LIFESTYLE | SALUD | ENTRETENIMIENTO

NEGOCIOS | FASHION | BELLEZA

epiko®

MAGAZINE

LA TROTAMUNDOS

EN EL 2017

TRADICIONES EN NUESTROS PAÍSES

COMO FORTALECER SU INTELIGENCIA EMOCIONAL

Dr. Jr .Roman

CARMEN Dominicci

Executive Resort Solutions

5526 Hansel Ave. Orlando, FL 32809 | Phone: 407-955-5981
www.executiveresortsolutions.com
costumerservice@executiveresortsolutions.com

AD#:6013-16 WESTGATE TOWN CENTER RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
24 WEEKS FOR RENTS @ $1,600.00 PW / NEG

AD#:6738-16 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT
KISSIMMEE, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
20 WEEKS FOR RENTS @ $1,800.00 PW / NEG

AD#:7702-16 WESTGATE LAKES RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
18 WEEKS FOR RENTS @ $1,100.00 PW / NEG

AD#:6838-16 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
12 WEEKS FOR RENTS @ $1,950.00 PW / NEG

AD#:6889-16 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT
KISSIMMEE, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
32 WEEKS FOR RENTS @ $2,050.00 PW / NEG

AD#:6731-16 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT
KISSIMMEE, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
12 WEEKS FOR RENTS @ $1,700.00 PW / NEG

AD#:7867-16 WESTGATE LAKES RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
24 WEEKS FOR RENTS @ $2,050.00 PW / NEG

AD#:6165-16 WESTGATE SMOKY MOUNTAINS RESORT
GATLINGBURG, TN
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
10 WEEKS FOR RENTS @ $1,500.00 PW / NEG

AD#:6219-16 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT
KISSIMMEE, FL
3 BEDS / 3 BATHS OCCUPANCY: 10-12
24 WEEKS FOR RENTS @ $1,350.00 PW / NEG

AD#:5747-16 WYNDHAM RESORT
DAYTONA BEACH, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
3 WEEKS FOR RENTS @ $2,199.00 PW / NEG

AD#:8012-16 WESTGATE LAKES RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
26 WEEKS FOR RENTS @ $2,650.00 PW / NEG

AD#:7967-16 WESTGATE PALACE RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
24 WEEKS FOR RENTS @ $1,650.00 PW / NEG

AD#:7590-16 WESTGATE PALACE RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
24 WEEKS FOR RENTS @ $1,850.00 PW / NEG

AD#:7358-16 WESTGATE LAKES RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
16 WEEKS FOR RENTS @ $1,850.00 PW / NEG

AD#:7283-16 WESTGATE LAKES RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
20 WEEKS FOR RENTS @ $1,600.00 PW / NEG

AD#:7122-16 WESTGATE RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
15 WEEKS FOR RENTS @ $2,500.00 PW / NEG

AD#:7458-16 WESTGATE LAKES RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
16 WEEKS FOR RENTS @ $1,610.00 PW / NEG

AD#:6568-16 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT
KISSIMMEE, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
24 WEEKS FOR RENTS @ $1,335.00 PW / NEG

AD#:7378-16 WESTGATE RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
6 WEEKS FOR RENTS @ $1,220.00 PW / NEG

AD#:6890-16 WESTGATE LAKES RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
6 WEEKS FOR RENTS @ $1,350.00 PW / NEG

AD#:6569-16 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT
KISSIMMEE, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
24 WEEKS FOR RENTS @ $1,335.00 PW / NEG

AD#:7907-16 WESTGATE LAKES RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
12 WEEKS FOR RENTS @ $1,750.00 PW / NEG

AD#:7752-16 WESTGATE LAKES RESORT
ORLANDO, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
6 WEEKS FOR RENTS @ $1,500.00 PW / NEG

AD#:7536-16 WESTGATE SOUTH BEACH OCEANFRONT RESORT
MIAMI, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
24 WEEKS FOR RENTS @ $1,550.00 PW / NEG

CARTA DEL EDITOR

Diciembre es el mes de la familia, la amistad y fundamentalmente la alegría; el alboroto. Es lógico que así sea: celebramos el nacimiento de la vida y el final y comienzo de otro período.

Si observamos con detenimiento, la gran celebración navideña es recibir el nacimiento de un niño como un hecho fundamental, mágico, esperanzador: nada es tan valioso como el inicio de una vida y, además en esta ocasión, es la vida de un ser extraordinario que cambió la historia de tal forma que existe un Antes y un Después de Jesús.

Si vemos a Jesús como se supone -según la religión- que él quiso que lo observáramos; como un hombre a la semejanza de cualquiera de nosotros, no podemos obviar la calidad de su liderazgo que fue de tal altura que, luego de 2016 años de su nacimiento el mundo católico o no, lo recuerda y la celebración de su natividad es universal.

Los hispanoamericanos hacemos de estas celebraciones las más importante del año: celebramos el nacimiento del Niño; el Día de los Santos Inocentes, el final y comienzo de un nuevo año; la llegada de los Reyes Magos y, los puertorriqueños suman unos días más de fiestas con las Octavas y Octavitas. Es, definitivamente, la gran fiesta.

Cada país hispanoamericano conserva una forma de celebrar la llegada del Niño Dios y despedir el año. En cada región las viejas costumbres se rescatan; así, en algunos de nuestros países suelen cantar aguinaldos o villancicos celebrando o anunciando la llegada del Niño. Parrandas llenas de alegrías van de puerta en puerta y le cantan a amigos y vecinos; como compensación reciben comidas, bebidas o pequeños regalos.

Los anglosajones le dan la bienvenida a un gordo bonachón de sonrisa pegajosa y personalidad cubierta de magia, amor y simpatía. El origen de este santo tan querido por niños y adultos está cargado de cuentos y leyendas.
Epiko investigó los orígenes de estas celebraciones y cómo las realizamos en cada uno de nuestros países; forma parte de esta edición junto a ideas de cómo hacer regalos sin gastar mucho. Así mismo conseguimos algunas ideas para adornar nuestros hogares, en especial, las mesas sitios de las celebraciones. No olvidamos algunas bebidas típicas de los hispanos y cómo vernos elegantes en estas fiestas.

Publicamos una nota acerca de Patricia De León, una actriz panameña, cuya exitosa carrera abarca los mercados de Estados Unidos y Latinoamérica, y, recientemente regresó de Vancouver, en donde grabó una serie para Warner Bros. También está la información de un joven juchiteco de 22 años, Gonzalo Santiago Martínez, quien creó una aplicación llamada Didxazapp, que, permite traducir frases del español al zapoteco del Istmo. En México existen diversos dialectos en diversos estados del país, que se han ido perdiendo poco a poco, de allí la importancia del trabajo de este joven.

El equipo de trabajo de nuestra revista Epiko les desea a todos nuestros lectores y a la comunidad hispanoamericana que pasen unas fiestas muy alegres, con familiares y amigos y que el nuevo año nos traiga la paz que tanto deseamos.

CONTENIDO

DICIEMBRE- ENERO *2016-2017*

8 Jr. Roman - Cómo fortalecer su inteligencia emocional

15 Recibe el año nuevo con un dólar

26 Los Ponches

35 Qué Regalarle a tu fiel amigo

56 Carmen Dominicci - Su pasión es viajar y conocer otras culturas

65 San Nicolás llega a medianoche

epiko MAGAZINE

PUBLISHING AGENCY
Elite Marketing International, Inc.

EDITOR-IN-CHIEF
Juan Arturo Morales

OPERATION VICE PRESIDENT
Esteban Alejandro

ART DIRECTOR
JVR Productions Inc.

MANAGING EDITOR
Angela Zago

GENERAL MANAGER
Jomaris Pagán, MBA

TAMPA GENERAL MANAGER
Jennie Sammur

CONTRIBUTING WRITERS

Dr. JR Roman | Dra. Esther Pichardo, DC
Ismael Aponte | Jannette Santa Eugenia
Linda Sanchez | Bladimir Valdes PA

Photographers:

Johanny Becerra , Wilfredo Montalvo

WEB MASTER
JVR Productions, Inc.

LEGAL ADVISOR
The Law Offices of Hernan Cortes Rodriguez

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

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

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

JVR PRODUCTIONS, INC.

ADVERTISING **AGENCY**

BRANDING
PHOTOGRAPHY
SEO GRAPHIC **DESIGN**
MULTIMEDIA, RENTALS
PROMOTION **EVENTS**
PROGRAMMING, FILMS
PRINTING
MEDIA BUYING
SOCIAL MEDIA MARKETING
GRAPHIC DESIGN
WEBSITE DEVELOPING
WRAPPING

WWW.JVRPRODUCTIONS.COM

IT'S TIME FOR PERFECTION
407-860-6708

CÓMO FORTALECER SU INTELIGENCIA EMOCIONAL

Por Dr. J.R. Román

Es de vital importancia reconocer que el ser humano tiene que balancear todas sus áreas de su vida, tanta física, emocional, mental y espiritualmente. Para desarrollar la inteligencia emocional tenemos que aprender a desactivar todas las turbulencias emocionales que nos están afectando. Hay pensamientos que nos sabotean como el afán de recibir reconocimientos, conseguir la perfección o tener una supuesta seguridad financiera garantizada. Estamos viviendo unos días donde las personas viven en unos estados de ansiedad por conseguir las soluciones a los problemas que le afectan que pierden el contacto de su realidad porque se enfocan en el problema y no en la solución.

La inteligencia emocional requiere que su comunicación Intrapersonal e interpersonal sea balanceada. La comunicación interpersonal se refiere a ser sensible a los estados de ánimo de las personas que comparten con usted. ¿Cómo actúan?, ¿Cómo piensan? y por qué se comportan de esa manera. La comunicación Intrapersonal es saber leer los sentimientos de uno, reconocer que estos nos están tratando de comunicar algo y que detrás de ese sentimiento hay una gama de situaciones, experiencias, creencias y valores que nos llevan a ver las situaciones de una manera en particular. La pregunta que usted debe estar haciéndose es: ¿cómo puedo fortalecer mi inteligencia emocional?, ¿cuáles son los pasos a seguir?

EXISTEN CINCO HABILIDADES BÁSICAS PARA DESARROLLAR SU INTELIGENCIA EMOCIONAL.

1. **El autoconocimiento, el conocerse así mismo.** Es importante reconocer que usted es un original, no hay una foto copia suya entre los 6 billones de personas que viven en el planeta tierra. El conocerse implica saber contestarse ¿Quién es usted?, ¿Quién soy yo? Pues yo soy un hijo de Dios que a pesar que nos hizo diferente me construyo igual a usted, tengo 208 huesos,500 músculos,7 mil nervios, puedo respirar 2,400 galones de oxigeno diariamente, puedo hablar sobre 150 puedo respirar 2,400 galones de oxigeno diariamente, puedo hablar sobre 150 palabras por minuto, puedo escuchar 400 palabras por minuto, soy un milagro. Es importante establecer su misión y su visión en su vida. Saber en qué persona se quiere convertir. Conteste esta pregunta, ¿Quién soy yo? Tome un papel y un lápiz y escriba un párrafo que explique quién es usted como primer paso para conocerse así mismo.

2. Aprender administrar o manejar sus sentimientos. Tengo cuatro preguntas que son parte de la dieta mental, las utilizo para administrar las adversidades y los problemas. La primera es; ¿Qué puedo aprender de esta situación?, ¿Qué es lo mas malo que me puede suceder? Voy a perder la vida, la familia, el trabajo. Si no va a pasar nada de esto el problema tiene solución. Muchas veces nos ahogamos en un vaso de agua porque nos enfocamos en el problema pero no en la solución. Otra pregunta que me hago es° ¿Quién puede ayudarme? Después de conseguir la solución me pregunto, ¿Qué cambios debo de dar para que esto no me vuelva a suceder, si no hago estos cambios que precio me va costar no realizarlo? Tenemos que estar alerta a los sentimientos que nos enfrentamos diariamente. Debemos de aprender a desactivar las emociones que nos afectan, creo que hay tres recursos poderosos para lograrlo: La calidad de comunicación con usted, La calidad de personas que le rodean, Aprender administrar las adversidades.

3. La motivación, es tener un significado, un porque, una razón de vivir. El saber, ¿Qué va a suceder hoy?, ¿Qué me enriquece la vida? Con qué estoy comprometido, de que me siento orgulloso son preguntas que nos dan fuerza, energía y vida. Existen muchas definiciones de motivación, mi definición en muy sencilla, Motivación es la fuerza que nos mueve actuar para conseguir los deseos, los sueños y las metas que queremos alcanzar.

4. La empatía, el saber entender lo que la otra persona siente, significa su capacidad de ponerse en los zapatos de la persona, el sentir en tu ser lo que esa persona está sintiendo. Muchas veces puede ser muy bueno lo que siente la persona porque alcanzo una meta importante y tú te siente como si fuera la victoria suya, Puede ser todo lo contrario esta persona perdió su trabajo o un ser querido y usted lo siente como si usted fuera el afectado. Muchas veces estamos frente a las personas y nos damos cuenta que no se sienten bien que están pasando por situaciones difíciles. Los estudios confirman que el 55% de la comunicación de las personas es la comunicación corporal es decir que las personas se comunican a través de su piel, sus ojos, sus labios, sus expresiones faciales. Si queremos desarrollar nuestra inteligencia emocional tenemos que aprender a leer el vocabulario corporal

5. Su habilidad social. Es la satisfacción de ayudar a otros. El saber que tenemos la responsabilidad de dar a los demás de lo que tenemos. Es importante saber cual será nuestra responsabilidad con las futuras generaciones. El preguntarse ¿Como me gustaría que me recordaran? Usted debe preguntarse: ¿Por qué me gusta ayudar a otros? Cuando sabemos que ayudando a otros es posible ayudarse así mismo. Esa es mi experiencia cuando ayudamos a una persona desenfocada, deprimida o preocupada eso nos da fuerza para confirmar que vamos por el camino correcto.

Para concluir, sería bueno analizar cómo esta su inteligencia emocional. Debe preguntarse ¿qué le gustaría cambiar? ¿Qué áreas de su inteligencia son fuerte y cuales son débiles? ¿Qué beneficios va a producir si mejoras esas áreas que son débiles? ¿Qué precio le va costar si no fortaleces esas áreas débiles? ¿Qué personas le pueden ayudar a fortalecer esas áreas? Y finalmente, ¿qué cambios debo de dar para fortalecer mi inteligencia emocional? Le recomiendo que escriba todas estas preguntas en un papel y las conteste, puede discutirla con su compañero o algún familiar, pero no lo deje de hacer porque de lo contrario no producirá los resultados deseados.

www.motivando.com

RUNWAY®
SHOES

Love Shoes?

1018 Buenaventura Blvd. Kissimmee, FL 34743
WWW.SHOPRUNWAYSHOES.COM
407-978-6764

Tronco de Navidad

El tronco de Navidad, es un biscochuelo con relleno y cobertura de chocolate que resulta ideal por su presentación y sabor para finalizar la cena navideña.

Ingredientes

PARA EL BIZCOCHO:

- 4 huevos enteros.
- 2 yemas.
- 80 gr. de azúcar.
- Ralladura de ½ limón.
- 80 gr. de harina.

RELLENO Y DECORACIÓN

- 400 gr. de chocolate para fundir
- 250 gr. de mantequilla
- 150 gr. de azúcar
- 1 cucharada de ron blanco
- 8 guindas
- Preparación

Bata las yemas con el azúcar y el limón hasta que esté cremoso. Añada la harina.

Bata las claras a punto de nieve y mezcle todo con cuidado.
Ponga sobre la bandeja del horno papel de aluminio y esparcir la masa dándole forma rectangular. Hornee durante 15 minutos a 200 ° C.

Retire el papel de aluminio y enrollar la plantilla de bizcocho con la ayuda de un paño. Deje enfriar.

Funda el chocolate al baño de María y resérvelo. Bata la mantequilla con el azúcar, añada el ron y junte con el chocolate.
Desenrolle el bizcocho, cubra con la crema de chocolate reservando un poco para decorar.

Vuelva a enrollar y luego cúbralo con una capa de chocolate. Haga unos adornos con un tenedor y coloque las guindas adornándolo.

Introducir en el frigorífico hasta el momento de servir.

Somos tu agencia certificada con Medicare y ObamaCare!

Tienes mas de 65 años o menor y tienes estas 2 tarjetas...

LLAMANOS!
(786) 725-8024

OBAMACARE

Gran periodo de inscripcion de ObamaCare, no te dejes engañar, llamanos y te ayudamos con tu cotizacion en 5 minutos.

MIAMI-DADE
8500 SW 8th St Suite 244,
Miami FL 33144

BROWARD
12215 Pembroke RD,
Pembroke Pines FL 33025

ORLANDO
7200 Lake Ellenor Dr.
Suite 243, FL 32809

Puerto Rico
638 Calle Aldebaran
San Juan, Puerto Rico 00920

CR INSURANCE GROUP™ LLC
Health Insurance Agency

Tambien ofrecemos oportunidades de empleo para agentes licenciados 215 o 240, para vender seguros de salud con todas las aseguradoras en todo el estado de Florida. Proximamente Tampa!!

VESTIDOS PARA DESPEDIR EL AÑO DE LA MEJOR MANERA

Un vestido de Nochevieja no tiene por qué ser sinónimo de extravagancia, escoge uno en un color sobrio y añade complementos metalizados para un toque de bling bling.

Para las que quieran bailar durante toda la noche, proponemos este look con botines con los que podrás aguantar las horas que quieras. Conjúntalos con un mini vestido tan cómodo pero sexy como éste, con la espalda al descubierto, y deja libre imaginación para los

Botines de Zara, vestido de Sfera y pendientes de Parfois

Para una noche inolvidable: el cuello de tiras y la raja en la falda elevarán las temperaturas de fin de año, y con un par de pendientes como éstos no habrá forma de que no se fijen en ti. Un clutch de pedrería y unas sandalias de tacón fino te coronarán como la diva de la noche, y como toque final, nunca olvides tu barra de labios rojo fuego.

Maxi vestido de Topshop, pendientes de Sfera, clutch de Chi Chi London, sandalias de Topshop y barra de labios de Kiko Milano

Los pantalones cropped son ideales para una cena elegante. Siguiendo la gama de tonos fríos, hemos optado por estos zapatos en degradado plateado, y como complementos, un par de ear cuffs te irán estupendamente con el pelo recogido.

:Pantalones de Topshop, zapatos y top de Zara, pendientes de Parfois

Mango presenta una nueva línea que con el nombre de Iconics, incluye distintas propuestas y estilos que tienen algo en común: todas son necesarias si quieres tener un fondo de armario perfecto, aunque serás tú quien decida que prendas quieres incluir según tu estilo.

Los brillos, un imprescindible los próximos meses, formarán parte también de alegres estampados; o en liso y satén, de trajes de pantalón, mini faldas metalizadas, vestidos midi de tirantes o cortos y de escote asimétrico. Además, la colección incluye propuestas como el elegante mono de tirantes y terciopelo en rosa, tops de encaje y por supuesto, chaquetones de pelo.

