



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



AD#:6349-16 WESTGATE LAKES RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 25 WEEKS FOR RENT @ \$1,350.00 PW / NEG

AD# 9553-17 WESTGATE LAKES RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 26 WEEKS FOR RENT @ \$2,800.00 PW / NEG



AD#:7863-16 WESTGATE LAKES RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 25 WEEKS FOR RENT @ \$3,900.00 PW / NEG

AD#.9830-17 WESTGATE LAKES RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 24 WEEKS FOR RENT @ \$1,650.00 PW / NEG



AD#:9675-17 WESTGATE LAKES RESORT KISSIMMEE, FL 3 BEDS / 3 BATHS OCCUPANCY: 10-12 26 WEEKS FOR RENT @ \$1,500.00 PW / NEG



AD#:9909-17 WESTGATE LAKES RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 38 WEEKS FOR RENT @ \$2,300.00 PW / NEG

AD#:10143-17 WESTGATE LAKES RESORT
ORLANDO, FL
3 BEDS / 3 BATHS OCCUPANCY: 10-12
39 WEEKS FOR RENT @ \$2,500.00 PW / NEG



AD#:10351-17 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT KISSIMMEE, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 15 WEEKS FOR RENT @ \$1,350.00 PW / NEG

AD#:9191-17 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT KISSIMMEE, FL
2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8
21 WEEKS FOR RENT @ \$1,750.00 PW / NEG



AD#:8836-17 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT KISSIMMEE, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 21 WEEKS FOR RENT @ \$1.750.00 PW / NEG



AD#:9855-17 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT KISSIMMEE, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 26 WEEKS FOR RENT @ \$3,490.00 PW / NEG

AD#;10154-17 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT KISSIMMEE, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 30 WEEKS FOR RENT @ \$1,500.00 PW / NEG



AD#:10206-17 STARWOOD VISTANA RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 32 WEEKS FOR RENT @ \$4,670.00 PW / NEG

AD# 9878-17 STARWOOD VISTANA RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 26 WEEKS FOR RENT @ \$2,550.00 PW / NEG



AD#:10041-17 STARWOOD VISTANA RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 26 WEEKS FOR RENT @ \$3,200.00 PW / NEG

AD#:10039-17 STARWOOD VISTANA RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 26 WEEKS FOR RENT @ \$3,200.00 PW / NEG



AD#:9692-17 CARIBBEAN PALM VILLAGE RESORT ORANJESTAD, ARUBA 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 10 WEEKS FOR RENT @ \$1,750.00 PW / NEG

AD#:9693-17 CARIBBEAN PALM VILLAGE RESORT ORANJESTAD, ARUBA 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6 26 WEEKS FOR RENT @ \$2,200.00 PW / NEG



AD#:10107-17 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT KISSIMMEE, FL 1 BEDS / 1 BATHS OCCUPANCY: 4 20 WEEKS FOR RENT @ \$1,300.00 PW / NEG

AD#:9192-17 WESTGATE VACATION VILLAS RESORT KISSIMMEE, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 21 WEEKS FOR RENT @ \$1,750.00 PW / NEG



AD#:9785-17 STARWOOD VISTANA RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 24 WEEKS FOR RENT @ \$3,200.00 PW / NEG

AD#:10201-17 STARWOOD VISTANA RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY; 6-8 32 WEEKS FOR RENT @ \$4,670.00 PW / NEG



AD#:9082-17 WORLDGATE RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 48 WEEKS FOR RENT @ \$3,800.00 PW / NEG

AD#:9188-17 WORLDGATE RESORT ORLANDO, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 48 WEEKS FOR RENT @ \$3,800.00 PW / NEG



AD#:9672-17 MISTIC DUNES RESORT FORT LAUDERDALE, FL 2 BEDS / 2 BATHS OCCUPANCY: 6-8 12 WEEKS FOR RENT @ \$1,850.00 PW / NEG

Snewos Snewos vnewos vnewos

wolf flores:

MOMENTOS DE ALEGRÍA Y LAGRIMAS cuando un estudiante va por primera vez a las aulas. Ciclos de vida que se repiten año tras año y década tras década que nos muestra que la vida sigue y que la enseñanza es parte esencial de nuestras vidas. La educación nos forma los valores y el carácter ya que nos consume la 3ra parte de nuestra vida y es la parte de nuestro desarrollo mas importante en la definición de como vamos a desarrollarnos como individuos.

Por ello la parte importante que tiene toda la familia en el apoyo y afirmación de la importancia que tiene la educación para el futuro del individuo y su futuro por ende su familia también. Una de las mayores herramientas para combatir cualquier situación y circunstancia que enfrentemos en la vida sea emocional salud, economica o social es la educación una de las mas poderosas herramientas para la búsqueda de soluciones.

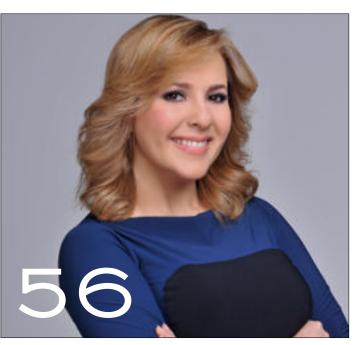
Por ello es vital que toda la familia hagamos que nuestra nueva generación sepa que esta etapa temprana de nuestra vida es una gran parte de la definición de lo que seremos como individuos y las muchas o pocas oportunidades que podremos conseguir en nuestro futuro. La educación es algo que nadie nos podrá quitar en nuestra vida. En ello estriba su importancia, que también ayuda al futuro de nuestras generaciones en los EU por que nos da poder a nivel social político y económico.

Epiko Magazine en esta edición compartimos temas que nos preparan para este periodo y en portada la bella Mexicana que nos levanta todas las marlana en Un Nuevo Dia, Ana Maria Canseco con una entrevista de ensueño que usted debe leer Igualmente mas de los 25 Mas Epiko's y de Lucha Conquest los eventos del verano EPIKO IIII

Así que bienvenidos a las aulas de estudio y acompáñenos en esta edición llena de información y conocimiento Epiko.

SEPTIEMBRE - OCTUBRE 2017





8 El arte de planificar su futuro

Signos y síntomas del cancer de seno

2 Un verano en la gran manzana

50 Los 25 más Epikos

20 Ray Acevedo: Ex Menudo

Ana Maria Canseco: Actriz, reportera y presentadora



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

Brianna Meighan | Dr. JR Roman | Dr. Gerson Tirado Giovanni Nieves | Jayleez Fonseca | Dr. Victor Santiago Katiry Gonzalez | Ismael Aponte | Tania Ortiz Asociacion Americana del Cancer | Juan Arturo Morales Florida Hospital Group

Photographers:

Wilfredo Montalvo, Victor Morales y Johanny Becerra

WEB MASTER

JVR Productions, Inc.

LEGAL ADVISOR

The Law Offices of Hernan Cortes Rodriguez

MARKETING & ADVERTISING

407-729-8300 epikomagazine.com juanarturomorales@gmail.com

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 407-729-6300, or email us to juanarturo@epikomagazine.com Printed in USA



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



CR Insurance Group es agencia de seguros de salud especializada en Medicare y Obamacare. A ti que acabas de llegar al estado de Florida o ya tienes tiempo aquí y no conoces de los beneficios que ofrecen los planes medicos de Medicare y Obamacare, permitenos orientarte y juntos seleccionar el mejor plan con las mayores coberturas posibles que mejor se ajusten a tu necesidad y a tu bolsillo.

Somos una agencia confiable, con años de experiencia y comprometida con usted y su familia. Nuestro principal objetivo es brindarle una orientación completa, confiable y de calidad para beneficio suyo y de su familia. Permitanos ganarnos su confianza con toda la dulzura y el cariño por el que CR Isurance Group se distingue.

Actualmente, tenemos contratos con las principales compañias aseguradoras en el estado de Florida y contamos con muchos puntos de ventas en distintas localidades para facilitar un servicio directo e inmediato. Contamos con varias localidades en el enstado de la Florida principalmente en el area de Miami-Dade, Broward, Orlando y Puerto Rico.

CR Insurance Group se preocupa por su salud y la de su familia. Por tal razón, estamos trabajando en un proyecto muy ambicioso de expansión para estar más cerca de usted. Ya es un hecho nuestra nueva localidad en Tampa. Próximamente abrirá sus puertas para beneficio de todos. Esta es una empresa que no sólo se preocupa por la salud, sino también por la creación de nuevos empleos. Contamos con mas de 200 agentes en el estado de Florida y ofrecemos grandes oportunidades de empleos para todos aquellos que quieran formar parte de esta gran familia.

Queremos seguir ayudando a la familia hispana, tanto en el área de la salud como generando oportunidades de empleo. Por eso, nuestro interés es seguir creciendo y expandiendonos para llegar a otros mercados como Georgia, Texas y New York, entre otros. Somos un equipo que trabaja unido como una familia para garantizar el éxito de servicio y compromiso con usted y su familia.

Permitanos ser parte de los suyos y sea parte de nosotros. Llámenos o visite nuestra página web www.crinsurancegroupilc.com para que uno de nuestros agentes especializados le pueda orientar sobre los beneficios de los planes médicos. Recuerde que en CR Insurance Group somos una familia.

Inscripción abierta desde Oct 15 a Diciembre 7 todos los años. Durante ese tiempo los recipientes de Medicare elegibles tienen la oportunidad de ver las nuevas ofertas de cada compañía y hacer cambios en su seguro. Para más información se deben comunicar con CR Insurance y nuestros agentes le orientarán en el proceso desde principio a fin para que el mismo sea uno informado y sin stress.



www.crinsurancegroupllc.com

Nos especializamos en Medicare y Obamacare.





ORLANDO (407)-985-5919 7200 Lake Ellenor Dr. Ste 243 Orlando, FL 32809

PUERTO RICO 638 Calle Aldebaran San Juan, PR 00920 MIAMI- DADE (786)-725-8024 8500 SW 8Th St. Suite 244 Miami, FL 33144

BROWARD 12215 Pembroke Rd. Pembroke Pines, FL 33028 TAMPA 4202 E Busch Blvd Tampa, FL 33617

ELARTE BEPLANIFICAR SUFUTURO

Dr. J. R. Román jrromanmotivando@gmail.com

"El compromiso mayor que adquirimos al nacer, es de hacer de nuestra vida una vida extraordinaria y magistral, una autentica obra maestra con sentido, misión y propósito que justifique nuestro existir."

