

epiko®



EPIKO ECONOMÍA

TIENDAS ON LINE EL NEGOCIO MAS FUERTE EN LA NUEVA ECONOMÍA POST COVID

COMO ROMPER CON

LA ADICCIÓN AL SUFRIMIENTO

DR. JR ROMAN

SOLO PARA MUJERES

MAL DE HABITOS



Glaxia

TREVI

SIGUE SIENDO LA DIOSA DE LA NOCHE



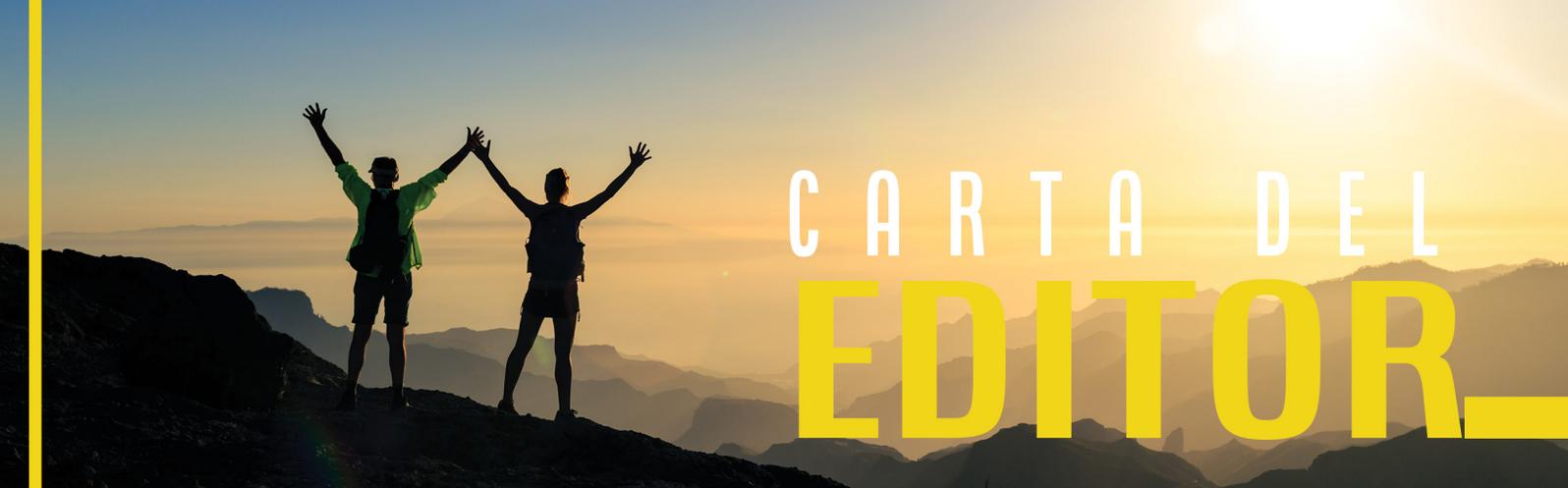
intimafm

92.7 Kissimmee / 93.9 Orlando

**ORLANDO YA TIENE SU ESTACIÓN
PARA BALADAS, POP Y ROMÁNTICAS.**

92.7 FM KISSIMMEE / 93.9 FM ESTE DE ORLANDO

WWW.INTIMAFM.COM



CARTA DEL EDITOR

Llevo 12 años escribiendo esta carta y compartiendo con ustedes temporadas, años, eventos históricos, elecciones en esencia hemos compartido parte de nuestras vidas juntos. Ustedes nuestros lectores a través de los años son fieles seguidores de nuestro trabajo. Ahora los retos de los tiempos que nos han afectado a todos El Covid, la economía y los cambios de estilo de vida que esto ha traído. No nos detienen, pero nos retan a luchar con nuevas herramientas que este tiempo nos requiere trabajar desde el hogar, el cuidado al visitar los clientes en sus comercios, el temor de la gente de salir a la calle y lugares públicos por la exposición a un virus que todavía no controlamos, no tenemos un tratamiento efectivo y tampoco vacuna. Los asuntos políticos y la economía se ponen como excusa para no atender la ciencia y a diferencia de otras partes del mundo el país mas poderoso del planeta sigue de rodillas ante él covid. No obstante, no es responsabilidad del gobierno ponernos una mascarilla, guardar distancia social y sanitizar nuestras manos es asunto nuestro, es asunto de solidaridad humana. Han muerto amigos en este proceso, tengo gente querida que no han salido del respirados en mas de 3 meses todavía. Me pregunto nos debe tocar tan de cerca para darnos cuenta que tenemos un enemigo que no vemos y no tenemos cómo defendernos que no sea nuestro propio sistema inmunológico? Comenzamos en invierno, seguimos en primavera, pasamos el verano y esta es mi carta de la edición de Otoño y pareciera que estamos comenzando, pero la realidad es que no es así han muerto sobre 181,000 al momento que escribo esta carta. Hemos comenzado las clases y en la Florida tenemos mas de 9,000 casos pediátricos en 14 días de Covid. ¿Qué parte no entendemos de la palabra CIENCIA no entendemos? Donde la política es mas importante que la VIDA? Tampoco pero es tiempo de que acabemos con esto mas allá de partidismos, economía tenemos todos en el mundo un factor en común se llama HUMANIDAD. Hagamoslo por HUMANIDAD ! #USAlacienciaynolapolitica #USAmascarilla #NOESTENERMIEDOESCUIDARNOS

En esta edición es un honor contar con la Diva del Rock GLORIA TREVI en exclusiva con EPIKO nos habla de su nuevo DVD ante la situación del Covid ella encontró la forma de acercarse a sus fanáticos que esperaban su nuevo tour la Diosa de la noche. Enterate de como le fue en tiempo de Covid, sus planes al momento y un mensaje muy especial para nosotros. Tendremos el comienzo de la temporada de Open Enrollment de Medicare con información valiosa para todos los usuarios sobre seguros, clinicas y proveedores relacionados para esta temporada donde no se esperan eventos masivos donde usted pueda obtener información Epiko se la Lleva a su hogar. Motivación con el DR. JR Roman, Solo para Mujeres, decora tu hogar para esta temporada y mucho mas.....!

“ Esperamos que el Otoño así como cambia el clima y los colores a nuestro alrededor, cambie nuestra vida con el principio del fin del Covid 19 y que todos seamos parte de la solución y no del problema. Eso son nuestros mejores deseos para todos ustedes, trabajamos arduo para permanecer de pie en este tiempo difícil donde la economía no nos ayuda para seguir pero aquí esta la FE y el empeño para hacerlo.. Dios guarde a sus familias ! ”

CONTENIDO

AGOSTO - SEPTIEMBRE 2020



6 Cómo romper la Adicción al Sufrimiento

10 Mujeres

21 Open Enrollment

26 Rain "El motor de la Naturaleza"

37 Gloria Trevi "Sigue siendo la diosa de la noche"

50 Fortalecidos por Dios



PUBLISHING AGENCY
Elite Marketing International, Inc.

EDITOR-IN-CHIEF
Juan Arturo Morales

ART DIRECTOR
JVR Productions Inc.

GENERAL MANAGER
Jomaris Pagán, MBA

TAMPA GENERAL MANAGER
Jennie Sammur

CONTRIBUTING WRITERS

Dr. JR Román | Dra. Adamar Gonzalez
Jaleez Fonseca | Ismael Aponte
Jessica Santiago Ph.D | Chef Jose Rivera
Juan Arturo Morales

Photographers:
Johanny Becerra

WEB MASTER
JVR Productions, Inc.

LEGAL ADVISOR
The Law Offices of Hernan Cortes Rodriguez

MARKETING & ADVERTISING
407-729-8300
epikomagazine.com
juanarturomorales@gmail.com

Polk County:
Alicia Lopez 863-557-8003

Tampa Area:
Jennie Sammur 787-550-3070
Email:epikotampamagazine@gmail.com

ADVERTISING **AGENCY**

**BRANDING
PHOTOGRAPHY**

SEO GRAPHIC DESIGN
**MULTIMEDIA, RENTALS
PROMOTION EVENTS**

**PROGRAMMING, FILMS
PRINTING**

MEDIA BUYING
SOCIAL MEDIA MARKETING

GRAPHIC DESIGN

WEBSITE DEVELOPING

WRAPPING



No part of Epiko Magazine may be reproduced in any form by any means without prior written consent from Elite Marketing International.

For permissions requests, please call 407-729-8300, or email us to juanarturo@epikomagazine.com Printed in USA

WWW.JVRPRODUCTIONS.COM

C Ó M O R O M P E R L A A D I C C I Ó N A L

Sufrimiento



JR Roman | Master Coach
jromanmotivando@gmail.com

La vida es el escenario donde se libran las batallas. Cada día enfrentamos nuestros propios retos. Producimos más de 60 mil pensamientos diariamente, pasamos más de 10 horas al día en un diálogo íntimo con nosotros donde procesamos miles de pensamientos. Imaginamos las cosas, le damos vida a nuestras creencias. Muchas veces por lo que estamos viviendo, esto nos llena de miedos, ansiedad, angustias por las luchas que tenemos. Vivimos llenos de temor enfrentamos situaciones difíciles todos los días. Te has preguntado por qué a muchas personas le gusta sufrir, perpetuar esa situación negativa que le está causando tanto dolor. Al igual que muchos padecen de alguna adicción a comer, a beber, a fumar, al alcohol, a las drogas, etc. Hay otros que son adictos al dolor, a sufrir. Viven sufriendo por todo. Una persona adicta al sufrimiento puede ser como una mala hierba que contamina todo lo que tiene a su alrededor.

Quiero indicarte que el dolor y el sufrimiento son dos cosas diferentes: el dolor es algo natural que se manifiesta en cualquier momento, es una sensación desagradable y que lastima profundamente. El sufrimiento es una situación mental la persona desarrolla una actitud de queja o lástima mostrándose así insostenible. Aunque parezca difícil de creer, muchas personas son adictas al sufrimiento. Es decir, eligen al sufrimiento como forma de vida y lo hacen un hábito al que no pueden controlar. La adicción al sufrimiento es una condición, que en principio le permite a la persona que la padece cubrir una carencia o necesidad emocional. Lo han experimentado desde la infancia o por muchos años. Están tan acostumbrados al sufrimiento que a veces no se dan cuenta que tienen otras alternativas diferentes en sus vidas. Cuando aparecen oportunidades de felicidad, hacen cosas conscientes o inconscientemente para boicotearse, para que las cosas no salgan bien. Viven resignadas, convencidas que el sufrimiento es la única forma de vivir sus vidas y lo eligen en vez de preferir paz interior y bienestar general. Por lo general la adicción al sufrimiento se está presente en todas sus relaciones: laborales, familiares, de amistad o de pareja.



No estoy diciendo que estamos exento al sufrimiento, lo que te quiero decir es que nos relacionamos o buscamos situaciones para estar siempre sufriendo. Un ejemplo es cuando se termina una relación, la persona se queda sufriendo por años. "El dolor es inevitable pero el sufrimiento es opcional" Es natural que te duela, lo que no es natural es que estés sufriendo toda la vida, hay que soltar, dejar ir, borrar esos recuerdos dolorosos, eso te sanará.

“

Para salir de la adicción del sufrimiento el primer paso como en toda adicción, consiste en que la persona lo reconozca y quiera hacer algo al respecto.

”

Una de las recomendaciones es cambiar tu estilo de pensamiento, si te quedas conectado con los pensamientos que te sabotean, que te quitan fuerza, que te producen malestar y dolor definitivamente no podrás salir de ese estancamiento emocional. Recuerda que vives 8,760 horas al año. Si multiplicas ese número por el total de años que has vivido te dará el total de horas que has vivido. Si por ejemplo tienes 40 años has vivido 350,000 horas de vidas. Producimos cerca de 24 millones de pensamientos al año por 40 años tendrías 960 millones de pensamientos generando emociones, sentimientos, estados de ánimos, actitudes y hábitos que forman tu personalidad, tu carácter y tus resultados.

Cambia de canal, como siempre digo, sintonízate con pensamientos que te den fuerza, valor, pensamientos de motivación, que te realcen tu persona. Reconoce que el sufrimiento no nos va ayudar en nada, al contrario, nos daña, nos lacera, nos enferma y nos perjudica.

Desarrolla una lista de todos los momentos felices que has vivido, escribe todas las metas que has alcanzado en tu vida, conéctate con las personas que te enriquecen, que te valoran y celebran tu vida. Recuerda que por cada minuto negativo que pasas necesitas 11 minutos positivos para volver a la normalidad. Mantente en dieta mental. Te invito a que veas una conferencia que ofrecí sobre Cómo vencer la adicción al sufrimiento. Visita reinventateahora.com, poncha el logo de YouTube y disfrútala.

Te invito a que te perdones, muchas personas son adictas al sufrimiento porque tienen una creencia que nacieron para sufrir y eso no es cierto. Tu naciste para ser feliz. Busca ayuda profesional, lee libros que te ayuden a salir de esta situación, ora, medita.

Es hora de cambiar lo que está dentro de ti. Lo que te hace infeliz en realidad no son las cosas que están afuera, lo externo, sino la frustración interna que tiene grabada en tu disco duro. Es tiempo de tomar una decisión de cambiar, tiempo de ir tras una vida extraordinaria, tiempo de elevarse. Es tiempo de parar de sufrir. El cambio comienza hoy. ¡Tú decides!