Como looks más informales destacar los formados por jeans, que vienen con bajos deshilachados y asimétricos; además de sudaderas combinadas, deportivas doradas, los plumas o vestidos de punto.
Los complementos para los diferentes estilismos también apuestan por los brillos y los metalizados, principalmente con sobres o cajas, sandalias, pañuelos y bisutería que conseguirán dar ese toque hipnótico al look en las próximas fiestas.

Fuente: ES TENDENCIA

JOHANNYBECERRA
PHOTOGRAPHER & GRAPHIC DESIGNER
787.612.2857
www.johannybecerra.com

LATIN FIESTA
Nights
drive 360
Sponsored by:
COWGIRLS
sugar
paramount
RUMBA 100.3
Host by:
GABY CALDERON
NEXT EVENT
Jan.21.2017
ROLF SANCHEZ
Live in Concert

EXTREME VIP GYM
+
CREATE YOUR PHYSIQUE
CYP
MAKE YOUR WORKOUT COUNT
CHOOSE YOUR GOAL
PICK YOUR FOOD
BUILD YOUR PLAN
GET YOUR CUSTOMIZED DIET
WITH PERSONALIZED PORTIONS
CYP
Google play
App Store
Create Your Physique
@CreateYourPhysique

RECIBE EL AÑO NUEVO CON UN DÓLAR

El billete de dólar tiene la propiedad de llamar al éxito, a la abundancia, y el motivo es que uno de sus componentes es el carbonato de cobre, que al cristalizarse se convierte en el cuarzo malaquita, de color verde muy brillante. Este cuarzo llama al dinero y la abundancia.

Qué necesitas?
Un billete de un dólar
Una bolsita de color verde
Hilo verde (de bordar)

¿Qué hacer?
Al dar las doce campanadas toma fuertemente el dólar entre tus manos por lo menos durante un minuto. Después lo guardarás en una bolsita verde que previamente habrás cosido con hilo verde, si estás en tu casa cierras la bolsita cosiéndola y la guardas en un cajón o gaveta de tu dormitorio como amuleto.
Si estuvieras fuera de tu casa, al día siguiente la cierras, coses y guardas.

CUARZO ROJO PARA LLAMAR AL AMOR

Si vas a recibir el Año Nuevo fuera de casa, haz este siguiente ritual. El Rubí tiene la propiedad esotérica de abrir los caminos para el amor. Representa el amor puro, fuerte y apasionado. Su energía ofrece también benevolencia y seguridad interna.

¿Qué necesitas?
Un Rubí, una copa de vino tinto y un trozo de papel de seda rojo.

¿Qué hacer?
Cuando den las doce de la noche coloca el cuarzo en la copa de vino y bebe hasta la última gota. Luego colocas el cuarzo en tu brasiere, y si eres varón, lo colocarás en el bolsillo de tu camisa, envuelto en el papel de seda. Este amuleto lo tendrás lo más cerca posible hasta que el amor llegue a tu vida, luego lo esconderás en tu almohada.

EXPULSA LA NEGATIVIDAD CON ALBAHACA

La albahaca tiene un efecto protector y limpiador. Protege contra la envidia, los celos y la agresividad. Elimina los malos espíritus.

¿Qué necesitas?
Dos puñados de albahaca…
Tres vasos de agua natural (sin gas)…
Una olla chica, de preferencia nueva…
Un recipiente de cerámica.

¿Qué hacer?
Hervir la albahaca faltando diez minutos para entrar al año nuevo, por espacio de cinco minutos…
Verter al recipiente lo hervido y colocarlo debajo de la cama, y listo, ¡fuera todo lo malo!.

INUNDA TU CASA CON CANELA

La canela tiene la propiedad esotérica de propiciar la tranquilidad espiritual en el hogar, suaviza los momentos de tensión, atenúa las discordias y pleitos. También ayuda a resolver los problemas económicos.

¿Qué necesitas?
Dos vasos de agua natural (sin gas).
Siete varas grandes de canela…
Una olla chica, de preferencia nueva.

¿Qué hacer?
Faltando quince minutos para las doce de la noche, hierve la canela, cierra todas las ventanas de la casa durante el ritual para que el aroma inunde todo el lugar, invocando por que la paz y tranquilidad reinen durante todo el año venidero.

RITUAL CON CHAMPÁN Y ALIANZAS

MATRIMONIALES

¿Quieren estrechar más aun los lazos de amor que les une? ¿Desean que el próximo año nada empañe nuestra unión? Hagan el siguiente hechizo de amor de fin de año.

¿Qué necesitas?
Las alianzas o aros matrimoniales..
Una copa. Champán

¿Qué hacer?
Cuando falten 10 minutos para las doce, introduzcan las dos alianzas matrimoniales en la copa, viertan un chorrito de champán, de manera que cubra los aros. Cuando den las doce llenen la copa, tomando un sorbo cada uno, hasta que quede suficiente champán para que ambos sumerjan su dedo medio para luego llevarlo a la altura del corazón del conyugue. Inmediatamente sacan las alianzas de la copa y durante toda la noche llevará cada quien los aros de la pareja Al día siguiente harán los cambios, o sea, que cada uno seguirá usando su anillo correspondiente. Las burbujas del champán llaman a la felicidad, a la dicha.
El sumergir los aros simboliza consagrarlos, llenarlos de la magia del champán en aras de llevar un año de armonía y amor.

AVISO IMPORTANTE

"Si ha sufrido daños en su casa o paredes mojadas por filtraciones y goteras de agua durante esta temporada de tormentas, llame hoy para una consulta gratis. Trabajamos directamente con la mayoría de los seguros."

- Intervención en situaciones criticas
- Ayuda durante desastres
- Daños por inundación
- Humo o Fuego
- Consultor en perdidas
- Remover Olores
- Detección de filtraciones

Ingles | Español

SERVICIOS DE EMERGENCIA
24 HORAS / 7 DÍAS A LA SEMANA

jperez-fbi@cfl.rr.com

321-277-0149

Tradiciones DE FIN DE AÑOS DE NUESTROS PAÍSES

La mayoría de nuestros países celebran la despedida del viejo año y la llegada del nuevo como una de las grandes fiestas a realizar; pero, ¿cuál es el origen de estas tradiciones? ¿Desde cuándo se celebra el fin de año?

La Nochevieja y los ritos que la acompañan se dan por hecho y forman parte de las costumbres de cada familia. A ello se suma la típica lista de propósitos de Año Nuevo: ir al gimnasio, hacer dieta, trabajar un poco menos y disfrutar un poco más son algunos de las muchas promesas que se repiten y que, en demasiadas ocasiones, se diluyen a lo largo de los meses del año que recién entra.

La Nochevieja es una festividad que se celebra desde hace siglos. Se remonta a los inicios del Imperio Romano, cuando el mes de enero estaba dedicado al dios Brifonte Janus, que representa al año que se va y al que viene, por lo que siempre aparece con dos rostros: uno anciano y el otro jovencito. Así, los romanos invitaban a comer a los amigos. Esta vieja costumbre fue poco a poco introduciéndose en la totalidad del continente europeo. La frase "año nuevo, vida nueva" acompaña la idea de esta celebración. Al menos así se piensa desde épocas inmemoriales. Fecha perfecta para cambiar de "aires", atraer la suerte y lograr los objetivos pendientes. Las "uvas de la suerte" que solemos comer al paso de cada minuto que cierra el año, claman a la fortuna, y existen gran variedad de hechizos, supersticiones y trucos en nuestras naciones para esta celebración con un único fin: atraer la felicidad, el amor o el dinero.

Veremos en una pequeña lista, que agregamos más adelante, varias de estas tradiciones que casi rayan en asuntos de magia, por ejemplo, hay quien deposita un anillo de oro en la copa de champán, sidra o cava con la que brindan antes de la llegada del Año Nuevo para asegurar la tranquilidad económica; otros permanecen con un billete en la mano durante el cambio de año. La utilización de las velas también forman parte de ritos: las azules simbolizan la paz; las amarillas, la abundancia; las rojas, la pasión; las verdes, la salud; las blancas, la claridad, y las anaranjadas la inteligencia. Otra tradición es quemar incienso para depurar el ambiente de la casa y traer buenas vibras y energías. Hay quienes reciben el nuevo año con monedas en los zapatos o en el bolsillo como un símbolo de prosperidad económica.

La búsqueda del amor es una constante en la vida de los seres humanos y más en estas fechas navideñas. Uno copiado de Italia es vestir una prenda de lencería roja, color de la pasión, el deseo y el amor. Con el mismo objetivo se da el primer saludo de felicitación del recién estrenado año a una persona del sexo opuesto. Para que alguien le dé afecto y amor, se suele amarrar con un listón rojo una foto de la persona en cuestión. A las supersticiones para atraer amores, amistades o fortuna se unen los deseos por espantar los miedos. Siglos atrás se decía que los días oscuros llevaban a las casas los temores,

los mismos se intentaban ahuyentar con el fuego, el ruido y las reuniones de numerosas personas en una habitación.
Otros rituales es ponerse ropa nueva para que, durante todo el año, ésta no falte. Sentarse y pararse durante las 12 campanadas, si lo que se desea es atraer el matrimonio..
Las lentejas tienen significado de abundancia. Comerse una cucharadita de lentejas cuando den las 12 o ponerlas crudas en un tazón de cristal en algún lugar es parte de los rituales del 31 de diciembre a la media noche.

Características regionales

UN VIEJO HECHO DE TRAPOS

El Año Viejo se representa con un monigote, elaborado con ropa vieja, cartón o papel, relleno de paja o aserrín y con frecuencia con artefactos pirotécnicos, para ser quemado a la medianoche del 31 de diciembre en un gran número de países latinoamericanos, desde México hasta Uruguay y en algunas regiones de Colombia y Venezuela aunque la costumbre está más arraigada en Ecuador.

El ritual se debe distinguir de la Fiesta del Judas que a pesar de tener características similares tiene distintas connotaciones y se celebra en algunas regiones de España y de América latina, al inicio de la semana de pascua o en el domingo de resurrección. Igualmente el año viejo se debe distinguir de las efigies que se incineran en protestas políticas, aunque también suelen representar personajes concretos o símbolos de organizaciones y países objetos del rechazo, porque se realizan en cualquier época del año y sin los elementos rituales del 31 de diciembre.

LAS "VIUDAS" RECORREN LAS CALLES

La costumbre de confeccionar monigotes está popularizada en varios países de nuestra región; son hechos con ropa vieja y rellenos de papel periódico o aserrín y luego le colocan una careta o máscara (en ocasiones bastante trabajada, hechas con papel maché) con la cara del personaje a quemar ese año.
En la región de la costa, los monigotes son más elaborados, construidos de cartón, papel periódico y goma y pintados con las características del personaje que representan y que pueden ser políticos, deportistas, artistas, cantantes, personajes de televisión, superhéroes, etc. La noche del 31 los "viejos" son expuestos en las puertas de las casas con los famosos testamentos con las "cosas que deja el año viejo al que viene". En muchas zonas tanto urbanas como rurales hombres se travisten de viudas y en las calles piden caridad por el "viejo" que se muere. Los muñecos son quemados a la 12 de la noche en las calles de las ciudades, frecuentemente con bastante estruendo (pues es común que se rellene con petardos) y luego esto es seguido por una cena y festejos en que toda la familia desde los más pequeños participan.

En **Colombia,** suelen coloca el muñeco relleno de aserrín o papel en la parte exterior de la casa, lo sientan en una silla junto a una mesa donde hay una botella de licor. A veces los barrios se organizan y forman una escena más compleja que se exhibe sobre una tarima. Hay concursos de años viejos en las principales ciudades. Estas escenas suelen representar acontecimientos políticos, nacionales o internacionales, con humor, sarcasmo o cinismo. De forma paralela, desde temprano del último día del año varios jóvenes se disfrazan de "viudas" que lloran la muerte del año que se va, y piden una limosna, dinero que se utiliza en la compra de los materiales con que se fabrica al "viejo". Actualmente se conserva más la costumbre de petición de "caridad para el viejo" que la del disfraz.

En **Cuba** el año viejo es un "paisano" –también muñeco de trapo- que sientan a esperar que le traigan el buche de café de la comadre, sin imaginar su destino en llamas. A las 12 de la noche, cuando comienza a transcurrir el próximo, el año viejo es sacrificado, en la calle, en el centro de una ronda alocada y feliz; el fuego arde desde esos cuerpos de trapo, yerba y alcohol. La familia comparte su carnita asada en sacrosanta ceremonia. El cerdo, puerco, lechón digno de cada cual, en libras y en aliño, completa el espectáculo que toda Cuba se ofrece a sí misma, bailando y cantando, despreocupadamente, como con una fe ciega en que el próximo siempre será mejor.

De igual forma, en **Nicaragua** quemar un muñeco lleno de pólvora, "El Viejo" como igualmente se le llama. Representa una despedida de todo lo vivido durante el año que termina sea malo o bueno y es confeccionado de ropa y zapatos y al quemarlo se van todas las penas y todos los problemas.
En Panamá se confeccionan también los muñecos pero aprovechan que representen algún políticos como una sátira de la situación política y judicial que vive el país como también personajes públicos.

En **México** es muy común la elaboración y quema de efigies del año viejo y de lo negativo que ha sucedido durante el año que termina en estados como Veracruz, Oaxaca, Chiapas, Yucatán y Tabasco. En el Distrito Federal se conserva la tradición sobre todo entre los inmigrantes de los estados mencionados. El ritual puede iniciarse dos o tres días antes del Año Nuevo cuando el monigote es puesto al frente de la casa con un recipiente para recabar limosna; que será empleada para comprar cohetes y golosinas. También se pasea por las calles acompañado de una comparsa compuesta por una viuda embarazada (que dará a luz al año nuevo), una rumbera y un pequeño grupo musical.
En Veracruz los indígenas mixe-popolucas de Oluta, realizan una danza que es conocida con el nombre de "El Chenu", que es el nombre que le dan al monigote y los danzantes son niños y jóvenes disfrazados de diablos con ropa de color rojo; máscaras con cuernos, cola y un tenedor largo construido de madera. Igual que en otros países andinos, algunos participantes también se disfrazan de viudas, vestidos de negro y semejando estar embarazadas, y su papel es plañir estribillos y llorar a la hora en que se quema el personaje.

En **Venezuela** está ceremonia de la quema del monigote se realiza más en Semana Santa, cuando se quema a Judas que, generalmente está representado en políticos, pero aún así hay estado como Lara , Táchira, Mérida y Zulia que también "queman" el viejo año.

EN PUERTO RICO LA FIESTA COMIENZA ANTES

Al igual que en otras naciones hispanas, en Puerto Rico, celebran la llegada del Año Nuevo pero se celebra un día antes del 31 de diciembre, lo que demarca ya una característica única y especial de su territorio.
En vísperas de Año Nuevo, Puerto Rico se convierte en sede de muchas fiestas. La gente se apronta a limpiar incuso hasta las calles que rodean sus casas. Los hogares, para las fiestas de fin de año, se van renovando, y las luces comienzan a salir a la calle, con los típicos adornos y decoraciones navideñas y de fin de año.
Los puertorriqueños se aseguran que su gente se vea bien para las fiestas, acostumbran a limpiar su casa y la calle, iluminan sus hogares y desechan todas aquellas cosas que ya parecen estar muy pasadas de moda. Esta costumbre la repiten gentes de todo el mundo, y en nuestro continente viene de nuestros primeros habitantes, como los mayas, los incas y los mexicanos: sacaban fuera de la vivienda todo lo viejo, para darle lugar a todo lo nuevo.
Entre los colores que predominan en la decoración de las casas tanto puertorriqueñas, como venezolanas, colombianas …están el dorado y plateado, además del verde y rojo. Se pueden ver globos de colores y adornos varios.
Los puertorriqueños suelen pasar los fines de año, en la playas entre otras la Playa de Amadores. También planifican viajes a través de la selva húmeda en vísperas de Año Nuevo pero así como las fiestas comienzan antes de cualquier país del mundo, los ticos las extienden más allá de la llegada de los Reyes Magos que ocurre la madrugada del 6 de enero. Las fiestas comienzan el último jueves de noviembre y duran hasta el 14 de enero; 45 días o sea un mes y medio de duración
En Puerto Rico, al igual que otros países hispanoamericanos celebran las fiestas navideñas con las Misas de Aguinaldos, Nochebuena, la Misa de Gallo, el Día de Navidad, Despedida de Año, Año Nuevo, Día de Reyes pero agregan otros días de fiestas y alargan las fiestas hasta el 14 de enero, donde, oficialmente se cierran las festividades, porque suman las Octavas y Octavitas.

LAS OCTAVAS Y LAS OCTAVITAS

De acuerdo a una vieja tradición, las fiestas de Reyes no terminan el 6 de enero sino que continúan el 7 y el 8 de enero. Cada día se dedica a uno de los Reyes Magos: el 6 es el día de Gaspar, el 7 es el día de Melchor, y el 8 es el día de
Baltazar. El día 9 de enero honraban también a unos personajes femeninos conocidos como las Tres Marías y ese mismo día comenzaban las celebraciones de lo que ellos llamaban las Octavas.

Las octavas son 8 días más que, inicialmente consistían en una celebración religiosa siguiendo las tradiciones católicas. Luego se convirtió en motivo de fiesta y éstas octavas terminan el 16 de enero.
Después de las octavas viene el periodo de las octavitas, ocho días más de celebración que extienden la fiesta hasta el 24 de enero. Algunas personas devotas –o fiesteras- deciden seguirla de larga hasta culminar la fiesta el martes antes del miércoles de cenizas que, es el inicio de la cuaresma. Con el final de las Octavas u octavitas se marca el fin oficial de la Navidad en Puerto Rico.
Aguinaldos o parrandas
En alguno países, como en Venezuela y Puerto Rico, se organizan grupos de cantores de aguinaldos que suelen ir de casa en casa llevando lo que se conoce como una parranda o aguinaldo.

En Puerto Rico, las personas a las que se les llevó una parranda o aguinaldo y no estaban en la casa esa noche, se supone que reciproquen la parranda con otra parranda durante las Octavas. Esta vez les toca a ellos llevársela (al que fue a su casa y no los encontró). Se entonan coplas como:

"Se fueron los Reyes con mucha alegría, vienen las octavas – Dios nos de salud para celebrarlas."

Las personas pedía salud para continuar las fiestas y en estas celebraciones no escatimaban en gastos, hasta quedarse "pelaos":
"Se fueron los Reyes y vino la Octava se quedó la gente más pobre que estaba"
Los vecinos continuaban rezando y organizando diversos festejos propios de la temporada navideña.
Estas fiestas se describían muy bien en sus cantos:
"Se fueron los Reyes,
con mucha alegría
y viene la Octavas los nueve días"

Por si fuera poco, el 17 de enero era entonces cuando comenzaban lo que se conoce como las Octavitas, que se extendían hasta el 24 del primer mes del año. Los más fiesteros tal como comentamos antes, la "alargaban" hasta lo que se conocía como la "media raja" o sea, la víspera del miércoles de ceniza. Todo el jolgorio se acababa con la llegada de la Cuaresma, durante ese periodo cristiano que se extiende por 46 días no había música, bailes ni fiestas. Para lograr esto, les quitaban las cuerdas a los cuatros, tiples, guitarras y se procedía a colgarlas en la pared hasta que llegara la llamada Fiesta de la Resurrección del Cristo.