Planear tu vida, se trata de construir su mundo, es saber cuál será el siguiente paso que darás, es saber qué hacer para enfrentarte a los obstáculos que se presenten. La planificación de su futuro es un tema que le debemos dar importancia. Tengo contacto con cientos de personas que no planificaron su futuro en forma eficiente y que ahora tienen problemas muy serios. Lamentablemente, ya no hay mucho tiempo para solucionar esos problemas porque ya están en su vejez. También conozco a muchos jóvenes que no han planificado su vida y que ahora tienen muchos problemas.

La planificación es la capacidad de traer el futuro al presente. Es un elemento indispensable para garantizar buenos resultados en la vida. En cualquier compañía, la planificación es un punto vital para garantizar el crecimiento de la organización a nivel general pero también del individuo. Para mi la planificación es la capacidad de visualizar el futuro en el presente, desarrollando un plan de trabajo para conseguir las metas que uno desea.

Sabemos que la improvisación es todo lo contrario a la planificación. Lamentablemente, la improvisación es la noticia del día. Constantemente hablo con personas que no me pueden decir lo que van a hacer en los próximos días. No saben lo que harán en la próxima década, ni siquiera el próximo año. El llevar una vida improvisada, trae resultados improvisados y, por lo general, no son los mejores resultados.



Entiendo que la planificación es un elemento indispensable para que cada persona pueda tener éxito en la vida y mi objetivo es ayudar a nuestra gente a conseguir aquello que realmente desea, a establecer una planificación positiva considerando los resultados que cada uno desea alcanzar.

Para poder planificar tenemos que saber que es lo que queremos alcanzar. Tenemos que conocernos, conocer nuestro potencial y nuestras debilidades. Además tenemos que saber hacia dónde queremos ir y a donde podemos llegar. Es importante que veamos la planificación como escribir nuestra historia anticipadamente. Podemos considerar la planificación como el mapa que nos llevará al objetivo que nos proponemos alcanzar. "Para una buena planificación hay que empezar a visualizar.

ES IMPORTANTE ESTABLECER ALGUNAS Reglas básicas para poder definir Unos objetivos claros: ¿Qué quiere realizar? Debe ser algo que realmente lo motive a trabajar y que lo motive a buscar alternativas y soluciones para alcanzar ese sueño. Hay que establecer una meta real, que debe ser lo que sintamos en nuestro corazón y en nuestra mente que es importante y que tiene significado para esa fecha definitiva.

¿Para cuándo lo quiere alcanzar? Es importante que establezca una fecha definida para cuando va a cumplir su objetivo. Cuando uno tiene un compromiso para cumplir una actividad para cierto día, toda la energía mental, física y espiritual está trabajando para llevar a ese objetivo, aun antes de la fecha señalada.

¿Cuáles son los obstáculos? Debemos evaluar los obstáculos que nos impiden alcanzar las metas que nos hemos propuesto. Muchas veces los obstáculos pueden ser el tiempo, los hábitos, un titulo de la universidad, el dinero, la gente, hasta puede ser la falta de conocimiento. La calidad de tu pensamiento determina la calidad de tu vida. Cuánto mejores sean las preguntas que te hagas, mejores respuestas obtendrás de ellas. Mientras más metas y más grandes objetivos tengamos, más necesidad vamos a tener de utilizar nuestro potencial y nuestra capacidad de realizarnos. Sencillamente, haga hoy una lista de todas las cosas que desea hacer: en lo espiritual, mental, físico, emocional, cultural, social, económico, profesional. Debe hacer una lista de todas las cosas y todos los sueños que usted aspira llevar a cabo en su vida. Y emplece a trabajar ahora mismo para cumplir esas cosas. Recuerda que: las decisiones que tomaste en los pasados años son el resultado de hoy y las decisiones que tomes hoy, serán el resultado de tu futuro. No esperes tener resultados diferentes pensando y haciendo lo mismo, planifica.







Nov.18, 2017

Fire Frog Stadium Kissimmee

www.epikomagazine.com

¡Gracias a los Auspiciadores!











Para Booth y Auspicios: 407-729-8300

UNIEN

El mes de la moda nunca deja de traernos un poco de inspiración. Ver las nuevas tendencias durante la "Semana de la Moda" de Nueva York es siempre emocionante. El maquillaje innovador y los "looks" en los cabellos son lo que realmente nos tlama la atención. Piensa en ello de esta manera: ¿serás capaz de llevar esas piezas de vestir de otoño e invierno? en un verano como el de la Gran Manzana. Pues estas tendencias de peinados están hechas para aplicarse en cualquier temporada del año.

La temporada pasada, los profesionales del cabello utilizaron hilos mojados en los shows, incluso personajes como Altuzarra y Jason Wu y al parecer celebridades como Taraji P. Henson y Shay Mitchell lo imitaron en la alfombra roja.

Las colas de caballo desordenadas también fueron una constante en la pasarela, lo que demostró que el glamour desarreglado es numeroso. En esta temporada fue especialmente valiosa la diversión; las ideas creativas están a la vanguardia; jugar con múltiples texturas crean nuevas imágenes que transitan de lo simplemente viejo pero bonito.



www.epikomagazine.com



Piense: moños clásicos y trenzado con sutiles ajustes para sentirse más moderna, es parte de la moda. La mejor parte, sin embargo, es que hay un estilo que funciona para todos, no importa si tiene pelo corto, cabello natural, o cabello pin-straight. La moraleja de lo que está planteado es que hay algo en esta moda para cualquier persona en todas partes del mundo, y usted puede comenzar a usar todas estas ideas de peinado de otoño ahora.

Muchas de las colecciones de otoño e invierno de 2017 se complementaron con cabellos rectos, partes centrales temporales y flequillo arrugado. Y no podemos olvidar la abundancia de peinados cada vez más naturales. Esta estación distinguió los estilos profundamente realizados tan importantes como "Afros" afinado en la pasarela.

Además de las texturas rectas y rizadas no se conformaron y compartieron una tendencia común: el cabello alborotado.

Ellos acentuaron "bobs" de longitud de barbilla en Oscar De La Renta, así como rizos hinchables en 3.1. Si, las tendencias van y vienen. Sin embargo, un estilo sólido con elementos clásicos como los que vimos, forma parte del reto de esta temporada de "dos cabello" que tienen un poder de permanencia importante.

"Baby bangs" obtiene una "punk rock" actualizado gracias a una textura agitada, No creo en los rumores que afirman que Bangs trabaja para cada textura. Pero surgieron que para un acabado más suave para sus rizos (menos frizz), no deje que nadie corte sus flequillo.



De todas formas, recuerden: todas las modas no son para todos. Escoge lo que mejor te luzca y te haga sentir cómoda pero sobre todo más bella de lo que eres.

Como siempre cuentan con nosotros: aquí está un servidor para lo último en belleza y como siempre para que seas atrevida y luzca fabulosa.



445 S. Magnolia Avenue, Orlando, FL 32801

drphillipscenter.org / Boletos: 844.513.2014







Todas de una manera u otra, positivamente o negativamente hemos creado diferentes hábitos en nuestras vidas. Son tantos los diferentes hábitos que vamos obteniendo en el transcurso, que los mismos nos van formando dia con dia en las mujeres que somos hoy. ¿Cómo se forman los hábitos? Un hábito (sea el que sea) se forma por la repetición constante sobre el tiempo. Si una acción es persistente en tu rutina, es muy probable que termine por grabarse en el "disco duro" de tu cerebro en forma de un hábito. Poco a poco sin darnos cuenta lo que haciamos algunas veces se vuelve cada vez más frecuente y formamos un hábito. Como ya sabes, esta repetición hace que poco a poco el esfuerzo por realizar esa acción disminuya considerablemente, e incluso logres ejecutaria sin pensario.

Todas vivimos atadas a esas cuerdas invisibles de las que no podemos escapar. Esas cuerdas de las que habíamos se tratan de hábitos poco saludables que opacan nuestro bienestar. Un hábito es el resultado de una acción que repites frecuentemente de forma inconsciente. Si te fijas tú ya estás haciendo muchos hábitos en tu rutina diaria, como quitarte los zapatos al entrar a casa, cepillarte los dientes, tomar café en las mañanas, entre muchos otros. Y estas acciones son realizadas de torma automática y por tanto no requieren mucha atención, esfuerzo o motivación de tu parte. Por el contrario, tú si necesitas mucha motivación y esfuerzo para realizar aquellas actividades que no haces de forma automática, es decir que aún no son hábitos.

La ventaja de un hábito es que se automatiza, de tal forma que sin pensar se ejecuta (sin motivación y sin fuerza de voluntad). La desventaja es que algunos de esos hábitos en tu vida probablemente no son saludables y estarás repitiéndolos una y otra vez a pesar de que perjudican tu bienestar, tomando el control de tu mente y de tu vida. Lo importante es aprender cómo se formaron estos hábitos poco saludables en tu vida "sin darte cuenta" y sobre todo cómo formar mejores hábitos en su lugar. En primer paso es identificar aquellos hábitos que obstaculizan tu vida. Es altamente dañino el ser auto crítico cuando tu autoestima está dañada. Cuando nuestra autoestima es negativa, es muy vulnerable a cualquier ataque del exterior, pero especialmente a los que vienen del interior. Las mujeres que avanzan notablemente en su crecimiento personal, sin duda tiene hábitos mentales positivos que les ayudan a ejecutar acciones positivas, emplear la inteligencia emocional y demostrar una mayor serenidad para resolver problemas. Crea hábitos mentales que te tleven al éxito, aprende a pensar aquello que se quiere.

Uno de los más grandes desafios es controlar la mente. Cuando se está en la adversidad, se recibe un bombardeo de sentidos que nos recuerdan que algunas áreas de nuestra vida no están bien, en esos casos ser optimista es dificil. ¿Cómo aprender a pensar aquello que se quiere al margen de las circunstancias? Una manera efectiva de hacerio es concentrándose en el uso de afirmaciones positivas, para ello puedes usar tu "almacenamiento subliminal", la cual es una herramienta extraordinaria de autosugestión y control mental. Ciertos hábitos mentales pueden ser la causa de pocos logros personales y tener la vida estancada. Mientras se siga expuesta al mismo estímulo de ideas no habrá evolución. Nunca caigas en el conformismo de lo establecido, abre tu mente y así encontrarás la luz. Nada que tú no permitas sucederá en tu interior. No busques más fuera de ti todo lo maravilloso, solo adéntrate, navega en ti y encontraras lo imaginable...

¡EMPODÉRATE Y TRANSFORMA!



