

News THE BILINGUAL El Bilingüe



Vol. 26 • Jun. 10 - Jun. 17, 2024
• Edition/Edición 1389 • East Suffolk

Take A
Free Copy
Toma Una Copia
Gratuita

Festivales De Verano En Long Island

Summer
Festivals on

PGS. 20

Patchogue - Riverhead - Farmingdale - Bay Shore - Babylon Village - Huntington

COME AND TRY OUR

Cholado

Refreshing and yummy!

***WITH ICE CREAM**
Con Helado

@famiabakery



Patchogue - 631-714-6339

227 East Main St. Patchogue, NY 11772

Central Islip - 631-630-1822

26 N Research Place Central Islip NY 11722

Hampton Bays - 631-856-4004

252-9 West Montauk HWY Hampton Bays, NY 11946

Farmingville - Coming Soon!

2314 North Ocean Ave. Farmingville NY 11738

Sharks Off Long Island Beaches

Tiburones En Las Playas De Long Island

Las especies de tiburones que se mueven en las aguas de Long Island durante la temporada de playas — asustando a nadadores, surfistas y otros visitantes — están comenzando a llegar.

Se prevé una temporada de tiburones similar a la de los últimos cinco años, dijo Greg Metzger, coordinador principal de campo para el programa de tiburones en el Museo de Historia Natural de South Fork en Bridgehampton, basándose en las condiciones del océano y la presencia regular de los peces que comen los tiburones, como la menhaden atlántica, calamares, peces azules, róbalos y platijas.

"El agua aún no está lo suficientemente cálida para que los tiburones de verano estén aquí. Probablemente será similar a lo que hemos estado experimentando en los últimos cinco años, pero hasta que la temperatura esté aquí, y la comida esté aquí, y los tiburones estén aquí, realmente no lo sabremos con certeza," dijo Metzger.

Aunque siempre hay tiburones en las aguas de la isla — diferentes



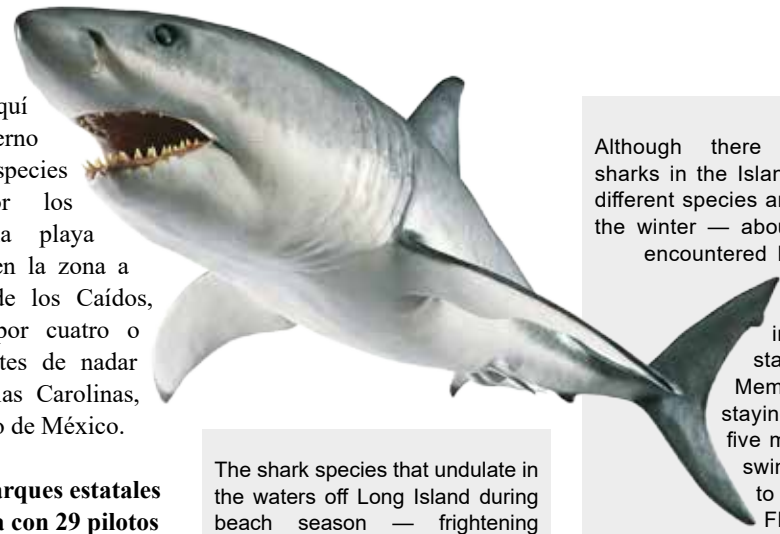
especies están aquí durante el invierno — unas 10 especies encontradas por los humanos en la playa tienden a estar en la zona a partir del Día de los Caídos, permaneciendo por cuatro o cinco meses, antes de nadar hacia el sur, a las Carolinas, Florida o el Golfo de México.

La oficina de parques estatales en la isla cuenta con 29 pilotos de drones capacitados, y habrá al menos 11 más para el 4 de julio.

Uno de los drones tiene imágenes térmicas, localización con láser y cámaras de alta calidad que permiten rescates nocturnos, incluso en mal tiempo.

Los socorristas municipales están siendo entrenados no solo para la seguridad de los nadadores y técnicas de primeros auxilios, sino también en la identificación dorsal, para que puedan distinguir entre la aleta de un delfín y la de un tiburón.