Sweets by Sisters
JULIANNA & GABRIELA

Aun en cuarentena,
No nos olvidamos de tu
cumpleaños



FOLLOW US



 @Sweetsbysistersb
 @Sweetsbysisters

Or Text us/Whatsapp
321-297-8080
407-978-4650



- Accidentes de Autos
- Caídas y Resbalones
- Muerte por Negligencia



THE LAW OFFICES OF
Hernán Cortés Rodríguez

OFICINA EN KISSIMMEE
(407) 649-0791

120 Broadway, Suite 306
Kissimmee, Florida 34741

 corteslawgroup@hotmail.com
 www.hernancortesrodriguez.com



Casos Penales Estatal y Federal

- DUI
- Casos de Drogas
- Violencia Doméstica



THE LAW OFFICES OF
Hernán Cortés Rodríguez

OFICINA EN KISSIMMEE
(407) 649-0791

120 Broadway, Suite 306
Kissimmee, Florida 34741

 corteslawgroup@hotmail.com
 www.hernancortesrodriguez.com



Inmigración & Naturalización

- Asilo Político -



THE LAW OFFICES OF
Hernán Cortés Rodríguez

OFICINA EN KISSIMMEE
(407) 649-0791

120 Broadway, Suite 306
Kissimmee, Florida 34741

 corteslawgroup@hotmail.com
 www.hernancortesrodriguez.com



Quiebras [Bancarrotas]



THE LAW OFFICES OF
Hernán Cortés Rodríguez

OFICINA EN KISSIMMEE
(407) 649-0791

120 Broadway, Suite 306
Kissimmee, Florida 34741

 corteslawgroup@hotmail.com
 www.hernancortesrodriguez.com



Mujeres



¡BENDICIONES MUJER!

Durante este confinamiento he tenido la oportunidad de comunicarme con muchas mujeres que al igual que tú y que yo, hemos confrontado en esta situación. Algunas me han compartido que han llevado a cabo una guerra campal con sus demonios, otras han aprovechado para conectar más con Dios, por otra parte muchas se han enfrentado en un cuadrilátero con sus esposos o hijos, mientras otras se han sumergido en una gran depresión...esto me lleva a reafirmar que nuestros pensamientos rigen nuestros hábitos, comportamientos y se apodera de todo nuestro entorno.

La conciencia emocional es el despertar a la inteligencia emocional: ese primer escalón donde identificar y determinar esa coestión que hay detrás de nuestros estados anímicos para asumir el control y sentirnos más competentes en nuestras vidas. Hablamos sin duda de una habilidad que todos deberíamos desarrollar, de una herramienta de poder con la que ser mejores gestores de las emociones propias.

En Solo para Mujeres como en la revista en general encontrarás un oasis de información que te brindará información, conocimientos y estabilidad emocional. Sentir, pensar y vivir positivamente mejora considerablemente nuestra calidad de vida. Pero para eso estamos aquí, para darte las herramientas necesarias para corregir, porque siempre estamos a tiempo, porque todo cambio es bueno. Ninguna experiencia es un desperdicio si aprendemos algo de ella. A lo mejor esta pandemia llegó para darnos la oportunidad de volver a empezar, hagámoslo con mejores hábitos.



Te invito a que juntas emprendamos un nuevo recorrido con todo lo que trae “Solo para Mujeres” en esta nueva edición. En algunas páginas subsiguientes a esta, podrás encontrar mi artículo para esta edición que está dedicado a ti, que siempre me lees. Búscalo, léelo y atesóralo, se titula “Mal de hábitos”, pero sobre todo lleva a la práctica todo aquello que entiendes que podría llevar tu vida de lo trágico a lo mágico. Iniciemos...Solo para Mujeres un espacio diseñado especialmente para ti.

Tu amiga de siempre,

Jaleez Fonseca



La llegada de la pandemia nos ha forzado a pausar y repensar, desde lo que hacemos, lo que queremos, lo que somos, cómo actuamos y cómo queremos ser después de esto. Muchas nos dimos cuenta de que había cosas que no hacíamos, no por falta de tiempo sino de disciplina o que no era exceso de trabajo sino falta de paz emocional. En fin, bien dicen que las cosas que hacemos todos los días son las que definen nuestro futuro. Y para cambiar nuestro futuro tenemos que deshacernos de los malos hábitos. Un hábito es una acción o rutina que repetimos constantemente y con el paso del tiempo tiende a volverse inconsciente, si no, imagínate el tiempo que perderías pensando en levantarte, lavarte los dientes, meterte a bañar, etc. Básicamente consideramos todo lo que hacemos de rutina como un hábito. Que si vas al gimnasio es porque tienes la costumbre de hacer ejercicio, que si eres impuntual es porque tienes la costumbre de salir tarde. Toda característica nuestra tiene un hábito detrás. Y más interesante aún, la única forma de cambiar un hábito es sustituyéndolo con otro. De ahí la importancia de hacer consciencia, corregir los malos y agarrarte de los buenos. Seguro has de estar pensando, “ah pues se dice fácil” o “¿con leer esto ya se me cambian los hábitos?”. No. Como todo cambio, depende de ti que quieras y hagas que suceda.

Los malos hábitos no son tan diferentes de los buenos hábitos. Al menos funcionan a nivel neuronal de la misma manera. ¡Eso significa que ya eres una experta en crear hábitos y eso es una buena noticia! Es buena noticia porque así como creaste tus malos hábitos también puedes crear hábitos positivos, usando la misma estrategia. Eso va a generar que logres tus metas con mayor facilidad. Si haces un balance entre tus malos hábitos y tus buenos hábitos y resulta que tienes más de los malos hábitos vas en una dirección que no te conviene.

Tranquila, aquí vamos con estrategias que te ayudarán a trabajar en tus malos hábitos. El primer paso para cambiar tus malos hábitos es hacerte consciente de ellos. En donde pones tu atención pones tu enfoque. Identifica 3 o 4 malos hábitos que si los cambiaras, podrían darte el resultado que quieres. Para vencer a los malos hábitos primero tienes que identificarlos. Después, hacer un plan para reemplazarlos.



Sé consciente de todos los detalles relacionados con ese mal hábito

Para detener un mal hábito hay que ser consciente de que se tiene y de que solo una misma es capaz de eliminarlo. También es importante entender qué es y cómo funciona ese hábito que se desea eliminar. Tienes que preguntarte por qué, en qué circunstancias, cómo... y cualquier otra cosa que pueda ayudarte a hacer una descripción detallada de ese mal hábito.

Diseña estrategias para ayudar a detener el hábito. Los hábitos tienen tendencia a repetirse hasta que estén completamente rotos. Puesto que son automáticos. Por lo tanto, tendrás que hacer un gran esfuerzo para romperlos completamente para evitar esta repetición. Es el momento de diseñar una estrategia para frenar ese comportamiento una vez y por todas.

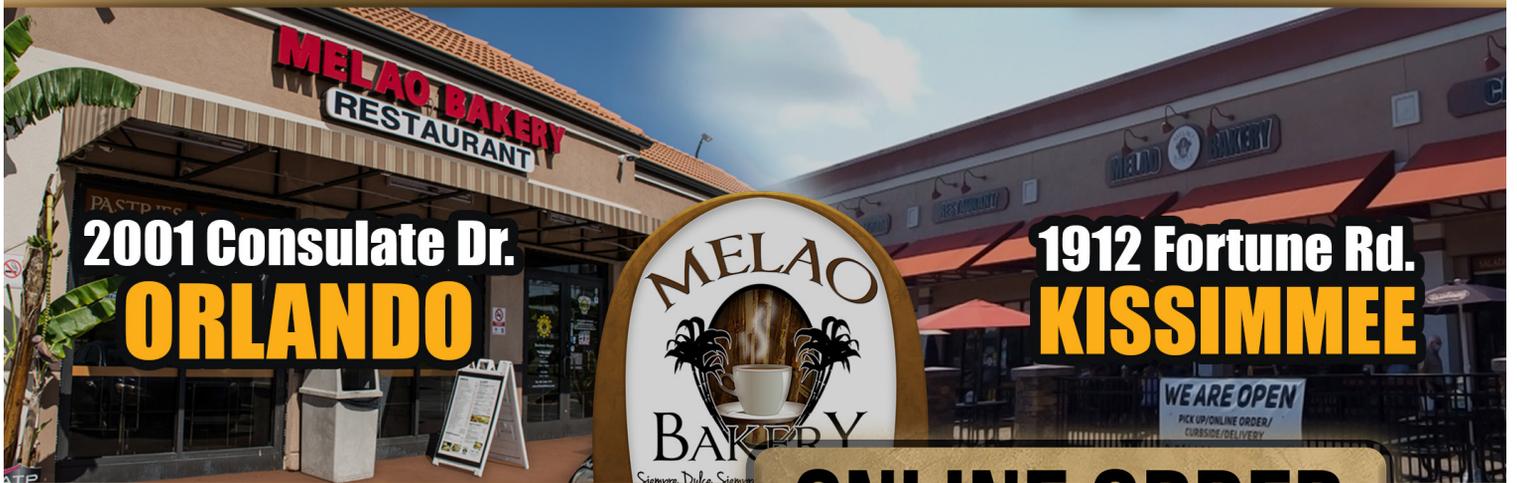
Persiste en ser consistente y hacer el seguimiento del progreso

La consistencia y persistencia, son las dos medidas más importantes para romper ese mal hábito. Si trabajas duro la primera semana, pero luego aflojas, no conseguirás erradicar el mal hábito. Es posible que en algún momento sientas que no puedes conseguirlo, que es demasiado para ti. Por eso es importante que establezcas un sistema de recompensas para reforzarte y que sigas pensando en las ventajas que obtendrás cuando lo consigas.

T u C o a c h ,
Jaleez Fonseca



¡DISFRUTA DE NUESTRA Sabrosura!



2001 Consulate Dr.
ORLANDO

1912 Fortune Rd.
KISSIMMEE

Curbside Pickup:
407.348.1777

ONLINE ORDER

MelaoBakery.com



AHORA ES QUE COMIENZA A BRILLAR LA EMPATÍA

Jessica Santiago Rentas, Ph.D.

El Covid-19 saca lo mejor de todos nosotros. Cuando vamos al supermercado y tomamos todo lo que podamos, sin pensar en que otros también necesitan. Nos quejamos constantemente porque estamos encerrados en nuestras casas, sin mirar los que están encerrados en un hospital, ya sea trabajando día y noche o en una cama con diagnósticos desconocidos. Hacemos memes de cuan obesos terminaríamos luego de tantos "lockdown", sin embargo, en muchos lugares del mundo no hay que comer y les encantaría estar encerrados solamente comiendo. Peor aún, que si esta crisis continua, es posible que comience la escasez de alimentos y vamos a desear comernos todas las calorías que tengamos en frente sin importar la balanza.

Ahora es que comienza a brillar la empatía con un gobierno que comienza a legislar proyectos tratando de engañar a un pueblo, haciéndolos creer su interés social, cuando lo que desean es ganar las elecciones de este año. Tienes personas que se lamentan de estar en sus hogares con sus hijos por mucho tiempo y estudiar con ellos, pero critican al maestro que lo hace todos los días. Vemos bromas sobre la pareja que te acompaña en estos encierros, quien tu decidiste fuera tu esposo o esposa, mientras otros solos, deseando pasar este tiempo con alguien. Empleados que se quejan porque estos días serán cargo a licencia y los que están trabajando, se quejan porque quieren quedarse en sus casas y no exponerse al virus.

Ahora es que brilla la empatía, cuando leemos que alguien es asaltado en el periodo de toque de queda y lo primero que pensamos, que hacia en la calle, pero olvidamos el verdadero crimen. Vivimos con un gobierno poco cualificado para atender situaciones de emergencias en muchas ocasiones, porque ni ellos mismos se cualifican, los jefes de agencia tienen más rotación que una compañía sin beneficios y mal pagos. Sin embargo, si no nos impone un toque de queda, somos incapaces de reconocer la crisis y la seriedad del asunto y queremos janguear hasta que no boten.

Ahora es que brilla la empatía, cuando nuestras decisiones son pensadas única y exclusivamente para satisfacer mi bien y olvidar el bien común. Una de las cosas más lindas que tiene el ser humano es poder escuchar, ver, sentir, oler y hasta probar no solo lo que hay en tu plato, y lo digo simbólicamente, sino que también puedes probar el plato de tu vecino. Que brille tu empatía, nunca es tarde. No te concentres en la crítica y en lo que otros hacen mal, cuando tu puedes ser mejor que ellos y mejor persona cada día.



FARMASI

TODOS ELLOS TIENEN ALGO EN COMÚN....

TODOS TIENEN TIENDAS VIRTUALES

TODOS ELLOS TIENEN UN NEGOCIO DESDE EL HOGAR

**TODOS ELLOS CUENTAN CON
MAS DE 400 PRODUCTOS EN SUS
TIENDAS CON SOLO**

\$19.99

Quieres unirte a una verdadera oportunidad...UNETE llamando en tu area a cualquiera de estos empresarios de exito!



