos electorales que pongan en riesgo el control del oficialismo. "Aquí (en Nicaragua) no volverán a haber elecciones para que por allí intenten ellos (oposición) atrapar el Gobierno, atrapar el poder", lanzó en un discurso el mandatario durante un acto de masas en conmemoración del 47 aniversario de la revolución sandinista, celebrado en Managua. Nicaragua es gobernada desde 2007 por Ortega, un exguerrillero sandinista de 80 años, en medio de denuncias de fraudes electorales y la eliminación de la oposición para no tener competencia. Desde 2017 gobierna junto a su esposa, Rosario Murillo. Murillo, que era vicepresidenta de Nicaragua desde 2017, fue designada copresidenta desde febrero de 2025 a través de una reforma constitucional. En el acto, el mandatario sandinista dijo que los opositores en el exilio andan "agazapados" y los acusó de querer ganar unas elecciones para enriquecerse. "Pero que se olviden: Aquí no volverán a haber elecciones para que por allí intenten ellos atrapar el Gobierno, atrapar el poder", enfatizó. Anunció que van a trabajar con la Asamblea Nacional (Parlamento), subordinada a la Presidencia, "y con las organizaciones

correspondientes las leyes para que les pongan un muro, un bloque, a los golpistas, a los vendepatrias, y que por mucha plata (dinero) que le den los yanquis (EE.UU.), no podrán". A mediados de febrero de 2025, Nicaragua puso en vigor esa reforma profunda a la Constitución Política que transformó el Estado, eliminó el balance de poderes, y otorgó un poder total a Ortega y Murillo, y que ha sido duramente criticada por la ONU, la Organización de Estados Americanos (OEA), Estados Unidos, el Parlamento Europeo y opositores nicaragüenses. La enmienda amplió de cinco a seis años el periodo presidencial, estableció la figura de "copresidenta", que el Ejecutivo "coordine" los demás "órganos" del Estado, que dejan de llamarse poderes, y legalizó la apatridia. Es decir, Nicaragua debería celebrar elecciones generales en noviembre de 2026, pero las enmiendas constitucionales ampliaron el periodo presidencial, por lo que en teoría sería en noviembre de 2027. En enero pasado, el Departamento de Estado de Estados Unidos acusó a Murillo de haberse inventado el cargo de "copresidenta" en Nicaragua sin elecciones, sin mandato y sin legitimidad, "porque sabe que no puede ganar" en un proceso electoral libre. Aquejado por una serie de enfermedades crónicas que ha logrado mantener bajo control, el presidente de Nicaragua, Daniel Ortega, cumple 80 años este martes (11.11.2025), afincado en el poder desde los últimos 19, luego de tres cuestionadas reelecciones y tras aplastar una rebelión social que puso en jaque a su gobierno en 2018. Encorvado, inflamado y con visible

fatiga, Ortega sigue apareciendo en los actos oficiales en Managua junto a su esposa y "copresidenta" Rosario Murillo, su hija Camila y uno de sus nietos menores, de apenas dos años, que la prensa oficial proyecta como "símbolo de esperanza y continuidad" en la nueva dinastía nicaragüense. "Daniel Ortega es el más longevo de todos los dictadores que ha tenido Nicaragua", dice en entrevista con DW la historiadora Dora María Téllez, legendaria excomandante guerrillera sandinista que ayudó a derrocar a la dictadura de los Somoza en 1979. La familia Somoza gobernó Nicaragua durante casi medio siglo, pero el patriarca, Anastasio Somoza García, murió en un ataque a balazos a los 60 años, y su hijo "Tachito" Somoza Debayle, en un atentado a los 55. "Ortega es también el que más tiempo ha acumulado en el poder: diez años en la década de 1980 y diecinueve años ahora", desde su regreso al gobierno, en enero de 2007, recuerda Téllez, quien, por enfrentar cívicamente al actual régimen, fue encarcelada, desterrada y despojada de su nacionalidad junto a más de 300 opositores en 2023. La exguerrillera nicaragüense Dora María Téllez, llevada por dos policías a una audiencia judicial. (Imagen de archivo: 31.08.2022). La exguerrillera nicaragüense Dora María Téllez, llevada por dos policías a una audiencia judicial. (Imagen de archivo: 31.08.2022). Al igual que cientos de opositores nicaragüenses, la