Utilizar extensiones de cabello es una opción perfecta para lucir más hermosa, ¿Cómo saber cuál es la mejor?, sin duda alguna las que vienen con clip son completamente manejables y muy fáciles de usar. Pero si lo que te preocupa es cómo hacer que tus extensiones se mezclen con tu cabello para que se vean lo más natural posible, sigue estos consejos para aprender cómo lograrlo.

Tip 1:

Al momento de elegir el color intenta que este coincida con la parte de tu cabello que va desde el centro hasta las puntas. Nunca elijas el color que tienes en las raíces, debido a que éste tiende a ser un tono diferente al resto. Tip 2:

¡La iluminación es todo!. Cuando vas a determinar qué color usar, colócate frente a una luz natural, puede ser frente a una ventana y combina las extensiones de acuerdo al color que se ve en tu cabello cuando le pega el sol. Esto es lo que realmente te va a ayudar a conseguir el color exacto. Algunos expertos incluso dicen que ver las extenciones en luz baja o artificial podría hacerte dar hasta 3 tonos diferentes a lo que buscas.















BRIANNA MEIGHAN
Contact Jerry Shandrew, Jerry#shandrewpr.com, (323) 549-9250

Tip 3:

Si tu cabello tiene múltiples tonos de color como mechas o highlights, siempre que sea posible, lo mejor que puedes hacer es comprar 2 juegos de extensiones, uno en un color un poco más suave y el otro un poco más oscuro de lo que es la mitad de tu cabello hasta las puntas. Como dice el experto en color Taylor Mann: "No te estreses en conseguir una combinación 100% idéntica". La mayoría de las mujeres tienen cerca de tres a siete colores diferentes en su cabello, por lo tanto él nos sugiere mirar bien el pelo, tamizarlo con los dedos y encontrar los tonos oscuros, medianos y suaves con la mirada. Ahora, si tienes un presupuesto ajustado y estás buscando solo un set, entonces te recomendamos usar un tono medio. Pero, para conseguir el cabello de tus sueños, deberás incorporar más de un color, esto creará la dimensión de tu cabellera y le dará un look muy natural.

Tip 4:

Entre las ventajas de tener extensiones de cabello natural, está la opción de pintarlas. En Hermana Hair, por ejemplo, las hacemos con pelo 100% humano por lo tanto pueden ser teriidas de todas las maneras posibles, como lo haces con tu propio cabello. En este caso solo tendrias que elegir el tono más parecido y dejarle el trabajo a tu estilista favorito, de esta manera podrá emparejar las extensiones con la tonalidad exacta de tu cabello.

Acerca de Brianna Meighan: es una personalidad de TV americana-panameña, modelo, empresaria, experta en viajes y autor de libros. Cuando no está publicando en su blog BriannaMeighan.com de moda y estilo de vida, Brianna está trabajando en su linea de extensiones de cabello, Hermana Hair.



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



Cualquier desalineamiento en la columna crea interferencias en los nervios y afecta el movimiento de las coyunturas, lo cual causa que el flujo correcto de energía se interrumpa, afectando el funcionamiento de todos los órganos relacionados. Cualquier accidente de auto, caída, lesión deportiva, o simplemente una pobre postura, es suficiente para desalinear la columna y afectar tu salud en general.

columna se encarga de protegerlo?

El dolor es la señal del cuerpo para indicar que algo no está funcionando bien. El tomar medicamentos solo va a esconder los síntomas sin corregir la causa del problema, que radica en la interferencia del sistema nervioso. Es por eso que, comúnmente, los medicamentos reducen el dolor por un tiempo, pero luego regresa; además, su uso prolongado genera efectos secundarios y hasta daños permanentes en las funciones de los órganos.

La guiropráctica se enfoca en eliminar la causa del problema y remover las interferencias o "subluxaciones" en tu columna, permitiendo que tu sistema nervioso funcione adecuadamente. Al cuerpo estar conectado energéticamente de nuevo, se libera su capacidad de auto-sanarse y funciona adecuadamente, dejando atrás los dolores y las enfermedades.

Antes de conocer al Dr. Santiago estuve viviendo en dolor por casi dos años. Los doctores no encontraban nada y solo me daban pastillas para el dolor. Me hicieron cuanta prueba hay, desde x-rays hasta MRI y pruebas del corazón, y todo salía bien. De ser un atleta competitivo, tuve que parar de hacer ejercicios. Me recomendaron terapia física por cuatro meses, y tampoco me ayudó. No fue hasta que llegué a la oficina del Dr. Santiago que todo comenzó a hacer más sentido. Sin yo decirle nada, él puso sus manos donde sentía más dolor. Luego me explicó detalladamente como los problemas de la columna y los nervios estaban causando mis síntomas (dolor, electricidad, palpitaciones, dolores en el brazo y de cabeza). No solo eso, sino que también me explicó cómo mi rutina de ejercicios y mi dieta estaban contribuyendo al problema. Desde la primera visita, yo sabía que estaba en el sitio correcto. Apenas en la primera semana, el dolor se redujo un 50%; y siguiendo su plan de tratamiento y recomendaciones, tres meses después estaba de vuelta al gimnasio, levantando más peso y en mejor condición que nunca antes. Se lo recomiendo a todos si quieren mejorar su vida.

Jean Widmaier, Orlando, FL

Para una CONSULTA GRATIS ¡llama ya! (407) 704,4939





RAY ACEVEDO

Ray Acevedo nació el 21 de diciembre de 1971, es un cantante puertorriqueño de música pop. En 1985, Ray se unió a la famosa banda puertorriqueña Menudo hacia el final de la "época de oro" de la banda. Durante sus dias en Menudo, Ray se convirtió en una de las voces más poderosas que formo parte de esta famosa banda cantando Hits como "En San Juan me Enamore", "Panuelo Blanco Americano" y "Its you" and me all the way" que se convirtió en un éxito internacional. Junto con sus compañeros de Menudo, Ricky Martin Y Robi Draco Rosa, Ray también protagonizó la telenovela argentina "Por Siempre Amigos", que le proporciono un trasfondo de actuar frente a la cámaras también. Fue una mezcla de drama, romance y humor. Habiéndose convertido en un idolo adolescente en Puerto Rico y en el resto de América Latina, y favorito entre los fans de Menudo, la salida de Ray del grupo fue seguida de cerca por medios puertorriqueños. Salió el 2 de agosto de 1988, unos pocos meses antes de cumplir los diecisiete años, anunció en un programa de televisión local que planeaba mudarse a los Estados Unidos. Desde ese tiempo, ha adquirido una valiosa experiencia internacional y ha adquirido una impresionante cartera profesional, que abarca desde producciones fuera de Broadway en la ciudad de Nueva York, donde desarrolló su insaciable sed de actuar, de teatro y aparecer en la gran pantalla, hasta sofisticadas composiciones musicales.

También perfecciono sus habilidades como músico y coprodujo su primer CD como solista. En 1999, los co-escritores Ray Acevedo y Aurelio Laing III se reunieron - los dos combinaron sus talentos colectivos y comenzaron a escribir letras y música para ellos mismos, creando Afterworld Records. Durante el invierno de 2000. un estudio de grabación de San Antonio se convirtió en el caldo de cultivo de su primer álbum, "Amor Oculto", que fue lanzado en 2001. Ese fue el primer CD de Ray Acevedo como solista. Colaborando con compañeros de banda, Enrique Palacios y Nathan Slimane, en otro exitoso proyecto -una versión inglesa alternativa, "Age of Anxiety" en 2004, desató una poderosa comprensión de que este indiscutible talento se había convertido rápidamente en el mejor secreto guardado de la musica. Más tarde viajó a Brasil con otros ex miembros de Menudo en una gira de promocion. Se llamaban Menudo La Reunión.

En el año 2015 Ray lanza al mercado su tema titulado "La vi en Paris" tema que llego a los charts de varias estaciones de radio Latino Americanas, a la misma ves lanza el video de dicho tema un mes mas tarde.



Con este tema en mano El mismo Año Ray Acevedo comenzo una gira de promocion llegando a Lugares como Miami, Pensylvania Mexico y Panama, siendo invitado a programas como Los 40 Principales y El certamen La Voz en Panama City. Durante su gira promocional Ray tambien participo de eventos de beneficio como La recaudacion de fondos para victimas de Myositis y la campaña de la organizacion de caridad NoH8 para victimas de prejuicio social. Ray tambien ha participado 3 años corridos el la Gran Convencion de Maestros Nacional , SSTESOL y este año fue invitado especial de las tarimas de Univision, Miami Herald entre muchas, en la afamada convencion musical en Miami. La calle 8 . Mas recientemente fue invitado de Honor en La Parada Puertorriqueña en Orlando. Y este año 2017 se prepara para visitar a Brazil y Mexico con su espectaculo.

Ray al mismo tiempo ha desarollado su abilidad por la actuacion uniendose a la compañía DLEfilms formando parte de peliculas como "Vein" "Sweet n Sour" "Money is the Pleasure", "Sam", "Vandal" and "The Last One" entre otras sirviendo no solo como actor pero tambien como compositor musical y productor en varias.

Así como él es talentoso en la música y en la actuacion Ray es un artista visual calificado. Una segunda pasión, con un ojo para intrigantes y cautivantes dibujos de carbón y pinturas al óleo, su arte se deriva de una profunda intuición y se enriqueció aún más al asistir a una escuela de arte visual en Nueva York. A través de años de paciencia y perseverancia, la fuerza, determinación y crecimiento personal de Ray se han convertido en el trampolín de su ilustre carrera cantante puertorriqueño de música pop.

¿COMO INFLUENCIO TU VIDA PERSONAL Y ARTESTICA LA EXPERIENCIA DE SER UN MENUDO?

Después de tantos años en el ambiente artístico considero que obviament MENUDO fue una experiencia transformadora que hasta el dia de hoy ha marçado quien soy. He tenido momentos increibles después de menudo en mi vida, no solo como artista SINO como ser humano. El viajar y conocer tantas diferentes culturas sièmpre fue algo que me dio mucha felicidad y me ha hecho valorar más mi vida y mi individualidad, soy un hombre que ya a mi edad he vivido bastante. Otra etapa tan intensa como escalofriante fue el tiempo que vivi en NY donde hice Teatro, mucho Teatro. Me pasaba dias alli y hasta vivi en un Teatro por un tiempo, aprendi tanto y me desarrollé muchisimo como Actor. Tuve tremendas experiencias entonces, pero también tuve varias muy malas y por un tiempo me vi tragado por el pulpo de NY. No obstante, esta etapa fue un reloj despertador y me impulso a otra etapa de mi vida en la cual desarrolle mis talentos como artista gráfico y pintor. Creo que al final el logro más grande en mi vida es la creatividad.