Comenta un reseñador portorriqueño que este fenómeno ocurre debido a que, dada la situación de conflictos y problemas que existe tanto a nivel mundial como nacional, el puertorriqueño coloca el refrán "a mal tiempo buena sombrilla".

Junto a las octavitas va las famosas Fiestas de la Calle San Sebastian en San Juan. El puertorriqueño no se conforma con esas fiestas y algunos siguen con los Octavones, que no es otra cosa que la extensión adrede de las fiestas navideñas.
Originalmente estas fiestas era de naturaleza más religiosa y se usaban para glorificar a los Reyes Magos y el Niño Jesús. Las Coplas se dedicaban a los Reyes Magos.

Aguinaldos es como venezolanos y puertorriqueños llaman a sus canciones navideñas. Algunas canciones son muy religiosas y son conocidas como villancicos. Algunas canciones tiene un sabor criollo y son conocidas como décimas navideñas. El resto de las canciones son aguinaldos tradicionales o canciones populares navideñas.

También conocidas como parrandas, trullas o asaltos. Estas son las más notables de la Navidad. En ellas se cantan versos, canciones, y se suenan maracas, el cuatro y el güiro. En Puerto Rico, se baila, especialmente el "seis choreao" y la plenas. Las hacen de madrugada con la intención de despertar al dueño de la casa y les den de comer y beber.

Algunas de las décimas que cantan en estos países suelen ser:

" Ábreme la puerta, ábreme la puerta, que estoy en la calle,
y dirá la gente, que esto es un desaire"
Otras: " Si no me dan de beber, lloro... si no me dan de beber....
Si no me dan de beber, lloro... si no me dan de beber."
" Prendiste la luz, metiste la pata, ahora sabemos, que estás en la casa."

El dueño de la casa suele invitar a entrar y obsequia con comida, entremeses y licor. Es de esperarse también que se unan al grupo, para seguir la fiesta de casa en casa.

En los campos, los muchachos van, al caer la noche, con palos y maracas cantando de casa en casa, esperando les den su aguinaldo (dinero).
El conocido aguinaldo, desde el punto de vista ya no de canto sino de obsequio suele darse a los empleados o servidores tanto públicos, como privados. Por ejemplo: cartero, los empleados que recogen la basura; la persona que trae el periódico; la empleada doméstica, empleados de oficina, etc. Ellos esperan le des algo de dinero.

Definitivamente, el pueblo hispanoamericano se toma muy en serio sus festividades navideñas.

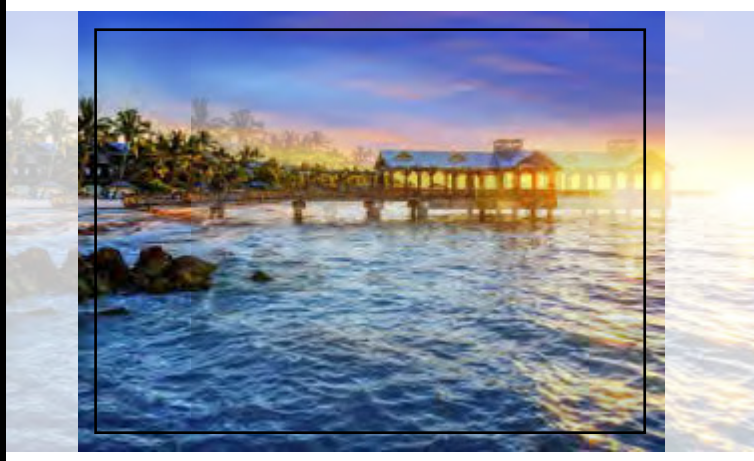
DABAR & ASSOCIATES
Real Estate Services

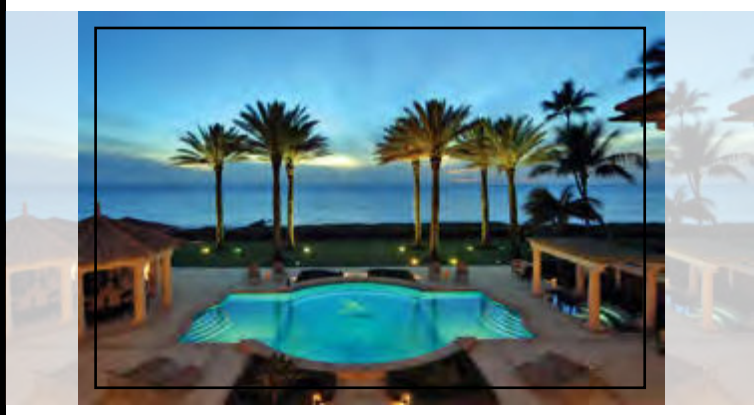
TAMPA THE TOP CITY

IN THE STATE OF FLORIDA TO INVEST

The State of Florida is a top lead for international investors dealing in Real Estate and Business investments throughout the Nation. According to research and statistics approximately 25 percent of foreign investors purchasing Real Estate in the U.S. choose Florida. Investors view Florida real estate as a profitable investment and the reasons are various. Besides not having a state income tax, Florida leads in areas of export and trades; which have become an essential factor to the progress of several areas in Tampa. Tampa the Cigar City is known for beautiful beaches, great dinning, rich in history and much more. With a port of over five thousand acres, Tampa has had employment increase, population growth and housing demand. It also thrives in profitable rental properties and home flips. The quality of life and global investors contribute to Tampa ranking as one of the top 10 cities in the world for investing in real estate whether is residential or commercial. In Tampa, Florida the weather is beautiful virtually year round. There is a variety of recreational options, including theme parks, professional sporting events, cultural events, and nearby beaches.

Tampa features world-class universities, hospitals, schools, libraries, police & fire departments, and other services. Downtown Tampa features live entertainment, dining, shopping and much more. Tampa is the place to be! Whether you are looking to invest in residential or commercial real estate, Dabar & Associates can make it happen!





PHONE: (813) 388-6140 | WWW.DABARREALESTATESERVICES.COM

La Dra. Pichardo, el Dr. Angel de los Reyes
y Advanced Physical Medicine les desea

¡Felices Fiestas y un Próspero 2017!

ADVANCED
PHYSICAL MEDICINE

En ésta temporada de Navidad, no olvides pasar la llave si va a consumir alcohol. Evitemos accidentes y pasemos días de alegría con nuestros familiares y seres queridos.

No obstante, en caso de accidentes recuerde que estamos disponible para usted y su familia.

Estaremos abiertos de lunes a sábados para ayudarle y brindarle el mejor servicio como nos caracteriza en Advanced Physical Medicine.

Ganadores del Premio
Don Quijote 2016
"NEGOCIO DEL AÑO"

407.282.3615
Oficinas en:
Semoran • Hunters Creek • Poinciana

Tratamiento de Plasma Rico en Plaquetas Para la Pérdida de Cabello

El método de Plasma Rico en Plaquetas (PRP) utiliza su propia sangre para promover el crecimiento del cabello.

El método de Plasma Rico en Plaquetas (PRP) utiliza su propia sangre para promover el crecimiento del cabello.

Hoy día y por muchas razones la pérdida de cabello es una preocupación primordial para muchos hombres y mujeres. La buena noticia es que con los avances en la medicina y los estudios avanzados se han descubierto maneras efectivas y duraderas para tratar la condición de la pérdida de cabello, conocida como alopecia. Uno de los métodos más avanzados de promover crecimiento de cabello se conoce como el Plasma rico en plaquetas o "PRP" que está mostrando resultados impresionantes con menos de tres tratamientos y es ofrecido en las oficinas de Advanced Physical Medicine.

El procedimiento consiste en extraer la propia sangre de la persona y luego pasarla por un proceso (centrifugo) para separar y extraer el concentrado de las plaquetas. Este plasma rico en plaquetas y factores de crecimiento es muy útil en la regeneración de tejidos y la curación.

Recientemente, los estudios han sugerido que el PRP también puede servir como una opción de tratamiento seguro y eficaz para la pérdida de cabello de patrón masculino y femenino.

Es por eso que al inyectarlo en el cuero cabelludo en las zonas con alopecia, promueve la regeneración del cabello.

El PRP no sólo promueve el crecimiento del cabello sino que también fortalece los folículos. Esto tratamientos son administrados por un personal médico de Advanced Physical Medicine y la duración del tratamiento es de alrededor de una hora a hora y media incluyendo la preparación y el tiempo de recuperación.

La Dra. Pichardo nos dice que "Lo mejor de todo es que la inyección de PRP es muy segura, y como se está utilizando la propia sangre del paciente y el tratamiento es el mismo día, el riesgo es mínimo y sin efectos secundarios." Mientras que otros procedimientos médicos conllevan un riesgo de reacción a medicamentos, no es así con el PRP. Para algunos pacientes, las inyecciones pueden ser incómodo y por eso se ofrece anestesia local antes de las inyecciones que ayuda a reducir el malestar. Los pacientes son monitorizados fotográficamente para evaluar los beneficios de la terapia.

El tratamiento puede requerir de tres a sesiones (dependiendo de la condición), cada dos a seis semanas de diferencia para obtener los mejores resultados. De igual manera con él tratamiento de PRP, la persona puede obtener terapias de luz para obtener resultados mayores y estimular aún más el crecimiento del cabello.

El profesional médico de Advanced Physical Medicine tienen el conocimiento de saber cuándo PRP para la pérdida de cabello es adecuado y la habilidad para inyectar la cantidad correcta de PRP a la profundidad justa para lograr el resultado deseado.

¿Quién debe optar por el PRP?

Las personas que tienen el pérdida de cabello, o con alopecia androgénica (caracterizada por pérdida de cabello en la parte superior del cuero cabelludo y a lo largo de la frente pueden beneficiarse de ella.

Esta terapia de Plasma Rico en Plaquetas "PRP", también se aplica en la cara para ayudar a reducir líneas, arrugas, cicatrices de acné y también ayuda a formar colágeno y es conocida como levantamiento de cara de vampiro que se realiza.

Para más información o consultas, Llamar al 407-282-3615.

819-10116102

¿LA CAÍDA DE CABELLO ESTÁ AFECTANDO SU CONFIANZA?

Restauración del cabello con tratamiento PRP, es la técnica no invasiva más avanzada tanto para hombres como para mujeres

Haga su cita hoy y reciba $50 de descuento

- Confiable, permanente, con resultados naturales
- Siéntase más confiado con su cabello más grueso y saludable

¡Usted no escogió perderlo... Escoga recuperarlo!

819-10116100

¡Llame hoy para una consulta gratis!

407.282.3615

www.AdvancedPhysicalMedicine.com

ADVANCED Physical Medicine

2920 Pleasant Hill Rd.
Kissimmee, Fl 34746

953 N. Semoran Blvd.
Orlando, Fl 32807

12554 S. John Young Pkwy.
Orlando, Fl 32837

IT'S TIME TO SHOW YOUR LEGS!

Stop hiding your spider veins and finally get rid of them!

SCLEROTHERAPHY

No Sugery • No Hospital
Non Invasive • No Downtime

FREE CONSULTATION

$50 OFF SPIDER VEINS TREATMENT

ADVANCED PHYSICAL MEDICINE

www.myadvancephysicalmed.com

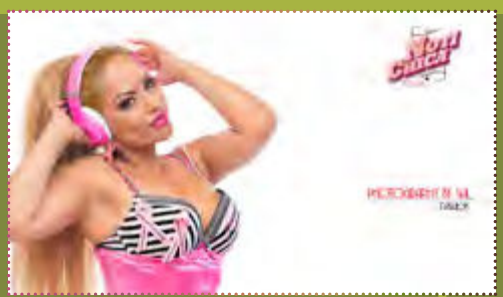
407-282-3615

953 N SEMORAN BLVD, ORLANDO, FL 32807

12554 S JOHN YOUNG PKWY, ORLANDO, FL 32837

MEXICANO CREA APP

Para Traducir Frases Del Español Al Zapoteco



En México existen diversos dialectos en diversos estados del país, que se han ido perdiendo poco a poco. Recientemente un joven juchiteco de 22 años, Gonzalo Santiago Martínez, creó una aplicación llamada Didxazapp, que, originalmente, permite traducir frases del español al zapoteco del Istmo.

Martínez explicó que el proyecto de su aplicación surgió hace cinco años e inicialmente se trató de un trabajo para pasar una materia de la preparatoria. Sin embargo, esta iniciativa fue creciendo, y actualmente es utilizada en 26 países aproximadamente.

El joven Oaxaqueño aseguró que se trata de un proyecto para que el mundo conozca su lengua: “Ya no me sale bien hablar zapoteco. Esa fue una de las motivaciones para hacer algo por mi lengua”, afirmó este joven que salió desde los ocho años de Oaxaca y quien en unos días será ingeniero en software por la Universidad Politécnica de Tecamac, Estado de México.

El traductor ya está disponible en la tienda de Windows Phone. Por el momento se encuentra en fase de mejoramiento, ya que se espera que próximamente sea posible traducir también al zapoteco contenido en francés, inglés y todos los idiomas disponibles en el traductor de Google.

Merry Christmas

epiko MAGAZINE

Happy New Year

Los Ponches

El ponche es una bebida que, tradicionalmente se bebe en festividades familiares como son las de Navidad y Fin de Año. Aquí conseguimos algunas recetas que podrías probar.

COQUITO

BEBIDA NAVIDEÑA TRADICIONAL DE PUERTO RICO

El Coquito es la bebida tradicional puertorriqueña por excelencia en la Navidad. Es parte de lo que son y los distinguen, no puede haber Navidad sin coquito.
El Coquito es una bebida compuesta por una mezcla de leche, coco y alcohol. En la actualidad existen variaciones; en muchos lugares se sirve sin alcohol para que, quienes no puedan beber alcohol lo puedan tomar.
Es ideal para tomar solo, acompañar entremeses y al finalizar una cena. Se sirve en cantidades pequeñas a modo de "shot" y la cantidad de ron que utilices depende del gusto que lo desees.

INGREDIENTES
- 3 latas de leche evaporada
- 1 lata leche condensada
- 4 huevos
- 1 3/4 taza Ron Bacardí
- 2 1/4 taza de Coco López
- 1 cdta. canela
- 1 cda. Vainilla

En un recipiente grande, verter la leche evaporada. Añadir la leche condensada, mezclar.
Separar las claras de la yemas del huevo y en un recipiente bate las yemas ... Hasta que este espesas y espumosas.
Verter sobre la mezcla de leche. Mezclar bien. Añadir el Coco López y, mezclar hasta unir. Medir el ron a discreción o porción recomendada; añadir, mezclar bien. Añadir la canela y mezclar; luego la vainilla y mezclar y ¡listo!

PONCHE CREMA

En Venezuela forma parte de la tradición festejar con Ponche Crema; es una bebida que se prepara de forma artesanal. Este cremoso brebaje dulce se hace a base de huevos, leche condensada, leche entera y por supuesto contiene alcohol.
Un buen Ponche Crema se puede hacer en menos de una hora y es fácil de realizar.

INGREDIENTES
- 6 de yema de huevo
- 397 gramos de leche condensada
- 2 tazas de leche entera
- 1/2 cucharadita de ralladura de limón o una conchita
- 1/2 taza de ron venezolano
  nuez moscada al gusto
- 1 cucharadita de vainilla

PREPARACIÓN
Ponga en una olla a calentar la leche a fuego bajo. Bata las yemas de huevo y agréguelas a la leche junto con la conchita de limón. Luego agregue la cucharadita de vainilla y nuez moscada al gusto. Remueva con una cucharada de madera, y cocine siempre a temperatura baja para evitar que las yemas coagulen hasta que esté a punto de espesor. Espera que repose un rato y que baje un poco la temperatura del líquido.
Agrega la leche condensada, el ron y mezcla bien. Si sientes que les quedó con grumos, puedes usar la licuadora.
Prueba y verifica que tiene el gusto a licor que deseas, si no agrega más alcohol según el caso. Dejé enfriar

PONCHE DE TURRÓN

PARA NAVIDAD

Esta receta también es fácil de hacer y necesitará menos de una hora para realizarla. Es un ponche con una preparación simple, a base de turrón de almendras.

INGREDIENTES

- 630 gramos de leche evaporada
- 185 gramos de leche condensada
- 10 onzas de turrón de almendra
- 2 cucharaditas de fécula de maíz disueltas en dos cucharadas de agua
- 1 cucharadita de nuez moscada rallada
- 2 rajas de canela
- 1 pizca de sal
- 2 yemas de huevo
- 1 taza de ron blanco

PREPARACIÓN

Une la leche evaporada, la leche condensada y la fécula de maíz y licuala.
En una cacerola, añade el batido, la nuez moscada, las rajas de canela, la sal y las yemas. Deja cocinar sin dejar de mover hasta espesar. Una vez espeso, retira del fuego, deja refrescar y agrega el ron. Lleva a la nevera hasta el momento de servir.

Si deseas que los niños beban de este ponche, haz una botella aparte sin agregar el ron.

VINO CON CANELA

En 20 minutos puedes darle un sabor distinto al vino que sueles tomar. Es una bebida exquisita para navidad: vino caliente con canela. Prepara esta deliciosa receta y disfruta de una navidad inigualable.

INGREDIENTES

- 6 clavos de olor
- 4 cáscara de limón en rebanadas
- 4 cáscara de naranja en rebanadas
- 4 tazas de vino tinto
- 1 1/2 tazas de Kirsch
- 1 1/2 tazas de agua
- 1 3/4 tazas de azúcar
- 2 rajas de canela

PREPARACIÓN

Hervir el vino, kirsch y el agua en una olla grande. Agregarle en una tela como las que utilizas para hacer té, las especies y cáscaras durante la cocción del vino.
Dejar hervir a fuego lento por 10 minutos y la bebida esta lista para servirse.

SANGRÍA NAVIDEÑA

CON ROMERO

En menos de quince minutos puedes hacer una sangria de vino blanco con uvas, manzanas, durazno y limón es ideal para estas fiestas navideñas. Tiene un elegante toque de romero que le dan un sabor inigualable. Y poder disfrutar de los trozos de fruta en la bebida es delicioso.

INGREDIENTES

- 2 duraznos
- 2 manzanas gala
- 1 taza de uvas rojas
- 2 limones
- 2 ramas de romero fresco
- 1 cucharadita de nuez moscada
- 1/2 taza de ron blanco
- 1/8 de taza de jarabe
- 1 botella de vino blanco seco
- 2 tazas de refresco de limón
- 1 taza de hielo

PREPARACIÓN

Corta los duraznos y las manzanas en cubitos. Corta las uvas por la mitad y los limones en rodajas. Pica el romero.
En una jarra, mezcla la fruta con el romero, la nuez moscada, el ron, el jarabe y el vino.
Deja reposar la mezcla de frutas 1 hora en el refrigerador.
Sirve con el refresco y agrega cubitos de hielo.