exguerrillera Dora María Téllez fue encarcelada y desterrada por enfrentar a Daniel Ortega. (Imagen de archivo: 31.08.2022). Imagen: Cesar Pérez/AFP Hay quienes afirman que Ortega lleva, de hecho, más de 36 años manejando "los hilos del poder" en su país, ya que tras perder las elecciones de 1990 decidió "gobernar desde abajo", haciéndole la vida imposible a su sucesora demócrata Violeta Chamorro y pactando con el liberal Arnoldo Alemán hasta modificar la ley electoral para asegurar su retorno, después de 16 años en la oposición. A juicio de Téllez, para Nicaragua ha sido "nefasta" la reelección continua instaurada por Ortega a partir de 2011, emulando al dictador Somoza, contra el cual los sandinistas lucharon siendo adolescentes. "Esto ha devenido en la formación de una oligarquía corrupta, la represión generalizada como instrumento de control y un Estado de terror sobre la gente en mi país", afirma. Durante las protestas de 2018, Ortega y Murillo ofrecieron un "diálogo nacional" a los líderes políticos, estudiantes y campesinos, bajo mediación de la Iglesia católica, invitando a negociar una salida pacífica a la crisis. Pero el viejo caudillo sandinista tenía otro plan: ganar tiempo para armar a un ejército de más de 3.000 paramilitares que salieron a las calles a matar opositores.

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.



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

Reusable face masks. Adult, kids, and extended sizes.



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

Helping you stay prepared

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.



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



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



ANY Voltaren, Excedrin or Select Advil.



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.



CVS Health cold relief (excludes cough drops).†

ExtraCare® Coupon Center Weekly Deals



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



2/\$4
WITH CARD & after instant coupon savings
Hershey's Original, Holiday Kisses or miniatures 7-10.8 oz.



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



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

†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.
Lláme 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.

Cómo ayudar a los niños a encontrar la actividad extracurricular idónea



Los niños de hoy están más ocupados que nunca antes. Ya sea por la naturaleza competitiva de la vida académica o el incremento de los hogares donde ambos padres trabajan y los niños deben tener algo que hacer que irse directamente a casa después de la escuela, los estudiantes actuales tienen más ocupaciones que los de otros tiempos.

Aunque a los niños puede resultarles divertido y beneficioso participar en actividades extracurriculares, buscar la idónea no es tan fácil como se piensa. A la hora de ayudar a que los niños encuentren una actividad extracurricular, es mejor considerar varios factores y tener en cuenta especialmente que no todos los niños son iguales en lo tocante a sus intereses. Además, lo que les en otro tiempo divirtió a los padres no tiene necesariamente que gustarles a los hijos.

►► Para comenzar

El mejor punto de partida es hablar con los niños acerca de sus intereses. El hecho de que a Papá le guste el fútbol no implica que el hijo esté destinado a ser un gran goleador. Los niños tienen sus propios intereses, los cuales pueden ser cultivados con la actividad, extracurricular adecuada. Por ejemplo, un niño creativo podría disfrutar una clase de arte después del horario escolar un par de veces por semana. Los padres también deben considerar actividades extracurriculares que les ayuden al perfeccionamiento personal. Por ejemplo, a un niño con miedo escénico pero que le gusta

actuar en casa, podría interesarle un programa de teatro extracurricular. Una vez que se hayan analizado las opciones con los niños, hagan un par de viajes exploratorios antes de comprometerse. El joven tímido debe visitar el programa teatral local y conocerlo íntegramente, pues de lo contrario podría arrepentirse de su decisión. De cualquier manera, una visita les dará a niños y padres una muestra del programa, y de si es útil o no. Durante la visita, observen la naturaleza del programa. ¿Es un ambiente estimulante y vibrante? ¿Se divierten los adultos y los niños participantes?