También en la vigilancia de tiburones: los alguaciles de la bahía en patrulla, así como drones "que recorren la costa buscando tiburones".



The shark species that undulate in the waters off Long Island during beach season — frightening swimmers, surfers and other beachgoers — are starting to come to town.

The forecast is for a shark season similar to the past five years, said Greg Metzger, chief field coordinator for the shark program at the South Fork Natural History Museum in Bridgehampton, based on ocean conditions and the regular presence of the fish sharks eat, such as Atlantic menhaden, squid, blue fish, striped bass and fluke.

"The water's not quite warm enough yet for the summer sharks to be here. It'll probably be similar to what we have been experiencing over the last five years, but until the temperature's here, and the food is here, and the sharks are here, we really won't know for sure," Metzger said.

Although there are always sharks in the Island's waters — different species are here during the winter — about 10 species encountered by humans at the beach tend to be in the area starting around Memorial Day, staying for four or five months, before swimming south to the Carolinas, Florida or the Gulf of Mexico.

The state parks office on the island has 29 trained drone pilots, and there will be at least 11 more by July 4.

One of the drones has thermal imaging, laser range finding and high-quality cameras that allow for nighttime rescues, even in bad weather.

Town lifeguards are being trained not just for swimmer safety and first-aid techniques but also dorsal identification, so the lifeguards can distinguish between a dolphin's fin and a shark's.

Also on shark duty: bay constables on patrol, as well as drones "going up and down the shoreline looking for sharks".



Familia
BAKERY

COLOMBIAN

CHURRO



A colombian donut churro made with delicate and delectable ingredients resulting in a soft, warm and caramel filled treat!



Filled with
caramel!



Follow us on TikTok!
@familiarbakery

Patchogue
227 East Main St.
631-714-6339

Central Islip
26N Research Pl.
631-630-1822

Hampton Bays
252-9W Montauk HWY
631-856-4004

1800-256-8161

HAPPY FATHER'S DAY!

Familia BAKERY



Macarons



3 Leches



Bouquets



Ordena Ahora!



Cupcakes



Cakes



Estamos En:

Hampton Bays
631-856-4004

252-9 West Montauk HWY
Hampton Bays, NY 11946

Patchogue
631-714-6339

227 East Main St.
Patchogue, NY 11772

Central Islip
631-630-1822

26 N Research Place
Central Islip NY 11722

Farmingville - Coming Soon!

2314 North Ocean Ave. Farmingville NY 11738

Find Us on TikTok @familiabakery

WWW.FAMILIABAKERY.COM



Una ciudad de California ha acordado compensar a un hombre con \$900,000 tras un interrogatorio policial de 17 horas en el que los oficiales lo coaccionaron para que confesara falsamente el asesinato de su padre, quien en realidad estaba vivo.

Durante el interrogatorio de 2018 a Thomas Pérez Jr. por parte de la policía de Fontana, ubicada al este de Los Ángeles, los oficiales dijeron que sacrificarían al perro de Pérez debido a sus supuestas acciones, según se

Hombre Recompensado Después De Un Interrogatorio Policial De 17 Horas

Man Awarded After 17-Hour Police Interrogation

describe en una denuncia y en imágenes de video del incidente.

Un juez consideró que el interrogatorio constituía "tortura psicológica inconstitucional", lo que llevó a la ciudad a resolver la demanda de Pérez por \$898,000, según anunció su abogado.

El impactante caso de la confesión falsa coaccionada ha generado indignación generalizada, ya que las imágenes mostraban que Pérez estaba bajo un estrés emocional y físico extremo. Esto incluía a los oficiales trayendo a su perro e insinuando que el animal sería sacrificado debido a la "depresión" por presenciar un asesinato que no había ocurrido.

El incidente se desarrolló la noche del 7 de agosto de 2018, cuando el padre de Thomas Pérez Jr., Thomas Pérez Sr., con quien residía,



salió de la casa con su perro para recoger el correo. Mientras que el perro regresó poco después, Pérez Sr. no lo hizo; en consecuencia, su hijo lo reportó como desaparecido a la policía al día siguiente.