¿QUE REPRESENTAN TUS FANS EN TU CARRERA?

Mis fans son todo para mi. Mi relación con mis fans no ha sido siempre asi. Por un tiempo no quería saber nada de nadie y por ende me desaparecí y descuidé mucho a mi fanaticada, que siempre estuvo alli. Obviamente, ahora con las redes sociales el acceso es instantáneo y muy personal y he podido darme cuenta del amor y el cariño de mis Fans. Honestamente sin ell@s no sería nada.



Donde la Elegancia nunca pasa de moda...

Celebre su próximo evento donde el tiempo si se detiene

Bodas

Eventos Corporativos

Galas

Reuniones Familiares

Quinceañeras

Tener opciones es un privilegio:

- 3 diferentes salones de eventos
- Bizcochos temáticos
- Candy Bar
- Catering con variedad de comidas
- Piso integrado de baile

Localizados en el corazón del distrito histórico del Downtown Kissimmee Estas facilidades fueron establecidas en el 1925 – Con un toque clásico de 2017 Donde el arte, la elegancia y la historia se unen.



venezolano Rafael Molina trae a la Florida su encanto y labor social durante gira promocional.

ORLANDO, Fla., 2 de Agosto, 2017 - Rafael Molina regresa a la Florida luego de varios años de ausencia. Molina, de origen venezolano, estará promocionando su último trabajo artístico en la serie de Amazon titulada "Ladies of the Lake".

escritas por el muy respetado autor, Ken Corday quien también es el autor y el productor ejecutivo de la famosa telenovela estadounidense "Days of our Lives".

Molina es coprotagonista de la serie que cuenta con la actuación de estrellas estadounidenses como Martha Madison y Marie Wilson de "Days of Our Lives" y Lilly Melgar de "General

Durante su tiempo en el centro de la Florida, Molina estudió en Seminole State College. Inició su carrera de actuación en comerciales y campañas publicitarias para Universal Studios, entre otros proyectos. Luego se mudó a Los Ángeles donde continúo sus estudios de actuación y forjó sus talentos artísticos en los institutos de Anthony Miendl's Actor Workshop y Groundlings.

Durante su estadía en la costa oeste de Estados Unidos, Molina participó en programas tales como "NCIS: New Orleans" y su primera actuación en una película fue en "People You May Know".

Además de seguir abriéndose camino en Hollywood, recientemente Molina se ha convertido en un activista social debido a la crisis que se vive en su país natal de Venezuela. Molina es parte integral de un iniciativas dedicadas a la movilización de los venezolanos en el exterior para participar en procesos políticos, además de enviar viveres al país.

Redes Oficiales: Facebook @RafaelMolinaActor Instagram: MilloMol IMDB: Rafael Molina.

Preparándome para el

Open Enrollment

Hay varios factores principales que se deben considerar cuando se escoge un plan de seguro de salud: la cobertura, los costos y la comparación entre los planes. Cada factor genera sus propias preguntas particulares. Al considerar cada uno de estos factores, tú puedes escoger el plan más adecuado para usted.

- La cobertura significa la gama de servicios de salud que ofrece tu plan de seguro de salud, tales como las visitas al médico, las hospitalizaciones, sala de emergencia y los medicamentos recetados
- Si hay límites sobre algunos tipos de servicios o un límite sobre cuántas veces puedes usar esos servicios al año
- Verificar si el plan limita cuáles médicos, hospitales y otros proveedores puedes visitar. Si tienes un médico preferido, ¿forma parte de la red de tu plan de seguro?
- Verifica la cobertura para medicamentos recetados.
 Asegúrate de que estén cubiertos los medicamentos que tomas regularmente, o si puedes recibir tus medicamentos por correo.
- Las primas son los pagos mensuales regulares que tú pagas a tuplan.
- •El coseguro es un porcentaje, como el 20 % de los costos.
- E copago es una cantidad monetaria fija.

Una vez que comprendas la cobertura y los costos del plan de seguro de salud, puedes empezar a comparar entre los diferentes planes y escoger el que te dé el mejor valor por la cobertura que necesitas.















Kissimmee Lake Front Park

Queremos promover el bienestar y la salud en nuestra comunidad. Inscríbete hoy para caminar o correr con nosotros junto a tu familia, amigos o compañeros de trabajo.

Parte de los fondos de esta carrera/caminata serán donados a la organización Whipping Childhood Cancer.

Nosotros corremos por el bienestar de nuestra comunidad

¿Cuál es tu causa?



Registrate hoy



holaciudad.com

Una de las preguntas más frecuentes luego de un Huracán es... TENDRÁ

Para eso, usted debe solicitar a una compañía con experiencia para que le haga una inspección a su techo y le ayude a tramitar su reclamo de reparación en el momento en el que acaba de ocurrir un fenómeno atmosférico, el cual justifica el pago de beneficios de su seguro, sobre todo si su propiedad fue construida hace 10 años o más.

Así que, es hora de pensar en lo importante que es asegurarnos que el techo de nuestra esta en buenas condiciones. Confiándolo en las manos expertas de A+ Restorations Services LLC, una compañía con muchos años ya establecida, con licencia en el estado de la Florida y asegurada para la tranquilidad de cada uno de nuestros clientes.

Nuestros evaluadores de propiedades, le visitarán sin ningún compromiso, para una inspección de su techo y orientarles de cómo puede hacer un reclamo a su seguro, solo si tiene algún daño ocurrido por un fenómeno atmosférico reclente.



A+ Restoration Services LLC., utiliza materiales de primera calidad, ofreciendo una garantía de excelencia en el mercado, al igual que un servicio de instalación muy profesional para nuestros clientes.

No espere mas y salga de dudas, llame hoy para una evaluación.

Comuniquese al

1(800) 683-5976

y no permita que por un descuido, usted pierda sus derechos. Para mas información vea el anuncio al pie de este artículo.

S C I E N C E B A S E D

WEIGHT LOSS

www.bebofitness.com

These past few summer months I have been asked several times for advice about diets for weight loss. I first thing I would like to clear up is that if you are looking for a "diet" to lose weight you might not get all the results you are expecting. Why do I say this? Many people search for the quick way to lose weight but once they reach a certain goal they stop and they start to gain the weight all over again. You have to find a nutrition program that will work around your lifestyle and that can be maintained long-term. Aside from losing weight and looking good, you want to feel good and healthy. I have read and done some research and here are a few tips I found that will help you lose some weight fast and in a healthy manner.

Cut Back on Sugars and Starches

The most important part is to cut back on sugars and starches (carbs). These are the foods that stimulate secretion of insulin the most. If you did not know already, insulin is the main fat storage hormone in the body. When insulin goes down, fat has an easier time getting out of the fat stores and the body starts burning fats instead of carbs. Another benefit of lowering insulin is that your kidneys shed excess sodium and water out of your body, which reduces bloat and unnecessary water weight. It is not uncommon to lose up to 10 pounds (sometimes more) in the first week of eating this way; both body fat and water weight. So, removing sugars and starches from your diet will lower your insulin levels, kill your appetite and make you lose weight without hunger.

Eat Protein, Fats, and Vegetables

Each one of your meals should include a protein source, a fat source and low-carb vegetables. Constructing your meals in this way will automatically bring your carb intake into the recommended range of 20-50 grams per day.



Protein Sources:

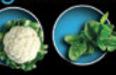
- Meat Beef, chicken, pork, lamb, bacon, etc.
- Fish and Seafood Salmon, trout, shrimps, lobsters, etc.
- Eggs Omega-3 enriched or pastured eggs are best.

The importance of eating plenty of protein can not be overstated. This has been shown to boost metabolism by 80 to 100 calories per day. High protein diets can also reduce obsessive thoughts about food by 60%, reduce desire for late-night snacking by half, and make you so full that you automatically eat 441 fewer calories per day just by adding protein to your diet. When it comes to losing weight, protein is the king of nutrients.

Low-Carb Vegetables:

- Rroccoli
- Cauliflower
- Spinach
- Kale







Do not be afraid to load your plate with these low-carb vegetables. You can eat massive amounts of them without going over 20-50 net carbs per day. A diet based on meat and vegetables contains all the fiber, vitamins and minerals you need to be healthy. There is no physiological need for grains in the diet.

Fat Sources:

- Olive oil
- Coconut oil
- Avocado oil
- Butter





Do not be afraid of eating fat either, trying to do both low-carb and low-fat at the same time is a recipe for failure. It will make you feel horrible and abandon the plan. The best cooking fat to use is coconut oil. It is rich in fats called medium-chain triglycerides (MCTs). These fats are more fulfilling than others and can boost metabolism slightly. There is no reason to fear these natural fats, new studies show that saturated fat does not raise your heart disease risk at all.

Lift Weights 3 Times Per Week

You do not need to exercise to lose weight on this plan, but it is recommended. The best option is to go to the gym at least 3-4 times a week. Do a warm up, lift weights, then stretch. If you're new to the gym, ask a trainer for some advice. By lifting weights, you will burn a few calories and prevent your metabolism from slowing down, which is a common side effect of losing weight. Studies on low-carb diets show that you can even gain a bit of muscle while losing significant amounts of body fat. If lifting weights is not an option for you, then doing some easier cardio workouts like running, jogging, swimming or walking will suffice.

Hope these tips help you all out and I would like to hear your results if you decide to try it out. I will personally start to do it; you can follow me on Instagram, Facebook, and YouTube under Ismael El Bebo. Always remember to talk to your dietitian or doctor before starting a new fitness or nutrition program.





SIGNOS Y SÍNTOMAS DEL CÁNCER DE SENO

Una parte importante de la salud de los senos consiste en saber cómo se ven y se sienten normalmente sus senos. Descubrir el cáncer de seno tan pronto como sea posible le dará más probabilidades de que su tratamiento sea eficaz. No obstante, conocer los signos a los que debe prestar atención no reemplaza a los mamogramas ni a otras pruebas de detección. Las pruebas de detección pueden ayudar a encontrar el cáncer de seno en sus etapas iniciales, incluso antes de que aparezca algún sintoma.

El síntoma más común del cáncer de seno es una nueva masa o protuberancia. Una masa no dolorosa, dura y con bordes irregulares tiene más probabilidades de ser cáncer, aunque los tumores cancerosos del seno pueden ser sensibles a la palpación, blandos y de forma redondeada. Incluso pueden causar dolor. Por este motivo, es importante que un médico con experiencia en las enfermedades de los senos examine cualquier masa o protuberancia nueva, o cualquier cambio en los senos.