COMIENZA TU NUEVO AÑO TOMANDO LA MÁS ALTA CALIDAD DE AGUA EN EL MUNDO... AGUA "KANGEN"

Experimenta los beneficios del agua "Kagen" La comunidad científica ha destacado la importancia de consumir agua Alcalina para mantener la salud de nuestro cuerpo. Nuestro cuerpo es 85% agua y su calidad es importante para nuestra salud

Los siguientes son los beneficios más significativos de agua alcalina:

Incrementa la Hidratación de nuestro cuerpo- El agua "Kagen" Micro - agrupada que hidratan el cuerpo 6 veces más rápido.

Balancea el pH del cuerpo - Restaura la alcalinidad del cuerpo a ph 8.5 hasta ph 9.5

Incrementa la oxigenación de la sangre - Reduciendo el proceso de envejecimiento

Neutraliza los radicales libres - Un potente antioxidante que ayuda a restaurar a el cuerpo a su estado original e incrementar el sistema inmunológico para combatir las enfermedades.

Pérdida de peso de forma saludable - Aumenta el metabolismo y no tiene calorías.

Limpieza corporal - Ayuda a eliminar toxinas y los desechos del cuerpo.

Poderoso anti-inflamatorio – Ayuda a reducir la inflamación.

Más energía y piel saludable – Tomarla de manera regular le da brillantez a la piel y mayor nivel de energía.

Promueve un mejor descanso e incrementa la capacidad atlética.
Cambia tu Agua... Cambia tu Vida...

Inglés y español: **www.trythiswater.com**
Para una demostración: www.kangendemo.com

407.637.1835
Sr. Carlos Martínez

PONTE EN ÓRBITA

CON JACQUELINE RIVAS

HOROSCOPO

ARIES: Tu receta para este año es fácil, casera. Debes ser constante. Quítate las malas vibras con baños y despojos. Despeja la pista para que puedas arrancar con firmeza. Te voy a dar un baño que te va a formatear y eliminar obstáculos energéticos.
Toma Sal Marina, alcanfor y café en polvo, agrégale dos cucharadas soperas de agua, mejor si es agua bendita. Haz una pasta y desde la cabeza hasta los pies te vas frotando. Lo dejas unos dos o tres minutos, y luego lo sacas con abundante agua. Al concluir el baño, hidrata y perfuma tu piel con una crema de vainilla.

TAURO: Prepárate para afianzarte este año que se inicia. Te recomiendo para que le veas frutos a tu esfuerzo y constancia, un ritual maravilloso y hermoso que te va a gustar mucho: cómprate una maceta grande, tierra y abono. El día que quieras hacer el ritual, mira bien que la luna esté en fase creciente. Toma diversos granos todos los que quieras, te los pasas por el cuerpo de manera que recojan y limpien tu aura. Luego procedes a sembrar todos los granos en la maceta que elegiste para ver cómo crecen y se concretan tus proyectos. Fácil, sencillo, práctico y económico. Repite tanta veces como lo sientas necesario.

GEMINIS: Para que puedan entrar cosas nuevas a nuestras vidas, debemos dejar espacio. Siéntate a meditar con papel y lápiz en mano. Al concluir anota todo lo que quieres eliminar de tu vida, y al lado coloca un objeto que lo represente. Al concluir la lista, procede a reunir los objetos. Lo metes en una bolsa, y sales a la calle a regalarlo, botarlos, o quemarlos si de eso se precisa. Regresas a casa: limpia bien el vacío que ha dejado y por tres días, no coloques nada allí. El universo se encargará de restituir con cosas maravillosas el vacío o liberación que has hecho.

CANCER: Tu hogar, la familia son el centro de tu vida. Estas fechas son particularmente importantes para ti. Primero realiza una buena limpieza a tu casa. Puedes usar algún despojo de esos que vende en tienda especializadas. Vas a comprarte cinco manojos de hierbas: salvia, perejil, romero, eucalipto y, por la época, perfecto si consigues pino. Con un cordón rojo lo amarras bien, y procedes a dar golpecitos por cada rincón de la casa, paredes, puertas y ventanas. Siempre pidiendo que se despeje de malas vibraciones, y que fluya la armonía, paz, salud y prosperidad.

LEO: Este próximo año debes ponerle mucha atención a tu salud. Has estado sometida/o a mucha presión. Aprovecha las fiestas decembrinas, para darte tiempo para ti, justo y necesario.
Lo ideal que como ritual te des atención como por ejemplo, un día de spa, o unas vacaciones. Si no lo puedes hacer por compromisos, entonces realiza el siguiente ritual casero: toma un envase grande con agua caliente y le colocas sal marina, y esencia de lavanda. Busca un lugar cómodo, donde no te molesten por lo menos media hora. Metes los pies en el agua, mientras colocas buena música, o ves una revista. Por los pies vas a drenar y purificar tu organismo, tanto físicamente botando toxinas, como de manera energética.

VIRGO: Necesitas cosas prácticas que te sirvan para tu día a día. Tu ritual para estas fechas es muy sencillo. Cuando estés decorando tu casa por la Navidad, bien sea que uses por tradición el nacimiento o el árbol. Concéntrate en tres logros o metas para el año que viene. Dibújalos o busca algo que lo represente. Y, con la intención del caso, lo vas a colocar en el árbol o nacimiento. Ejemplo deseas un vehículo nuevo, cómprate uno de juguete, o foto de una revista y lo colocas proyectando el deseo.

LIBRA: Este definitivamente es tu año. Llueven las oportunidades a todo nivel. Pero el área que requieres reforzar, es el área del amor; bien sea que tengas o no pareja.
Vas a comprar flores, pueden ser sólo pétalos de rosas. Tomas azúcar, y miel de abejas, agrégale un poco de tu perfume. Te bañas normal, jabón shampú. Te exfolias con la mezclas de la cabeza a los pies. Dejas unos minutos y procedes a sacar con abundante agua. Al concluir, sin secarte, ponte aceite de almendras y te hidratas la piel. Este es un baño de amor. Y el primer ingrediente es demostrar amor a ti misma/o.

ESCORPION: Tu mente es muy poderosa, más que la de cualquier otro signo. Por tanto es mayor la capacidad de crear tu realidad. Así que, si quieres en el futuro tener logros y cosechar éxitos, la mejor manera es visualizando. Para ello vas a tomar 7 fotografías que representen para ti, satisfacción, y éxitos cosechados. Cada una la vas a observar por unos minutos, tratando de recrear el momento, justo cuando sientas la conexión, agradeces y procedes a colocarlá en un lugar visible de tu casa u oficina. Puedes hacer la conexión con la 7 fotos en el mismo día, o simplemente las administras durante las fechas importantes. Debes dejarlas allí como recordatorio, mínimo 45 días.

SAGITARIO: Realmente te debes sentir con el alma en dos mundos. Por una parte necesidad y deseos de salir corriendo, y por otra el sentido de la responsabilidad. Por tanto tu ritual va a depender mucho de lo que necesitas alcanzar. Si es un viaje solicítalo con mucha fe. Si es un nuevo empleo debes precisar cómo lo quieres. Para ello mi recomendación es realizar el mapa de deseos, pero no con muchas cosas, trata de hacer un orden de prioridad.
Mientras más detalles, mejor, así tu cerebro te ayuda a buscar lo que requieres para tu vida. Píntalo, o dibújalo, lo ideal es que incluyas una foto tuya donde se vea la alegría de antemano por el logro y la realización. Un dato, apenas se cumpla el deseo, procede a quemar y dar gracias, y es cuando puedes ir por el siguiente deseo.

CAPRICORNIO: Tu año 2017, va a estar muy fuerte, que no necesariamente es malo. Tu ritual de apoyo es muy sencillo y fácil: debes tener a la mano previamente unas gemas que debes lavar con sal marina excepto el cuarzo rosa que se lava con agua y miel. Las gemas son: Amatista, Cuarzo Blanco o Cristal, Citrino, Cuarzo Verde, y Cuarzo Rosado.
Una vez muy limpios, procede a colocarlo en cada una de las esquina de tu casa, dejando al centro el cuarzo cristal o blanco. Cada 21 días, debes limpiarlos y colocarlos de nuevo. Puedes rotarlos. Pero siempre el Cristal al centro.

ACUARIO: Te toca este año realizar rituales que te afiancen. Para ello debes tomar cinco elementos de la naturaleza y reunirlos todo en una caja de madera, o de metal. Algo de la tierra-piedra. Algo de fuego- una vela. Algo de agua- una copa con agua. Algo de aire- un incienso. El quinto elemento es el metal. Reúne todos los elementos el día que vas a realizar el ritual. Concéntrate en buscar el equilibrio interno, y ofrece como recompensa los elementos seleccionados. En la caja de metal o madera, introduces la piedra y el incienso, colocas la copa con agua fuera de la misma, y enciendes la vela con la intención de proyectarte. Casi al finalizar la vela, enciendes el incienso. Luego el resto lo tapas y guardas por 21 días. Si a la caja le quieres agregar por escrito la petición lo puedes hacer.

PISCIS: Tu ritual es el más sencillo y práctico del zodiaco: consiste en pasearte descalzo por un parque, para hacer conexión con la tierra. Abrazar un árbol para cargarte de buenas energías; caminar por la playa o cerca de un río, riachuelo, o cascada. Y, mientras realizas el paseo, respira con la intención de que, con cada inhalación estás consciente de tomar luz de la naturaleza, y con cada exhalación, botas energías de fracaso, envidias, frustración o caos. Así hasta que te sientas equilibrado/a. Repite este ritual cuantas veces seas necesario.

Sabía usted que?

Las coronas navideñas son signo de dignidad y poder. Acostumbran a ponerse en la entrada de las casas para mostrar la dignidad de la familia que las habita. Esta costumbre procede de países escandinavos y, tiene raíces simbólicas universales: la luz como salvación, el verde como vida, la forma redonda como la eternidad, simbolismos que se vieron muy coherentes con el misterio de la Navidad cristiana y que pasaron fácilmente a los países del sur.

El origen de poner estas coronas guindadas en las puertas nació de una anécdota: hace muchos años una familia acudió a casa de los padrinos del niño a entregarles presentes con motivo de la navidad. Los moradores no estaban de modo que el papá decidió colgarlos en la puerta para que no los alcanzaran los animales y en círculo para significar que su cariño iba de invierno a invierno, de modo que no desaparecería.

La corona de pino:

Generalmente se pone en la puerta de entrada, su origen es alemán y simboliza la eternidad por su forma circular y esperanza, por el color verde.

Corona de Adviento: Se elabora con ramas de pino y 4 velas de colores, se suele utilizar de centro de mesa y simboliza el transcurso de las 4 semanas previas a la Navidad.

Americas
NAILS & SPA

¡Ya abrió sus puertas!

- Gel Nails
- Full-Set and Fill Pink & White
- Body Wraps
- Lash Extensions
- Facials
- Waxing

We serves Men too!

Call today for your appointment!
407.348.0426

Aceptamos Walk-In
Lunes a Sábado de 9:30am a 6:30pm
Americas Nails & Spa 576 E. Osccola Pkwy. Kissimmee, FL 3474

epiko®
MAGAZINE

Busca Ejecutivos de Ventas para las siguientes áreas:

Tampa, Polk, Seminole , Osceola y Orange

Excelentes comisiones e incentivos

Llama al 407-729-8300

RESOLUCIÓN DE AÑO NUEVO

LE ESTÁ TOCANDO A LA PUERTA...

Hay grandes oportunidades para los compradores en el mercado presente; especialmente para quienes compran por primera vez. El ser propietario de un hogar es la meta; el sueño de cada persona, es darle una estabilidad a su familia, a su futuro.

¿Sabía usted que puede comprar una casa en Florida con tan sólo 2500 dólares?

Bajas tasas de interés + precios moderados = asequible. Hay varios programas disponibles para usted como comprador. No dude en preguntar: cada condado tiene programas y subvenciones para quienes compran por primera vez; que le permiten recibir una subvención de entre 5,000 a 30,000 dólares o un interés del 0% (cero por ciento) a un segundo préstamo hipotecario para comprar una casa!

Además, hay asistencia adicional para ciertos compradores calificados:

• Fondos de contrapartida de hasta $ 5,000 para prestatarios no involucrados en las ocupaciones a continuación

• Fondos de contrapartida de hasta $ 5,000 en asistencia publica para compradores no ejerciendo en ocupaciones de empleo publico, medicina y educación.

Por lo tanto, si usted está considerando si debe comprar; como agente de bienes raíces que somos, será un placer ayudarle con la información actualizada del mercado en relación con su accesibilidad a la vivienda. Ahora es el momento de comprar y dar a su familia o a usted mismo la realidad de poseer su casa propia.

¡Si usted está considerando esta posibilidad ...
deme una llamada!

LO QUE ESTÁ EN AMARILLO NO LO ENTIENDO.

ISMAEL APONTE

(El Bebo) un joven que no se rinde para alcanzar un nuevo nivel

Joven Destacado 2012 Desfile Puertorriqueño de Osceola

Cuando uno tiene la oportunidad de conocerle vives la experiencia de estar conociendo a una persona dotada de favor y gracia para ayudar a otras personas como su propósito de vida. Sabes que es un ser humano con una transparencia y limpieza de espíritu de la que ya no abunda. Ese es Ismael Aponte el entrenador, estudiante, atleta, el hombre y el hijo.

Destinado a la grandeza este joven ha comenzado a escribir un glorioso camino. Ismael Aponte es un joven de excelencia en nuestra comunidad donde ha recibido un sinnúmero de reconocimientos y becas entre los que hay que destacar el "Presidential Award" a la excelencia académica conferida a los estudiantes más distinguidos en toda la nación y que fue conferido por el presidente de los EU, Barack Obama.

Ismael un estudiante sobresaliente de UCF se dedica a su pasión cómo ayudar con la salud y condición física de la comunidad este joven está a punto de terminar su bachillerato en "Sport and Exercise Science". Es un entrenador certificado en Zumba y Bokwa donde comenzó como instructor en esta disciplina y actualmente se certificó como embajador de esa disciplina y es el único Latino con esa distinción en la Florida y de los pocos hispanos a nivel nacional. Trabaja en beneficio de múltiples entidades que lo han reconocido en nuestra comunidad tales como: Hi Kids, Make a Wish , Color Blast, 3 Kings Day donde colabora anualmente llevando el mensaje de prevención y salud manteniendo una condición física. Ismael es el editor de la sección de fitness de la revista Epiko Magazine en los pasados 3 años llevando el mensaje de salud y prevención a través de los medios.

Sinceridad, Salud y compromiso con la salud de su comunidad, forman parte de los valores que lo hacen un joven destacado y de un futuro excelente. A los múltiples reconocimientos a nivel estatal y nacional alcanzados se añaden:

La beca HABLA además de ser invitado a estudiar por las Universidades de John Hopkins, Harvard, Georgetown, Princeton entre otras. Sus padres, Ismael Aponte y María Serpa, son una de las inspiraciones de este joven, pues a través los años los ha visto como un ejemplo a seguir y ese apoyo constante detrás de sus logros por lo cual estos padres se sienten orgullosos de su hijo.

Ismael lleva una extensa agenda como entrenador ayudando a hombres y mujeres a lograr sus metas de cómo se ven y se sienten sobre su salud. Si usted quiere cambiar su salud, verse mejor y recuperar su energía mejorando su condición física busque los lugares donde este joven ofrece su talento que transforma vidas en:

Instragarm@ismael_elbebo
YouTube : Ismaelito El Bebo
Facebook Fan Page: Ismael El Bebo
Webside: www.elbebofitness.com
Phone: 321-443-5743
Email: iaponte3@yahoo.com

QUÉ REGALARLE A TU FIEL AMIGO...

Estos fabulosos regalos para tu amigo fiel, es decir tu perro, por lo menos te divertirán. Algunos son algo costosos; otros son insólitos o… divertidos, pero, sobretodo hay para todos los gustos. Feliz navidad!!

GOGODOGPAL REMOTE CONTROLLED DOG TPY

Este es un divertido regalo para ti y tu regalón se trata de un móvil a control remoto con forma de gato o ratón, que tu perro no podrá evitar perseguir. Tú te entretienes conduciendo y el perro puede hasta llamar a sus amigos para cazar a este escurridizo móvil, el cual puedes comprar por un precio cercano a los $300 dólares. Destacamos que lógicamente las piezas están hechas a prueba de mordidas, para que así el juguete tenga una larga vida útil y tu perrito no tenga que terminar en el veterinario.

DOG MIRACLE PUZZLE

Tu perro es mucho más inteligente de lo que crees, pero para que saque su 100% debe ser estimulado, este puzzle es una buena forma de hacer trabajar sus neuronas, claro que siempre debes poner comida en su interior. Este puzzle fue diseñado por Nina Ottosson y cuesta 25 euros.

UN IMPERMEABLE CON PARAGUAS

Tu perro ya no tendrá que mojarse cuando llueva gracias a este impermeable.

FUENTE PARA PERROS

Se trata de una original fuente que permite a nuestra mascota pisar un pedal y hacer que de esta forma salga agua para refrescarse.

UNOS BIGOTES POSTIZOS

Ideales para disfrazar a tu mascota en carnavales o cualquier otra festividad.

CASETA DEL PERRO ACUARIO

Dos grandes pasiones en un mismo sitio: La casa de tu perro y el acuario donde tener a todos los peces.

UNA ELEGANTE PLACA DE IDENTIDAD

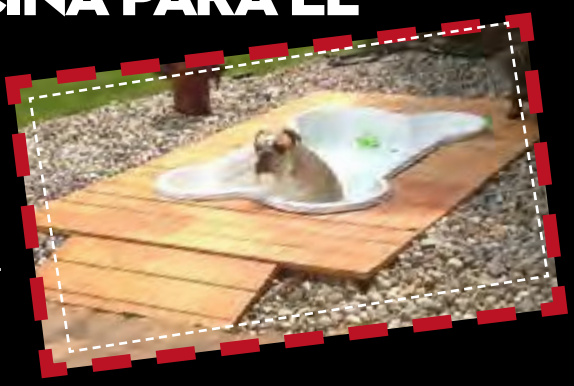
Dejemos atrás las clásicas placas y apostemos por algo más elegante.

UNA CAMA CON TODO LUJO DE DETALLES

En esta cama, tu mascota podrá descansar como si de un rey se tratara.

UNA PISCINA PARA EL VERANO

Tu mascota también tiene derecho a refrescarse y nada mejor que hacerlo con esta elegante piscina.



UN COMUNICADOR PARA ANIMALES

Si tanto tú como tu mascota se echan mucho de menos, este comunicador les permitirá verse siempre que quieran.

Advantage Medical Group

WWW.ADVANTAGEMEDICALGROUP.COM

Clínica en Orlando (Orange County)
1111- B Semoran Blvd.,
Orlando, FL 32807

Clínica en Kissimmee (Osceola County)
715 East Vine St.
Kissimmee, FL 34744 (Rainbow Plaza)

Clínica en Lakeland (Polk County):
pronta apertura

OFRECEMOS:

- Servicios Médicos Primarios
- Servicios Médicos de Familia
- Servicios Médicos Especialistas
- Laboratorios
- EKG
- Clínica PAP's
- Meriendas

Abrimos de Lunes a Viernes • 8:00 a.m. – 5:00 p.m.