Pérez Jr. soportó horas de interrogatorio inicial mientras los oficiales obtenían más órdenes de registro para acceder a los dispositivos incautados. En un momento, dos oficiales sacaron a Pérez de la estación y lo llevaron a varios lugares bajo el pretexto de investigar la desaparición de su padre, según lo detallado por la jueza. Durante todo el tiempo, los oficiales lo abusaron verbalmente, alegando que había asesinado a su padre y lo había olvidado, y desatendieron sus súplicas de asistencia médica, incluso cuando Pérez la pedía desesperadamente.

Durante el interrogatorio, Pérez Jr. comenzó a mostrar signos de angustia extrema, incluyendo arrancarse el cabello, golpearse a sí mismo y arrancarse la camisa, casi colapsando en el suelo, como resumió la jueza. En ese punto, los oficiales se rieron de él. Las imágenes lo mostraban tendido en el suelo en un momento, aferrándose a su perro. Además, los oficiales amenazaron a Pérez con un cargo de restitución de \$1 millón si no los llevaba al cuerpo de su padre.

A California city has agreed to compensate a man with \$900,000 following a 17-hour police interrogation where officers coerced him into falsely confessing to the murder of his father, who was actually alive.

During the 2018 interrogation of Thomas Perez Jr. by Fontana police, located east of Los Angeles, officers said they would euthanize Perez's dog due to his alleged actions, as outlined in a complaint and video footage of the incident.



A judge deemed the interrogation to constitute "unconstitutional psychological torture," prompting the city to settle Perez's lawsuit for \$898,000, as announced by his attorney.

The shocking case of the coerced false confession has ignited widespread outrage, as footage showed that Perez was under extreme emotional and physical distress. This included officers bringing in his dog and implying that the animal would be euthanized due to "depression" from witnessing a murder that had not occurred.

The incident unfolded on the evening of August 7, 2018, when Thomas Perez Jr.'s father, Thomas Perez Sr., with whom he resided, left the house with their dog to retrieve the mail. While the dog returned shortly after, Perez Sr did not; consequently, his son reported him missing to the police the following day.

Perez Jr. endured hours of initial questioning while officers obtained further search warrants to access seized devices. At one juncture, two officers removed Perez from the station and drove him to various locations under the guise of investigating his father's disappearance, as detailed by the judge. Throughout, the officers verbally abused him, alleging he had murdered his father and forgotten it, and disregarded his pleas for medical assistance, even as Perez begged for it.

During the interrogation, Perez Jr began exhibiting signs of extreme distress, including pulling out his hair, hitting himself, and tearing off his shirt, nearly collapsing to the floor, as summarized by the judge. At this point, the officers laughed at him. The footage depicted him lying on the floor at one stage, holding onto his dog. Additionally, officers threatened Perez with a \$1 million restitution charge if he didn't lead them to his father's body.



**BUSTO'S
MARTIAL ARTS
PATCHOGUE**

We aim to transform lives through martial arts, education, and coaching, one person at a time since our establishment.

2 WEEKS FREE!

"A BLACK BELT IS NOT SOMETHING YOU WEAR, IT'S SOMETHING YOU BECOME"

www.bustospatchogue.com

655 Montauk Highway,
East Patchogue, NY 11772

(631) 697-0364

Alleged Gilgo Beach Killer Facing New Murder Charge

Presunto Asesino De Gilgo Beach Enfrenta Nuevo Cargo De Asesinato

Investigadores de Long Island han vinculado a una quinta presunta víctima con Rex Heuermann, el presunto asesino en serie de Gilgo Beach, que fue acusado el año pasado de asesinar a cuatro mujeres y abandonar sus cuerpos a lo largo de una carretera remota hace más de una década.

Fuentes no identificadas le dijeron a Newsday, el periódico local, que el presunto asesino en serie ya ha sido acusado formalmente de cargos no especificados en relación con nuevos desarrollos en el caso. Un grupo de trabajo, que incluía perros policía del condado de Suffolk, el NYPD y el estado de Nueva York, descubrió pruebas en Manorville en abril, un mes antes de que los investigadores regresaran a la casa de Heuermann en mayo para ejecutar una segunda orden de registro.