►► Infórmese adecuadamente

Los padres desean que sus hijos estén tan seguros en las actividades extracurriculares como lo están en la escuela. Cuando

busque tales actividades, averigüe la proporción maestros-alumnos y los antecedentes profesionales del personal. Cualquier proporción maestro-alumno superior a 12:1 indica que al programa le falta personal, lo cual equivale a que los niños no tendrían la atención que necesitan. Además, indague en las referencias y trayectoria laboral de los empleados en

el campo de cuidados infantiles. Si se necesita o se recomienda certificación, asegúrese que el personal cumple con todos los requisitos.

Además, hay que informarse acerca del costo del programa. Aunque muchos programas son honestos con respecto al precio, otros tienen gastos ocultos que pueden añadirse al principal, como uniformes, equipos, excursiones, etc. Los costos extra no tienen que excluir de consideración un programa, pero es mejor conocerlos anticipadamente para que no le tomen de sorpresa.

►► Considere el nivel académico del niño

La edad y el nivel escolar del niño también se deben considerar a la hora de escoger una actividad extracurricular. Consulte con los maestros para buscar una actividad

adecuada a la edad. Por ejemplo, las menos competitivas que enfatizan en la diversión pudieran ser más apropiadas para niños de preescolar y primer grado. En el caso de los alumnos de segundo grado, las actividades que no se ofrecen en la escuela como aprender a tocar un instrumento, pueden cultivar el interés en un entorno no competitivo. Cuando el niño llega al tercero y otros grados superiores, considere actividades más basadas en reglas como deportes en equipo, pues los niños a esa edad son más capaces de comprender las reglas y asumir la pérdida en un juego que los más pequeños. Cuando el niño tenga más edad y pase a la enseñanza intermedia, busque actividades que solidifiquen el aprendizaje y le ayuden a crear el carácter de un joven, como su capacidad para interactuar con los demás.

Cuando busque una actividad extracurricular para niños, los padres deben considerar varios factores, como los intereses y la edad de su hijo.





**Mayor
Brian P. Stack
& Board of Commissioners**

invite you, your family & friends to

UNION CITY BLOCK PARTY

Tuesday, July 14, 2026

6:00 PM



7th Street

between Summit & Central Avenue

DJ Alfonso

FREE Rides, Popcorn, Cotton Candy, Hot Dogs and Water



TOWN OF WEST NEW YORK

MAYOR ALBIO SIRES & THE BOARD OF COMMISSIONERS

WNY POOL HOURS

TUESDAY-THURSDAY

12-8PM

*DUE TO SUMMER CAMP
UNTIL 8/14/2026

FRIDAY-MONDAY

10-8PM

REGISTER FOR ALL REC PROGRAMS @WNYREC.RECDESK.COM/COMMUNITY/HOME
FOR ALL RECREATION INFORMATION, CALL (201)295-5120 OR YOU MAY VISIT
OUR OFFICE AT 428 60TH ST ROOM 7, MON-FRI 9AM-5PM



#WEAREWNY

 @townofwny
www.westnewyorknj.org

#SOMOSWNY

Correr me cambió mental y físicamente, asegura un asiduo corredor



Hacer ejercicio 60 minutos al día, ya sea todo de una vez o 20 minutos tres veces al día, es benéfico para la salud

Alguien que nunca hizo deporte narra cómo se surgió la pasión por correr. Beneficios y mitos.

Empecé la rutina de correr hace seis años, más por mejorar mi salud mental que física. Aunque en perspectiva debo admitir que el mediocre estado de ambas siempre estuvo entrelazado. Llegué a esta práctica solitaria sin engañarme a mí mismo: sustituía una obsesión por otra. Si no podía contra mis demonios, al menos podría cansarlos, tanto que no se harían sentir. Unos lo hacen como parte de un válido esfuerzo estético y otros como una manera de

liberar el estrés del trabajo. Para otros tantos, como yo, es un hábito. Dicho así suena como la adicción a una droga, porque así lo es: algunos científicos le llaman "el viaje de los corredores", una placentera sensación de euforia que dura todo un día. Una merecida recompensa tras una hora o más de paso acelerado hacia una infinita línea de meta. Si hoy son cinco kilómetros, mañana serán diez y luego la media maratón.