OTROS POSIBLES SÍNTOMAS DEL CÁNCER DE SENO INCLUYEN:

Hinchazón de parte o de todo el seno (aunque no se sienta una protuberancia definida)

Irritación o hendiduras en la piel

Dolor en el seno o en el pezón

Retracción (contracción) de los pezones

Enrojecimiento, descamación o engrosamiento de la piel del seno o del pezón

Secreción del pezón que no sea leche materna















Tres palabras que definen nuestra Atención Médica Primaria:

Calidad Dedicación Conveniencia

- Cuidado Médico de excelencia
- Mínimo tiempo de espera
- Dispensarios de medicamentos
- Acceso a su médico 24/7 vía telefónica
- Conveniente transporte a sus citas
- Acceso ilimitado a los Centros de Bienestar
- Nutricionistas certificados

Ahora presentes en los condados: Hillsborough, Orange, Osceola, Pinellas, Polk y Seminole.

Su Salud es nuestra pasión!







2550 North John Young Parkway, Kissimmee, Fl.











Joven de 29 años de edad natural del Sector La Moca en el pueblo de Peñuelas Puerto Rico. Ex alumno de la escuela Josefa Vélez Bauza y ex alumno de Comunicaciones de la Pontificia Universidad Católica de Puerto Rico. Hijo de los peñuelanos Doña Nidia Quiñones y Don William Vélez.

A la corta edad comenzó un negocio El Remendón frente a su casa donde vendía dulces, limber y artículos de colmado. Willer quería ser comerciante y lo lleva en la sangre por su abuelo Felipe (Papín) Vélez. Luego emnancipado a sus 16 años, rentó un negocio con \$500.00 prestado y abrió El Punto Sandwiches que aún está en operaciones con gran éxito en su pueblo natal.

Luego, al ver la necesidad de los comerciantes tener un suplidor, inagura un negocio de venta al detal y al por mayor en Guayanilla llamado Willer's Cash & Carry #1.

Cinco años mas tarde abre en el pueblo de Yauco Willer's Cash & Carry #2 con más de 30 mil pies cuadrados. Luego tres años después abre Willer's Cash & Carry #3 en el pueblo de Villalba. Estos negocios ofrecen grandes especiales y servicio personalizado a nuestros clientes.



EN APOYO A LA COMUNIDAD, PARTICIPAMOS DE VARIOS ENTIDADES BENÉFICAS TALES COMO:

McDonald's, Haiti ,Equipos Deportivos, GoGo Fundation Diambulantes, entre otros.

En el año 2017 por el éxodo de un gran número de puertorriqueños hacia Kissimmee nace la idea de crear la primera cadera de supermercados Willer's Supermarket en Florida el cual estaremos abriendo próximamente.

Estamos a la vanguardia de la tecnología con nuestra nueva página www.willerpr.com donde tendremos la venta de productos puertorriqueños a precios módicos y le entregamos en su hogar.

Con estos proyectos hemos creado 70 personas con empleos directos y 200 empleos indirectos.





Nosotros apoyamos los manufactureros de Puerto Rico y se nos dió la increible idea de crear un supermercado con productos de Puerto Rico y latinoamericanos.

1) COMO NACE TU VISIÓN DE WILLER SUPERMARKET?

En Puerto Rico hay muchos manufactureros que producen artículos locales como artesanía, dulces, bebidas, productos típicos, entre otros. Con el fin de ayudarles, se nos da la increíble idea de realizar un supermercado latino con productos puertorriqueños y a su vez latinos para el consumidor que vive en Florida y áreas limítrofes.

2) POR QUE LA EXPANSIÓN A LA FLORIDA CENTRAL?

Nuestra expansión surge porque realizamos un estudio donde viven mas puertorriqueños y latinos en los Estados Unidos y era allí donde mas boricuas abandonan su isla natal por diferentes razones.

3) COMO HA SIDO LA ACOGIDA DE LA COMUNIDAD A ESTE MOMENTO?

Hemos tenido una acogida increible y un trato de primera. Todos los puertorriqueños muy emocionados por la próxima apertura.

4) CUAL SERA LA EXPÉRIENCIA CUANDO VISITEMOS WILLER Supermarket?

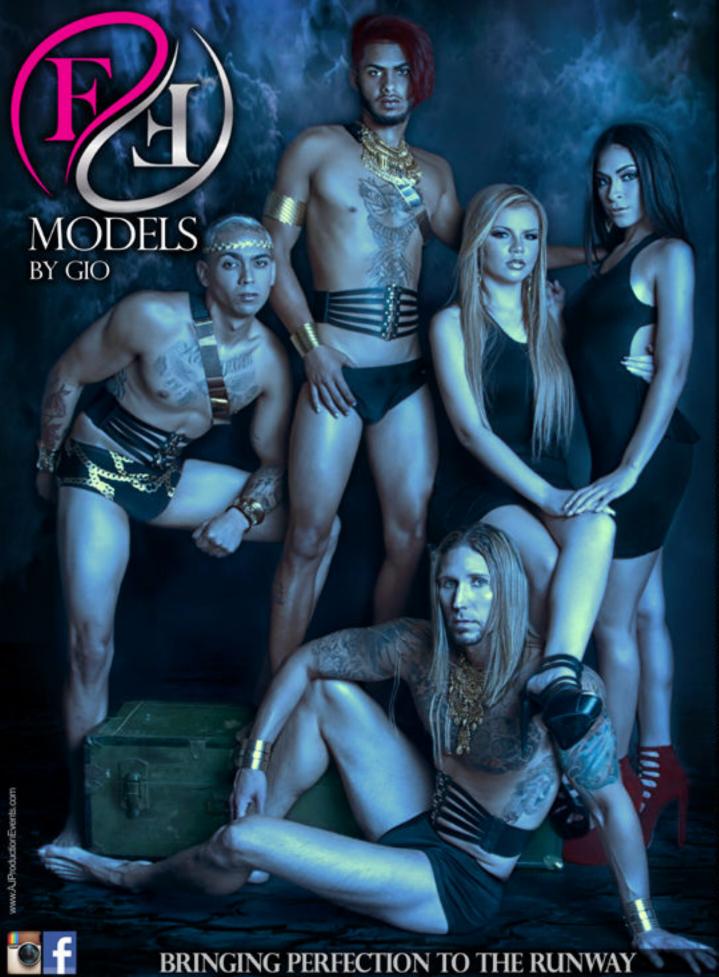
La experiencia será de mucha alegría y nostalgia ya que en el lugar tendremos fotos de lugares de Puerto Rico, imágenes, fotos, música típica. Además, tendremos un monitor proyectando lugares de la isla del encanto. Le ofreceremos un trato personal y donde los latinoamericanos encontraran productos de su país.

5) QUE OTROS PLANES TIENE WILLER EN NUESTRA COMUNIDAD?

Luego de abrir nuestro primer supermercado en Florida, seguiremos abriendo en diferentes lugares donde no nos conozcan.

6) UN MENSAJE PARA NUESTRA COMUNIDAD.....

Un gran saludo de parte de este servidor Willer Vélez recordándole que apoye esta iniciativa ayudando a los manufactureros puertorriqueños y a su vez ayudan a crear mas empleos en la isla. Además, al visitarnos se sentará como en su casa al encontrar diferentes productos, artesanía, concursos como el "Carrito Loko" que consiste en llena tu carrito de compra en 2 minutos y llévate la mercancia totalmente gratis o ganar viajes hacia Puerto Rico en forma de vacaciones.



(407) 860-6708 - FFMODELSBYGIO@OUTILOOK.COM





Todos tenemos momentos en nuestras vidas que representan una etapa inolvidable que siempre estará en nuestra memoria. ¡El nacimiento de un hijo es una de ellas, nos marca, nos transforma y brinda una satisfacción como pocas!

Ese momento queremos enmarcarlo con un buen ajuar para sacarlo del hospital o presentarlo en la iglesia o un bautismo tanto como en la celebración de su primer año de vida.

Cami's Boutíque se especializa en esos momentos inolvidables que deseamos recordar con nuestros hijos de su desarrollo y crecimiento. Cami's cuenta con ropa confeccionada a mano para bebe en algodón y estopilla artesanal. Nos especializamos en Tutus a la medida y de creación exclusiva para nuestras niñas.

El ajuar del cumpleaños para los niños y Familiares (Padres, Abuelos, Tios, Hermanos) con camisas personalizadas con el motivo del cumpleaños. La ropa de bautizo y "embroidering" o estampado para sus sábanas y accesorios. Esto nos hace únicos y al estilo de nuestra comunidad latina al momento tan especial de recibir a nuestros hijos a nuestra familia.

Visitamos en Plaza del Sol en Kissimmee para detalles ver anuncio adjunto en esta página para mas información.





TAMPA THE TOP CITY

IN THE STATE OF FLORIDA TO INVEST

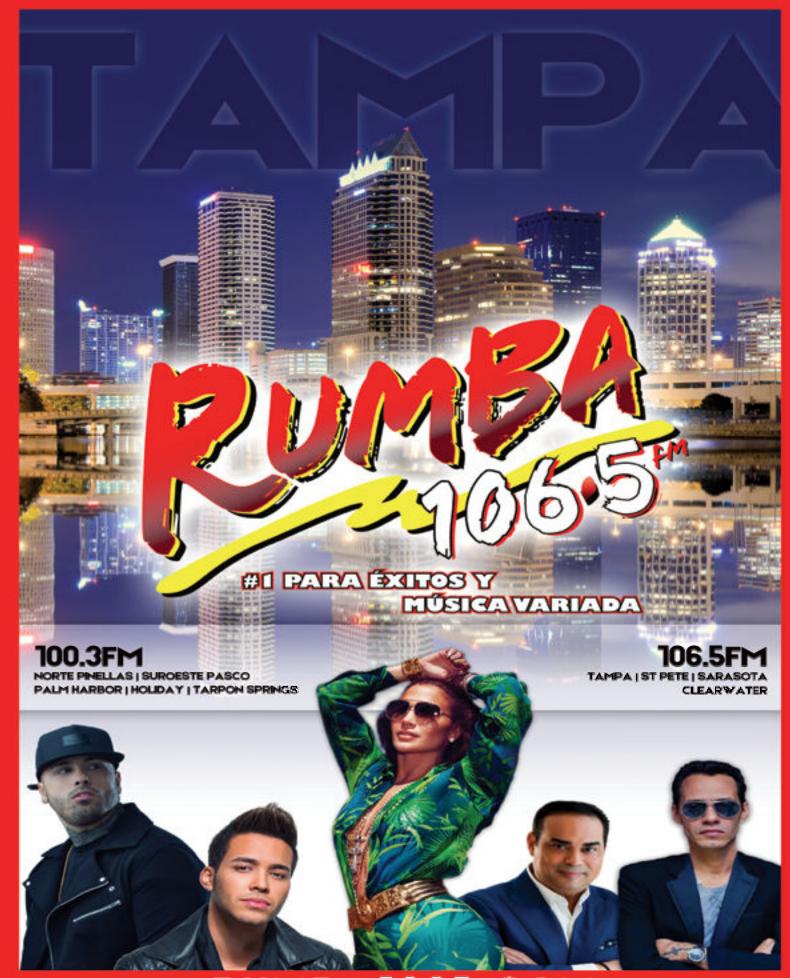


The State of Florida is a top lead for international investors dealing in Real Estate and Business investments throughout the Nation. According to research and statistics approximately 25 percent of foreign investors purchasing Real Estate in the U.S. choose Florida. Investors view Florida real estate 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!