Tel. 844.343.1100

ACEPTAMOS TODOS LOS PLANES MÉDICOS

Transportación Disponible

Industrial Refrigeration Services

Los Profesionales en Refrigeración Comercial e Industrial

Ventas-Reparación-Instalación

A/C & Refrigeración

Comercial e Industrial

www.irscooling.com

Ofic. 407-944-9444

email: info@irscooling.com

Fax. 407-944-9449

CMC 1249745

5256 Giron Circle , Kissimmee, Florida 34758

MISS & MR.

IMAGES INTERNATIONAL PAGEANT 2017

Regístrate en *Miss and Mr. Images Internacional, Pageant 2017* y ven a ser parte de este desarrollo local e internacional entre Puerto Rico, Santo Domingo y New York. Te esperamos, tenemos diferentes categorías y las edades son desde 5 - 55 years, para masculino y femenino.

Call Now for cita,

407.218.1600

LIBERTY TAX SERVICE AHORA
OFRECE VARIEDAD DE SEGUROS

Liberty Tax Service en Kissimmee, celebra una década de servicio a la comunidad

Comprometidos con ofrecer a la comunidad un servicio profesional y responsable, la franquicia Liberty Tax Service, en Kissimmee, además de llenar sus impuestos personales y de negocio, ahora ofrece excelentes productos en el área de seguros para autos, casas, seguro de vida, seguro por incapacidad y seguro para negocio.

Con el lanzamiento de la división United One Insurance, Linda Sánchez, propietaria de Liberty Tax Service, destacó que ahora podrán servir y brindar excelentes opciones de seguros al consumidor. “Estamos muy contentos de poder expandir nuestros servicios y ayudar así a nuestros clientes a conseguir pólizas convenientes y económicas”, comentó Sánchez, quien mencionó que tiene disponible seguros de auto con pagos tan bajos como $39.00 dólares al mes.
Durante una década Liberty Tax Service, que ya cuenta con tres oficinas en Kissimmee, ha servido a la comunidad en todo lo relacionado a la preparación de impuestos fiscales y servicios de contabilidad para negocios. “Estamos muy comprometidos con nuestra gente, por eso, ofrecemos a los dueños de negocios orientación financiera gratuita para que eviten problemas en el futuro”, dijo Sánchez, una empresaria que a través de su negocio ha logrado ayudar a familias de inmigrantes mediante orientación, servicios notariales y servicios de traducciones, sin costo alguno.

Ahora que se acerca el inicio de la temporada de reportar ingresos y gastos ante el Servicio de Rentas Internas (IRS, siglas en inglés), Liberty Tax Service anunció que cuenta con agentes debidamente adiestrados para ayudar a las familias puertorriqueñas que recientemente se han mudado a la Florida en el proceso de llenar y procesar sus impuestos correctamente, tanto los de Puerto Rico como los de Florida, según lo amerite cada caso.

Por otra parte, Sánchez destacó que este año, el IRS anunció que debido a una nueva ley, el IRS retendrá los reembolsos de contribuyentes que reclamen el Crédito Tributario por Ingreso del Trabajo (EITC) o el Crédito Tributario por Hijo Adicional (ACTC) hasta mediados de febrero de 2017.

“Ante esta noticia, en nuestras oficinas, estamos ofreciendo a nuestros clientes un adelanto de su reembolso de hasta $1,300 dólares, en los casos que así aplique”. Además, Liberty Tax Service ofrecerá $50.00 dólares en efectivo a sus clientes al momento de llenar sus impuestos, así como $50.00 dólares por cada referido.

La compañía, que goza de un alto porcentaje en la retención de clientes, agradeció a la comunidad todo el respaldo y confianza depositados durante los pasados diez años, a Liberty Tax Service y su equipo de trabajo.

PARA MAYOR INFORMACIÓN SOBRE LIBERTY TAX SERVICE PUEDE LLAMAR AL 407 931-2010.
Todos los empleados cuentan con años de experiencia y hablan español e inglés.

LIBERTY TAX SERVICE

¡Gane $50 por referido!

Obtenga hasta $1,300 en Adelanto Rapido*!!

Más obtenga $50 en efectivo al momento de la preparación de sus Taxes!

LIBERTY TAX SERVICE 25 YEARS OF EXCELLENCE

Liberty Tax Service

Liberty Tax ahora 3 Localidades en Kissimmee

1108 N John Young Pkwy
(Sedanos Plaza)
Kissimmee, FL 34741
Tel. 407-931-2010

2473 Michigan Ave
(Corner Donegan Ave,
across 7 Eleven)
Kissimmee, FL 34744
Tel. 407 -530 -5728

1311 E Vine Street
(Corner of E Vine and
Michigan Ave)
Kissimmee, FL 34744
Tel. 407-5073094

Aplique para un Adelanto rápido de hasta $1,300

Un adelanto rápido (EA) es un préstamo asegurado por su reembolso de los taxes y es ofrecido por el Republic Bank & Trust Company, Miembro FDIC eligible a los preparadores de impuestos. No hay cargos o intereses asociados con el adelanto. La cantidad del adelanto es determinada por su reintegro menos los cargos autorizados. Sujeto a aprobación. El adelanto es normalmente disponible en 24 horas de la aceptación por IRS de los taxes. Si selecciona deposito directo puede que su institución financiera tome mas tiempo en depositar el dinero en su cuenta. Visite su oficina de Liberty para saber mas acerca de el costo y tiempo de todos las opciones de los productos. Valido en localidades participantes. Valido Enero 3- Febrero 28-2017.

Obtenta $50 en efectivo al momento de preparar sus taxes

Con la preparación pagada de sus taxes por Liberty Tax.
Valido solo en localidades participantes.
No puede ser combinada con otras
ofertas o usada por servicios pasados.
Un cupón por cliente y por reembolso.
Otras restricciones pueden apliacar.
Nulo donde sea prohibido por ley.
Valido 1/3- 2/22/2017

841-10116801

SANCOCHO
DE LETRAS

Consigue las palabras que a continuación ponemos en la lista.

1.- HALLACAS
2.- REGALOS
3.- NACIMIENTO
4.- FAMILIA
5.- GAITAS
6.- NAVIDAD
7.- PARRANDA
8.- AGUINALDO
9.- TARJETA
10.- PATINATA
11.- FELICIDAD
12.- FURRUCO
13.- PESEBRE
14.- AMISTAD
15.- CENA
16.- UVAS
17.- ARBOLITO
18.- ALEGRÍA

Busca en el cuadrado las palabras que te colocamos en la lista de la izquierda.

P	A	T	I	N	A	T	A	U	F	U	C	O	N	A
E	H	O	T	I	L	O	B	R	A	P	R	B	D	P
S	C	H	A	N	E	L	O	C	U	R	R	U	F	L
E	H	A	L	L	A	C	A	S	J	E	P	S	A	M
B	R	V	A	R	J	D	A	D	I	C	I	L	E	F
R	F	R	P	M	N	I	V	M	A	R	I	A	U	O
E	S	E	A	T	M	A	A	F	A	M	I	L	I	A
S	D	G	R	E	F	N	C	X	N	E	A	A	X	G
D	T	A	R	J	E	T	A	I	O	P	I	L	E	U
Y	K	L	A	C	J	G	S	T	M	Z	R	A	J	I
T	V	O	N	D	V	F	A	C	G	I	G	G	R	N
L	G	S	D	A	D	I	V	A	N	N	E	O	A	A
C	T	I	A	T	I	S	U	Z	Z	A	L	N	T	L
S	G	A	I	T	A	S	X	C	I	N	A	A	T	D
R	D	A	T	S	I	M	A	M	L	I	R	E	G	O

PASATIEMPO

Las palabras que tienen significados contrarios se les llama antónimos. En la lista número 1 aparecen unas palabras y en la lista número 2, te damos los antónimos de esas palabras. Une con una raya las palabras con sus antónimos correspondientes.

1 TRISTE	1 ENANO
2 MUCHO	2 BENDECIR
3 AMOR	3 VIEJO
4 RICO	4 CUERDO
5 BUENO	5 NEGRO
6 MALDECIR	6 PESADO
7 GIGANTE	7 OESTE
8 BLANCO	8 POCO
9 LIGERO	9 ALEGRE
10 LOCO	10 ODIO
11 ESTE	11 MALO
12 DÍA	12 AMARGO
13 DULCE	13 FRÍO
14 VALIENTE	14 POBRE
15 CALIENTE	15 NOCHE
16 NUEVO	16 COBARDE

5 adivinanzas
fáciles para compartir

Estas adivinanzas es para que las juegues con tus amigos o familiares mayores de 4 años. Te damos una pista para resolver estos acertijos: todos tienen que ver con alimentos.
(Las respuestas al final de la página)

1. Choco entre dos paredes late mi corazón. Quien no sepa mi nombre es un cabezón.
2. Blanca por dentro, verde por fuera. Si no sabes, espera.
3. Un señor gordito, muy coloradito, no toma café, siempre toma té
4. Oro parece, plata no es. Abran las cortinas, y verán lo que es.
5. Lo come Pancracio, está en el champán; si piensas despacio sabrás que es el...

Otras adivinanzas pero con animales son perfectas para los niños a partir de su cuarto cumpleaños. Además de entretenerles y poner a prueba su astucia le ayudarán a conocer mejor el reino animal.

1. As no soy, as no fui, as no seré hasta el fin.
2. Soy un animal muy elegante, muy veloz y poco fiero; y cuando quiero calzarme voy a casa del herrero.
3. Antes huevecito, después capullito, más tarde volaré como un pajarito.
4. Soy astuto y juguetón y cazar un ratón es mi mayor afición.
5. ¿Cuál es el animal, de campo o corral, que si una zanahoria le das sus dientecitos verás?
6. De celda en celda voy pero presa no estoy.
7. En alto vive, en alto mora, en alto teje la tejedora.

★KARAOKE★
de villancicos para niños

Este juego consiste en que gane el niño que más villancicos sepa cantar. Se escribe, en cada trocito de cartulina en forma de estrella, el nombre de un villancico conocido. Se colocan los papelitos en una bolsa y los niños en círculo. Se invita a un niño a sacar un papelito de la bolsa, sin mirar. El niño tendrá que cantar el villancico que le ha tocado. Si no lo sabe, el niño pasará el papelito por el círculo hasta que caiga en manos de alguien que lo sepa cantar. Al niño que cante un villancico, se le dará un punto. Al final, ganará el niño que tenga más puntos.

¿Cómo hacer un pesebre con los personajes del nacimiento?

Cómo hacer un pesebre con los personajes que aparecen en el nacimiento. No es necesario que compres las figuras en las tiendas, tú puedes hacerlas de cualquier material: papel, cartón, tela…..Tus padres se sentirán muy contentos porque será hecho por ti, eso tiene más valor que cualquier otras cosas.

MATERIALES
1.- Cartulina suave
2.- Lápices de colores
3.- Tijeras
4.- Goma de pegar

PASOS A SEGUIR
1.- Pega el pesebre en la cartulina
2.- Colorea los dibujos
3.- Recorta por los bordes
4.- Dobla por la líneas punteadas

Respuestas a adivinanzas de comidas
1.- Chocolate. 2.- La pera.
3.- El tomate. 4.- El plátano. 5.- el pan.

Respuestas adivinanzas de animales
1.- El asno. 2.- El caballo. 3.- La mariposa.
4.- El gato. 5.- El conejo. 6.- La abeja. 7.- La araña.

3 recetas para hacer plastilina casera

¿Por qué comprar plastilina si la puedes hacer en casa en un abrir y cerrar de ojos? Es más divertido y sabrás lo que lleva dentro. Sí te recomendamos que algún adulto de la familia observe mientras haces algunas de estas recetas....y luego ¡A jugar con tus plástilinas!!

1 PLASTILINA CON HARINA DE AVENA

NECESITARÁS:

Harina de trigo, Harina de avena, Agua

Mezcla en un bol una parte de harina de trigo con dos partes de harina de avena y una parte de agua. Amasa hasta hacer una pasta suave. Esta plastilina no está hecha para comerse pero si tu hijo la prueba, no le pasará nada.
Conservación: aguanta unos días si la guardas tapada en el frigorífico. Más tiempo si la cueces.

2 PLASTILINA CRUDA

NECESITARÁS:

1 vaso de agua,
1 vaso de sal,
2 cucharaditas de aceite vegetal,
3 vasos de harina y
2 cucharadas de almidón,
témpera o colorante alimenticio.

Mezcla el agua, la sal, el aceite con suficiente témpera o colorante alimenticio para conseguir un color intenso. Añade la harina y el almidón poco a poco hasta lograr una masa parecida a la de las galletas.
Conservación: guárdala tapada.

3 PLASTILINA DE SAL

NECESITARÁS:

1 vaso de sal,
medio vaso de harina,
1 vaso de agua.

Mezcla los ingredientes y cuécelos a fuego medio. Retira la cazuela cuando la pasta haya quedado espesa. Deja enfriar un poco y añade harina hasta conseguir una plastilina moldeable. **Conservación:** en un bote con tapa.

LÍQUIDO CASERO PARA POMPAS DE JABÓN RESISTENTES

El truco para que las pompas de jabón no estallen en seguida es añadir glicerina a la solución. La glicerina ayuda a que la pompa retenga agua y puedas jugar con ellas más tiempo. Podrás comprarla en la farmacia. Otro truco es mantener la fórmula en la nevera para usarla fresquita. Prueba con estas tres recetas.

1. Solución normal: Mezcla cinco partes de agua, una parte de detergente líquido y una o dos cucharadas de glicerina.

2. Solución espesa: Con esta mezcla las pompas aguantarán el viento y llegarán al suelo sin romperse. Mezcla 2/3 partes de agua, una parte de detergente y una o dos cucharadas de glicerina.

3. Solución de pompas con efecto rebote: Con esta receta conseguirás que las pompas reboten al chocar con las prendas de vestir. ¡Increíble! Necesitas dos paquetes de gelatina no aromatizada, cuatro vasos de agua caliente, 3-5 cucharadas de glicerina y 3 cucharadas de detergente líquido. Disuelve la gelatina en agua caliente y añade la glicerina y el detergente líquido. Te quedará como un gel que deberás recalentar cada vez que vayas a utilizarlo.

Central Florida Minority Council

THE HUB

La minoría consiste de muchos aspectos identificables, tales como el color de la piel, el acento de su idioma, la raza natal y costumbres culturales.
Entre tantos, existe una definición que va más allá de todo esto. El ser una minoría en los Estados Unidos es una ventaja para muchos. Es un país que ofrece oportunidades a todos los que a ella llegan.

Las oportunidades ofrecidas son creadas por muchas entidades y organizaciones como lo que es CENTRAL FLORIDA MINORITY HUB.

Un centro dedicado a la Educación, Prevención y el desarrollo de oportunidades corporativo y personal. Ayudando a nuestra comunidad NO SOLO a desarrollar unas metas sino como realizarlas.

En un clima de incertidumbre social te ofrecemos una guía que te permita avanzar.

Hispanos, Afro Americanos, Asiáticos, Nativos, Hindús, y entre estos muchos más tenemos existen opciones de avanzar en áreas múltiples, por ejemplo:

- Adquisición de bienes: Como obtener su casa con mínimo pronto y muchas veces con asistencia del gobierno, restauración de crédito, préstamos personales y garantizados. Compra de autos financiados. Planificación financiera.
- Educación: Finanzas, Bienes Raíces, Rendir impuestos, Carreras técnicas y desarrollo profesional. Cursos aprobados por el Estado.
- Fe y Esperanza: Dirección que ofrecen opciones en áreas de bienestar espiritual y física. Para obtener el beneficio total, debemos tener un balance de espíritu, alma y cuerpo.
- Integración Social y Comunitaria: Ferias de empleo, salud y eventos culturales. Ayudándole y promoviendo su desarrollo social.
- Salud: Como obtener beneficios holístico o medicina alterna. A través de una red de proveedores reconocidos en el campo de la salud, le ofrecemos el conocimiento de nuevas técnicas y tratamientos para trabajar sus diferentes condiciones.

"MINORIA"?
VENTAJA O DESVENTAJA
TU DECIDES

Con sobre 25 años de experiencia en estas áreas, nuestro compromiso es simple:

Ayudar a la comunidad entrar a otro nivel y ofrecer oportunidades de crecimiento social y económico. Muchas personas viven limitadas por falta de conocimiento de las muchas opciones que existen. Nuestro propósito es traerte a las mismas.
Se ofrecerán seminarios completamente libre de costo para toda la Florida Central comenzando, enero 2017. Para más información favor de registrarse al 407.963.7710

"Como mujer latina, madre, esposa y empresaria, sueño con brindarles a otros las mismas oportunidades de éxito que he podido alcanzar en este país.

Aprendí a temprana edad que nuestra única limitación es la que nos imponemos nosotros mismos. Nunca es tarde, te exhorto que tomes control de tu destino, y dejes tu propio legado".

E. Jackie Espinosa - CEO CF Minority HUB

Inscríbase Hoy Mismo **407.963.7710**
Ofrézcale una oportunidad a su familia
VEN Y DESCRUBRE EN NUESTROS SEMINARIOS CUANDO SER UNA MINORIA, NO ES UNA DESVENTAJA…

120 Broadway, Suite 201, Kissimmee, FL. 34741

NEW GOALS FITNESS

January is around the corner and you decide to finish your New Year's resolution from last year before the new one comes around. You rush and try your best but you just cannot do it and just decide to restart it again this year. Why? What happened to your goal of looking like a fitness model before 2016 ends? Do not feel bad though, because you are not the only one. According to Forbes.com, from the 40% of Americans who actually do New Year's resolutions, only 8% achieve their goals. Do you want to continue to be that 32% or make a true effort and be the 8%? It is all up to you, but here are some tips that can help.

First of all, do not make resolutions each year a tradition, make them an achievable goal. Make sure that it fits your time schedule, but if it does not fit everyday then no worries. Imagine that your goal is to build muscle and you intend to go everyday to the gym. First few days go by and everything is going well but on your fourth day you have to stay longer at work or have an exam in school, and you neglect your workout. You might even miss two days and now you get frustrated because you think you have lost your momentum and you have failed. It is not the end of the world, get up and keep going. Everyone is going to have set backs but it is all totally normal. As long as you do your best and leave the excuses aside, you will be able to do anything.

Feel free to follow me on my social media and stop by to say hello.