ALONDRA PAGAN
Beauty Influencer
Farmasius.com/Alondrapagan2
787-391-8891/ Puerto Rico



JUAN ARTURO MORALES
Beauty Influencer
Farmasius.com/Juanarturo
407-729-8300 / Orlando



BRENDA RIVERA
Beauty Influencer
Farmasius.com/Brendariverarealtor
407-902-1275 / Kissimmee



GABRIELA BERRIOS
Beauty Influencer
Farmasius.com/Gabrielaberrios
407-978-4650 / Orlando



JOMARIS PAGAN
Beauty Influencer
Farmasius.com/Jomarispagan
407-256-7455 / Orlando



LAVINIA CAMPOS
Beauty Influencer
Farmasius.com/laviniacampos
407-616-7677 / Orlando



KRISTAL FERNANDEZ
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Kristalfernandez](https://www.farmasius.com/Kristalfernandez)
407-508-4168 / Celebration



ZELMARIE ROSADO
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Zelmarie](https://www.farmasius.com/Zelmarie)
407-844-1203 / St. Cloud



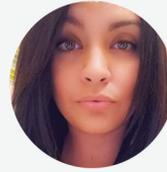
MARILYN MENDEZ
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Marilynmendez2](https://www.farmasius.com/Marilynmendez2)
Newyork



ANNIE ANDINO
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Annieandino](https://www.farmasius.com/Annieandino)
407-252-0956



MELANIA BASTOS
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Melaniabastos](https://www.farmasius.com/Melaniabastos)
407-617-2437 / Orlando



FRANCES NEGRON
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Francesnegrón](https://www.farmasius.com/Francesnegrón)
321-230-2289



VIVIALISSE MORALES
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Vivialisse](https://www.farmasius.com/Vivialisse)
407-640-1007 / Kissimmee



ANGIE ROBERY
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Angierobery](https://www.farmasius.com/Angierobery)
787-929-0394



WANDA MORALES
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Beautifulmoon](https://www.farmasius.com/Beautifulmoon)
407-501-9837/ Lake Nona



MARCELINA BLANCO
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Marcelinablanca](https://www.farmasius.com/Marcelinablanca)
407-922-5893



IRMA FIGUEROA
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Irmasecret](https://www.farmasius.com/Irmasecret)
407-460-5934 / Kissimmee



EDALY VERGARA
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Edalyvergara](https://www.farmasius.com/Edalyvergara)
352-455-9915



ISIS PADILLA
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Isispadilla](https://www.farmasius.com/Isispadilla)
407-813-7565 / Kissimmee



ESTEFANIA CASTRO
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Estafaniacastro](https://www.farmasius.com/Estafaniacastro)
407-413-0848 / Orlando



YAIRALY ROBLES
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Yairalyrobles](https://www.farmasius.com/Yairalyrobles)
321-301-2337 / Kissimmee



NELSON ORTIZ
Beauty Influencer
[Farmasius.com/Nelsonortiz](https://www.farmasius.com/Nelsonortiz)
716-400-5120 / North Carolina



CAROLINA ROQUE
Beauty Influencer
Farmasius.com/carolinaroque
407-779-6085 / Orlando



SANTA MATOS
Beauty Influencer
Farmasius.com/Santamatos
407-922-3051 / Kissimmee



ADRIANA SALAZAR
Beauty Influencer
Farmasius.com/adrianasalazar233
407-569-9387 / Orlando



RAQUEL RIVERA
Beauty Influencer
Farmasius.com/Raquelfashion
201-293-9885 / Kissimmee



ELSIE VALENTIN
Beauty Influencer
Farmasius.com/Elsievalentin
407-860-9080 / Clermont



LIZELBA GARCIA
Beauty Influencer
Farmasius.com/Lizelbagarcia
407-929-2532 / Windermere



EDWIN GONZALEZ
Beauty Influencer
Farmasius.com/EdwinGonzalez72
787-307-8571 / Kissimmee



JULIANA BERRIOS
Beauty Influencer
Farmasius.com/Juliana
321-297-8080 / Orlando



JACQUELINE LOPEZ
Beauty Influencer
Farmasius.com/JacquelineLopez
407-791-5182 / Kissimmee



JUDITH VERA
Beauty Influencer
Farmasius.com/Judithvera
407-285-6226 / Kissimmee



JENIFFER ROSA RIVERA
Beauty Influencer
Farmasius.com/Jenifferrosarivera
321-805-9093 / Kissimmee



¿NECESITAS UN PRÉSTAMO HIPOTECARIO?



THE ADVANCED MORTGAGE
GROUP



¡ Podemos pagar una parte de sus Costos de Cierre ! *

ORIGINAMOS PRÉSTAMOS A PARTIR DE 600

HABLAMOS INGLÉS Y ESPAÑOL

Hacemos realidad el sueño de todo aquel que quiera ser dueño de una propiedad.
¡UNA TRANSACCIÓN A LA VEZ!

- ✓ FHA Loans
- ✓ Conventional Loans
- ✓ VA Loans
- ✓ USDA Loans
- ✓ Jumbo Loans
- ✓ 10, 15, 20, 30 Year Loans
- ✓ Non-QM
- ✓ 203k Rehab
- ✓ Down Payment Assistance
- ✓ Investment

Solicite su préstamo en línea



Rellene el formulario

Sólo tiene que introducir sus datos básicos en nuestra página web.



Consiga la aprobación

Nuestros ejecutivos aprueban su préstamo en solo 10 minutos.



Obtenga su dinero

Está a un solo paso de cumplir su sueño y comprar su nuevo hogar o negocio.

The Advanced Mortgage Group

www.theadvancedmortgage.loans

3495 West Vine Street. Kissimmee FL. 34741

The Advanced Mortgage Group LLC | Licencia NMLS 1816453.

* Sólo está disponible para aquellos que califican. Se aplican términos y condiciones



Contáctenos hoy
(407) 777-6691

Selling Secret" You Can't Afford To Miss"



Maria Pagan
Autora

Este libro fue hecho para reconocer estrategias de ventas de cada parte de casa ayudándote atraer a la mayor cantidad de compradores y maximizar sus ganancias. Aprenderás ideas de como reubicar y acomodar cada habitación, consejos para crear areas atractivas, la importancia de las buenas fotografías, que reparaciones, retoques y mucho mas que mejoraran el valor de su casa. Por mas de 20 años en la rama de bienes raíces he visto muchos detalles que han hecho que los clientes no saque lo mejor de sus propiedad. Aquí le proporcionare una guia eficaz para que tenga la transaccion inmobiliaria mas exitosa posible. Este libro fue dedicado para usted.

*¡Siempre
con la Gente
en Mente!*



**CONSULTA
GRATIS**

24/7

**SERVICIOS DE
EMERGENCIA**

Nos especializamos en
INSPECCIONES
RESIDENCIALES Y COMERCIALES

Daños por Agua
Tubos Rotos
Daños por Fuego-Humo
Vandalismo
Huracanes
Limpiezas por Aguas Sucias

(321)277-0149

JPEREZ-FBI@CFL.RR.COM • JPEREZ.FBI28@GMAIL.COM



OPEN

ENROLLMENT

LOS EXÁMENES PREVENTIVOS DE MAMOGRAFÍA

Recientemente se realizó un estudio en el que se determinó que las mujeres hispanas tienen un 25% más de riesgo de desarrollar cáncer de mama y de ovario. En el estudio, los investigadores examinaron grupos de mujeres hispanas en Houston, Boston y América Latina y otras áreas, y descubrieron que tienen un mayor riesgo de variaciones genéticas en el gen BRCA debido a un efecto fundador de la herencia maya y española.

Estos resultados pueden generar temor, pero es importante saber que las mamografías regulares pueden ayudar a detectar el cáncer de mama temprano y, en última instancia, salvar una vida.

Mamografías de diagnóstico y de detección
La mamografía usa rayos X para crear una imagen de la mama. Las mamografías de detección y las mamografías de diagnóstico utilizan el mismo equipo y los mismos procedimientos. La diferencia radica en la cantidad de imágenes realizadas.

Mamografías de diagnóstico
Las mamografías de diagnóstico son para mujeres que se han detectado signos de cáncer de mama, como un bulto, dolor en el pezón o secreción. Durante una mamografía de diagnóstico, se toman múltiples imágenes desde diferentes ángulos para ayudar a los médicos a hacer el diagnóstico más preciso. Debido a la cantidad de imágenes tomadas, recibes más radiación. Sin embargo, todos los equipos modernos de mamografía digital usan bajas dosis de radiación, y los últimos sistemas de mamografía 3D emplean aún menos.

Mamografías de detección
Las mamografías de detección son un procedimiento preventivo para las mujeres que no tienen signos de cáncer de mama. La mamografía de detección toma menos imágenes en menos tiempo, y tú recibes menos radiación.

PUEDEN SALVARTE LA VIDA

POR ADVENTHEALTH



¿ERES DE ALTO RIESGO?

Es importante que conozcas tu nivel de riesgo de cáncer de mama. Existen ciertos factores de riesgo que puedes controlar, como el peso y el estilo de vida; sin embargo, hay otros que no podrás controlar, entre ellos:

- EDAD
- DENSIDAD DEL TEJIDO MAMARIO
- ANTECEDENTES FAMILIARES DE CÁNCER DE MAMA
- PRIMER PERÍODO MENSTRUAL ANTES DE LOS 12 AÑOS
- MUTACIONES GENÉTICAS EN LOS GENES BRCA1 Y BRCA2
- ANTECEDENTES DE FIBROMAS U OTRAS AFECCIONES MAMARIAS BENIGNAS
- RAZA Y ETNIA

Cuando comprendes los factores de riesgo de cáncer de mama que puedes controlar, puedes manejarlos mejor con la orientación de médicos que tienen en cuenta tu salud integral.

Si tu riesgo de cáncer de mama es más alto que el promedio, es posible que tengas que hacerte exámenes adicionales que incluyen imágenes de resonancia magnética (MRI) y ultrasonido. Aunque esos exámenes se pueden combinar con una mamografía, no la reemplazan.

- ESTE TIPO DE EXPLORACIÓN ES MÁS EFICAZ PARA LAS MUJERES CUYOS ANTECEDENTES DE SALUD INCLUYEN:
- UNA MUTACIÓN DEL GEN BRCA1 O BRCA2
- UN FAMILIAR INMEDIATO (MADRE, HERMANA O HIJO) CON BRCA1 O 2
- TRATAMIENTO DE RADIACIÓN EN EL PECHO ENTRE LOS 10 Y LOS 30 AÑOS

Los exámenes de ultrasonido usan ondas sonoras para crear una imagen. Las mujeres que están embarazadas o que tienen un riesgo muy alto de cáncer de mama, y que no pueden hacerse una resonancia magnética ni exponerse a rayos X, pueden aprovechar los beneficios de la ecografía. También es mejor para detectar cánceres de mama en mujeres con tejido mamario denso, ya que el diagnóstico se dificulta mediante la mamografía.

Toma medidas tempranas con el cuidado preventivo

Si has pospuesto tu mamografía, no te demores más. Estamos a tu disposición para ayudarte a obtener las pruebas de detección que podrían salvar tu vida y para protegerte en cada uno de los centros.

Si tienes entre 20 y 40 años, tu médico debe hacerte un examen clínico de mamas cada tres años. Si tienes 40 años o más, una mamografía de detección anual podría ser la opción recomendada por tu médico.

Si no estás segura de cuándo comenzar a hacerte las mamografías de detección anuales, habla con tu proveedor de atención médica para desarrollar un plan de detección personalizado. Si tu médico te recomienda una mamografía de detección, puedes programar tu cita en línea hoy visitando, ProgramaTuMamografia.com

EN ESTOS TIEMPOS DIFÍCILES ¿NO DEBERÍAS PRESTAR ESPECIAL ATENCIÓN A QUIEN TE ESTÁ BRINDANDO TUS CUIDADOS PRIMARIOS?



NUESTROS MIEMBROS TIENEN ACCESO INMEDIATO A SERVICIO MÉDICO DE CALIDAD:



Telemedicina

con citas virtuales para su cuidado médico de rutina, para asegurar su seguridad y conveniencia.



Farmacia

con entrega a domicilio de sus medicinas. Podemos entregarle hasta 90 días de sus medicinas directo a su casa.



Líneas de Urgencia las 24 horas

Los miembros que presenten síntomas de gripe o de COVID-19 se les invitará a quedarse en casa y llamar a Cano Health al 855.226.6633.

ADEMÁS TENEMOS A TU DISPOSICIÓN:

- Transporte • Cano at Home
- Fisioterapia • Dental • Cano Life



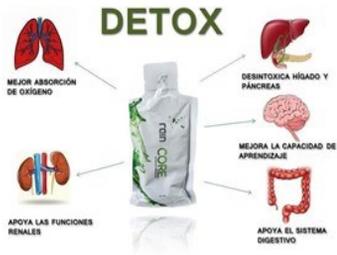
CanoHealth



800.202.6968 / CanoHealth.com



*La compañía de
más rápido crecimiento en USA,
según la revista INC.500 (08/20)



Toda vida es creada de una semilla...