Long Island investigators have linked a fifth alleged victim to Rex Heuermann, the suspected Gilgo Beach serial killer who was accused last year of murdering four women and dumping their bodies along a remote highway more than a decade ago.

Unnamed sources told Newsday, the local newspaper, that the suspected serial killer has already been indicted on unspecified charges in connection with new developments in the case. A task force including police K-9s from Suffolk County, the NYPD and New York State uncovered evidence in Manorville in April, a month before investigators returned to Heuermann's house in May for a second search warrant.



Riverhead

Man Pleads Guilty To Attempted Murder

Hombre Se Declara Culpable De Intento De Asesinato

Un hombre de Coram le dijo a un juez el 3 de junio que tenía la intención de matar al oficial de policía del condado de Suffolk, Michael LaFauci, cuando le disparó durante una investigación de robo el pasado mes de mayo.



A Coram man told a judge on June 3 that he intended to kill Suffolk County Police Officer Michael LaFauci when he shot him during a robbery investigation last May.

Janell Funderburke, de 21 años, se declaró culpable de intento agravado de asesinato de un oficial de policía y robo en primer grado a cambio de una sentencia de prisión de 25 años a cadena perpetua, durante un procedimiento ante el juez interino del Tribunal Supremo del Estado, Anthony Senft, en Riverhead.



Janell Funderburke, 21, pleaded guilty to aggravated attempted murder of a police officer and first-degree robbery in exchange for a 25-years-to-life prison sentence during a proceeding before acting State Supreme Court Justice Anthony Senft in Riverhead.

Funderburke estaba bajo investigación por un robo a mano armada que cometió el 8 de mayo de 2023 durante una transacción de marihuana, cuando tres días después disparó a LaFauci, de 28 años, una vez en la parte superior del muslo.

Funderburke was under investigation for a May 8, 2023, armed robbery he committed during a marijuana deal when he shot LaFauci, 28, once in the upper thigh three days later.



ROMERO
LAW GROUP PLLC

LABOR AND EMPLOYMENT LITIGATION

**ABOGADO
DE LEY LABORAL**

¿Trabaja más de **40 horas** semanales y no le pagan horas extras?

Casos Laborales

Falta de Pago De Horas Extras

Salarios Mínimos | Discriminación | Acoso Sexual

Otros

- Derechos Civiles
- Incapacidad y Justicia en el Lugar de Trabajo
- Igualdad de Género
- Embarazo e Igualdad en el Lugar de Trabajo
- Orientación Sexual y Derechos Humanos

CONSULTA GRATIS (631) 257-5588

490 Wheeler Road, Suite 277, Hauppauge, New York 11788



Padres Demandan A Distrito Escolar De Long Island Por Maltrato

Parents Sue Long Island School District for Abuse

Los padres de un estudiante con autismo están demandando a un distrito escolar de Long Island por \$3 millones después de que un maestro supuestamente atara a su hijo a una silla en un aula de educación especial.

Karla y Carlos Díaz dijeron que los líderes de la escuela New Hyde Park Memorial no les notificaron sobre el incidente con su hijo de 15 años hasta el día siguiente, cuando se enteraron de que el maestro había sido suspendido.

"Me llamaron y dijeron, 'Lo siento mucho, lo siento mucho. Sr. Díaz, su hijo fue atado con una cuerda a la silla por el maestro. Llamamos a la policía'", dijo Carlos Díaz.

"La policía vino a mi casa para revisar a mi hijo."

El hijo de los Díaz, quien no es verbal, asiste a dos escuelas secundarias en el distrito de Sewanhaka: Elmont y New Hyde Park. La pareja tiene la intención de demandar a ambas.

"Una cuerda, alrededor de su estómago, atándolo a una silla", dijo la abogada de la pareja, Stephanie Ovadia, quien obtuvo el informe policial del condado de Nassau.