Quizá la imagen de la cultura popular que mejor resume esa curiosa combinación de eternidad, introspección y sinsentido sea un barbudo Forrest Gump, incapaz de articular una causa coherente por la cual mover las piernas. La persistencia y la resistencia requeridas para completar las millas de la jornada no solo transforman las nociones de tiempo, sino también despiertan una poderosa voz interior. Jamás practiqué ningún deporte, soy un ratón de libros; no obstante, hoy leo magazines deportivos como Runner's World, secciones de salud como esta y visito las tiendas de ropa y accesorios. Y ahora llevo una muda deportiva a donde vaya y hago 'turismo atlético'. Cada corredor tiene su propia historia,

su diario personal del porqué lo hace y de la única y privada sensación al quitarse los tenis y entrar a la ducha.

►► No solo sirve para bajar los kilos de más

Uno de los errores que con más frecuencia comete la gente frente a la práctica del ejercicio es que lo asume, solamente, como un mecanismo para bajar de peso. En realidad, la lista de beneficios que trae la práctica constante de actividad física es enorme. Cuando va de la mano de una dieta equilibrada, ayuda a perder los kilos de más; también mantiene a raya múltiples enfermedades, sirve para mejorar la resistencia y el equilibrio, el estado de ánimo y reducir los niveles de estrés y ansiedad. De hecho, muchos de los órganos y músculos del cuerpo requieren ejercicio para no atrofiarse. Vale aclarar que se han publicado estudios según los cuales los beneficios del ejercicio están sobredimensionados; algunos, de hecho, sugieren que su efectividad es baja, dado que, al aumentar el consumo de energía, la gente tiende a comer más. Ante eso, los expertos recuerdan que es mucho más abundante el número de investigaciones que prueban que, bien practicado, el ejercicio es el seguro de salud más efectivo que existe.



►► Mitos sobre el ejercicio

► Hacer ejercicio de vez en cuando también trae beneficios. **Falso.** Está comprobado que cuando se realiza de forma esporádica y sin preparación alguna puede resultar más perjudicial que beneficioso.

Salir a jugar fútbol cada domingo o hacer abdominales una vez al mes no sirve de nada y puede lesionarlo.

► No debo descansar y tengo que quedar adolorido después de hacer ejercicio. **Falso.** El cuerpo necesita periodos de descanso para recuperarse. Deje al menos un día a la semana para descansar. Además, el dolor es una señal inequívoca de que la capacidad del cuerpo ha sido sobrepasada. Si siente dolor, pare.

► Envolverme en bolsas plásticas hace que sude más y que, por eso, queme más grasa.

Falso. Esto impide que el cuerpo se ventile y, por lo tanto, regule su temperatura, lo que puede aumentar la sudoración y la pérdida de líquidos, incluso hasta la deshidratación.

Manualidades e ideas para hacer con sus hijos en estas vacaciones

Es la época ideal para compartir unas cuantas horas con los niños. Algunas ideas. Crear e inventar objetos es tan solo una de las actividades que usted puede programar con sus hijos en esta época de vacaciones. Con ello no solo motivará su creatividad y despertará su curiosidad, sino que fomentará el trabajo en equipo. Incluso, los animará a solucionar los pequeños inconvenientes que puedan presentarse en el momento. Tenga en cuenta que son lúdicas en las que usted debe estar presente para orientarlos y a la vez evitar posibles accidentes. Algunas ideas divertidas, fáciles de hacer y que no le quitarán más de dos horas son: un juego de concéntrase, un diario de vacaciones y decorar recipientes para guardar cosas.

En varios momentos

Como esta es una época de descanso, no haga de las actividades una obligación. Trabaje con los niños hasta el momento que ellos quieren. Si deciden parar, podrán terminar otro día, aunque sí es bueno que los motive a culminar sus iniciativas.

Si quiere animarlos mucho más, puede invitar a un par de amigos del pequeño para que todos trabajen en las manualidades o en las tardes de cocina.