Y tu vida tienes que regarla con RAIN

NURISHES AND REVITALIZES

DETOXIFIES

JOINT YOUTH

DIGESTIVE HEALTH



visita: <http://www.myrainlife.com/Juanarturo>

Comunícate al 407-729-8300



EL
MOTOR
DE LA
NATUR-
ALEZA

Antes de brotar, toda planta está contenida dentro de una semilla. No es coincidencia que las semillas, la parte más pequeña de la mayoría de las plantas, contengan la forma más robusta de nutrientes y sean la base de todos nuestros productos Rain International.

Rain conserva los potentes beneficios de las semillas, por medio de un proceso de prensado en frío que utiliza a toda la semilla para que su nutrición sea más sabrosa y eficaz. Este proceso es mínimo, ligero y no somete las semillas a productos químicos ni altas temperaturas que podrían debilitar sus efectos nutritivos. El resultado es una máxima concentración de nutrientes, incluyendo antioxidantes, fitoesteroides, ácidos grasos esenciales, fosfolípidos y minerales disueltos.

Las SEMILLAS son el héroe anónimo de los alimentos saludables que deberíamos comer cada día y son el ingrediente principal de este destacado alimento.

El modelo es simple, la semilla es lo más poderoso en la naturaleza. Tienen de 20-30 veces más concentración nutritiva comparada con cualquier parte de la planta, por lo tanto son el génesis de la nutrición y de la vida. Contienen vitaminas, minerales, proteínas, aminoácidos, fibra y ácidos grasos esenciales

El modelo es simple, la semilla es lo más poderoso en la naturaleza. Tienen de 20-30 veces más concentración nutritiva comparada con cualquier parte de la planta, por lo tanto son el génesis de la nutrición y de la vida. Contienen vitaminas, minerales, proteínas, aminoácidos, fibra y ácidos grasos esenciales

Miles de estudios científicos se han llevado a cabo con resultados poderosos que respaldan la efectividad de las semillas para múltiples facetas de la salud.

● RESPALDADOS POR 20 AÑOS DE INVESTIGACIÓN

Todo comenzó en la Universidad de Maryland, cuando unas científicas buscaban un alimento para ayudar a niños con leucemia a recuperarse de los efectos de las quimioterapias, con ello, llegaron a la conclusión que en las semillas hay una nutrición más densa de 20 a 30 veces más que cualquier otra parte de la planta incluidos los frutos, hojas, tallos o raíces; eligieron las semillas de Uva Chardonay, Frambuesa Oscura y comino Negro o Nigella Sativa; a estas tres semillas le adicionaron Ribosa D para potenciar el efecto benéfico de estas semillas.

● LOS RESULTADOS FUERON POR ENCIMA DE LO ESPERADO.

La ciencia detrás de Rain International aprovecha SOUL a otro nivel y se espera aún más en sí por ofrecer un producto de bienestar verdadero que no sólo cuenta con 20 años de estudios clínicos, sino también con el respaldo de testimonio, tras testimonios, los increíbles resultados que la gente está experimentando.



RECUPERA TU CABELLO

EN MINUTOS SIN CIRUGÍA,
PRÓTESIS CAPILARES PARA HOMBRE.

RENUEVA TU ESTILO ADQUIRIENDO UN SISTEMA O PRÓTESIS CAPILAR INDETECTABLE.

Siempre con la mejor calidad y garantía. Todos los hombres que están experimentando pérdida de cabello, parcial o completa, estamos seguros que quieren solucionar este problema, la imagen que proyectamos a los demás hoy día es muy importante. Muchos hombres rechazan recurrir a un procedimiento quirúrgico doloroso y sin privacidad. Si lo que quieres es una opción sencilla, privada y económica, ¡no necesita buscar más! Consulte nuestros especialistas certificados y nuestra amplia variedad en prótesis capilares 100% cabello humano. Podrá personalizarla de acuerdo a sus gustos o necesidades. Recuerde que siempre será atendido por el mejor equipo de profesionales. Sin importar cual sea su problema de pérdida de cabello, tenemos un sistema de alternativas capilar 100% seguro para usted!

Vietrulife Medical Spa a través de nuestros productos y servicios queremos aportar a mejorar el estilo de vida de aquellos que carecen de dichas características que el mundo exige en la actualidad. Con una mejor calidad de vida mediante el desarrollo de la necesidad básica de autorrealización y auto estimación física.





Te ofrecemos un Sistema exclusivo, privado y únicos en Vietrulife Medical Spa. en prótesis capilares 100% indetectable, que facilita la vida cotidiana de cualquier persona, ya que permite desenvolverse en diferentes contextos como: gimnasio, piscina, playa, deporte, entre otros.

Nuestra diferencia a otras propuestas comerciales le conocemos como complemento preventivo Laser Therapy Hair Growth tecnología para tratamiento de la caída y el adelgazamiento del cabello. Tecnología Laser

Therapy Red Light: la luz roja atraviesa el cuero cabelludo, afecta directamente los folículos capilares y nutre profundamente las raíces del cabello.



Mejora la capacidad de regeneración de la fibra de colágeno, promueve el efecto fotoquímico celular y promueve la generación y el crecimiento del cabello.



Aumenta la circulación sanguínea del cuero cabelludo - Promueve la absorción de nutrientes, mejora la regeneración celular y equilibra la secreción de aceite del cuero cabelludo.



Mejora la función inmunológica de los glóbulos rojos y blancos, promueve el crecimiento saludable del cabello.



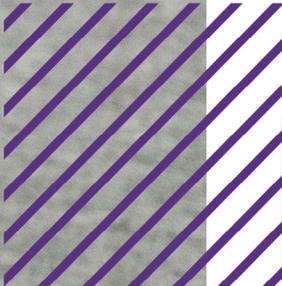
Con puntos de irradiación, proporciona una gran área de irradiación y cobertura del área del cuero cabelludo.



El dispositivo es adecuado para la caída del cabello, alopecia seborreica y otros problemas de caída del cabello.

Adecuado tanto para hombres como para mujeres a la vez Ayuda al Crecimiento y reparación del cabello dañado.

Este tratamiento se complementa como parte del procedimiento en todas nuestras prótesis la cual simulan que el cabello nace del cuero cabelludo. pregunta por esta tecnología y comprueba su efectividad. Las prótesis capilares en climas cálidos pueden durar entre 8 a 10 días sujeto a la piel, en climas fríos durara 14 a 16 días (Este tiempo puede variar según el cuidado y sus actividades regulares), pasado este tiempo por causas de higiene, y de adherencia de la cinta se debe retirar y realizar un mantenimiento que consiste en realizar el cambio de la cinta, lavado de la prótesis capilar y cuero cabelludo y se vuelve a instalar sobre el cuero cabelludo.



Para más información visita nuestra página web
www.vietrulifemedspa.com
Teléfono (407)605-0318

PUEDES CAMBIAR A UN PLAN MEDICARE ADVANTAGE DE CINCO ESTRELLAS YA MISMO

**Inscríbete en el plan de Cigna para tener
una cobertura excepcional**

No te conformes con menos que este plan Medicare Advantage de cinco estrellas, que incluye:

- › \$0 de prima mensual
- › \$0 de copago del médico de cuidado primario
- › \$0 de copago por especialista
- › \$0 de copago para muchos medicamentos con receta

Para obtener más información, llama a:

Diana Castellanos

Celular: (407) 489-7380

Lunes a Sábado 8:00am a 8:00pm

Representante con licencia autorizado

5

5 de 5 estrellas para 2020



**Otorgadas por
Medicare por la calidad
y el desempeño**



Cada año, Medicare evalúa los planes sobre la base de un sistema de calificación de 5 estrellas. Todos los productos y servicios de Cigna se brindan exclusivamente por o a través de subsidiarias operativas de Cigna Corporation. El nombre de Cigna, los logotipos, y otras marcas de Cigna son propiedad de Cigna Intellectual Property, Inc. Debes vivir en el área de servicio del plan. Disponible en determinados condados de Florida. Cigna complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex. Cigna cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo. English: ATTENTION: If you speak English, language assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-888-284-0268 (TTY 711). Spanish: ATENCIÓN: Si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-888-284-0268 (TTY 711). French Creole: ATANSYON: Si w pale Kreyòl Ayisyen, gen sèvis èd pou lang ki disponib gratis pou ou. Rele 1-888-284-0268 (TTY 711). Cigna tiene contrato con Medicare para planes PDP, planes HMO y PPO en ciertos estados, y con ciertos programas estatales de Medicaid. La inscripción en Cigna depende de la renovación de contrato.

© 2020 Cigna. Parte del contenido se suministra bajo licencia.

H5410_20_85050S_M

936593SP



¿PUEDE EL COVID-19 TRANSMITIRSE EN LOS ALIMENTOS?

Desde el principio de la pandemia se conoce que el Covid 19 es una enfermedad principalmente respiratoria el cual se puede transmitir de persona a persona a través de gotitas en el aire cuando se encuentra con una persona contagiada al hablar o toser. Sin embargo, mucho se está especulando acerca de cuánto puede vivir el virus en diferentes superficies especialmente en envases enlatados de alimentos. Es por tal motivo, que se han tomado tantas medidas preventivas en supermercados y tiendas por departamentos donde se vende alimentos frescos y enlatados. Pero la pregunta todavía se queda en duda cuando recientemente se mencionó la contaminación de alimentos ya cocidos con la presencia del virus.

La Organización Mundial de la Salud al igual que el Centro de control de enfermedades de Atlanta afirma que el riesgo de contraer Covid-19 a través de la comida, en el agua tratada o en los empaques de los alimentos es muy bajo. Sin embargo, se sigue recomendando las prácticas de seguridad en los alimentos antes, durante y después de prepararlos o al consumirlos.

Los virus a diferencia de las bacterias necesitan de un organismo hospedador vivo como una persona o un animal para poder reproducirse y multiplicarse. Es por eso que el virus CoViD -19 no puede desarrollarse en los alimentos ya cocidos. Según las investigaciones, no existe evidencia de que el virus pueda transmitirse a las personas por medio de la comida, pero se continúan con las recomendaciones de cocinar los alimentos a las temperaturas adecuadas para evitar las enfermedades transmitidas por los alimentos crudos. Por otro lado, todavía no se ha detectado el virus del CoViD-19 en el agua potable o embotellada, pero si es importante hervirla si no ha sido tratada de ninguna forma antes del consumo.





EXISTEN VARIAS RECOMENDACIONES EN LA MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS QUE SE ENCUENTRAN ENVASADOS Y EN LOS PRODUCTOS FRESCOS.

1. Entre ellas están refrigerar las carnes, huevos, alimentos del mar y otros alimentos perecederos dentro de las 2 primeras horas luego de comprarlo.
2. No usar desinfectante para superficies duras como cloro y amoníaco para los alimentos con envases de cartón o plástico
3. Mantener las bolsas reusables de llevar alimentos limpios luego de cada compra.
4. No lave los productos frescos con jabón, cloro, o desinfectantes químicos. Trátelos con vinagre o con agua caliente por varios minutos.
5. Lávese las manos con agua y jabón luego de comprar los alimentos del supermercado y a la hora de cocinarlos.
6. Para evitar la contaminación de las carnes manténgalas a una temperatura entre 41grados F y 140 grados F.

Durante este tiempo de pandemia al igual que en todo momento lo importante es recordar que para mantenerse saludable se necesita una nutrición balanceada. Alimentos ricos en vitamina C, D y Zinc ayudan a mantener nuestro sistema inmune en óptimas condiciones y mantener una defensa natural contra virus y bacterias. Frutas y verduras, huevos, legumbres, granos y frutos secos contienen estos nutrientes necesarios para mantenernos saludables en todo momento. Mantenerse alejados de alimentos procesados, altos en sal y azúcar nos ayuda a mantener nuestro cuerpo con bajos niveles de inflamación y para prevenir enfermedades crónicas como la Diabetes, hipertensión o enfermedades cardiovasculares. También no olvidar mantener estilos de vida saludable donde incluyan el ejercicio diario, descanso e hidratación.

Si deseas conocer como mantener tu cuerpo saludable y transformar tu salud con cambios significativos a través de la nutrición y estilos de vidas puedes unirte al Programa de Nutrición y Transformación en Salud de FitMed. Conoce como es sentirse saludable y feliz en el proceso con la ayuda clínica y con entrenamiento en nutrición personalizado que te llevara a otro nivel, bajo la supervisión de la Dra. Adamar González. Comunícate con nosotros 321.310.6648 o a través de healthrevolutionmd@gmail.com

—Serving Central Florida Since 1986—



**ALEXANDER
FUNERAL HOME**

"Founded by Faith — Maintained With Dignity"
DONALD D. ALEXANDER

Funeraria Alexander te ofrece un servicio con respeto y dignidad para tu familiar, te ofrece servicio completo desde \$3,999 con el servicio de envíos a México, Guatemala, Puerto Rico y muchos más países, otras tarifas aplican, para mayor información comunicarte con el Sr Alexander

Licensed Funeral Director • Licensed Embalmer • Notary Public—Mason
Phone: (863) 401-8944 • (863) 676-0215 • Fax: (863) 401-9414
620 Ave. "T", NE • Winter Haven, FL 33881
Email: alexanderfh@verizon.net

Lulu's Brow and Beauty Studio



- MICROBLADING
- MICROSHADING
- MICROPIGMENTACION
- CEJA EFECTO MAQUILLAJE
- DISEÑO DE CEJA CON HENNA
- DISEÑO DE CEJAS SEMMIPERMANETES

¡CONSULTA GRATIS!