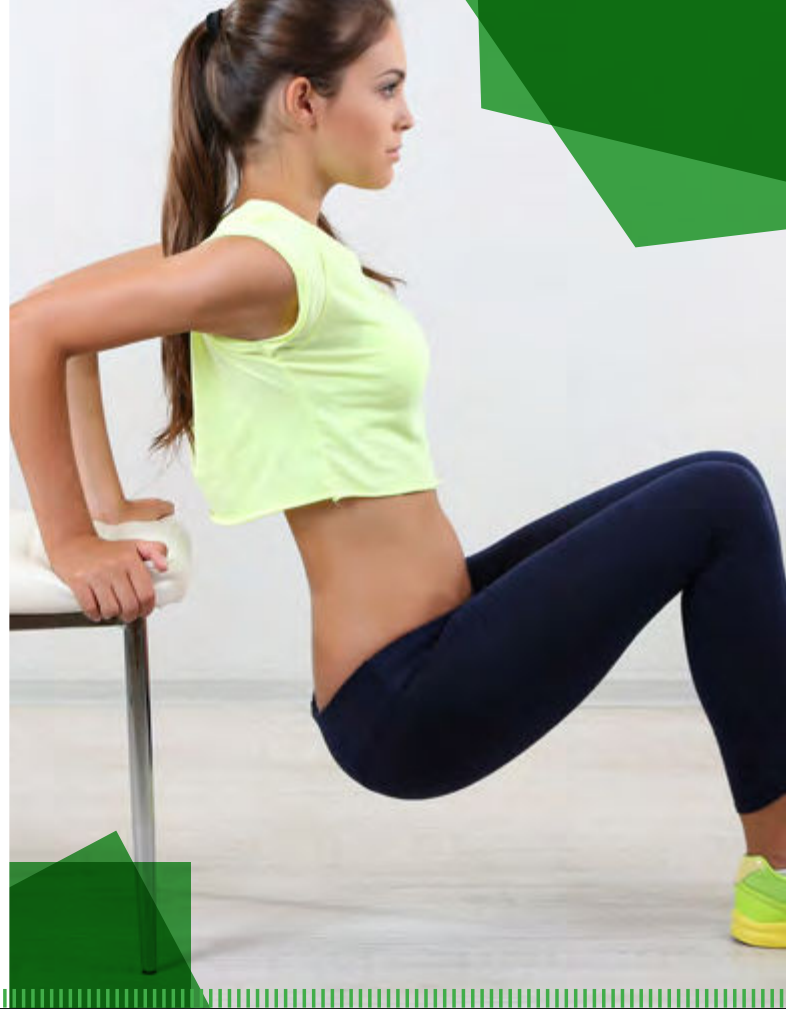
Facebook Fan Page- Ismael El Bebo
Instagram- ismael_elbebo
YouTube- Ismaelito El Bebo

Make your fitness resolution pulic; share it on all your social media.

What?

Yes,

let everyone know that your goal is to lose 20 pounds this year, etc. Whatever is your goal let everyone know because this will compromise you even more to find the proper way of succeeding. People will remind you every time you go to work or school and they will also compliment you when they start to see changes. What better motivation than when people say, “Wow! You look amazing, I hardly recognized you.” That sure is a self-esteem boost and a push for you to continue doing what you do.



Challenge your best friend or work buddy who have similar goals. Have them on your favorites list on your phone and when you wake up early to exercise or have your first meal, call them. They might still be sleeping but you both accepted to do anything to accomplish your goals. Try to go to the gym together and motivate each other. One day your buddy surpasses you by doing more weight on the bench press but you surpass them on the leg press. Now, each of you has a weak point and something to continuously work harder on.

Last but not least, break down your goal into small objectives in order to see faster results. Let us take again the weight loss example to explain this. You want to lose 20 pounds, but losing weight might be something new for you. Your short-term goal should be to lose between 1.5 to 2 pounds per month. If you lose more per month then that already is a plus and easy motivation for you to keep on working hard. The idea is that when you see 20 it might look like a big number and therefore hard to attain, but when you see 1.5 or 2 it seems more realistic even though is it the same in the long run.

So, what are you going to do this year? Are you going to follow the crowd or are you going to be the role model for others next year? It is your decision, but remember that only you have the power to control your actions. Hope everyone has safe and jolly holidays with all of your family and friends, and a blessed Happy New Year’s to all.

"POR QUE HABLAMOS EL IDIOMA QUE TODOS ENTIENDEN...
PODEMOS LLEVAR EL MENSAJE DE TU EMPRESA A OTRO NIVEL"

RELACIONES PÚBLICAS

PUBLICIDAD

MERCADOTECNIA

EVENTOS CORPORATIVOS

SPANG+LISH
MEDIA TEAM

spanglishmediateam.com

Un sueño
que es toda una realidad...

Servicios disponibles
7 días a la semana
LUNES - JUEVES 8:30 - 5:00
VIERNES - DOMINGO 8:30 - 4:00

La visión hoy continua con la próxima inauguración de uno de los centros de atención más completos de la Florida Central.

Este centro tendrá una gama de servicios que complementará los procedimientos de tratamiento de cada paciente de "DNF Medical Centers".

DNF MEDICAL CENTERS

Los servicios incluirán: Laboratorios, Ecocardiogramas, Electrocardiogramas, Estudios Vasculares, Rayos X, Túnel Carpal, Plaquetas, Inyecciones, Antibióticos, Cirugías Menores, Ultrasonidos, Dolores de las Coyunturas, Ataques severos de Asma, Reumatismo, Artritis, Tendinitis, Acupuntura y Dispensario.

Norberto Fleites, M.D

INFORMES: (321) 235-6230 5564 E Grant Street, Orlando, FL 32822

MESOTERAPIA, UNA NUEVA ALTERNATIVA EN LA MEDICINA ESTETICA

por Vladimir Valdes,AP.

¿Qué es la Mesoterapia?

La Mesoterapia es un tipo de tratamiento en medicina estética altamente eficaz, para tratar enfermedades de manera local con acción in situaciones prolongada. Consiste en la aplicación de preparados farmacológicos, que varían según el tipo y grado de la patología a tratar, mediante una serie de inyecciones superficiales intradérmicas e indoloras cuando el procedimiento está bien realizado. De esta, manera el medicamento actúa directamente sobre el área afectada y con dosis menores a las que se necesitarían si se aplicara por otra vía, como la oral.

¿Cuál es el uso en Medicina?

La Mesoterapia tiene múltiples indicaciones dentro de la Medicina, es una terapia muy utilizada para enfermedades dermatológicas, flebológicas, circulatorias, patológicas provocadas por el deporte, enfermedades reumatológicas, y síndromes dolorosos.
En el ámbito de la medicina estética, es un tratamiento con el podemos tratar la CELULITIS, la flaccidez y las adiposidades localizadas que no desaparecen con dieta ni ejercicio y eliminar estrías nuevas ,fundamentalmente abdomen, brazos y glúteos.

¿En qué regiones corporales puede aplicarse?

La Mesoterapia puede aplicarse en todas las zonas corporales: Piernas, Glúteos, Muslos, Abdomen ,Flancos y Brazos, también aplicamos vía Mesoterapica tratamientos para calvicie y rejuvenecimiento facial.

¿Cuál es el procedimiento o técnica de aplicación?

La Mesoterapia se aplica con una aguja hipodérmica, haciendo pequeños y múltiples micro inyecciones en la zona a tratar, puede ser de forma manual o usando un Mesogun (Una pistola programada para realizar dos tipos de inyecciones) .

Existen distintas técnicas de aplicación, que varían según la patología y zona a tratar. Entre ellas están:

Intradérmica superficial

Inyecciones Punto a Punto

Pápula intradérmica

Tunelización

Inyección intradérmica media

¿Es un tratamiento doloroso?

No debe serlo, cuando el tratamiento está bien aplicado. La palabra inyección en muchos pacientes genera un cierto rechazo, pero podemos asegurarles a nuestros pacientes que el tratamiento que ofrecemos no es doloroso, por la capacidad del profesional que aplique el procedimiento.

¿Cuanto dura y con qué frecuencia debo hacer el tratamiento?

La frecuencia varia de 1 a 2 semanas y la duración del tratamiento es inicialmente de 3 meses de duración. Luego se pueden realizar sesiones de mantenimiento cada 15 o 30 días por otros 3 meses. Tanto la duración del tratamiento como la frecuencia serán evaluadas en cada paciente en particular según la patología a tratar, por el medico profesional.

La Mesoterapia es un tratamiento que da resultado muy tempranamente, no obstante es necesario seguir una dieta balanceada baja en carbohidratos y grasas saturadas, establecer una rutina de ejercicios y aumentar la dosis de vegetales y frutas diarios.

¿Cuales son las contraindicaciones médicas para su aplicación?

La Mesoterapia es un acto médico que no tiene grandes contraindicación ni efectos adversos, solo aquellos que son generales a todo tratamiento de belleza:
Embarazo y La Lactancia en los primeros meses de vida por la relación costo/beneficio para la mama y el bebe, inmunosupresion, tumores, epilépsia, problemas de coagulacion (Diátesis hemorrágicas), infección en las zonas a tratar, inflamación local activa.

¿Existen efectos secundarios post tratamiento?

En todo ámbito de la medicina están descriptos efectos adversos, en su mayoría dependen de la características particulares de cada paciente, lo que llamamos también predisposición genética.
Los efectos adversos pueden ser desde dolor e inflamación, hasta la aparición de eritema, equimosis o petequias. No podemos dejar de mencionar que en la literatura hay descriptos caso aislados de formación granulomatosa, cicatrices por infección de la zona. Esto no es para nada frecuente en nuestra práctica médica, porque tomamos las medidas de asepsia necesaria para evitarlas.

¿Qué debo hacer pre y post-tratamiento?

Pre Tratamiento:

Suspender medicaciones que alteren la coagulación como la aspirina o los antiinflamatorios no estereodeos.
No ingerir Ginkgo Biloba.
Evitar afeitar o depilar la zona a tratar por 24 hrs.

Post Tratamiento:

Durante las primeras 24 a 48 hrs debemos evitar la exposición al sol o camas solares
Evitar realizar masajes, ejercicios violentos, natación, baños de inmersión o sauna, ya que estos generan vasodilatación y se perdería el fármaco depositado.
Es importante beber mucha agua para que el cuerpo libere las toxinas que se desprenden con el tratamiento.

¿Debo realizarme otros tratamientos para ver resultados?

Podemos recomendar la realización de actividad física, desde caminatas, hasta ejercicios aeróbicos, que no solo serán efectivos para el tratamiento sino que mejoran la salud y con ello la calidad de vida de nuestros pacientes.

Podemos decir que esta nueva modalidad estética se aparta de los procedimientos quirúrgicos tan costosos y al mismo tiempo tan riesgosos, la Mesoterapia no usa ningún tipo de anestesia lo opuesto a la cirugia donde la anestesia general constituye un riesgo para el paciente.

Los invitamos a tratar esta nueva modalidad y cumpruebe por usted mismo las ventajas de este procedimiento llamado MESOTERAPIA.

GRAN OPORTUNIDAD DE NEGOCIOS

FLORIDA EXPO 2017

A WORLD OF OPPORTUNITIES

¡ VIENEN DE PUERTO RICO Y LO NECESITAN TODO !

SÁBADO

Centro de Convenciones
San Juan, Puerto Rico

18 MARZO

Adquiere un "Booth" para promover tus productos o servicios a cientos de puertorriqueños que vienen a establecer residencia o negocios en FLORIDA

Educación (escuelas o universidades), venta o renta de propiedades, bancos, mudanzas, planificación financiera, franquicias, centros de cuido, centros de salud, planes médicos, servicios legales, contabilidad, seguros de vida/salud, productos de consumo, servicios pediátricos, dentistas, venta de autos (dealers), servicios de celulares, cable TV e internet y compañías de reclutamiento de personal para negocios nuevos, hospitales o maestros, negocios de ventas de productos naturales, prendas, ropa, multiniveles, etc...

ADQUIERE YA FLORIDA EXPO DVD

Si llegaste recientemente a Florida puedes obtener el DVD de Florida Expo con 4 horas de información sobre detalles que debes conocer tales como: establecer residencia o desarrollar negocios en Florida. Accede a ebay escribiendo en el buscador: Florida Expo DVD.

ebay

Florida Expo DVD

Accede a la presentación e infórmate en:

www.**FloridaExpoPR**.com

CONTACTO

787.360.1002 787.998.5109

AmeriJet · LaPrensa · epiko Magazine · FreeCoupons · Pryco Movers · Services Latino · CF Car Freight · TU Nuevo Amanecer · Monti · Puerto Rico Car Transport

QUE HACER EN ORLANDO

Hay pocos lugares en el mundo, dónde se vive la Navidad de forma tan intensa como en Orlando Florida. Esta ciudad, al ser uno de los destinos turísticos más importantes del planeta, visitado por personas de todas las nacionalidades, culturas y edades, se viste de Navidad para entretener a todos quienes deseen aprovechar al máximo esta increíble época.

Orlando y sus zonas aledañas, ofrecen entretenimiento para todo tipo de personas, con todo tipo de necesidades. Para empezar están los parques temáticos, que ofrecen actividades especiales para esta época del año y son el principal atractivo. Pero también hay otras actividades especiales en esta época, en centros comerciales y otros lugares. El área de Downtown Disney está decorada de navidad y vale la pena visitar este sitio en este mes y quizás se encuentren con un concierto al aire libre con música de esta época. Igualmente en esta zona hay una tienda dedicada a la navidad, que abre sus puertas los 365 días del año.

Disney Springs Christmas Tree Trail

Pasea por un fabuloso mundo encantado y maravillate con una colección sorprendente de árboles decorados de formas muy originales. Cada uno ha sido diseñado para capturar una temática popular de Disney. Comienza tu recorrido cerca de la fuente en el área de juegos de Once Upon a Toy en el Marketplace. Una vez que estés allí, encontrarás un hermoso y divertido sendero que te llevará a explorar y capturarás el espíritu de la temporada con una mezcla increíble de entretenimiento, fiestas, cocina gourmet y diversión familiar, del 11 de noviembre al 8 de enero de 2017.

Descubre el mejor centro para comprar regalos, con más de 150 marcas codiciadas, tiendas de especialidades y boutiques con temática de Disney. **Para los fashionistas:** American Threads, francesca's, Kate Spade NY, Lilly Pulitzer, Lucky Brand, UNIQLO, Vince Camuto y Zara. **Para los hombres elegantes:** The Art of Shaving, Chapel Hats, Lacoste, Johnston & Murphy, Sei the Bar, Sosa Family Cigars, Trophy Room, Twenty Eight & Main y TUMI. | **Para los niños:** Little Miss Matched, Marketplace Fun Finds, Once Upon a Toy y The LEGO Store. | **Para los super fanáticos de Disney:** Disney's Days of Christmas, Disney's Pin Trader's Disney's Wonderful World of Memories, Disney TAG, Tren-D y World of Disney. | **Para los deportistas:** APEX by Sunglass Hut,Columbia Sportswear, FIT2RUN, Under Armour Brand House y World of Soccer. | **Para los amantes de la belleza:** Bliss, L'Occitane en Provence, MAC Cosmetics, Origins, Savannah Bee Company y Sephora. | **Para los artistas y coleccionistas:** The Art of Disney, Arribas Brothers, Pop Gallery y WonderGround Gallery. | **Para los amantes de la joyería:** ALEX AND ANI, Erwin Pearl, Pandora Jewelry, Pearl Factory, Something Silver y UNOde50. | **Para los que decoran por su cuenta:** Anthropologie, Disney Centerpiece, Disney's Wonderful World of Memories y Sugarboo & Co.

En este lugar podrás admirar la celebración de antiguas tradiciones como una ceremonia de iluminación de un árbol, villancicos y una fiesta de baile navideña, mientras haces compras.
Los puntos destacados de este año incluyen:

- **Una ceremonia nocturna de iluminación de un árbol en el área de juegos de la fuente Once Upon a Toy**
- **Exhibición elaborada de la vidriera del frente de la tienda en tiendas seleccionadas**

Este es el mes ideal para conocer la casa de Santa Claus y que nuestros niños y ..adultos se tomen una foto con un personaje tan alegre y simpático. Desde el 11 de noviembre y hasta el 24 de diciembre de 2016, Santa Claus y sus ayudantes estarán saludando a los visitantes desde su encantadora cabaña al frente de Ghirardelli Ice Cream and Chocolate Shop. También es el lugar perfecto para saborear una taza de rico chocolate caliente mientras esperas tu turno para conocer a Santa Claus y entregarle tu lista de deseos.

Para conocer a Santa; debes regístrate en el podio y uno de los ayudantes de Santa te dará un localizador y, así pueden ir de compra, comer y disfruta el bullicio del Marketplace. Cuando recibas un mensaje de los ayudantes de Santa, regresa al podio en 10 minutos. Encuentra tu lugar en la fila para conocer a Santa, quien nos espera desde el medio día hasta las 10:00 p.m.
Santa Claus se tomará un muy merecido descanso del 25 al 30 de diciembre de 2016. Durante este tiempo, podrás conocer a Santa Goofy del 25 de diciembre al 30 de diciembre de 2016. Además, en el lugar habrá una fiesta de baile con temática de Navidad y música de DJ, con juegos y actividades en el área de juegos de la fuente Once Upon a Toy.
El entretenimiento en vivo incluye artistas en zancos vestidos como soldados de juguete y copos de nieve, villancicos populares, grupos a capella y más; del 11 de noviembre al 8 de enero de 2017, de 6:00 p.m. a 10:00 p.m.

Hay también espectáculos especiales en celebración de Kwanzaa en Waterside Stage en el Marketplace, el 26 y 27 de diciembre de 2016. Podrán también disfrutar de canciones e historias en honor a Hanukkah en Waterview Park, en The Landing, con espectáculos por las noches, del 24 de diciembre al 1 de enero de 2017. A los visitantes de este centro los recibirá un sendero decorado cerca del circuito de autobuses del Marketplace con árboles de navidad, todos con una temática de Disney diferente y, habrá oportunidad para tomar fotos con esculturas en todo Disney Springs De igual forma, descubre un festival único, con las tradiciones navideñas divertidas de 11 naciones de World Showcase. Holidays Around the World te rodea de vistas, sonidos y sabores maravillosos de la temporada según la forma de celebrar de culturas cercanas y lejanas.
Te puedes deleitar con producciones musicales en vivo; saborea especialidades de estación favoritas en el mercado de alimentos y bebidas; y, haz un recorrido festivo internacional mientras artistas disfrazados hacen cobrar vida a antiguas tradiciones en World Showcase.

Navidad en Walt Disney World

En Walt Disney World, el principal complejo de parques temáticos de la Florida, la Navidad es simplemente espectacular. En Magic Kingdom, el parque principal de esta empresa, la Navidad empieza a principios de noviembre y se lleva a cabo hasta los primeros días de enero.
Desde principios de noviembre y hasta mediados de diciembre, se realiza en este parque en días específicos una fiesta especial y con costo adicional, llamada Mickey's Very Merry Christmas Party. Esta fiesta te permite acceder al parque en el marco de la fiesta, incluyendo las principales atracciones (que tendrán poca o ninguna fila), shows exclusivos y comida de la época gratis (galletas y chocolate).

Si no asistes a esta fiesta, igual el Magic Kingdom tendrá preparado muchas sorpresas de Navidad para ti. En este y los otros parques de Disney, los empleados están más amables de lo usual y quizás, con algún disfraz de Navidad, como gorros de Papá Noel.
En Epcot, el segundo parque de Disney, a finales de noviembre y durante todo diciembre, se realiza un concierto por las tardes y noches, con un coro de niños y un artista invitado. Además el show nocturno, Illuminations: Reflections of Earth añade un toque navideño y de fin de año a su presentación.
Para Disney's Hollywood Studios, el tercer parque de la empresa, hay unas calles que se visten de Navidad, en el Osborne Spectacle of Dancing Lights. Este espectáculo se inicia a finales de noviembre y se presenta durante todo diciembre. Aquí, en las calles de Nueva York, se prenden con miles de luces que danzan con la música. Además encontrarás el parque completamente decorado y algunos shows en las calles sobre la Navidad.