RUMBA1065.COM



DN

Dr. Norberto Fleites

Traditional Healthcare

TODOS SABEMOS LA IMPORTANCIA DE ENCONTRAR UN MÉDICO PRIMARIO DE CONFIANZA, CON EXPERIENCIA Y EN UN LUGAR ACCESIBLE Y SEGURO.

En DNF Medical Centers, del Dr. Norberto Fleites, encontrará una gama de servicios; un personal atento y profesional y unas facilidades inigualables. En los Centros Médicos de DNF estamos reescribiendo a diario cómo debe ser una consulta profesional con el médico primario.

Abierto los siete días de la semana, DNF Medical Centers cuenta con servicios como Acupuntura, Rayos X, estudios vasculares y ultrasonidos; laboratorio, terapia de antibióticos e hidratación y mucho más. Ahora también ofrecemos servicios de Estética con el mejor equipo disponible en el mercado. No tan solo cuidamos de tu salud, sino también de la salud de tu piel. En DNF Esthetics encontrará una amplia variedad de tratamientos tales como Botox, Faciales Hidro-facial MD, Torneado Corporal y reducción de celulitis con la maquina VelaShape III y mucho más.

Ahora más que nunca, la comunidad del centro de la Florida está en buenas manos. Nuestros servicios para beneficiarios de Medicare, van mucho más allá de una visita a su médico primario; nuestro equipo de eventos y mercadeo realizan un sinnúmero de actividades todos los meses y acaban de abrir nuestro Senior Center en el 5580 E Grant Street, Orlando FL, 32822. Allí se realizarán juegos de bingo, dominó, educación y muchas otras actividades para el bienestar físico y mental de nuestra comunidad.

En los Centros Médicos del Dr. Norberto Fleites contamos con representantes de varios seguros médicos que siempre están disponibles para responder cualquier pregunta que usted pueda tener.

El período de enrolamiento comienza el 1ro de noviembre, no espere más ni se conforme con servicios de inferior calidad.

Llámenos hoy mismo para concretar su cita médica con nosotros. Nuestras operadoras están en la mejor disposición de atenderle. Marque el (321)-235-6230.

VISITE NUESTRA PÁGINA WEB:

WWW.DNFMEDICALCENTERS.COM o visite nuestras consultorio ubicados en el 5564 E Grant Street, Orlando FL, 32822. ¡Abierto los 7 días de la semana y sin duda alguna, comprometidos con su salud y felicidad!

DNF

MEDICAL CENTERS

Dr. Norberto Fleites

"COMPROMETIDOS CON SU SALUD Y FELICIDAD!"

DISFRUTE DE NUESTRO 6TO FAMILIY FEST

SABADO, 14 DE OCTUBRE 2017

EN NUESTRAS FACILIDADES MÚSICA, COMIDA Y REGALOS....
NO TE LA PIERDAS!

NUEVAS FACILIDADES DE ACCESS PARA AYUDAR A

NUESTRA COMUNIDAD

Visitarla para información de seguros médicos con representantes autorizados de diferentes compañías durante la epoca de open enrollment.

321-235-6230

5564 E Grant Street, Orlando,FI 32822

NORBERTO FLEITES, M.D

CRYSTAL MARIE COLÓN-ROSADO

Nació el 23 de agosto del 2002, una bella niña nace trayendo una indescriptible alegría al hogar de sus padres Eliezer y Zelmarie Colón, luego de dos hijos varones, Dios concede la petición de sus corazones de tener una niña. Presentada a Dios desde su nacimiento, hoy día Crystal Marie es una niña muy hermosa, es buena y muy amorosa, comprometida en sus estudios, ama trabajar con niños, y llena de talentos como el canto. Es una adoradora de Jesucristo y celebra su quince años el 23 de Agosto de este año. Sus padres, hermanos y toda la familia ama a esta bendecida niña, que hoy día es todo una jovencita.



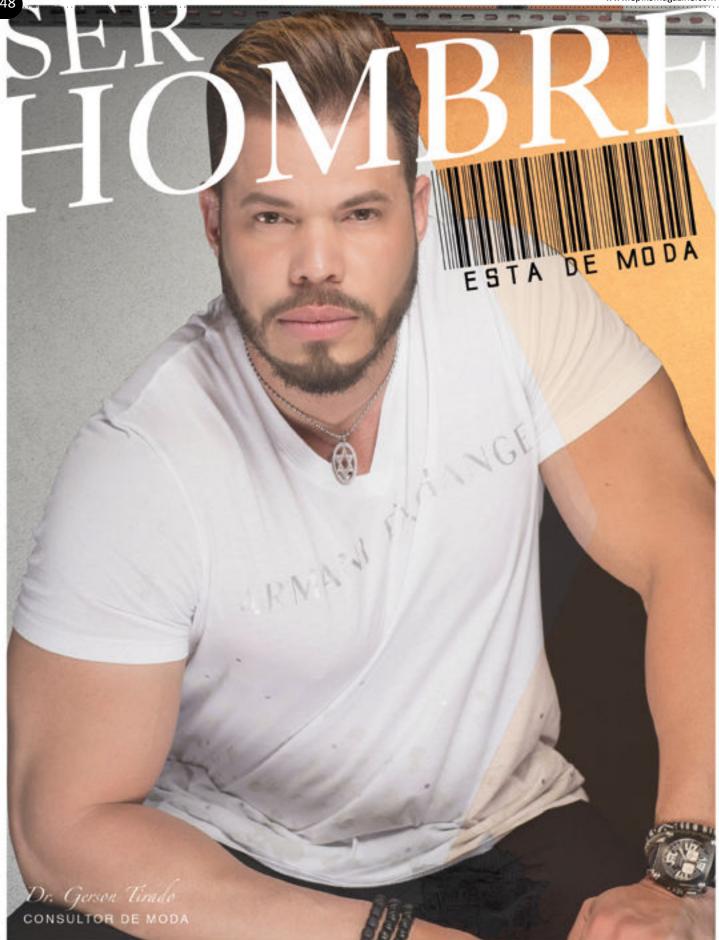
QUIOMARIS G. MONTERO

Nacida el 27 de Abril 2000 en la ciudad de Erie, PA de padres Puertoriquenos (Utuado y Vieques). Le encanta modelar y que la retraten. A la edad de 3 anitos la lleve a una seccion de foto y tuve que firmar para poner una de sus fotos de display porque le encantaron como quedo su foto. A los 7 anos la inscribimos en una academia de Taekwondo donde participo en varias competencias y se llevo unos cuantos trofeos, llego a obtener su correa negra. Desde pequena era muy disciplinada y le gustaba siempre estar al pendiente de todo incluyendo al cuidado de su hermanita de apenas ya para ese entonces 5 anitos. A los 10 anos decidimos mudarnos para el estado de la Florida donde aqui recidimos ya 7 anos y nos encanta questor pedacito de PR en la Florida. Quiomaris actualmente entra a su cuarto ano de estudios y tambien fue aceptada en la academia de TECO donde va a estudiar tiempo y medio, asistente medico. Con sus buenas notas y character se que lo lograra pues ella es de Alto Honor. Estamos muy orgullosos de ella y ahora mas si me le dan esta oportunidad en su revista Epiko.









¡Saludos mis amigos! Aquí estoy de vuelta con consejos de moda y estilo para esta temporada Otoño.

Comencemos de arriba hacia abajo: El cabello, los cortes siguen bien influenciados por los estilos europeos: el peinado hacia el lado con partidura esta todavía al tope de la moda. Seguimos haciendo estilos con "Wax". Porque la moda es apariencia seco y manejable. También está de moda el look "messy" corto, que da un look atractivo e interesante.

En cuanto a la ropa; Esta nueva temporada se abre con colores más oscuros como gris, negro, marrón y verde oscuro. Los pantalones "Jeans" "Skiny" todavía continúan como la primera opción en el mundo del fashion. Las camisas vienen con "cuadros grandes". En cuanto a los "Jackets" los colores oscuros son la primera opción.

Los "suits" para este tiempo son color negros, gris, verde oscuro y marrón. Los "sweaters" ya se van introduciendo anticipando el invierno. Las chaquetas "sport" están bien fuertes ahora mismo, especialmente combinadas con pantalones de colores claro. Estás chaquetas preferiblemente que sean de "suede".

En los zapatos, la moda es de colores enteros y taco pequeño. También continúan los zapatos sin gabetes (trenzas o cordones). Las botas regresan, especialmente las de "suede". Ahora hablemos de accesorios; los accesorios son mezclados en colores y formas. Los collares, pulseras y sortijas deben ser de colores enteros. Los colores marrón, verde, negro, y rojo son los que más predominan. Se está utilizando mucho, múltiples pulseras junto con el reloj aun en la misma mano del reloj. Coordina los colores con la correa y los zapatos.

Para terminar quiero darle consejos sobre el cabello y la piel. Este verano hemos estado disfrutando de mucha playa, arena, piscinas, deportes y sol. Por lo tanto, nuestro cabello y piel han sido afectados por todas estas actividades. Toma tiempo y adquiere un buen shampoo y acondicionador, que sea libre de "sulfato" y comienza a rehidratar tu cabello para restaurar su brillo, salud y fuerza.

Trata de añadir a tus productos de cuidado personal un buen acondicionador profundo que uses una vez a la semana para enriquecer los aceites naturales y mejorar su condición. Cuida también tu piel con productos ricos en crema de coco natural y avena. Es muy importante ya que, con el paso de los años, la piel sufre cambios y necesita nuestro cuidado.