Atención de Martes a Sábado con previa cita

MENCIONA EL CODIGO 2020 AL AGENDAR TU CITA Y RECIBIRAS UN 20% DE DESCUENTO

610 MAGNOLIA AVE. SUITE 2 AUBURNDALE FL 33823

863.514.9204   @lulusbrowandbeautyfl

El Zocalo SUPERMARKET

452 US-17, Haines City, FL 33844

Abierto de 6:00 am a 9:00pm (863) 422-4894

Pastelón de plátano

Chef Jose Rivera

6 PLÁTANOS MADUROS
ACEITE VEGETAL (PARA
FREÍR LOS PLÁTANOS)
6 HUEVOS BATIDOS
2 LBS CARNE MOLIDA 1
BARRA QUESO CREMA
2LB QUESO CHEDDAR
RALLADO
1/4 TAZA DE SOFRITO
1/4 TAZA CEBOLLA
PICADITA
1/4 TAZA PIMIENTO
VERDE PICADITO
1 CU. AJO FRESCO
SAL Y PIMIENTA

Cocinar en una holla la carne molida junto con el sofrito, la cebolla, pimientos y ajo. Sazonar con sal y pimienta a gusto. Una vez la carne esta lista colocarla en un colador para retirar el exceso del aceite. Luego colocarla de regreso en la holla y añadir el queso crema para removerlo con la carne hasta que se mezcle completo. Pelar los plátanos y cortar a lo largo en 3 rebanadas (si el plátano es pequeño entonces cortar en 2 rebanadas) Freír en una salten con aceite vegetal hasta que se doren por ambos lados y luego retirarlos y colocarlos en un plato. Con una servilleta remueva el exceso de aceite del plátano. En una bandeja colocar la mitad de las rebanadas de plátano hasta cubrir todo el fondo. Echar la carne hasta cubrir todo el plátano. Luego añadir el queso cheddar hasta cubrir la carne. Luego colocar el resto de los plátanos encima hasta cubrir toda la superficie. Con un tenedor hacerle huecos por encima del pastelón para echar todo el huevo batido por encima y entre por los agujeros del pastelón. Por último hornear por 30 minutos a 350 o hasta que el huevo se cocine.



Café Medicinal *Ganoderma*

Desde 1995, hemos operado bajo una estricta visión: «llevar salud y bienestar a cada familia.»
La misión de COMPARTIR no solamente los productos de Gano Excel sino la oportunidad de negocio que sirve como la fundación de la compañía.



CAFEMEDICINALGANODERMA.COM

Controla la Diabetes
EN TAN SOLO 7
DIAS



DISFRUTALO
GRATIS
(SOLO PAGA EL ENVIO)

LADANG BAND EXCEL

GANODERMA

LUCIDUM

Gran descubrimiento de Café Medicinal



Por más de 8,000 años, el Ganoderma Lucidum ha sido considerada como una de las mejores y mejores clases de hierbas para curar enfermedades. Esta "triloma lingzhi" fue utilizada durante milenios en muchas regiones del mundo por ser mejor conocida entre las culturas asiáticas. Contiene más de 100 antioxidantes y 2000 compuestos.

Se han aislado los componentes activos identificados en el GANODERMA Lucidum y muchos son conocidos por sus múltiples y variados efectos beneficiosos para la salud lo cual ayuda a comprender e incrementar las propiedades del GANODERMA y su máximo beneficio a organismo.

Aumenta la inmunidad a nivel celular, presión y acción en una amplia gama de enfermedades, entre ellas: cáncer.

Hipertensión arterial, Diabetes, Alzheimer, Parkinson, Artritis y artrosis, Ulceras, Asma, Síndrome Hepático, hepáticas, Daño estomacal, cefaleas, Úlceras y gastritis, Enfermedades renales, Esclerosis múltiple, Insomnio, Daño al corazón, náusea, mala digestión, Migrañas, dolores de cabeza, Menopausia, Miomas, Tumores, quistes, Obesidad y sobrepeso, Osteoporosis, Garambíasis, Reumatismo, Várices, Trastorno Migraja, Nervios, Déficit y VIH entre otros.

Sano Excel es el único proveedor de Ganoderma Lucidum en el mundo que tiene su propia instalación de producción. Los hongos se cultivan y cosechan en invernaderos enermos con el medio controlado, donde cada varita se puede controlar individualmente y garantizar la pureza. Factores que le garantiza la gran calidad y niveles de pureza, desde la siembra de la esporas inicial hasta la mesa del consumidor. Recomendamos experimentar una de sus productos sabrá como lo es el Café Medicinal con Ganoderma.



“

Ofrecen los productos de alta calidad con propiedades del Ganoderma Lucidum en el mundo asiático y latino. Consta por su tamaño y presentación, una elegancia de un mundo con una taza de café. Medicinal Ganoderma de Sano Excel siempre será tan buena como siempre, cuando lo hagas.

”

¿Te gustaría disfrutar de un rico Café Medicinal con Ganoderma y controlar tu diabetes en solo 7 días?

Aproveche ahora y sea parte de nuestra comunidad de apoyo controlando la diabetes en solo 7 días y disfrute de 7 días de Café Medicinal Gratis cada semana.

Aproveche solo tenemos 50 ofertas...
Hoy beba Café Gratis

visitando:
www.ganocafeexcel.com



GLORIA TREVI



LA ARTISTA FEMENINA MEXICANA MÁS TAQUILLERA DEL XXI, GLORIA TREVI PRESENTA

“DIOSA DE LA NOCHE: EN VIVO DESDE LA ARENA CIUDAD MÉXICO”

TREVI immortaliza su gira “Diosa de la Noche”, marcando un récord de 3 fechas totalmente vendidas en la Arena Ciudad de México durante la grabación

Miami, FL (28 de agosto de 2020)

- GLORIA TREVI es un ícono de la música Latina, reconocida no solo por la gran cantidad de éxitos que conforman su repertorio musical, sino también por la fuerza de su presencia en los escenarios. “DIOSA DE LA NOCHE” se convirtió en una de las giras más exitosas del siglo XXI según la prestigiosa revista Pollstar, y queda immortalizada con el lanzamiento de su álbum y DVD, disponible HOY en todas las plataformas digitales.

Grabado durante tres noches totalmente vendidas en la monumental Arena Ciudad de México, “DIOSA DE LA NOCHE EN VIVO” nos lleva por dos horas en un viaje musical a través de cuatro mundos musicales, con Trevi al volante. Entre los más de 30 éxitos incluidos en este repertorio musical, el álbum y dvd incluyen los temas más emblemáticos de la cantante y compositora Mexicana, tal como “No querías astimarme”, “Todos me miran”, “Abranse perras”, “Con los ojos cerrados”, “Vestida de azúcar”, “Cinco minutos”, y el himno de los Trevilanders “Tribu”, entre otras.

La gira “Diosa de la Noche” que recorrió EE.UU. y Latinoamérica durante el 2019 y principios de 2020, llevó a que Gloria Trevi rompiera récords como la única artista en presentarse 3 noches consecutivas en la Arena Ciudad de México, al igual que se convirtió en la artista Pop con más sold outs en la Arena Monterrey, marcando un récord sin precedentes con 14 shows totalmente vendidos; además, se presentó 5 fechas consecutivas totalmente vendidas en el Auditorio Nacional de la Ciudad de México.

En los Estados Unidos, su gira llegó a más de 250,000 personas en un recorrido por 25 ciudades con presentaciones en prestigiosos recintos como el Radio City Music Hall (Nueva York), The Forum (Los Ángeles), American Airlines Arena (Miami) y el AllState Arena (Chicago), entre otros. La gira fue aclamada por importantes publicaciones como Billboard, Rolling Stone, People en Español, entre otras prestigiosas publicaciones. Además, la prestigiosa revista Pollstar ubicó la gira “DIOSA DE LA NOCHE” en el décimo lugar de su ranking “LIVE75”, que hace el recuento de las giras más exitosas en el mundo según los ingresos en taquilla y el número de boletos vendidos. La misma publicación incluye a Gloria Trevi entre las 50 artistas femeninas más taquilleras del siglo XXI en el mundo, convirtiendo a Trevi en la única artista femenina mexicana en ser reconocida con ese honor.

“DIOSA DE LA NOCHE: EN VIVO DESDE LA ARENA CIUDAD DE MÉXICO” está disponible en formatos físico y digital. El formato físico incluye 2 CD's + DVD.





Epiko Magazine tuvo una entrevista exclusiva con esta Diva del Rock acerca de cómo ha sido su vida en tiempos de Covid y este nuevo proyecto para todos sus fans esto nos dialogo LA DIOSA DE LA NOCHE a nuestro editor en Jefe Juan Arturo Morales en la entrevista.....!

1) Primero que nada ¿Cómo haces para mantenerte tan vigente con tu público a pesar de pandemias y el tiempo que ha afectado a la industria del entretenimiento?

Gloria Trevi: He tratado de mantener contacto a través de mis redes sociales, y a través de la música, hace unos meses lancé un tema llamado “Demasiado Frágiles” creo que este tema es un mensaje que todos compartimos en estos momentos tan inciertos y que nos conecta a todos.

También se está lanzando este 28 de agosto un material muy especial que creo viene muy bien en estos momentos para disfrutar la música en vivo, se trata de el álbum “Diosa de la noche en vivo” con el que el público puede vivir y revivir el show Diosa de la Noche y ponerse a bailar y cantar!

2) Háblanos de este proyecto como surge tu inspiración para el mismo?

Gloria Trevi: Es un álbum que se grabó durante 3 conciertos consecutivos en la Arena Ciudad de México, fueron 3 noches llenas de energía con 65 mil asistentes. Hicimos una gran fiesta y creo que eso se refleja totalmente en cada canción que conforma este “Diosa de la Noche en vivo.”

Aquí encontrarán el contenido completo de este show con canciones nuevas, otras no tan nuevas, y sobre todo la energía que salió durante cada show se refleja en este material que espero los haga recordar o vivir un show de La Trevi.

3) Eres una luchadora incansable obstáculo tras obstáculo los has vencido, que mensaje para aquellos que se quitan en estos tiempos de dificultad global sin dar lucha tan siquiera?

Gloria Trevi: Sin duda les digo que no se rindan que no pierdan la fé en ellos mismos, hay que adáptanos a los cambios y seguir adelante hasta encontrar nuevamente el camino que nos haga sentirnos bien. creo que es un época de muchas reflexiones y de dolor, pero el en nosotros está levantarnos una vez más.

4) Contesta con una palabra; Gloria Trevi: Una palabra para mi , estas difícil!! ahí va,

a) Meta por conseguir, que más personas escuchen y disfruten mi música que mi mensaje pueda conectar con ellos.

b) Tu orgullo, mis hijos, mi música, mi país, ser mujer y ser Latina.

c) La Familia, la vida entera!

d) Canción Favorita, tengo tantas !! “Como yo te amo” de Rapahel

e) Amor, mis hijos, mi esposo, mis padres, mis fans, mi gente.

5) Saludo a nuestra comunidad que desea reencontrarse contigo pronto.....

Gloria Trevi: Les envié abrazo muy grande a toda la comunidad de lectores de Epiko, les deseo lo mejor y espero poder reencontrarnos pronto, mientras tanto les pido se cuiden mucho!





DR. IVAN A. RIVERA

HEALTH • EDUCATION • PUBLIC SAFETY • ECONOMIC GROWTH



**COUNTY COMMISSIONER
DISTRICT 3**

Paid by Dr. Ivan Rivera, No Party Affiliation County Commission District 3

A circular portrait of Dr. Ivan Rivera, an older man with white hair and a mustache, wearing a dark suit, white shirt, and red tie. He is sitting in a black office chair against a red background.

EL MEDICO DE LA COMUNIDAD.

Dr. Ivan Rivera

Dr. Ivan Rivera si usted no lo conoce, Este galeno vive en nuestra comunidad de el 2008, natural de Mayagüez Puerto Rico. Formado en una familia de Servidores Públicos, ofreciendo Servicios de Salud a la comunidad. De muy joven siguiendo los pasos de su padre quien fue Administrador Regional de Servicios de Salud en diferentes Regiones Hospitalarias de Puerto Rico. Esto lo motivó a estudiar y a los 15 ½ años entró a la Universidad de Puerto Rico donde termino Pre- Medica. Viajando a Sevilla, España donde comenzó sus estudios de Medicina, completando su Titulo como Medico Cirujano. Luego regresa a Puerto Rico a ejercer su profesion. Pertenecio a los Rangers del ROTC, Fraternidad Universitaria NZB y posteriormente Capitán de la Guardia Nacional de Puerto Rico.

En el año 2008 se mudo a Florida, al Condado de Osceola donde ha servido como Médico y Realtor y servidor comunitario , fue Presidente del Club de Leones de Kissimmee el cual se establecio hace mas 75 , años. . Se retira del Gobierno a los 62 años y establece su Practica Privada - Poinciana Medical Clinic y mas adelante establece su 2da clínica en el área de Buenaventura en el Condado de Osceola. Actualmente forma parte del Board de TICO (para los departamentos de Medical Assistance y Billing and Coding), Tiene un programa de radio - Dialogando con el Doctor Ivan Rivera, educando a la comunidad en temas de salud principalmente y otros de interes

¿Por qué quiere sere Comisionado?