La Nouba en Walt Disney World Resort

Otro espectáculo que vale la pena ver es La Nouba de Cirque du Soleil en Walt Disney World Resort. Vea acrobacias aéreas, asombrosas proezas gimnásticas, y pruebas de fuerza por verdaderos artistas de estas artes que, además suelen tener un vestuario que realmente impresiona. Realizado en el Downtown Disney complejo de restaurantes y entretenimiento es un espectáculo para toda la familia. La Nouba es el encuentro de dos mundos que son polos opuestos: el fantástico mundo de los Cirques (los trabajadores del circo), que llevan colores brillantes y luminosos y el mundo mediocre de los Urbains (urbanitas), que llevan trajes oscuros y monocromáticos. Cuando estos dos mundos se encuentran por primera vez, la magia y las increíbles proezas de uno hacen explotar las vidas pálidas y rutinarias del otro.
Los actos circenses de La Nouba le asombrarán. Pelotas, aros y palos vuelan en unos números sin precedentes a unas velocidades que sus ojos apenas podrán procesar. El acto de funambulismo se realiza en un alambre de acero de media pulgada de ancho y a 90 pies (27 metros) de altura; con extraordinario equilibrio y precisión, un funambulista asciende a una altura de 34 pies (10 metros) sobre el escenario mientras su socio desciende desde la cima del teatro.
El hipnotizador acto de yo-yó chino cuenta con cuatro jóvenes artistas chinos; mientras sostienen dos palos unidos por una cadena, deslizan, hacen malabares y lanzan un carrete de madera musical al tiempo que hacen piruetas en el aire.

El Nouba de Cirque du Soleil se aleja totalmente de la vieja idea del circo y presenta una insólita producción que es difícil de olvidar.

OTOÑO – INVIERNO

2017

Be You

ONLINE BOUTIQUE

Moda en Colores y Textiles para esta temporada. El truco es crear las combinaciones ideales para mantener un equilibrio sin perder la esencia. Los colores que predominan en esta temporada son rojo, gris, rosa , verde, azul, arcilla, taupe , mostaza, purpura y marrón. Estos colores responden según la paleta cromática otoñal al deseo de tranquilidad, fuerza y optimismo. Son tonalidades vibrantes y llena de energía.

Con relación a los textiles el terciopelo predomina, los volantes, los escotes infinitos, lentejuelas, mangas con volumen y las transparencias. Sin dejar atrás los metálicos y faldas plisadas

Toda esta moda la puedes encontrar en tu Boutique on Line Be You. Prepárate para las fiestas para esas noches especiales con el concepto de moda y asesoría que solo BE YOU te puede brindar visita nuestra página

www.beyouonlineboutique.mysimplestore.com

Espera nuestra sección durante el 2016 en la revista de todos Epiko Magazine

Jannette Santaeugenia – Asesora de moda

BEYOUONLINEBOUTIQUE.MYSIMPLESTORE.COM

SIGUENOS EN:

POWERED BY US
FOR YOU & FRIENDS
PRESENTS
FEB.09
Mango's
TROPICAL CAFE
ORLANDO
8126 INTERNATIONAL DRIVE, 32819
Jorge Celedón
VALENTINE'S DAY CONCERT
GOZA
INFO:
4074552293 - 4079233546

CARMEN Dominicci

SU PASIÓN ES VIAJAR Y CONOCER OTRAS CULTURAS

Nuestra entrevistada es la periodista, modelo y miss puertorriqueña, Carmen Dominicci; quien inició su carrera como modelo profesional; estuvo en reinados de belleza como Miss Mundo y Miss Puerto Rico para más adelante destacarse como periodista y presentadora de WNJU Canal 47, afiliado a Telemundo. En ese andar, tuvo oportunidad de realizar viajes que la llevaron a países como Francia y Turquía.

Es posible que de esos primeros recorridos le surgió el interés por conocer otras tierras y culturas. Hoy se destaca como viajera profesional y, tiene un blog donde comparte sus viajes por cualquier parte del mundo. La reconocida presentadora confirma su interés por esta tarea:

“Sí, lo confieso. Soy adicta a viajar, y a través de esta página quiero contagiarte con mi pasión por explorar el mundo y sumergirme en otras culturas”.
Y, agrega: “Vivo con la urgencia de viajar y conocer el mundo. Es mi verdad: soy curiosa, nómada y “pati caliente”…

QUISIMOS CONOCER MÁS SOBRE ESTA PASIÓN DE CARMEN DOMINICCI Y, HE AQUÍ SUS RESPUESTAS.

¿CÓMO HACE PARA FINANCIARSE TALES VIAJES? Lógico que tiene publicidad en su canal, pero viajar así es costoso...
Es cuestión de prioridades. Atesoro experiencias, no pertenecías. No desperdicio dinero en carteras y zapatos...En mi sección de Tips puedes encontrar recomendaciones para viajar de manera económica.

GRABAR LOS RECORRIDOS ES UN TRABAJO DE EQUIPO: ¿CUÁNTAS PERSONAS LA ACOMPAÑA? DEBE TENER UN EQUIPO TÉCNICO.
La mayoría de las veces viajo sola. En ocasiones, he podido ir acompañada, pero lo cierto es que yo voy a trabajar. Quizás viendo las fotos no lo parezca, pero es mucho trabajo documentar la información, videos y fotos. Terminamos exhaustos y a menudo, con poco tiempo para disfrutar.

¿CÓMO SE LE OCURRIÓ TAL IDEA?
Solía viajar mucho de pequeña...o soñar por conocer determinados lugares... Desde niña soñaba con conocer el mundo...Ya de grande, viajé mucho como modelo y posteriormente como periodista. Luego de más de 20 años de carrera, decidí retirarme del mundo de las noticias para dedicarme a escribir para mi blog de viajes a través del globo terráqueo. Creo que viajar es una herramienta de mejoramiento personal y de educación continuada. A través de CarmenDominicciTrotamundos.com quiero inspirar al público a crecer a través de los viajes.

¿CUÁNTAS VECES AL AÑO VIAJA?
No hay nada escrito en piedra. Voy con la corriente, lo mismo viajo tres veces en un mes, que me quedo en casita y no salgo de viaje en un mes y medio.

¿CÓMO ACOMODA SUS HORARIOS PARA COMPARTIR EN FAMILIA?
Pues mucho mejor ahora que no trabajo en noticias, pues tengo el control de mi itinerario.

¿CUÁL FUE EL PRIMER VIAJE QUE REALIZÓ Y CÓMO FUE?
Mi primer viaje fue a Turquía hace 30 años y me impresionó tanto que decidí volver allí y lanzar mi blog con ese destino. Turquía tiene historia, cultura e impresionantes lugares naturales y por lo mismo escribí unos 8 blogs diferentes sobre este país en CarmenDominicciTrotamundos.com

¿CUÁL ES EL PAÍS O CIUDAD QUE MÁS LE HA IMPACTADO Y PORQUÉ?
Me han impactado varios lugares y por diferentes razones: Iceland por su impresionante belleza natural; Bora Bora por sus playas vírgenes y Santorini por su encanto romántico.
Al conocer a diferentes personas de diferentes culturas

¿QUÉ PIENSA? LOS SERES HUMANOS ¿ SOMOS MUY DIFERENTES?
Creo que viajar te hace mejor ser humano...En la medida que viajas y te expones a otras culturas, te haces más tolerante a las diferencias, pues al final, son más las cosas que tenemos en común.

¿QUE PLANES TIENE PARA EL FIN DE AÑO? Y COMO VISUALIZAS EL 2017?
El 2017 viene con agenda repleta de viajes a lugares extraordinarios
En cuanto a cómo despediré el 2016; viajo todo el año, lo que ansío para estas fechas es pasarlo en casita ... Aunque, ¿quién sabe? Hay tantos destinos fabulosos donde despedir el año que quizás me anime! -
Durante los años 80, Carmen trabajó como actriz en miniseries y obras de teatro de su patria chica, Puerto Rico. Completó una carrera universitaria en la Universidad del Sagrado Corazón en Santurce, donde se graduó en Comunicación Social.

De igual forma, trabajó como reportera y presentadora en Puerto Rico y en 1998 se mudó para Nueva York para continuar su trabajo periodístico. Gracias al desarrollo de su profesión, ganó 3 premios locales y más adelante; fue merecedora de tres premios Emmy regionales en la categoría de Noticiero/Presentador Único Sobresaliente, en los años 2000, 2001 y 2002.

En el año 1999 ganó un premio ACE de N.Y. como mejor presentadora de noticias y también fue seleccionada por el Diario La Prensa de Nueva York como una de las 50 mujeres hispanas más influyentes del año. Fue nominada para otro Emmy regional ese año. Trabajó para la cadena Univisión como reportera y presentadora.

Carmen Dominicci realizó una labor social en Guatemala como voluntaria en la creación de casas para desamparados y se unió a la organización "Cielo Latino" como embajadora en la lucha contra el sida. Además la presentadora se ha unido con la organización PETA en pro del trato digno para los animales.
Por su trabajo y dedicación, Carmen Dominicci es reconocida como una de las conductoras con más credibilidad en las noticias del mundo hispano en Estados Unidos.

CONOCE MÁS DE...

CARMEN DOMINICCI:

Reportera fugitiva, viajera empedernida, bailarina a la mínima. Viaja través de mis ojos. Escápate conmigo!

COMIDA FAVORITA: Vianda con bacalao y de postre dulce de lechosa con queso del país.

COLOR FAVORITO : Negro de noche, blanco de día

PASATIEMPO FAVORITO: Viajar

GIULIANO: Mi novio eterno

PASIÓN: Viajar

PUERTO RICO: Patria hermosa

TRUMP: Me retiré de noticias

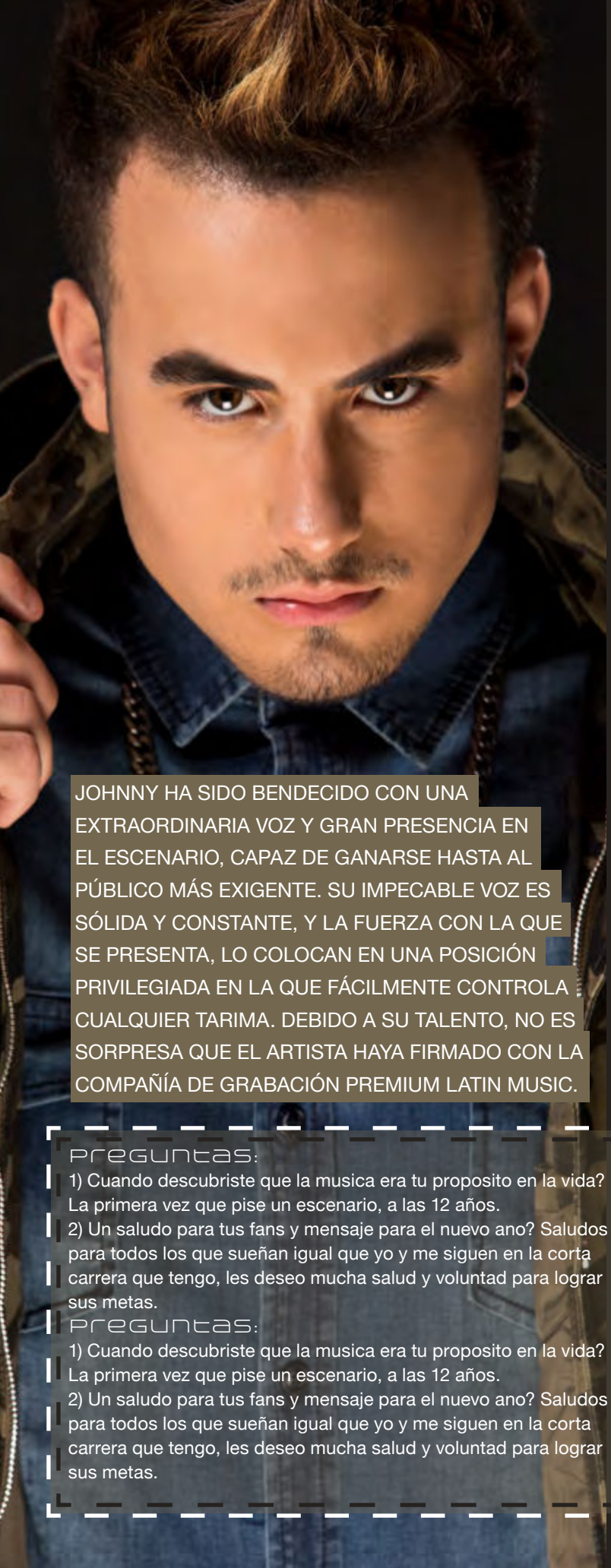
JOHNY SKY

Con tan solo 19 años de edad, Johnny Sky ya es un verdadero artista. Su magnífica voz y versatilidad artística han sido aclamadas instituciones académicas de la música y expertos en la industria de la grabación.

Su pasión por la música era obvia desde que era muy joven, algo que sus padres y otras personas a su alrededor se dieron cuenta de inmediato. Todos estaban ansiosos de fomentar su talento y así lo enviaron a clases de canto y de piano.

"LA GENTE SIEMPRE ME DECÍA QUE YO TENÍA OÍDO PARA LA MÚSICA Y UNA VEZ ENCONTRÉ UN MAESTRO QUE MIS PADRES AL PRINCIPIO NO PODÍAN PAGAR, PERO EL DECIDIÓ ENSEÑARME DE TODOS MODOS," recuerda el cantante. El carisma de Johnny Sky no sólo cautivó a su familia. El artista ha tenido el privilegio de conocer a figuras de renombre mundial en el mundo de la música, como el icónico tenor Plácido Domingo, quien le ha ayudado a crecer como artista.

"APRENDÍ MUCHO DE ÉL," DIJO JOHNNY. "PLÁCIDO ME ENSEÑÓ A CONFIAR MÁS EN MI MISMO Y A COMO TOMAR CONTROL DEL ESCENARIO CUANDO CANTO. ES NECESARIO TRANSMITIR LA ENERGÍA QUE SIENTO AL PÚBLICO Y DAR LO MEJOR DE MI, NO SÓLO CANTAR UNA CANCIÓN," dijo el joven estrella de padres dominicanos, cuyas influencias musicales incluyen las británicas Jessie J y Adele, artistas americanos Usher y Rihanna, y el cantante puertorriquense, Luis Fonsi.



JOHNNY HA SIDO BENDECIDO CON UNA EXTRAORDINARIA VOZ Y GRAN PRESENCIA EN EL ESCENARIO, CAPAZ DE GANARSE HASTA AL PÚBLICO MÁS EXIGENTE. SU IMPECABLE VOZ ES SÓLIDA Y CONSTANTE, Y LA FUERZA CON LA QUE SE PRESENTA, LO COLOCAN EN UNA POSICIÓN PRIVILEGIADA EN LA QUE FÁCILMENTE CONTROLA CUALQUIER TARIMA. DEBIDO A SU TALENTO, NO ES SORPRESA QUE EL ARTISTA HAYA FIRMADO CON LA COMPAÑÍA DE GRABACIÓN PREMIUM LATIN MUSIC.

Preguntas:

1) Cuando descubriste que la musica era tu proposito en la vida?
La primera vez que pise un escenario, a las 12 años.
2) Un saludo para tus fans y mensaje para el nuevo ano? Saludos para todos los que sueñan igual que yo y me siguen en la corta carrera que tengo, les deseo mucha salud y voluntad para lograr sus metas.

Preguntas:

1) Cuando descubriste que la musica era tu proposito en la vida?
La primera vez que pise un escenario, a las 12 años.
2) Un saludo para tus fans y mensaje para el nuevo ano? Saludos para todos los que sueñan igual que yo y me siguen en la corta carrera que tengo, les deseo mucha salud y voluntad para lograr sus metas.

"Me siento verdaderamente privilegiado… muy, muy afortunado. Era difícil de creer porque yo siempre pensé que iba a tomar mucho más tiempo para que alguien notara mi trabajo y talento, pero estoy agradecido a Dios, a mis padres que siempre han estado ahí para mí y a mi amigo Bolivar Balcácer," concluyó. Johnny recordó que el periodista Bolívar Balcácer fue el que lo conectó con el sello discográfico, luego de que su madre le enviara uno de sus demos.

"Balcácer respondió y le dijo que iba a llevarme a conocer a Franklin Romero, y ahí es cuando empezó todo," afirmó.

Sus versiones de los éxitos "Stay" y "Diamonds" de Rihanna, "Set Fire to the Rain" de Adele, "Without You" de Usher y "Little Things" de One Direction, aumentaron su popularidad enormemente y lo prepararon para lanzar su álbum debut.

Johnny fue nominado como "REVELACIÓN DEL AÑO" para la vigesimoséptima entrega de los Premio Lo Nuestro a la Música Latina 2015. La ceremonia, producida por Univision, se llevó a cabo el 19 de febrero en el American Airlines Arena de la ciudad de Miami.

La estrella tuvo un gran impacto en el 2015 durante la semana de conferencias de Billboard de la Música Latina. Johnny se presentó en el evento "Latin Acoustic Sounds," organizado por la ASCAP, en donde cautivó a la audiencia con sus habilidad y destreza vocal. Compartiendo el escenario con Pedro Capo, Ken-Y, y Christian Daniel, Johnny cantó tres de sus canciones que han logrado llegar a la codiciada posición #1 en carteleras de Billboard.

Johnny también recibió una nominación como "REVELACIÓN JUVENIL" para los Premios Juventud 2015, una categoría que reconoce el talento admirado por los fans más jóvenes. "Voy a levar esta nominación en mi corazón junto a la que recibí para los Grammy Latino," comentó Johnny.

"Me encanta componer. He escrito un buen numero de canciones, muchas de las cuales están incluidas en el álbum que acabo de lanzar. Espero que el público disfrute mi música," dijo el joven superestrella.

Lo que queda por venir, solo el tiempo lo dirá...

LAS 8 PELÍCULAS MÁS ESPERADAS PARA DICIEMBRE DEL 2016

La primera semana de diciembre se estrena "Vaiana" una película animada pensada para niños mayores de 6 años de los mismos directores de "Aladino", "La Sirenita" y "Hércules": Ron Clements y John Musker

SINOPSIS: Hace 2.000 años, en el Pacífico Sur vivía "Vaiana" una joven apasionada e intrépida; única hija del líder de una de las tribus de entonces y pertenece a una familia de varias generaciones de marinos. El deseo de "Vaiana" es explorar el mundo navegando por el océano. La joven se embarcará en un épico viaje para cumplir con la búsqueda que emprendieron sus antepasados. En su aventura hacia una isla legendaria, se unirá con un cerdito hablador llamado "Pua" y un gallo de nombre "Heihei", además de un legendario semidiós llamado "Maui". Juntos atravesarán el océano y encontrarán a su paso mucha acción, enormes criaturas marinas, submundos sorprendentes y culturas antiguas.