"Lo que sabemos es lo que declaró el informe policial, que hubo dos testigos de esto, otro maestro y una enfermera."

Los Díaz dijeron que su hijo ya no quiere ir a la escuela. La policía del condado de Nassau confirmó que todavía están investigando.

The parents of a student with autism are suing a Long Island school district for \$3 million after a teacher allegedly tied their son to a chair in a special needs classroom.

Karla and Carlos Diaz said New Hyde Park Memorial School leaders didn't notify them about the incident with their 15-year-old son until the next day, when they found out his teacher was suspended.

"They called me, and said, 'So sorry, so sorry. Mr. Diaz, your son was tied in a rope to the chair for the teacher. We called the police,'" Carlos Diaz told. "The police came to my house to check my son."

The Diazes' son, who is nonverbal, attends two high schools in the Sewanhaka District: Elmont and New Hyde Park. The couple intends to sue both.



"A rope, around his stomach, tying him to a chair," said the couple's attorney Stephanie Ovadia, who obtained the police report from Nassau County.

"What we know is what the police report itself stated, that there were two witnesses to this, another teacher as well as a nurse."

The Diazes said their son no longer wants to go to school. Nassau County police confirmed they are still investigating.

TATTOO REMOVAL

Eliminación de Tatuajes

DILE ADIÓS A LOS TATUAJES NO DESEADOS

- *Sin Dolor
- *Sin Tiempo de Recuperación
- *Resultados Rápidos
- *Para todo tipo de Piel
- *Lo último en Tecnología Láser

631-230-4183

Para Español:
631-796-6604

Timeless Body

"NO TEMAS MIRARTE AL ESPEJO"

www.TimelessBodyUSA.com

Adventureland

Celebrates 62 Years Of Family Fun

Celebra 62 Años De Diversión Familiar



Adventureland in East Farmingdale, New York, is celebrating its 62nd anniversary this summer, and while much of Long Island has changed around it, the park is still its comforting familiar self, even as it, too, has grown along with the community that loves it so.

The park opened in 1962, built on land that was once a chicken farm, a reminder of Long Island's agricultural roots.

Adventureland en East Farmingdale, Nueva York, celebra su 62.º aniversario este verano, y si bien gran parte de Long Island ha cambiado a su alrededor, el parque sigue siendo reconfortante y familiar, incluso cuando también ha crecido junto con la comunidad que ama.



The summer season at Adventureland begins June 26, with the hours of 11 am to 10 pm daily through Labor Day weekend.

un recordatorio de las raíces agrícolas de Long Island.

El parque abrió sus puertas en 1962 y está construido en un terreno que alguna vez fue una granja de pollos,

La temporada de verano en Adventureland comienza el 26 de junio, con un horario de 11 am a 10 pm todos los días hasta el fin de semana del Día del Trabajo.



Kanye West

Es Demandado Por Acoso Por Parte De Su Exasistente

Sued For Harassment By Ex-Assistant

Kanye West está siendo demandado por acoso sexual, incumplimiento de contrato y despido injustificado por parte de una mujer que trabajó como su asistente durante dos años.

En una demanda, Lauren Pisciotta alega que la estrella le envió mensajes de texto lascivos y realizó actos sexuales mientras hablaba por teléfono con ella.

Afirma que fue despedida en 2022, pero que nunca se pagó una indemnización de 3 millones de dólares.

La demanda fue reportada por primera vez en Estados Unidos

por TMZ, y luego confirmada por Rolling Stone, The Wrap y US Weekly, que dice que los documentos judiciales se presentaron el 3 de junio.

Según los documentos, Pisciotta se mantenía principalmente a través de un perfil de Onlyfans en 2021 cuando conoció a West.

Según su demanda, West inicialmente se sintió cómodo con que ella continuara con su negocio Onlyfans.

Sin embargo, en 2022, supuestamente declaró que quería que Pisciotta fuera "como Dios" y le pidió que borrara su cuenta a cambio de otro millón de dólares.

Kanye West is being sued for sexual harassment, breach of contract and wrongful termination by a woman who worked as his assistant for two years.