Estoy aspirando a la posicion de Comisionado Del Distrito 3 de Osceola, por que entiendo que soy el mas cualificado academicamente para ocupar esta posicion. Osceola necesita el cambio YA.

A diario me llegan muchisimas quejas de los residentes en el distrito, (pacientes y vesinos). En el tiempo que llevo residiendo en este distrito, no vemos una infra-estructura adecuada para nosotros lograr el tan mencionado Sueño Americano.

Con mi basta experiencia como medico, me comprometo con una comunidad carrente de servicios medicos adecuados en el condado de Osceola, a estudiar las posibilidades de que todos los residentes en el condado tengan un seguro de salud.

Como Professor Universitario tratare de que nuestros graduantes de escuela superior obtengan un diploma y continuen estudios Universitarios

Luchare para que tengamos mas Agentes de la Policia, asignados al cuartel de Poinciana.

Como Realtor buscare inversionistas y crearemos mas industrias en nuestros condado y asi aumentando las plazas de trabajo y aumentando los ingresos, para asi evadir el aumento de los impuestos en el Condado, favoreciendo siempre al Pequeño Comerciante.

¿Cuál es la base de su plan de trabajo y propuesta para el condado de Osceola?

Nuestra plataforma se enfoca en los siguientes:
Salud - Teniendo mas de 375k residentes creo es posible establacer un servicio de salud accesible para el condado tal y como lo hacen las macro empresas con su personal y obtener un programa competitivo en costos y servicios que den acceso a todos en nuestra comunidad..

Educación –Todo estudiante al completar sus años 12 años academico tienen derecho a un Diploma , y se debe aplicar la misma regla para todos ya sean de un Colegio de pago o del Sistema de enseñanza public Basta Ya la Discriminations Academica. en la Escuela Superior

Seguridad Pública - en el Distrito 3- Solo tenemos 6 agentes asignados para atender a toda la comunidad de Poinciana definitivamente es algo que tiene que ser resuelto y se necesita la atención inmediata como comisionado.

Infraestructuras del Condado - El tráfico hacia Poinciana lleva mas de 12 años sin ser resuelto es imposible que tantas miles de personas sigan pagando el precio de la inacción de nuestros representantes políticos.

.....

¿Qué necesita el electorado de Osceola para alcanzar el cambio que se necesita en la comunidad?

"Primero que nada conocer sus candidatos ,segundo llevar sus inquietudes a ellos y evaluar el compromiso que existe de parte de ellos con la comunidad.

Mucha gente en Poinciana desconoce quién es su Comisionado y como este responde a sus necesidades

Más allá de afiliaciones políticas partidistas nuestro voto debe estar dirigido a poner en las posiciones a funcionarios que estén comprometidos con las verdaderas necesidades,del pueblo las cuales que llevan décadas sin atenderse por parte de las estructuras tradicionales, señala el Dr. Rivera con mucha convicción.

"Nosotros hasta el día de las elecciones estaremos todos los sábados de 9 am hasta las 12 del mediodía en un área al lado de Bravo Supermarket en Poinciana exponiendo nuestra candidatura, hablando de los temas que desean saber los electores y tomando las inquietudes de todos los electores

Sere un Comisionado a tiempo completo, todo el tiempo claro esta , no solo el tiempo eleccionario, esa es la forma de servicio público que yo conozco. Uno de contacto y transparencia, que escucha y actúa para eso, mi compromiso no es político partidista es uno de funcionario comprometido con su electorado" Dice emocionado el Dr. Ivan Rivera.

Así es el candidato a Comisionado Del Distrito 3 Del Condado de Osceola. Un hombre de experiencia en el servicio público, comprometido con la gente y para trabajar sin ataduras partidistas y con la bandera de la honestidad . El es el Dr. Ivan Rivera para Comisionado Del Distrito 3 Condado de Osceola.



LegalShield®

Proteja los derechos legales de su negocio en tiempos de incertidumbre



Con la propagación del nuevo coronavirus en todo el mundo, todos debemos mantenernos atentos. En LegalShield entendemos que en tiempos de incertidumbre, tener una buena asistencia legal es más importante que nunca para las operaciones diarias de su negocio. Con un promedio de más de 22 años de experiencia, nuestros expertos bufetes de abogados están siempre listos para cumplir sus necesidades legales y ayudarle a manejar las posibles inquietudes que la COVID-19 pueda causar.

Preguntas frecuentes sobre el impacto de la enfermedad COVID-19 en los negocios:

- ¿Cuáles son sus obligaciones con respecto a la protección de sus empleados?
- ¿Debería modificar las políticas de beneficios o de viajes?
- ¿Cuáles son sus obligaciones de pagar a sus empleados que estén de licencia por enfermedad?
- Si un empleado presenta síntomas, ¿Puede forzarlo a quedarse en casa?
- ¿Tiene la obligación de permitir que sus empleados trabajen desde sus casas?
- ¿Es su responsabilidad si sus empleados se ven expuestos al virus en el trabajo?
- ¿Puede pedir a sus empleados que se sometan a pruebas de detección de COVID-19?
- ¿Las normas y regulaciones de OSHA rigen el trabajo remoto?
- ¿Cuáles son sus obligaciones hacia sus empleados conforme a la cuarentena impuesta por el gobierno?
- ¿Los empleados pueden solicitar una licencia por enfermedad para cuidar a familiares?
- ¿Existe alguna ley acerca de modificar su política de licencias por enfermedad pagas?
- ¿Puedo presentar una reclamación de seguro por pérdidas relacionadas con los cierres y restricciones por causa de la enfermedad COVID-19?
- Necesito ayuda para entender la nueva legislación en torno a las iniciativas de ayuda del gobierno.

Conozca sus derechos con LegalShield.

Con más de 48 años en operaciones, LegalShield se dedica a crear un mundo en el que todos pueden acceder a servicios de protección legal de un costo asequible. Por una cuota mensual baja, LegalShield le da la posibilidad de hablar con un abogado acerca de los problemas legales que su negocio enfrenta a diario. Y, a medida de que la crisis de la enfermedad COVID-19 continúa, nuestros bufetes de abogados asociados están abiertos y listos para responder todas las preguntas expresadas arriba y ayudarle con cualquier otra cuestión legal que su negocio pueda afrontar.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN, PÓNGASE EN CONTACTO CON SU ASOCIADO INDEPENDIENTE:

Nombre
Teléfono
Correo Electrónico
URL

LegalShield brinda acceso a los servicios legales que ofrece una red de bufetes de abogados a miembros afiliados de LegalShield. Ni LegalShield ni sus directivos, empleados o asociados de ventas proporcionan, directa o indirectamente, servicios legales, representación ni asesoramiento. La defensa en juicios y otros beneficios no están disponibles en todos los estados. Para conocer todos los términos, coberturas, montos y condiciones, consulte un contrato de plan para el estado específico. El presente mensaje no constituye asesoramiento legal. Comuníquese con su bufete de abogados proveedor si necesita asesoramiento o asistencia legal.

EN TIEMPOS DE DIFICULTAD EL **DERECHO** ES TU ALIADO.....

EN TIEMPOS DE
INCERTIDUMBRE
**COMO EL
ACTUAL,**
LEGALSHIELD
ESTÁ AQUÍ PARA
AYUDARLE

 LegalShield



REDACTE O
ACTUALICE
SUS
DOCUMENTOS
LEGALES MÁS
IMPORTANTES

 LegalShield



¿TE SIENTES
INSEGURO
EN EL LUGAR DE
TRABAJO
Y NO SABES A
**DÓNDE
RECURRIR?**

 LegalShield



ASISTENCIA
LEGAL EN UNA
SITUACIÓN DE
INCERTIDUMBRE.
LEGALSHIELD
ESTÁ AQUÍ PARA
AYUDARLE

 LegalShield



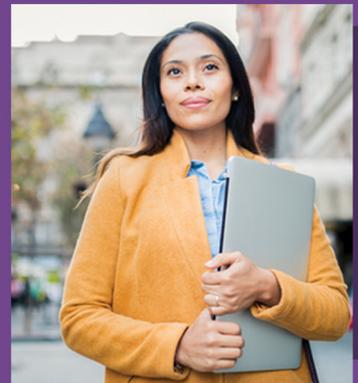
¿ESTÁS
ATRAPADO
EN CASA
SIN TIEMPO
**LIBRE
PAGADO?**

 LegalShield



PROTEJA SUS
DERECHOS Y SEA
EMPODERADO
**CON UN
BUFETE DE
ABOGADOS
ASEQUIBLE**

 LegalShield



PÓNGASE EN
CONTACTO
CON UN BUFETE DE
ABOGADOS DE
PROVEEDORES
DE LEGALSHIELD
HOY Y PREOCÚPESE
MENOS MAÑANA

 LegalShield



¿PLANES
DE VIAJE
RETRASADOS O
CANCELADOS?
HABLE CON UN
**BUFETE DE
ABOGADOS HOY**

 LegalShield



407-729-8300



CHADWICK BOSEMAN

MAS QUE UN SUPERHÉROE, NOS
DEJA UN SUPER LEGADO...

Inició su carrera como actor haciendo apariciones breves en series de televisión como Law & Order, All My Children, Third Watch, CSI: NY, entre otras. Interpretó a T'Challa en Capitán América: Civil War (2016), Black Panther (2018), Avengers: Infinity War (2018) y Avengers: Endgame (2019). Gracias a su interpretación del personaje, fue reconocido en los MTV Movie & TV Awards y los Premios de la Crítica Cinematográfica. De igual forma protagonizó películas referentes a la comunidad afroamericana, como Jackie Robinson en 42 (2013) y James Brown en Get on Up (2014).

Boseman falleció el 28 de agosto de 2020 en su residencia en Los Ángeles, por complicaciones de un cáncer colorrectal (Etapa #4) que le había sido diagnosticado en 2016, y que había mantenido en secreto al público.

SUS COMIENZOS....

Boseman nació el 29 de noviembre de 1976 en Anderson, Carolina del Sur, hijo de Carolyn, una enfermera, y Leroy Boseman, propietario de una tapicería. Se graduó de TL Hanna High School en 1995 y más tarde, en el año 2000, se graduó de la Universidad de Howard en Washington D. C., con un título en dirección cinematográfica. También se graduó de la British American Drama Academy en Oxford, Oxfordshire. De 2002 a 2007, fue instructor de drama en el Programa de Becarios "Schomburg Junior", ubicado en el Centro Schomburg para la Investigación de la Cultura Negra en Harlem, Nueva York. Se mudó a Los Ángeles para seguir una carrera como actor en el año 2008.

Boseman debutó en la televisión en 2003 haciendo una breve aparición en la serie Third Watch, y ese mismo año se convirtió en un actor recurrente en la novela All My Children. Sin embargo, fue despedido al poco tiempo por haberse quejado con los productores acerca de los estereotipos raciales que manejaban varios personajes, incluyendo el suyo. Entre 2004 y 2008, apareció en series de televisión como Law & Order, CSI: NY, ER, entre otras. En 2008, hizo su debut en el cine interpretando a Floyd Little en la película The Express: The Ernie Davis Story (2008), además de aparecer de forma recurrente en la serie Lincoln Heights.

En 2010, formó parte del elenco principal de la serie *Persons Unknown*, la cual solo duró una temporada tras ser cancelada por los bajos índices de audiencia. Años después, protagonizó su primera película, *42* (2013), con el papel del jugador de baseball Jackie Robinson. Obtuvo críticas positivas por su actuación. Al año siguiente, protagonizó a James Brown en *Get on Up* (2014). De igual manera recibió críticas positivas por su actuación.

En 2016 interpretó a T'Challa en *Captain America: Civil War*, película que recaudó \$1.1 mil millones de dólares en taquilla, que la hicieron la película más taquillera del 2016. En 2018, repitió su papel como T'Challa en la primera película del mismo superhéroe, *Black Panther* y en *Avengers: Infinity War*, las cuales recaudaron \$1.3 mil millones de dólares y \$2 mil millones de dólares en taquilla respectivamente, siendo la segunda y primera película más taquillera del 2018 en ese orden. Su actuación en *Black Panther* lo hicieron acreedor de dos premios en los MTV Movie & TV Awards en las categorías de mejor héroe y mejor actuación en una película. Asimismo, en conjunto con el resto del elenco del filme, recibió el galardón al mejor reparto en los Premios del Sindicato de Actores de 2019.²⁷ Boseman interpretó a T'Challa por última vez en *Avengers: Endgame* (2019), que fue la película más taquillera de toda la historia con una recaudación de \$2.7 mil millones de dólares. Por otra parte, protagonizó el filme *21 Bridges* (2019), de la cual también fue productor. Boseman apareció en *5 Bloods* (2020), la cual fue su última película lanzada en vida. Asimismo, protagonizó *Ma Rainey's Black Bottom* (2020) junto a Viola Davis, su primera y única película póstuma. Boseman tenía previsto protagonizar una secuela de *Black Panther*, la cual iba a iniciar su producción en 2020 y con un lanzamiento para el 2 de mayo de 2022.