► Tarro decorativo

- Figuras
Recorte y me diferentes guras. Estas eben ser proporcional es al tamaño del recipiente.
- Decore
Péguelas en los laterales del tarro. Es mejor que este sea de plástico para que se adhieran mejor.
- En la tapa
Ponga también figuras en la tapa. Puede ubicar primero un cartón de color y sobre este los recortes.



- Cintas
Amarre cintas de diferentes colores en la manija del recipiente. Este le servirá para decorar el cuarto o el estudio. Más ideas para hacer con los pequeños
Invente varios juegos que estimulen su memoria, concentración y aprendizaje. Las fichas para armar un juego de concentración les serán útiles a los niños para aprender las letras, números, palabras y hasta las tablas de multiplicar.

► Mariposas de frutas

- Ingredientes:
4 fresas, 2 grandes,
2 medianas
1 kiwi
2 cerezas
1 toronja
- Preparación:
Pele el kiwi y córtelo en rodajas iguales. Corte las fresas horizontalmente. Arme las mariposas como se observa en la fotografía. Decore el plato con chocolate derretido.



► Helado en forma de hombre

- Ingredientes:
2 tazas de jugo de mandarina
4 tazas de crema de leche
1 1/2 taza de azúcar o leche condensada
- Preparación:
Licúe el jugo de mandarina y agréguele poco a poco la crema de leche para que no se corte. Luego, incorpore el azúcar y licúe por cinco minutos más. Ponga a congelar y, cuando ya esté el helado, sirva y decore.



► Un diario para llenar en estos días

es un pequeño libro que los menores pueden decorar con su ayuda

- Tapas
Utilice cartón para las dos tapas y póngale papel de un color por las dos caras. Utilice pegante.
- Decore
Recorte o arme figuras de los personajes animados que más le gusten al niño. Estos deben caber en las tapas.
- Arme y marque
Pegue los muñecos en un cartón pequeño que luego puede ubicar sobre una de las tapas. Marque con letras.
- Anille
Ponga varias hojas en medio de las dos tapas y únalas. El niño podrá llenar cada una, contando lo que hace.

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

Descubren tres nuevos secretos de la Mona Lisa



El curioso hallazgo fue realizado por Silvano Vicenti, un hombre apasionado por la obra de Da Vinci. Leonardo da Vinci habría escondido otros símbolos en su obra maestra.

El Comité Nacional para la Valorización de los Bienes Históricos Culturales y Ambientales acaba de constatar, a través de un estudio, que el rostro de la Mona Lisa fue creado con las facciones de dos personas que habían sido, anteriormente, modelos de su creador, Leonardo da Vinci. Se trata de Lisa Gherardini, la noble florentina cuyo marido encargó a Da Vinci que la retratará, y Gian

Giacomo Caprotti, conocido como 'el Salai', un joven alumno del artista que fue su amante y con quien convivió por 25 años.

Según ratificó la investigación, la unión de los rasgos de Gherardini en la Gioconda es evidente, al comparar otras obras en las que Da Vinci se sirvió de la cara andrógina y seductora de 'el Salai', como por ejemplo Juan el Bautista o el dibujo erótico El ángel encarnado.

Por otro lado, las iniciales de ambos modelos están presentes en las pupilas de la Mona Lisa.

Algunos de los secretos de la Mona Lisa tienen que ver con la técnica empleada por Da Vinci para realizar el cuadro, así como otros que se han ido perdiendo a causa de las restauraciones que la obra ha tenido



Según explicó el historiador y director de este comité cultural italiano, Silvano Vinceti, un amante de la obra de Da Vinci, que realizó una reproducción en grandes dimensiones de la Gioconda y descubrió que había algún símbolo en sus ojos.

"Se trata de un hombre apasionado con el artista, hasta el punto de llamar a sus hijos Leonardo y Gioconda. Fue sorprendente cuando me llamó para comentarme lo que había encontrado", afirmó Vinceti.