Fecha de estreno: 2 de diciembre de 2016 (1h 43min)
Dirigida por John Musker, Ron Clements
Reparto: Phillipa Soo, Auli'i Cravalho, Dwayne Johnson
Géneros: animación, familia, aventura
País: EEUU

De igual forma podremos ver "Hasta el último hombre" dirigida por Mel Gibson; una película de acción que se desarrolla durante la Segunda Guerra Mundial.

SINOPSIS: El sueño de Desmond T. Doss es ser doctor, pero sus escasos estudios se lo impiden. Decide entonces alistarse en el ejército aun sabiendo que sus fuertes convicciones le impiden empuñar un arma. Se le plantea un dilema: ¿Cómo puede luchar por su país sin arma alguna? Intenta ejercer de médico y de esta manera, mientras todos quitan la vida, él intentará salvar a todos los hombres que pueda. Desmond T. Doss, logra ganar la Medalla de Honor del Congreso por haber salvado a decenas de heridos durante la batalla de Okinawa. Está protagonizado por Andrew Garfield (The Amazing Spider-Man 2: El poder de Electro).

Fecha de estreno: 7 de diciembre de 2016 (2h 11min)
Dirigida por Mel Gibson
Reparto: Andrew Garfield, Vince Vaughn, Teresa Palmer
Géneros: drama, guerra, biografía
País: EEUU

También en la segunda quincena de diciembre se tiene pautado el estreno de una historia de Star Wars "Rogue One" que transcurre entre los episodios tres y cuatro de la saga bajo la dirección de Gareth Edwards.

SINOPSIS: Hace 2.000 años, en el Pacífico Sur vivía "Vaiana" una joven apasionada e intrépida; única hija del líder de una de las tribus de entonces y pertenece a una familia de varias generaciones de marinos. El deseo de "Vaiana" es explorar el mundo navegando por el océano. La joven se embarcará en un épico viaje para cumplir con la búsqueda que emprendieron sus antepasados. En su aventura hacia una isla legendaria, se unirá con un cerdito hablador llamado "Pua" y un gallo de nombre "Heihei", además de un legendario semidiós llamado "Maui". Juntos atravesarán el océano y encontrarán a su paso mucha acción, enormes criaturas marinas, submundos sorprendentes y culturas antiguas.

Fecha de estreno: 2 de diciembre de 2016 (1h 43min)
Dirigida por John Musker, Ron Clements
Reparto: Phillipa Soo, Auli'i Cravalho, Dwayne Johnson
Géneros: animación, familia, aventura | País: EEUU

Otro estreno para los primeros días de la segunda quincena de diciembre es el film biográfico "Operación Antropoide"

SINOPSIS: En 1941, Hitler nombra al General de las SS Reinhard Heydrich líder de las fuerzas de ocupación nazis en Checoslovaquia. Apodado como "El Carnicero de Praga", su rápido ascenso en las filas de las SS lo colocan como el tercer mandatario después de Hitler y Himmler. Su reinado es de terror y de una brutal represión contra el pueblo checo. Ante esto, las fuerzas aliadas, establecidas en Londres, idean una misión secreta para cambiar la historia de Checoslovaquia: Jozef Gabcik y Jan Kubis, son dos soldados checos que, entrenados por los británicos, encabezan el plan para asesinar a Reinhard Heydrich.

Operación Anthropoid está dirigida por Sean Ellis (The Broken) y protagonizada por Jamie Dornan (Cincuenta sombras de Grey), Cillian Murphy (No llores, vuela, la serie de televisión Peaky Blinders) y Charlotte Le Bon (Un viaje de diez metros).

Fecha de estreno: 16 de diciembre de 2016 (2h 00min)
Dirigida por Sean Ellis
Reparto: Cillian Murphy, Charlotte Le Bon, Jamie Dornan
Gèneros: biografía, histórico, suspenso
Países: Gran Bretaña, República checa, Francia

Para la segunda semana de diciembre se anuncia el estreno de la comedia "Las Apariencias Engañan."

SINOPSIS: Trata de la vida de un matrimonio con hijos que disfrutan de tranquilidad hasta que conocen a sus nuevos vecinos. Natalie y Tim, al parecer una pareja normal, pero algo indica que guardan un secreto así que los protagonistas deciden averiguar qué hay detrás de tanta simpatía y naturalidad. Así es como se ven involucrados en una trama de espionaje internacional al descubrir que sus vecinos son en realidad espías del gobierno.

Fecha de estreno: 9 de diciembre de 2016 (1h 41min)
Dirigida por Greg Mottola
Reparto: Jon Hamm, Gal Gadot, Zach Galifianakis
Géneros: comedia, acción.
País: EE.UU.

Will Smith vuelve a la gran pantalla para navidad protagonizando el drama "Belleza Oculta"

SIPNOSIS: Howard Inlet (Will Smith) es un exitoso ejecutivo de publicidad de Nueva York. Su situación cambia drásticamente cuando una tragedia personal le golpea con fuerza, lo que le lleva a caer en una profunda espiral de depresión. Sus colegas más cercanos intentarán animarle y sacarle de su letargo. Para ello pondrán en marcha un plan poco convencional, para obligarle a afrontar su sufrimiento de una manera sorprendente y profundamente humana. Pero este plan traerá consigo resultados imprevistos. David Frankel (Si de verdad quieres..., El diablo viste de Prada) dirige este drama.

Fecha de estreno: 23 de diciembre de 2016 (1h 34min)
Dirigida por David Frankel
Reparto: Will Smith, Kate Winslet, Keira Knightley
Género: drama I País: EE.UU.

Para la cuarta semana de diciembre se anuncia el estreno de la película de ciencia ficción "Assassins's Creed" basada en uno de los videojuegos más exitosos de los últimos años.

SINOPSIS: El sueño de Desmond T. Doss es ser doctor, pero sus escasos estudios se lo impiden. Decide entonces alistarse en el ejército aun sabiendo que sus fuertes convicciones le impiden empuñar un arma. Se le plantea un dilema: ¿Cómo puede luchar por su país sin arma alguna? Intenta ejercer de médico y de esta manera, mientras todos quitan la vida, él intentará salvar a todos los hombres que pueda. Desmond T. Doss, logra ganar la Medalla de Honor del Congreso por haber salvado a decenas de heridos durante la batalla de Okinawa. Está protagonizado por Andrew Garfield (The Amazing Spider-Man 2: El poder de Electro).

Fecha de estreno: 23 de diciembre de 2016
Dirigida por Justin Kurzel
Reparto: Michael Fassbender, Marion Cotillard, Jeremy Irons
Géneros: Acción, ciencia ficción I Países: EE.UU. Francia

Finalizando el año es el estreno de la película romántica de ciencia ficción "Passengers"

SINOPSIS: En un futuro no muy lejano, la humanidad se ve obligada a salir en busca de nuevos planetas que colonizar. Un largo recorrido por el espacio con una duración de 120 años; de manera que los altos mandos de la tierra deciden enviar a un grupo de 5.000 pasajeros a una lejana colonia, en un estado de sueño inducido dentro de una nave espacial. Los problemas empiezan cuando, debido a una avería en las cámaras de sueño, este mal funcionamiento provoca que un pasajero despierte de su hibernación 60 años antes de llegar a su destino. Desesperado al comprobar que su proceso de criogenización ha fallado, Jim Preston (Chris Pratt), comienza a dar vueltas ante la perspectiva de envejecer y morir absolutamente solo. De modo que decide tener compañía, y despertar a una joven periodista que duerme a su lado: Aurora Lane (Jennifer Lawrence), una escritora de Nueva York que tiene como objetivo viajar por el espacio para después publicar la experiencia en un periódico.

Fecha de estreno: 30 de diciembre de 2016
Dirigida por Morten Tyldum
Reparto: Jennifer Lawrence, Chris Pratt, Michael Sheen
Géneros: Ciencia ficción, romance, acción
País: EE.UU.

LA SANSE TAKES ORLANDO

Gasolina PARTY IN A POUCH PRESENTA

epiko MAGAZINE

Sábado:

Vico C

Andrés Jimenez

Anibal de Gracia y Batukealo

Luva "Tributo a Marc Anthony" • Pleneros de La Central
La Casa de Doña Plena • Bomba y Plena Lanzo
DJ Bori Boy Productions
Animación: Eduardo Robles

Sábado, 14 de enero del 2017
11:00 am - 10:00 pm

Domingo, 15 de enero del 2017
12:00 pm - 9:00 pm

ORLANDO AMPHITHEATER
at the Central Florida Fairgrounds
4603 West Colonial Drive, Florida 32808

Domingo:

Atención Atención

Roberto Roena y su Apollo Sound

Plenealo

Plenamar Latino • Batukada Bayu • Son Kribe • DJ Leony
Animación: Eduardo Robles

Entrada Gratis!
Parking **$10**
Para información visitanos a
SANSEORLANDO.COM

fiestassanseorlando sanseorlando sanselakesorlando

BUD LIGHT · BECK'S · Titán · Ron Rico · Don Q · GOYA · Puerto Rico Tourism Company · Sprint · Orlando · Pardy Rodriguez
tarsen · Odorono · Ana G. Mendez University System · 1-800-411-PAIN · La Prensa · Telemundo · Florida Blue · Gutiao entertainment · C-COM

San Nicolás llega a medianoche

Otra de las hermosas y tradicionales leyendas navideñas es la figura de San Nicolás, Santa Claus, Papá Noel o como quieran llamarlo. El gordo encantador que se reconoce a lo lejos por su figura como también por su risa sonora tiene un incierto origen que va de historias a leyendas.

La leyenda de San Nicolás

Cuentan que en la lejana tierra de lo que hoy es Turquía, existía un viejo solidario, atento y simpático que se mostraba interesado en ayudar a las personas pobres: el viejo Nicolás quien heredó una gran fortuna y la repartió entre los más necesitados. Otra historia en torno a su figura cuenta que había un hombre muy pobre, que no tenía dote para casar a sus hijas. Nicolás le regaló a cada una de las jóvenes una bolsa llena de monedas de oro y de esa manera lograron contraer matrimonio. Parte importante de la historia es el hecho de que él les obsequió esas monedas en secreto, entrando por la ventana de la casa de las muchachas y colocando las bolsas de oro dentro de los calcetines de ellas, que estaban junto a la chimenea. Recordemos que en lugares donde hace mucho frío, sobre todo sin calefacción, es costumbre que se calienten los calcetines cerca del fuego para que los pies se conserven calientes toda la noche. De esta historia viene la imagen que todos conocemos de Papa Noel entrando por la chimenea y colocando los regalos a escondidas. La historia afirma que el padre de las jóvenes que recibieron las dotes de Nicolás lo vio entrar a escondidas por la ventana y le dijo a todo el pueblo lo bondadoso que había sido con sus hijas.

Por la gran generosidad de este hombre, el culto a San Nicolás se volvió popular en toda Europa, convirtiéndose en patrono en Grecia, Rusia y Turquía.

Para los finlandeses Nicolás fue un viejo que vivía arriba en una montaña; construía juguetes y bajaba en la época navideña a regalarlos.

También se señala que San Nicolás es un personaje que formaba parte del antiguo mito solar del solsticio de Invierno al que el cristianismo lo unió con la figura del obispo de origen griego llamado Nicolás. Fue una de las personas más veneradas por los cristianos de la Edad Media, del que aún hoy se conservan sus reliquias en la basílica de San Nicolás, Bari, Italia.

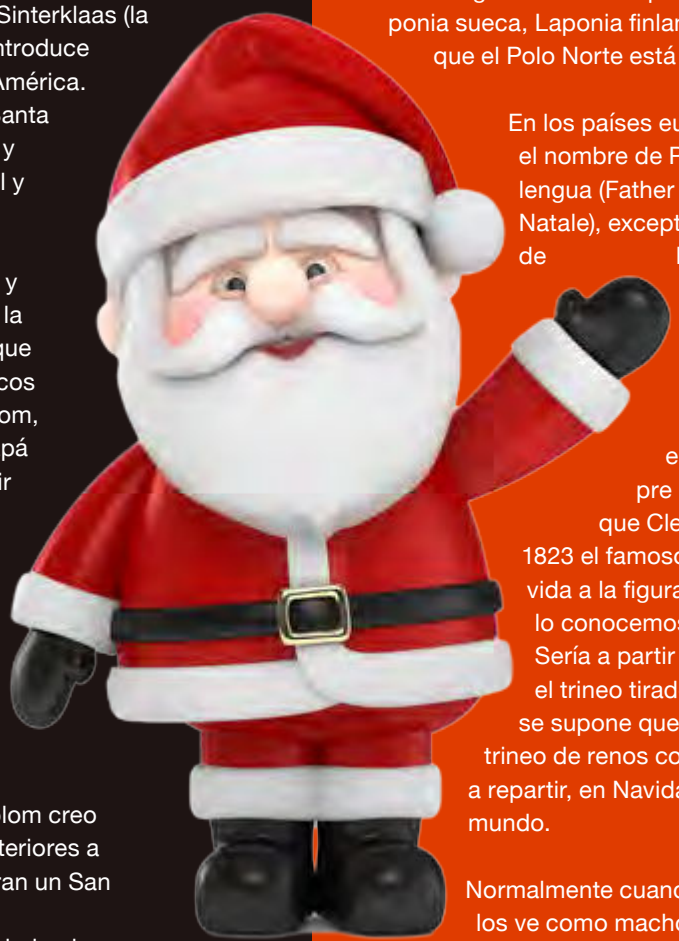
Se estima que Nicolás de Bari nació cerca del año 280 en Mira, una ciudad del Distrito de Licia, en la actual Turquía. Era hijo de una familia acomodada y creció bajo los tirantes deseos de sus padres.

La peste se llevó a sus padres, mientras trataban de ayudar a los enfermos de su ciudad. El muchacho, conmovido por la desgraciada situación de su gente ante semejante enfermedad, repartió sus bienes entre los necesitados y partió hacia Mira para vivir con su tío y ordenarse sacerdote, cosa que logró a los 19 años. Más tarde, al morir su tío fue elegido para reemplazarlo como obispo.

Cuenta la historia que Nicolás ayudó a unos marineros en alta mar al salvarlos de morir en una terrible tempestad, gracias a las fervorosas oraciones que le ofrecieron los tripulantes del barco. Por ello, también San Nicolás es el patrono de los marineros.

¿Cómo San Nicolás se transforma en Santa Claus o Papá Noel?

Cuando, en 1624, los inmigrantes holandeses fundaron la ciudad de Nueva Amsterdam (la actual Nueva York), trajeron, entre tantas costumbres, la leyenda de Sinterklaas (la fiesta de San Nicolás). Es así como se introduce Santa Claus en los Estados Unidos de América. Después, a mediados del Siglo XIX, el Santa Claus norteamericano pasó a Inglaterra y Francia, donde ya existía Bonhome Noël y se unen las características de ambos.



Se dice que su traje era de color blanco y dorado. Entonces, ¿cuál es el origen de la vestimenta roja? Existe una versión de que en 1931, una conocida bebida de refrescos le encargó al dibujante, Habdon Sundblom, que realizara una serie de dibujos de Papá Noel para una de sus campañas. A partir de allí, comienza a predominar un Papá Noel vestido de rojo, ya que anteriormente no tenía un color de vestimenta específica: algunos lo retrataban de verde, de azul o de blanco.

Muchos asocian a ese conocido refresco de cola con la figura del barbudo Papá Noel, pero no existen pruebas fehacientes que demuestren que Sundblom creo el rojo de la vestimenta. Hay revistas anteriores a sus dibujos, por ejemplo, que ya muestran un San Nicolás de rojo y con botas negras.
De cualquier forma, esta figura fue popularizada de manera veloz gracias a la publicidad de dicha compañía de gaseosas. Aunque San Nicolás de Bari vivió en el siglo IV y la tradición se ha extendido hasta nuestros días, no fue hasta 1863 cuando tras la aparición de una ilustración realizada por Thomas Nast cuando, realmente se empieza a ver la imagen de Papá Noel más parecida a la que tenemos hoy. Fue cuando adquirió la actual fisonomía de gordo barbudo bonachón con la que más se le conoce.

El dibujante alemán Thomas Nast, diseñó este personaje para sus tiras navideñas en Harper's Weekly. Allí adquirió su vestimenta y se cree que su creador se basó en las vestimentas de los obispos de épocas anteriores para crear este «San Nicolás», que, para entonces, ya nada tenía que ver con San Nicolás de Mira.

A vivir en el Polo Norte y a ¡volar!

San Nicolás pasó de Turquía, a vivir cerca del Polo Norte, en Finlandia o en Groenlandia. Como la leyenda se originó en el Hemisferio Norte, a principios del siglo XX se esparció la idea de que viviría en el Polo Norte. Hay que recordar que existen otros lugares cercanos postulados como su hogar: Laponia sueca, Laponia finlandesa y Groenlandia, puesto que el Polo Norte está en medio del Océano Ártico.

En los países europeos este personaje recibe el nombre de Papá Navidad, traducido a su lengua (Father Christmas, Père Noël, Babbo Natale), excepto en España y otros países de habla hispana, en los cuales se ha castellanizado la palabra francesa Noël como Noel.

Otro asunto que se comenta es que Papá Noel no siempre ha volado, de hecho hasta que Clement Moore escribiera en 1823 el famoso poema que empezó a dar vida a la figura de Papá Noel tal y como lo conocemos hoy, iba a pié o a caballo. Sería a partir de entonces cuando aparece el trineo tirado por renos. Y, es allí donde se supone que comenzó a viajar en un trineo de renos con el que sale todos los años a repartir, en Navidad, regalos entre los niños del mundo.

Normalmente cuando uno piensa en los renos los ve como machos, pero la realidad es que los renos machos pierden su cornamenta cada año hacia el mes de noviembre; mientras que las hembras no la pierden hasta el verano cuando dan a luz, con lo cual es imposible que los renos sean machos. Todo parece indicar que Rodolfo era Rodolfa.

Como última curiosidad, les gustará saber que podemos ver la casa de Santa Claus a través de Internet desde Rovaniemi (Finlandia) dentro del Círculo Polar Ártico y, que Santa Claus va acorde con la era digital y desde hace más de 15 años cuenta también con una dirección de correo electrónico para que puedas enviarle un email. Eso sí, la respuesta siempre es en inglés. De hecho se ha modernizado tanto que tiene hasta su propio blog.

TELEMUNDO
ORLANDO
Felices
FIESTAS
holaciudad.com
31.1
COMCAST
21
dish
31
AT&T U-verse
31
CenturyLink
31-1031
bright house
62-902-1011

LIFESTYLE | SALUD | ENTRETENIMIENTO | NEGOCIOS | FASHION | BELLEZA

epiko®
MAGAZINE

MESOTERAPIA UNA *nueva alternativa...*

NEW GOAL FITNESS
ISMAEL APONTE

UNA REVELACION DE LA MUSICA
JOHNNY *sky*
A LA CONQUISTA EN EL 2017!