VIDA PERSONAL

Boseman fue criado como cristiano y fue bautizado. Él se declaró como vegetariano. Fue parte de un coro de la iglesia. Su pastor en ese entonces dijo que todavía mantenía su fe. Boseman había declarado que oró para protagonizar a T'Challa en el Universo cinematográfico de Marvel antes de ser elegido. Boseman comenzó una relación con la cantante Taylor Simone Ledward a mediados de 2015, hasta que se comprometieron en octubre de 2019 y luego se casaron en secreto poco después.

Fallecimiento

Boseman fue diagnosticado con cáncer colorrectal en estado III en 2016, que finalmente progresó a un estado IV antes de 2020. Él no había hablado públicamente sobre su diagnóstico de cáncer, y su estado no fue revelado sino hasta el día de su muerte el 28 de agosto de 2020. Durante el tratamiento (múltiples cirugías y quimioterapia) continuó trabajando y completó la filmación de varias películas, incluidas *Marshall* (2016), *Da 5 Bloods* (2020), *Ma Rainey's Black Bottom* (2020), entre otras.

El actor falleció el 28 de agosto de 2020 a los 43 años, tras complicaciones con el cáncer de colon que padecía. En sus últimos momentos estuvo acompañado por su esposa y familia. Una declaración oficial en sus cuentas de redes sociales decía:

Es un dolor inconmensurable que confirmamos el fallecimiento de Chadwick Boseman. Chadwick fue diagnosticado con cáncer de colon en etapa III en 2016 y luchó contra él durante los últimos 4 años a medida que avanzaba a la etapa IV. Un verdadero luchador, Chadwick perseveró a través de todo y te trajo muchas de las películas que tanto han gustado. Desde *Marshall* hasta *Da 5 Bloods*, *Ma Rainey's Black Bottom* de August Wilson y varios más, todos fueron filmados durante y entre innumerables cirugías y quimioterapia. Fue el honor de su carrera darle vida al Rey T'Challa en *Black Panther*. Murió en su casa, con su esposa y su familia a su lado. La familia le agradece su amor y sus oraciones, y le pide que continúe respetando su privacidad durante este momento difícil.

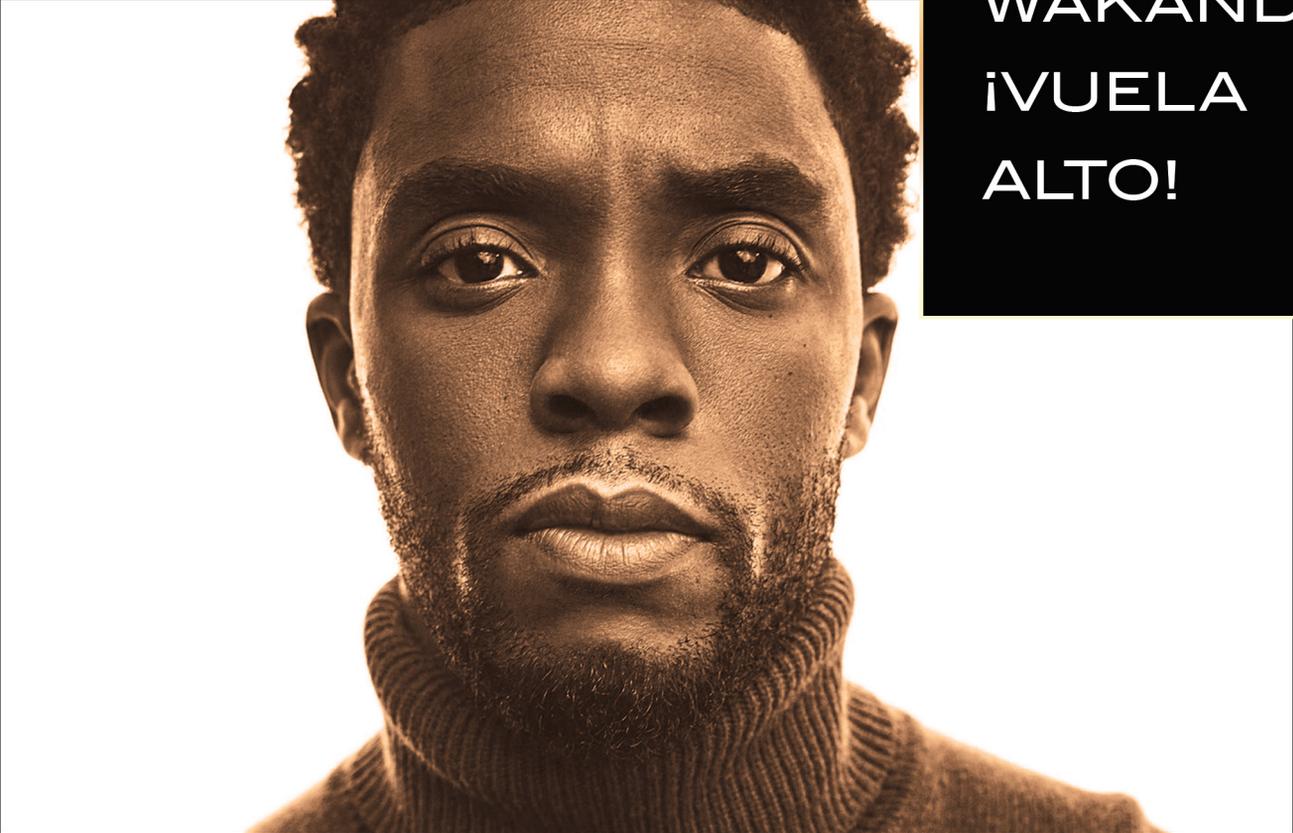


RESPUESTA PÚBLICA

Varias celebridades se pronunciaron a través de las redes sociales para presentar sus condolencias a la familia de Boseman y dedicar algunas palabras sobre su obra en vida. El presidente de Marvel Studios, Kevin Feige, describió la muerte del actor como un hecho «absolutamente devastador» y escribió: “Cada vez que aparecía en el set, irradiaba carisma y felicidad, y cada vez que aparecía en pantalla, creaba algo realmente único. Ahora toma su lugar como ícono para las generaciones”. El político Joe Biden se manifestó a través de Twitter diciendo: “El verdadero poder de Chadwick Boseman fue más grande que cualquier cosa que vimos en pantalla. Inspiró a generaciones y mostró que pueden ser lo que quieran, incluso superhéroes. Jill y yo estamos orando por sus seres queridos en este momento tan difícil”. El día posterior a su fallecimiento, su último tweet rompió el récord del mayor número de me gustas en Twitter, con más de 7.7 millones en solo 24 horas. La Universidad de Howard, su alma máter, también emitió un comunicado referente a su muerte. La Major League Baseball (MLB) igualmente emitió un comunicado y presentó sus condolencias a la familia. La prensa comparó su fallecimiento con el de otras celebridades afroamericanas que también murieron de forma repentina en 2020 como el baloncestista Kobe Bryant, la actriz Naya Rivera y el rapero Pop Smoke.

El 30 de agosto de 2020, el canal ABC en asociación con Disney y Marvel transmitió la película Black Panther sin comerciales y posteriormente un especial titulado Chadwick Boseman — A Tribute for a King, el cual narró la vida y carrera del actor. El canal MTV igualmente le dedicó los MTV Video Music Awards celebrados ese mismo día. La actriz Keke Palmer, conductora del evento, ofreció unas palabras en honor a Boseman al iniciar la transmisión y más tarde se le incluyó en el in memoriam.

Su vida tuvo espacio para inspirar a graduandos, visitar niños con cáncer en hospitales y hasta sorprender a sus fanáticos en momentos especiales. Un ser humano extraordinario que brilló con una luz pocas veces vista en el ambiente artístico. Chadwick Boseman sabía el propósito de su vida y lo honro hasta su último día de vida...



FOREVER
WAKANDA
¡VUELA
ALTO!

Sparadise



MED SPA SERVICES:

- Programa de Pérdida de peso
- Masajes de relajación y manejo de dolor
- Tratamiento Anticelulitis
- Tratamientos de lesiones deportivas
- Moldeamiento del cuerpo no invasivo
- Faciales
- “Body Wrap”
- Sauna, Turco, Aroma Terapia
- Capsula Hiperbólica
- Tratamiento para Fibromialgia



Hector Rojas

Terapeuta

407-219-0625

30% de descuento con este anuncio

423 East Vine Street Kissimmee, Florida 34741

FORTALECIDOS POR DIOS

*Por: Karim
Mackey*

Este libro ayudará al lector a descubrir el extraordinario potencial resiliente del ser humano y a experimentar el poder restaurador de Dios. Si estamos dispuestos a penetrar la superficie de nuestra vida para evaluar nuestras experiencias desde un ángulo más honesto, íntimo y personal, Él revelará el verdadero significado las tragedias que vivimos, incluyendo violencia doméstica y abuso sexual. Identificarás las creencias erradas que silenciosamente impulsan tus decisiones, ayudándote a sentir paz, mostrándote cómo quitarle el poder a las tragedias que te sucedieron.

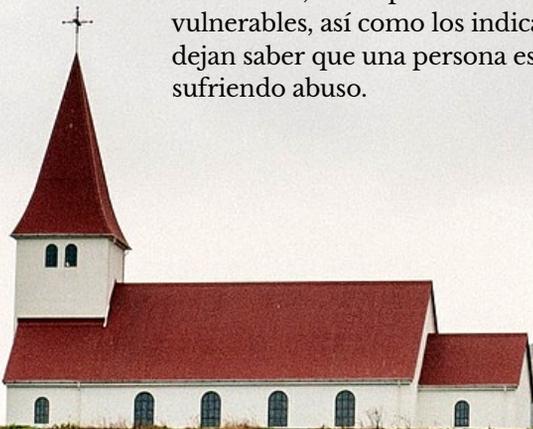
Numerosos estudios que muestran que estos eventos traumáticos en la niñez tienen un prominente impacto negativo que puede durar toda la vida, aunque la persona haya logrado vivir una vida aparentemente normal. Por esta razón, no podemos bajar la guardia en cuanto a la supervisión cercana de los niños. Debemos educarlos con información que esté a su nivel para que puedan identificar situaciones de riesgo y que sepan reconocer, sin duda alguna, si han sufrido abuso sexual.

Los abusadores de niños no se lanzan a atacar sin un trabajo previo de acercamiento, de familiaridad, amistad y confianza. Este libro habla sobre cómo siempre hay algo que evidencia las acciones ilícitas y por qué los transgresores se descubren solos. Advierte al lector sobre las características de los abusadores, de las personas más vulnerables, así como los indicadores que dejan saber que una persona está sufriendo abuso.

El texto explica cómo una persona se percibe a sí misma como alguien bueno puede ignorar procesos para intencionalmente cruzar la línea entre el bien y el mal, e incluso consecuentemente, cambiar su identidad.

La capacidad de avanzar en la vida se potencia o se pierde, según nosotros asimilemos lo que nos pasa. Pero podemos aprender a examinarnos y buscar recursos que nos permitan ver la vida desde un ángulo más realista y minimizar el impacto de nuestros errores para rebotar y continuar nuestro camino de la forma más rápida y menos dolorosa.

La capacidad de avanzar en la vida se potencia o se pierde, según nosotros asimilemos lo que nos pasa. Pero podemos aprender a examinarnos y buscar recursos que nos permitan ver la vida desde un ángulo más realista y minimizar el impacto de nuestros errores para rebotar y continuar nuestro camino de la forma más rápida y menos dolorosa.





Nuestro cerebro ejecuta procesos de abstracción y asimilación en un contexto de pasado, presente y... un futuro incierto. Aunque sabemos que la muerte es inevitable, lo que produce más miedo es no saber con certeza que pasará con nosotros después que esto ocurra. Pero aun estos misterios pueden provocar cambios positivos en nuestra vida. Si estas vivo es porque Dios tiene un propósito para ti y nadie más puede cumplirlo.

Como decía John F. Kennedy, "Nuestros miedos nunca deben detenernos de perseguir nuestras esperanzas." Resolver traumas pasados nos ayuda a adoptar una actitud más segura ante la vida. Para librarnos del yugo de nuestro pasado es necesario perdonar, y este libro te dice cómo y por qué hacerlo.

A veces la vida nos hace sentir que nuestras tragedias destruyeron nuestra esencia, nos miramos y no reconocemos lo que queda de nosotros, pero, aunque no lo veamos, nuestros recursos siguen estando así y podemos aprender a conectarnos nuevamente con ellos para construir una nueva realidad con la que podamos sentirnos plenos.

No basta solo con encontrar lo que perdimos en el camino sino también de liberarnos de toda falsa creencia que pueda tendernos trampas y sabotear nuestro futuro.

Ser feliz aun en medio de circunstancias adversas—siempre y cuando tengamos la libertad de manejar nuestros recursos—es posible, pero requiere una actitud particular inclinada a la renuncia de pensamiento y acciones cargados de desesperanza y a la integración de pensamientos y acciones positivas que nos permitan adaptarnos a la realidad que nos toca enfrentar.

Experimenta el efecto fortalecedor de la mano de Dios, permítele reformar tus cimientos y verás que podrás construir rascacielos con tu propia vida.