In a lawsuit, Lauren Pisciotta alleges the star sent her lewd texts and performed sex acts while on the phone with her.

She claims she was fired in 2022, but that a \$3 million severance package was never paid.

The lawsuit was first reported in the US by TMZ, and later confirmed by Rolling Stone, The Wrap and US Weekly, which says court papers were filed on June 3.

According to the documents, Pisciotta was primarily supporting herself via an OnlyFans profile in 2021 when she met West.

According to her lawsuit, West was initially comfortable with her continuing her OnlyFans business.



However, in 2022, he allegedly stated that he wanted Pisciotta to be "God like" and asked her to delete her account in exchange for a further \$1 million.

"SUS SOLUCIONES COMIENZAN AQUÍ - CONSULTA GRATIS"

M & F **Monteiro & Fishman LLP** **ABOGADOS**

• **MARCUS MONTEIRO** ABOGADO
• **MICHAEL FISHMAN** ABOGADO
• **NATHALIA CASTILLO** PARALEGAL

SOCIAL SECURITY PERMANENT RESIDENT

HORAS EXTRAS NO PAGADAS

TRÁFICO / CRIMINAL

CORTE DE FAMILIA / DIVORCIO

Nassau : **516.280.4600** Central Islip - Suffolk : **631.706.4333**

91 N. Franklin St, Suite 108, Hempstead, NY 11550 ★ **Abierto Hasta Las 8:00pm.**

Víctima De Jeffrey Epstein Demanda A Psiquiatra

Jeffrey Epstein Victim Sues Psychiatrist

Una mujer que dice haber sido víctima de abuso sexual por parte de Jeffrey Epstein presentó una demanda contra el famoso psiquiatra, empresario y comerciante de materias primas Henry Jarecki, alegando que Jarecki la violó y la explotó sexualmente después de que Epstein la enviara para recibir tratamiento psiquiátrico.

La demanda civil federal presentada por la mujer no identificada en el tribunal federal de Manhattan dice que Jarecki, de 91 años, era "amigo cercano" del difunto administrador de dinero Epstein, quien se suicidó en una cárcel de Nueva York en 2019.

Según la demanda, Epstein supuestamente enviaba a Jarecki y a otras mujeres jóvenes para que el psiquiatra las "tratara" confidencialmente, con el fin de "evitar la atención no deseada sobre el abuso sexual de Epstein a estas jóvenes," alega la demanda.

A woman who says she was a sexual abuse victim of Jeffrey Epstein filed a lawsuit against the famed psychiatrist, entrepreneur and commodities trader Henry Jarecki, alleging that Jarecki raped and sex trafficked her after Epstein sent her for psychiatric treatment.

The federal civil suit by the unidentified woman in Manhattan federal court says Jarecki, 91, was "close friends" with the late money manager Epstein, who killed himself in a New York jail in 2019.

Epstein allegedly sent Jarecki other young women for the psychiatrist to "treat" confidentially, in order "to avoid unwanted attention on Epstein's sexual abuse of these young women," the suit alleges.



OKLAHOMA

Homeless Man Savagely Beaten By Teens

Hombre Sin Hogar Fue Butalmente Golpeado Por Adolescentes

Dos adolescentes están bajo custodia mientras la policía de la ciudad de Oklahoma busca a varios más involucrados en un brutal ataque a un hombre sin hogar que fue dejado por muerto.

Según documentos judiciales, un hombre sin hogar identificado como Tilman Shannon fue atacado y casi golpeado hasta la muerte por un gran grupo de adolescentes el 26 de mayo.

El sargento de la policía de Oklahoma City, Dillion Quirk, dijo que las acciones más perturbadoras del ataque se encontraron en las redes sociales, ya que una de las presuntas sospechosas, Veronica Benavente, de 19 años, transmitió el ataque en su página de Instagram.

La policía informó que aproximadamente nueve adolescentes estuvieron involucrados en el ataque.

Arrestaron a Benavente, junto con Eric Villagomez, de 18 años, y a otros tres sospechosos menores de edad, pero dijeron que aún están buscando a otros cuatro sospechosos vistos en el video.