Bueno mis amigos le decimos adiós al verano y le damos la bienvenida al Otoño, temporada que nos prepara para el invierno. Entramos en los últimos meses del año. ¡Establécete metas en todas las áreas de tu vida! ¡Has un cambio! Recuerda que la belleza no es cómo la gente se ve, sino lo que proyectan, que es el resultado de cómo viven. No olviden que lo más interesante que hace un hombre es su creatividad. ¡Atrévete a ser diferente! Toma consejos de otros, pero se innovador. Tienes inventiva y talentos poderosos, desarróllalos y activa tu potencial!

Bueno mis amigos será hasta la próxima y recuerda que "Ser Hombre Siempre está y estará de Moda".



















































Mi Balconcito Latin Grill celebra el mes de la hispanidad con una gama de nuevas opciones para los clientes que asistan durante los meses de septiembre y octubre cuando celebramos orgullosamente nuestra hispanidad.

Eventos especiales de Bomba y Plena, Música en Vivo, Artesania y creaciones nuevas en bebidas y comida serán parte de esta temporada. Además pronto se anunciará la fecha de La Gran Bicicletada, "Mi Balconcito Tour Challenge", donde participando cooperas con Tu Comunidad. (Solo Para Grupos).





Nuestra ya exquisita gastronomía unida a nuestros maravillosos tragos que frente a la vista de un rio de agua de mar en nuestro balcón te transportará a un rincón del Caribe que le hará pasar un tiempo inmejorable en esta celebración de nuestras raíces.

Así que venga a Palm Bay a 75 minutos de Orlando y siéntase como en Rincón, Cabo Rojo, La Parguera, Naguabo, pero en la costa de la Florida con la comida, música, ambiente y buena atención del selecto staff de Mi Balconcito Latin Grill & Bar. (Ambiente Familiar, Tony y Donna Los Esperan. Manejen con Cuidado)







Epiko Magazine

estara siempre en tus manos...

No nos busques lejos. Epiko Magazine esta a tu alcanze en todo momento y en cualquier lugar solo visita y registrate para que la leas pagina por pagina en:

www.epikomagazine.com







P.407.219.4089

WWW.ACHIOTERESTAURANT.COM





f 🕝 @ ACHIOTERESTAURANT



JERTO RICAN RESTAURANT

Ven a disfrutar del primer festival de uno de los íconos de La Gastronomía Puertorriqueña El Mofongo

Degustación gratuita del mofongo en todas sus presentaciones: Plátano, Yuca, Amarillo y Tri-fongo con opciones de acompañantes.

También tendremos degustación de Vinos y Sangrías artesanales de Achiote's Restaurant : Parcha, Acerola y Guayaba

Tendremos Musica en Vivo, Dj's, regalos para los asistentes y artistas invitados.

407-219-4089

12325 S. Orange Blossom TR #6 Orlando, Florida

Viernes, 29 de 5pm a 10pm Sábado, 30 de 12pm a 10pm Domingo, de 4pm a 9pm

















AMASEU LANDER

Actriz, Reportera y Presentadora

Ana María Canseco nace el 5 de Septiembre para así convertirse en una personalidad de la televisión Mexicana. Comienza su carrera como reportera y anfitriona en Texas debutando consigo además como actriz en la telenovela "Mundo de Juguete".

En 1997 es una de los anfitriones del Show mañanero "Despierta América", haciendo un trabajo diario maravilloso hasta el 2010.

En mayo del 2002 trabajó como Maestra de Ceremonia por la celebración del 5 de mayo en la Habitación Este con el Presidente 'George W. Bush' y la Primera Dama, siendo esta su primera visita a la Casa Blanca.





En el año 2005 junto a Raúl de Molina anunciaba las nominaciones en la entrega de los "Premios Lo Nuestro".

En el 2006 junto a Fernando Arau formó parte de la campaña "Got Milk?" para ayudar a prevenir la obesidad en la Comunidad Latina y en este mismo año dirigió la tercera gala de "Los Premios Juventud", junto a otras celebridades.

En el año 2008, apoyó las votaciones presidenciales siendo parte de los anuncios públicos llamado "Ve y Vota en las Primarias" y en este mismo año trabaja en la cede de la cuarta entrega anual de los premios de Texas 'Latin Music'. Siendo además ganadora de un buen merecido puesto en la revista 'People en Español' en la sección de los "50 Más Bellos" (repitiéndose en el 2009).

En el 2009 fue Maestra de Ceremonia para la 25 Edición de la gala anual de 'San Antonio'.

En el 2010 en un show de "Sábado Gigante" en vivo, Canseco fue una de las 50 personalidades de Univisión que solicitaban donaciones en líneas para "Unidos por Haití".

Desde el 2013 tiene un programa de radio por la estación Caracol "Échate Pa'Ca" con el cual nos divierte cada día.

Simultáneamente es co-presentadora del show matutino "Un Nuevo Día", con que cuenta ya con 2 Emmys .



EPIKO PREGUNTAS

1) ¿Como consideras este tiempo de tu carrera y de que manera utilizarías la experiencia adquirida ahora?

Creo que es el mejor momento de mi carrera y disfruto en pleno todo lo que hago y esa experiencia me ha permitido lograr ampliar mis oportunidades. Tengo hace 4 años mi propio programa de radio y un Bloq. que me permite mantener más vías de acceso al público y poder apoyar las necesidades de otros y servir de forma más efectiva a mi gente. Eso es lo que se logra cuando se pone el corazón y la pasión a todo lo que uno hace.

2) ¿Cuán fácil o difícil puede ser levantarse todos los días animar a la audiencia de tu programa a que tengan un Nuevo Dia mejor?

Es tener la consciencia de que tienes en tus palabras y actuación cada día la forma de motivar y ayudar a muchas personas que se enfrentan a situaciones de vida difíciles y tú puedes ayudar a cambiar su actitud a la vida y sus circunstancias. Eso es una gran responsabilidad y así lo asumo por ello me preparo para hacer mi máximo esfuerzo para brindarles lo mejor de mí en Un Nuevo Dia....

3)Que es lo más que disfrutas de tu vida?

Mi familia cada vez que me visitan aquí en Miami, mis amistades, una buena comida, la Televisión (Soy adicta a la buena televisión), un buen grupo de amigos, una buena conversación y disfrutar cada segundo que pueda de la vida es algo que valoro.



4)¿Que metas te faltan por alcanzar?

Establecer mi bloq. Escribir un libro de anécdotas de mi carrera el cual ya comencé y pienso será bien divertido. Viajar mucho y disfrutar más de mi familia.

Saludos para tus Fans.....

A todos los amigos de Epiko agradecer el cariño y esa confianza de permitirnos entrar en sus vidas y de tenernos como partes de su familia por tantos años. Para eso no hay forma de agradecer tanto amor que he recibido a través de los años de parte de todos ustedes eso es un privilegio.....gracias!



LOS HECHOS:

- Más de 60% de los agentes no cumplen sus objetivos de venta.
- El agente promedio hace dos intentos de contactar clientes potenciales, mientras que el 80% de las ventas son realizadas en el quinto intento.
- 50% de las ventas suceden con el primer agente que contacta al cliente potencial.
- 80% de tus ventas vienen del 20% de tu fuerza de venta.
- Sólo el 11% de los agentes piden referencias.

BENEFICIOS DEL TALLER:

- Las 3 acciones que debes realizar para ser exitoso bajo cualquier condición comercial.
- Los 2 obstáculos que están limitando de forma dramática tus ventas y cómo superarlos.
- Los métodos más rápidos para doblar tus ventas sin gastar un centavo.
- Como dominar tu desarrollo las claves de tu éxito.
- Cómo desarrollar una mentalidad imparable, inquebrantable que te dará mayor ventaja competitiva.

SUPERAR LAS BARRERAS QUE SE ENCONTRARÁ EN EL CAMINO HACIA SU ÉXITO

En sólo una hora, un Peak Performance Strategist de Tony Robbins puede crear un cambio inmediato en el rendimiento de su equipo.

¡Un taller de Tony Robbins para tu rendimiento óptimo con Milton Olave!

Sábado, 16 de Septiembre @ 10:00am - 1:00pm

Hosted by Epiko Magazine 19 Broadway | Kissimmee, FL 34741 Please RSVP 407-729-8300







entre los "Los 200 Gurús Financieros más importantes."



"Tony Robbins es considerado uno de los seis asesores más importantes, capaz de ayudar a los clientes a llevar sus negocios a un nivel de excelencia"



"Top 50 Business Intellectuals in the World"

TONY ROBBINS

ROBBINS RESEARCH INTERNATIONAL, INC.™ 6160 Cornerstone Court East, Ste. 200, San Diego, CA 92121 Toll-Free: 800.445.8183 | International: 001.858.535.6290 | TonyRobbins.com

ElHogar de tus Sueños

Las

constructoras de la

Flortida Central venden casas lujosas y hermosas a buenos precios. Cuando compras una casa nueva fabricada sólo para ti tienes la ventaja de que todo es nuevo y último modelo, incluyendo los enseres, la cocina, el aire acondicionado, el calentador de agua y el techo. Además, las casas nuevas son muy comodas, eficientes en cuanto a ahorro de energía y traen diseños de ensueño. Algunas personas cometen el error de ir solos a comprar una casa a través de una constructora y se olvidan de que usar los servicios de una Realtor de confianza puede hacer una gran diferencia. Las constructoras usan contratos que son muy diferentes de los que se usan en ventas tradicionales y siempre tienden a favorecer a la constructora.

Cuando llegas a ver la casa modelo, los vendedores de la constructora te reciben con una sonrisa. Son muy simpáticos, pero no te representan a tí. La misión de ellos es vender la casa al precio más favorable posible para la constructora y no tienen el deber de explicarte los términos del contrato ni tampoco hacer ninguna gestión y negociación a nombre tuyo.

Por eso es tan importante estar bien representado por tu Realtor de confianza y así negociar unos términos más ventajosos en el contrato, incluyendo mejor precio y mejores incentivos para cierre. Tener alguien de confianza que saque la cara por tí al momento de negociar y durante el proceso de construcción y de financiamiento es vital en el proceso. Yo he ayudado a muchas familias en la Florida Central a comprar casas nuevas con muy buenos términos y resultados. Mejor aún, mi servicio, aunque es muy valioso, es libre de costo para tí. Yo estoy contigo de principio a fin, desde seleccionar el modelo, la comunidad, negociar el contrato, hacer inspecciones, coordinar tu financiamiento y acudir a un cierre exitoso.