Poco después, su organización pidió a

en 500 años de existencia. "Entre los secretos está la técnica, han podido develar varios repintes. Detalles de los ojos, por ejemplo han detectado pinceladas para las cejas y pestañas. Aparentemente la obra no tiene ni cejas ni pestañas pero con esta cámara han detectado que sí había pinceladas", dijo Cotte. Secretos de la Mona Lisa es sin duda una exposición importante ya que conjuga ciencia y arte tal como lo hiciera Da Vinci en la realización de cada una de sus obras.



un grupo de científicos que examinara el cuadro y, al mismo tiempo, realizara una investigación geográfica y de documentación para aclarar si no se trataba de una casualidad. Y concluyeron que lo que Da Vinci dibujó en las pupilas de la Mona Lisa eran dos letras, L y S, iniciales de Lisa Gherardini y de 'el Salai'. El estudio también sacó a la luz la existencia de dos números, un 7 y un 2, en uno de los arcos del puente situado junto al hombro izquierdo de la Mona Lisa.

"Estas cifras tienen un significado importante para la tradición cabalística. Representan a Dios. Si se suman dan 9, otra cifra simbólica, propia de la manifestación de la divinidad al hombre", explicó el historiador y concluyó que todas las contraposiciones que vivía Da Vinci quedan reflejadas en la Gioconda: "Combina el conflicto entre los opuestos con su concepto de creación, que mezclaba la idea divina con la humana".

ACE CITY PAINT

SERVICIOS



**PINTE SU CASA CON
5 Galones de Pintura**

**Benjamin
Moore®
Paints**

\$49.99

*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*

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

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

**MAYOR WAYNE D. ZITT, JR. AND THE TOWN COUNCIL
INVITE GUTTENBERG SENIORS TO**

Watercolor Art Class

with Jorge Wellesley



**TUESDAY
JULY 21ST, 2026
10:30AM-12:30PM
7005 BLVD EAST
MATERIALS INCLUDED**

**REGISTER WITH
BELKIS RUBIO**



201-868-2315 ext. 152

GUTTENBERG SENIORS ONLY



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

Las mascotas dan apoyo emocional

Según estableció una investigación que divulgó la Asociación Psicológica de Estados Unidos. Los animales domésticos proporcionan apoyo social y emocional, y no solo a quienes encaran problemas de salud significativos.

El estudio encontró que los dueños de perros, gatos y otras mascotas mantienen una relación tan estrecha con las personas allegadas como la que tienen con sus animales. Los psicólogos de la Universidad de

Miami y de la Universidad de St. Louis llevaron a cabo tres experimentos que examinaron los beneficios potenciales de la tenencia de una mascota. De acuerdo con el artículo publicado en Internet, en la revista Journal of Personality and Social Psychology, el investigador Allen McConnell, de la Universidad de Miami, dijo que, en términos generales, "los dueños de mascotas tienen una mejor vida y resuelven mejor las diferencias individuales que las personas que no tienen mascota".



"Específicamente, los dueños de mascotas tienen una autoestima más alta, están en mejores condiciones físicas, tienden a ser menos solitarios, son más conscientes de lo que ocurre y más extrovertidos, tienden a ser menos temerosos y menos preocupados que las personas que no tienen animales", añadió. Para el estudio, los investigadores obtuvieron respuestas de 217 personas (79 por ciento mujeres) a preguntas que apuntaban a

determinar si los dueños de animales en el grupo diferían del resto que no tenía animales en las áreas del bienestar, la salud y un mejor ajuste social. "Los estudios arrojan pruebas considerables de que las mascotas benefician la vida de sus dueños tanto en el terreno psicológico como en el físico, porque sirven como una importante fuente de apoyo social", indicó el artículo.

GRADUADOS UNIVERSITARIOS LATINOAMERICANOS

Aproveche de sus estudios, validaciones de estudios realizados fuera de USA

TODOS LOS PROFESIONALES EXTRANJEROS CALIFICAN

■ Acredite el título universitario con el Departamento de Educación Superior en Trenton, New Jersey, e incorpórese al mundo profesional rápidamente.