GOING BACK to BASICS

- ISMAEL EL BEBO -

My friends first and most importantly, I hope that everyone is safe following the guidelines to protect yourself and your family. We sure are going through some extraordinary times. For some it might feel like it has gone too far, while for others it has been just another process of our constant evolution. Whatever it might be for you, just now that we need to keep ourselves positive and spread it as much as possible. Do not let the negative ideas or influences change your way of living, have faith, and be confident that it will all be alright. It has been a journey for growth and of understanding that we should enjoy the little things and go back to the basics.



If we think about our lives 10 – 15 years ago, we see that our children, or us if you're a millennial, we used to enjoy being with our loved ones playing outside or board games. We used to eat in the table with our family, and we used to take time out to just sit and talk about the day. We would go out on the front yard to watch the stars at night. What happened to this? Many might say technology, life, growing up, etc. But in reality, it has just been the flow of following what we see. We see that our friends have the latest iPhone so we need to have it, we see that our neighbor has the latest car so we need to have it. The news says one thing and we follow it without questioning it. What has this quarantine and global issue taught you? I know that for me, in my personal life, it has been a change for the better. Maybe for you it has been different, but just know that God does not put challenges in your life that you cannot control or surpass.

Going back to the basics for me is knowing that it is ok to say no, that it is ok to quit a 9-5 job and find solution you love, that it is ok to not text someone and call them just to see how they have been, to actually slow down the hectic lifestyle and sit down with my parents to watch a movie. You could say that due to the pandemic we were forced to make these changes, but if you think about it, it has been a necessary break for us to notice that we were not living, we were just breathing bodies moving through a nonstop routine.

Many of you have struggled a lot during these times, especially if you lost your job and have had to survive with the minimum, some have lost their loved ones, and some have decided to take their lives because it has been too much. If you are reading this and this resonates, just know that you are not alone. We are all going through this together collectively and the future is bright. After the storm, the calm arrives and the sun always rises once again.

Lastly, I would like to encourage you to go back to your basics, however that might be for you. It might be completely different than my example, but that's what makes it perfect. Some things I recommend are to at least do some type of cardio or exercise 30 mins each day. Go outside and get fresh air and some sunlight. Make sure you are consuming enough vitamin C and vitamin D to keep your immune system up. Eliminate all forms of stress and negativity. Love yourself more and your loved ones. Consume more nutrient dense foods, stay well hydrated, and reduce foods that will not benefit you. Pray and/or meditate for yourself, your loved ones, and the world. Never underestimate the power of prayer and positive thoughts.

As always, thank you all for taking the time to read these articles and remember that before you do any changes to your diet or fitness routine please consult your doctor or dietitian beforehand.

FOLLOW ME:

INSTAGRAM/FACEBOOK/YOUTUBE - ISMAEL EL BEBO

E P I K O N E G O C I O S

LOS NEGOCIOS EN LÍNEA
SE HAN DISPARADO EN LA
PANDEMIA....



ENTRE LOS MUCHOS CAMBIOS EN NUESTRAS VIDAS QUE HA TRAÍDO LA PANDEMIA UNO DE ELLOS ES LA ECONOMÍA MILLONES DE EMPLEOS PERDIDOS Y CIENTOS DE MILES DE PEQUEÑOS COMERCIANTES QUE NO REGRESARÁN A SUS EMPRESAS ORIGINALES.

Esto ha traído una demanda de productos y servicios que se vuelven esenciales sean obtenidos y solicitados desde plataforma cibernéticas que están ideando crear franquicias de negocios por medio de individuos que buscan soluciones al desempleo y la caída de sus negocios. Trabajar desde el hogar es un análisis que llevan miles de compañías que durante este tiempo han probado que es posible y hasta eficiente en la labor que rinden los empleados.

La cibernética sigue ahorrando gastos fijos a las grandes corporaciones que hacen sus juntas en línea eliminando gastos de viaje, hotel y alimentos de sus ejecutivos. Lo mismo disminuye gastos de alquiler de oficinas regionales, pago de mantenimiento y seguridad, muebles, equipos y servicios relacionados. Los efectos de esta pandemia seguirán por las próximas décadas en el funcionamiento de tiendas establecidas que vieron que sus ventas en línea subieron sin que significara una gran necesidad el espacio de tiendas en centros comerciales comentándose que Victoria Secret y Nike vislumbran cerrar dichas facilidades para dar paso a la venta en línea que genera trillones en la economía para el 2021.

Adjunto se ha desarrollado la industria cibernéticas para los individuos que va más allá de Amazon y eBay que son trillonarios en sus ventas pero no cuentan con todos los productos y necesidades del mercado en este momento y existen empresas que te brindan la oportunidad de tener tu propia tienda virtual desde tu hogar y convertirte en dueño de un negocio 24/7 y de alcance global por medio de franquicias de alcance global.

¿Te preguntas esto es para mí? Bueno hay múltiples opciones donde conozco gente ganándose muy buen dinero desde su hogar desde miles hasta decenas de miles de dólares al mes. Nunca pensaron que podrían lograrlo...pero ahora están viviendo una gran oportunidad. ¿Este negocio de venta virtual es solo de Amazon y eBay? ¡Definitivamente no! El vicepresidente de Pepsi Co. Expreso a NBC .

“

LA ECONOMÍA GLOBAL MOVIÓ 2 TRILLONES DE DÓLARES EN LA PANDEMIA OCUPANDO EL LIDERAZGO DE LA ECONOMÍA.

”

¿Si quisiera un negocio de tienda virtual que oportunidades tengo? Eso debe ser muy costoso.... La respuesta es ¡SI PUEDES! es accesible. Hay diferentes empresas en diferentes opciones que te brindan plataformas de productos y servicios que se pueden adaptar a tus gustos y presupuesto.



Adjunto algunas de las plataformas que conozco y que están cambiando vidas de gente y amigos que conozco:

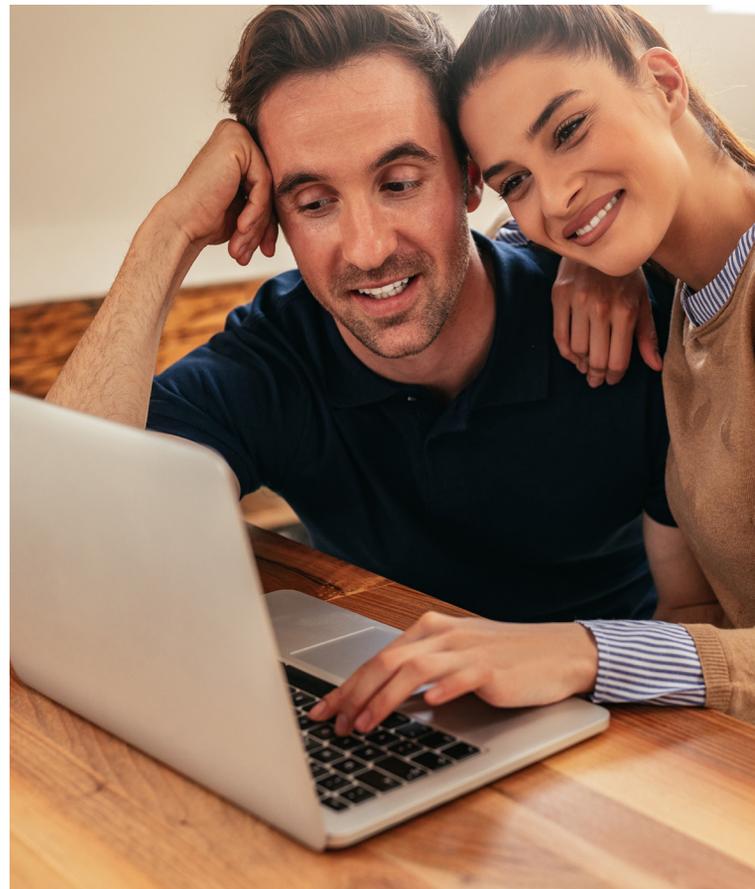
FARMASI – Una Megaempresa de productos de Belleza, Bienestar y Limpieza. Llevan 70 años en el mercado y son los más grandes en producción de cosméticos en Europa. Fundada por el Dr. C. Tuna quien muriera en el 2017 y sus nietos tomaron la decisión de conquistar América por 1ra vez en la historia de la empresa. Por ello crearon tiendas virtuales de productos para la mujer, el caballero, los niños y la limpieza del hogar con mas de 400 productos aprobados en los EU pero con cerca de 3,000 mas para traer a las tiendas virtuales. próximamente llegaran a Mexico y Canada.

CON SOLO **\$19.99** ADQUIERES TU PÁGINA EN LÍNEA QUE TE PERMITE ESTAR 24/7 OFRECIENDO LOS PRODUCTOS Y GANANDO DINERO AUN CUANDO DUERMES SOLO TIENES QUE PROMOVER LA VISITA A TU TIENDA:

- 1 **No tienes que comprar nada obligatoriamente mensual para recibir tus beneficios.**
- 2 **Tu venta de tienda te da un 50% de ingresos de todo lo que vendas en ella. Pero sin los**
- 3 **Gastos del negocio eso lo costea Farmasi de su 50 % de ingreso.**
- 4 **No pagas mantenimiento de página.**

Recibes bonos de las tiendas virtuales que son abiertas bajo tu franquicia con Farmasi.

PUEDES GANAR HASTA UN 25% DE LA PRODUCTIVIDAD DE TUS TIENDAS EN PROFUNDIDAD.



En Florida Farmasi tiene luego de 17 meses a personas que desde su hogar ganando decenas de miles de dólares.

QUIERE VER CÓMO PUEDE HACERLO VISITE:

Farmasius.com/Jomarispagan



Existen otros negocios en esta oportunidad virtual que son de Servicios:

Legal Shield

Esta empresa te ofrece un servicio de protección legal sobre toda situación que ocurra.

- A) Demandas**
- B) Contratos y su Revisión'**
- C) Violaciones de transito**
- D) Asuntos de Robo de Identidad**
- E) Testamentos**
- F) Inmigración**
- G) Y otros.**

Con una plataforma virtual y servicios para toda la familia por solo \$25.00 al mes esta empresa tiene una forma única de proteger a la familia y brindarte una opción de negocio por medio de la duplicidad de tu negocio con otros que como clientes satisfechos quieren desarrollar un negocio a tiempo parcial que pueda convertirse en un poderoso negocio de tiempo completo con también una muy módica inversión y una aplicación móvil que te permite ejecutar el mercadeo de tu negocio con información y videos desde tu celular en cualquier momento.

RAIN

Para los que gustan de la salud los productos de esta línea natural son producto para regenerar el cuerpo. Páncreas, Hígado, Riñones, Cartílagos, Músculos, sistema gastrointestinal y tu piel rejuvenece utilizando los 4 productos de esta línea.

Su mayor beneficio y activo: Sus productos son únicos y dan resultados. (Ver artículos en esta edición)

Tienen una plataforma de negocio sumamente lucrativa cuando te duplicas y te mantienes ayudando a tu equipo de negocios. Tienes diferentes formas de acceder el derecho desde la más económicas tienes la posibilidad de llegar al desarrollo pleno con la satisfacción de los resultados tanto en los clientes que en los asociados del negocio.

Conocelo:

CAFÉ SALUDABLE GANODERMA

Esta es otra empresa basada en una necesidad de millones de personas el CAFÉ.

Pero imaginas un Café totalmente saludable, que regula tu sistema inmune y trabaja con tu colesterol tus inflamaciones aparte de ayudarte a regular la diabetes tipo 2.

Eso es GANO EXCEL una oportunidad de que con salud que brinda el Ganoderma obtengas excelentes beneficios económicos en tu hogar.

VER ARTÍCULO EN ESTA
EDICIÓN. VISITA Y ENTÉRATE.

www.cafemedicinalganoderma.com

Em medio de la crisis descubrimos que no podemos tener todos los huevos dentro de una canasta. Aprendimos que el trabajo en línea llego para quedarse. Aprendimos que tener un Plan B paga dividiendo cuando perdimos el Plan A.

Aprendimos que Amazon y Ebay no son los únicos que deben y pueden ganar Trillones de dólares por tener tiendas en línea tú puedes también. Si te preguntas como aquí tienes respuestas de empresas de calibre mundial y décadas de experiencia que están cambiando la vida de miles de personas a nivel global.

“

YO PREFIERO FRACASAR INTENTÁNDOLO QUE
FRACASAR POR NO HABER INTENTADO NADA.....!

”



#**LOSDUROS**



**LOS
DUROS**

EPI COLON + EL BEBO ADAMES

LUNES A VIERNES 6AM - 10AM

WWW.URBANA.FM

103.5FM ORLANDO - 103.7FM KISSIMMEE - 1140AM FL CENTRAL

f @ t s You Tube /YOSOYURBANAFM

TEL:407.818.1492

Mamografías 3D en 30 Minutos

En estos días que estamos viviendo, es normal que aplacemos actividades que están en nuestra lista de “cosas por hacer”. Sin embargo, hacerte una mamografía no debería ser una de esas cosas que pospongas. AdventHealth ofrece mamografías 3D en 30 minutos por solo \$30 con un fácil registro en línea, y estamos tomando medidas de seguridad adicionales para mantenerte segura cuando nos visites. **Toma tiempo para ti.**

ProgramaTuMamografia.com

\$30

mamografías
de detección en
septiembre y
octubre


AdventHealth
vive en plenitud