Así que antes de visitar uno de los excitantes proyectos de construcción que se están desarrollando en la Florida Central, llama o envía mensaje de texto al (321) 345-1071.

¡Hablemos hoy! Yo soy Tania Ortiz-Figueroa con Deconovalnternational Realty en Orlando.





Excelencia en Gastronomía, Entretenimiento en un ambiente para toda la familia.

El pasado 28 de Julio abrió sus puertas uno de los nuevos centros de excelente gastronomía, entretenimiento en vivo enmarcado en un ambiente familiar de excelencia. El menú enmarcado en lo mejor de la gastronomía internacional contando en esencia con platos de la cocina peruana, puertoriqueña, colombiana y americana.

Sus facilidades elegantes cuentan con bellas opciones para disfrutar desde un almuerzo de negocios, un evento corporativo, una cena romántica, un cumpleaños o un encuentro de amigos que salieron a pasarla bien. Cuenta con un piso hecho en pennies que probablemente sea el más grande en América y el tope de su bar está confeccionado del mismo material haciendo toda una atracción el visitar a Macondos.

Su entretenimiento adulto comienza a partir de las 10pm los jueves con noches de Karaoke, los viernes la música en vivo con Vallenato, Pop y Urbano. Los sábados la salsa, la cumbia y el merengue con bandas en vivo encienden la pista. El Domingo es el día Familiar donde en horas diurnas las familias encuentran un ambiente de compartir con "Bouncy Houses" Helados gratis para los niños, transformándose en la noche en un lugar para la comedia con lo mejor del "stand up comedy" local.

Contamos con "Happy Hours" de 3pm a 7pm todos los días para terminar un día de trabajo y stress en el mejor ambiente de las tardes.

Macondo Restaurant estará presentando próximamente al artista internacional y estrella del vallenato Rafael Santos en concierto el 8 de septiembre para más información visite su página web o redes sociales en FB e Instagram.

Macondo Restaurant & Lounge el lugar perfecto para pasarla bien. Epiko Magazine lo recomienda como un lugar EPIKO!







pasagía familiar DE POLICIAS DE PUERTO RICO

El domingo 30 de junio de 2017, en el horario de 11:00 am - 6:00 pm, y en la HACIENDA ALEJANDRO localizada en la cuidad de Clermont, Florida, se llevó acabo uno de los eventos más trascendentales e históricos relacionado con la Policía de Puerto Rico y su familia. Esta actividad que fue nombrada y conocida como EL "1ER. PASADÍA FAMILIAR DE POLICIAS DE PUERTO RICO EN LA FLORIDA 2017", logró reunir aproximadamente poco más de setecientas personas a pesar de la lluvia, en un ambiente familiar, de confraternización, hermandad y camaradería. Nuestro lema: "CUANDO ERES POLICÍA DE VOCACIÓN LO SERÁS HASTA EL ÚLTIMO DE TUS DIAS".

El motivo y el propósito de la actividad, fue reunir, unir, despertar y motivar lazos de amistad en los policías estatales, municipales, honoríficos y empleados civiles activos y retirados de forma honorable y a sus respectivas familias, vecinos, amigos y conocidos, que buscando nuevos horizontes han establecido su residencia permanente en el Estado de la Florida y otros estados dentro de la nación americana.



Durante esta celebración se reconocieron seis (7) personalidades destacadas en el ámbito de la seguridad pública, tanto de Puerto Rico como de la ciudad de Orlando, Florida. Uno de estos reconocimientos recayó en el Coronel Honorifico de la Policia de Puerte Rico, el señor Efrain Aymat Chacon, que por más de veinticinco años de meritoria y larga trayectoria en el servicio público, le sirvió a más de cinco agencias en el campo de la seguridad, emergencias médicas y operaciones de salvamento, búsqueda y rescate. Esto lo hizo a través de un contrato con el gobierno de Puerto Rico, cuya compensación anual era de tan solo un dólar. El señor Aymat, padre de la tele-reportera y presentadora Olga Aymat del noticiero Telemundo Orlando, demostró sin lugar a dudas lo que es un verdadero y fiel servidor público, sacrificado, desprendido que durante sus ejecutorias siempre mostró un amor genuino y loable por ayudar a su prójimo en necesidad sin esperar nada a cambio.

Otras personalidades de la Policía de Puerto Rico reconocidas en este evento fueron el Coronel y Ex Superintendente Agustín Cartagena Díaz, el Coronel José A. Rosa Carrasquillo, la Coronel Lillian Rivera Molina, el Teniente I. Pedro J. "Pepo" López, el agente de la División Operaciones Tácticas (D.O.T.) San Juan y actualmente Teniente de la Policia de Orlando Alejandro Caro y el Comisionado de la Policía Municipal de Carolina Puerto Rico el Inspector Rubén Moyeno Cintrón, quienes fueron premiados por su liderazgo, iniciativa, compromiso, sobresaliente y extraordinarias ejecutorias en el cumplimiento de sus deberes y responsabilidades.

La idea de realizar este magno evento se origina, es concebida y concretada por iniciativa de un joven visionario y empresario puertorriqueño, el señor Peter Montalvo. Luego se le unieron y se constituyeron en un comité organizador los oficiales retirados de la Policía de Puerto Rico Cor. Teófilo García Hernández, Crndte. William Sierra Maya, el Tnte. I Pedro "Pepo" López y sus respectivas esposas Roxy Arias de Montalvo, Elizabeth Vazquez de Sierra y Blanca E. De León.

Esta actividad fue amenizada por el grupo musical "CONDIMENTO".

También se realizaron Torneos de Dominós y diferentes sorteos, entre los cuales se destacó el regalo de una pistola Glock modelo 19, calibre 9mm o en su alternativa el ganador podía optar por la entrega de \$500.00 en efectivo.

Agradecemos al señor Fernando Ruiz, Ponceño radicado en la Florida y propietario de la Hacienda Alejandro, quien fue nuestro anfitrión junto a su esposa, el hacer posible que este evento se pudiera llevar a cabo de forma.

Fue un compartir en familia luego de toda una vida

Fue un compartir en familia luego de toda una vida en la policial.

Gracias por el apoyo de todos los presentes y el patrocinio de aquellas personas y empresas que colaboraron con los organizadores de esta actividad para que la misma pudiera lograr su cometido y finalizara en un rotundo éxito.

"LOS ESPERAMOS EL PRÓXIMO AÑO DONDE A
PETICIÓN POPULAR SE CELEBRARÁ EL "2DO.
DIA FAMILIAR DE POLICIAS DE PUERTO RICO
EN LA FLORIDA 2018", EL CUAL SE LLEVARA A
CABO EL DOMINGO 30 DE SEPTIEMBRE DE
2018. EL LUGAR SERA ANUNCIADO
OPORTUNAMENTE.

TAKING CARE

Latinas are less likely to schedule life-saving screenings

Women often take care of others before taking care of themselves. It may be what comes naturally, but it's not necessarily what is best for women or their families. A 2016 study by the National Institutes of Health found that Latinas are less likely to schedule mammograms and Pap tests and/or HPV tests for themselves. These screenings are essential to early cancer detection and could save a woman's life.

Cervical cancer most common among Latinas

According to the American Cancer Society, there are approximately 10,000 cases and 3,700 deaths from cervical cancer in the U.S. per year. The incidence of cervical cancer – which is highly preventable if detected with a Pap smear and/or HPV test – is higher among Latina women in the United States than any other racial/ethnic group.

Human Papillomavirus (HPV) is the name of a group of viruses which can lead to cervical cancer in women (and genital warts in both men and women). Many HPV viruses are spread through sexual contact. In fact, HPV is the most common sexually transmitted infection in the U.S. While HPV itself is not deadly, the worst strains of this virus can lead to the development of cervical cancer if undetected. About 85 percent of women who die from cervical cancer never had a Pap smear and/or HPV test.

"The best way to prevent developing cervical cancer is to obtain regular Pap smears—ideally, once every three years after a woman becomes sexually active," says Dr. Nathalie McKenzie, a gynecological oncologist with Florida Hospital Medical Group. "Pap smears and/or HPV tests are the most effective way to screen for the pre-cancerous cells that can lead to cervical cancer. If pre-cancerous cells are found, treatment can begin quickly, increasing the like thood of avoiding cancer altogether."

Breast cancer is leading cause of cancer death among Hispanic women

Breast cancer is the most common cancer among women in the U.S. and around the world. In 2017, about 255,180 new cases of invasive breast cancer will be diagnosed in the U.S. alone.

The American Cancer Society reports that Hispanic women tend to be diagnosed with more advanced breast cancers than other women, possibly due to lower mammography rates as well as more delays in follow-up after an abnormal mammogram.

"Advances in treatment and early detection have led to improved survival for women of all races, in all stages of breast cancer," says Dr. Olga Ivanov, a Florida Hospital Medical Group oncologist specializing in breast cancer treatment. "If cancer is detected early with mammography, a woman can reap the benefit of new, groundbreaking treatments that could save her breasts, but more importantly, her life."

Schedule your lifesaving screening now at 30MinuteMammo.com or call 866-366-PINK"



Nathalie Dauphin McKenzie, MD, MSPH, is a board-certified gynecologic oncologist with a breadth of experience providing advanced treatments including minimally invasive and robotic-assisted procedures for women with all types of gynecologic cancer.



Olga Ivanov, MD is a board-certified and fellowship-trained breast surgeon. Her primary areas of specialty include accelerated partial breast irradiation, breast reconstruction, lumpectomy, mastectomy, ultrasound and stereotactic breast biopsies, gynecomastia management, Intraoperative Radiation Therapy (IORT), assessment of breast cancer risk factors, and genetic testing and counseling.

Florida Hospital Medical Group offers one of the largest oncology practices in Central Florida. In fact, our cancer specialists have made significant medical breakthroughs in breast cancer, cervical cancer and many other cancers.

To learn more, visit FHGrupoMedico.com.























PRESENTA

CONTENT CONTENT OF THE STREET OF THE STREET

THE SAGE.

Carlitos "Caribbean Cool" • Mil Muertes • EC3 • Ely Drake

Chicano
 Thunder & Lighting
 Savio Vega
 Minotauro

Mr. Aguila • Laredo Kid • Chris Masters

El Leon Apolo • Mechawolf • Boricua Guerrero

Noriega • Son of Samoan • Zumbi • Gene Snitsky

Roxy • Kamelot • Vertigo • Apolo Jr.

Ricardo Rodríguez • Pantera •

La Reina Havana

y una gran sorpresa...

NOV 18 FIREFROG STADIUM



Tickets available: www.epikomagazine.com