MAESTROS LATINOAMERICANOS PUEDEN TRANSFERIR SUS ESTUDIOS A LOS ESTADOS UNIDOS

GRADUADOS PROFESIONALES RUTA ALTERNATIVA

■ Gestionamos certificaciones de maestro. No importa la profesión que tengas. Si no concluíste tu carrera universitaria puedes trabajar como asistente o sustituto de maestro. Si terminaste la secundaria, puedes obtener la equivalencia de High School, sin estudiar el (GED).

- Revalidación de Estudios de Extranjeros
- Convalidación de Título Académico
- Universidad y bachillerato (GED)
- Ayudamos con la Certificación de Maestros
- Califique como Asistente de Maestro y Sustituto

Los salarios de maestros para los universitarios son de \$43,000 en adelante y el de un ayudante llega hasta \$27,000. El empleo docente es equivalente a 180 días de trabajo de 8:30 a.m. a 3:00 p.m. y 185 días de descanso, incluye seguro médico, seguro dental y seguro para la compra de medicina. También está respaldado/a por una unión de labor fuerte que representa sus intereses. Nosotros le hacemos todos los trámites. Ayudamos a ubicar a nuestros clientes con trabajo dentro del Departamento de Educación.



6600 JFK Boulevard East, West New York, NJ 07093, (Edificio de oficinas Versailles)

Continental Educational Consultants
Llamar de Lunes a Sábado

551.486.2167
www.continentallanguages.com



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

Proteja sus pisos de madera

Cerca de la mitad de las viviendas existentes tiene pisos de madera, y los profesionales de la industria sospechan que cada vez más propietarios buscan esta modalidad para sus casas.



En una encuesta realizada recientemente, el 90 por ciento de los agentes de bienes raíces dijeron que los pisos de madera son una opción deseable en una casa. Además, aseguraron que

una propiedad con este tipo de pisos se vende más rápido que las que tienen alfombras u otro tipo de opción. Como los pisos de madera predominan tanto en las viviendas, la

protección de los mismos es una importante prioridad para los propietarios.

El cuidado de los pisos de madera sólo requiere precauciones de sentido común y mantenimiento mínimo.

Los pisos de madera actuales se fabrican a menudo con selladores duraderos para proteger la madera, o están compuestos por una combinación de materiales o productos de madera reusada.

Pero eso no quiere decir que no se tomen precauciones para protegerlos aun más contra daños potenciales. **Colocar alfombras o esteritas a la entrada de la casa.** Así la arena, el polvo y otros desechos se quedan en la entrada, y no penetran en el piso de madera, evitando abrasiones con el tiempo.

Prestar especial atención al tipo de calzado que se usa para caminar sobre el suelo. Los tacones altos o zapatos deportivos con pinchos pueden dañar el suelo. Es mejor quitarse los zapatos antes de entrar a una habitación con suelo de madera.

Escoja el tipo adecuado de limpiador de piso. No asuma que como un limpiador en particular es adecuado para los gabinetes o los muebles de



madera, también sirve para el piso. Lea la etiqueta.

Use alfombras o esteritas en áreas de tráfico intenso. Esto evita que se desgasten más que otras zonas del piso.

No deje agua ni líquidos sobre el suelo durante mucho tiempo. Esto degrada la madera y el color.

Use protectores de felpa o plástico en las "patas" de las sillas del comedor o en otros muebles, para evitar ralladuras o arañazos.

El piso de madera puede ser una inversión costosa en una casa, pero deseable por su atractivo estético. Para garantizar que el piso permanezca en buenas condiciones a largo plazo, protéjalo lo antes posible.

¡ATENCIÓN!! MEDIANOS Y PEQUEÑOS NEGOCIOS



Haga
su cita
ahora!!



✓ Salones de belleza ✓ Bodegas ✓ Restaurantes ✓ Laundry ✓ Farmacia
✓ y todos los negocios que interactúen con personas

Incremento sus ventas desde sus propias instalaciones
recibiendo parte de los billones de dólares que vendemos
gracias al Internet.

Entrenamiento personalizado incluido

201-539-6883



Nuestros productos,
de marca y calidad mundial,
están garantizado hasta por 180 días





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



INTERNATIONALOPTICALWNY

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