Two teens are in custody while police in Oklahoma City are searching for several more teens involved in a brutal attack on a homeless man who was left for dead.



According to court documents, a homeless man identified as Tilman Shannon was jumped and nearly beaten to death by a large group of teens on May 26.

Oklahoma City Police Sgt. Dillion Quirk told that the most disturbing actions from the attack were found on social media as one of the alleged suspects, Veronica Benavente, 19, streamed the attack on her Instagram page.

Police said about nine teens were involved in the attack.

Police arrested Benavente, along with Eric Villagomez, 18, and three other juvenile suspects, but said they are still searching for four other suspects seen in the video.



TIMELESS BODY



“No Temas Mirarte al Espejo”

Exprésate

Con Un Nuevo Tú Para El Verano

NOS ESPECIALIZAMOS EN:

- Coolsculpting
- RF- Micro Agujas
- Eliminación de Acné Con Láser
- Eliminación de Vello Con Láser
- Eliminación de Manchas Con Láser
- Eliminación de Celulitis
- Endermología
- Estrías
- Eliminación de Venas de Araña Con Láser
- Botox
- Eliminación de Tatuajes Con Láser



Llame ahora para una Consulta *Gratís* y Reciba un Tratamiento Hidrafacial de *Cortesía* (AVALUADO EN \$300)

631-230-4183

Se Habla Español



Lun-Vie 10am - 9pm,
Sáb 10am - 5pm

Hauppauge, NY

Todos los tratamientos son realizados por esteticistas con licencia del Estado de Nueva York. La cantidad de tratamiento(s) y los resultados visibles pueden variar de un paciente a otro. *Solo para pacientes nuevos.

Pareja Que Practica La Pesca Con Imán Encuentra Dinero

Magnet Fishing Couple Found Cash

James Kane y Barbie Agostini usaron un imán mientras pescaban en Corona Park, Nueva York. La pareja había encontrado cajas fuertes vacías antes, pero después de abrir con esfuerzo su último hallazgo, quedó claro que habían encontrado un tesoro.

Lamentablemente, el agua se filtró en la caja fuerte y dañó los billetes de dólar. No está claro si podrán canjear el dinero, pero la Oficina de Grabado e Impresión de EE.UU. podría redimirlos.

El Departamento de Policía de Nueva York realizó una investigación en torno a la caja fuerte, pero no encontró ningún problema.



James Kane and Barbie Agostini used a magnet while fishing in Corona Park in New York. The couple had found empty safes before, but after wrenching their latest find open, it became clear they had found some treasure.

Sadly water worked its way into the safe and damaged the dollar bills. It is unclear if they will be able to cash the money, but the US Bureau of Engraving and Printing may redeem them.

The New York Police Department conducted an investigation surrounding the safe but found there was no issue.



MEXICO Elige A Su Primera Presidenta Elects First Woman President

de izquierda. Pero la científica de temperamento tranquilo ofrece un contraste marcado en estilo y una ruptura con la cultura política dominada por hombres en México.

“Prometo que no los voy a defraudar”, dijo Sheinbaum, saludando a sus seguidores en la plaza principal de la era colonial de la Ciudad de México, el Zócalo.

El presidente del Instituto Nacional Electoral dijo que Sheinbaum obtuvo entre el 58.3% y el 60.7% de los votos, mientras que la candidata opositora Xóchitl Gálvez obtuvo entre el 26.6% y el 28.6%, y Jorge Álvarez Máynez obtuvo entre el 9.9% y el 10.8% de los votos. También se proyecta que el partido Morena de Sheinbaum

mantenga sus mayorías en ambas cámaras del Congreso.

Casi 100 millones de personas estaban registradas para votar y la participación pareció ser de alrededor del 60%, similar a elecciones anteriores.

Los votantes también eligieron gobernadores en nueve de los 32 estados del país y candidatos para ambas cámaras del Congreso, miles de alcaldías y otros cargos locales, en las elecciones más grandes que ha visto la nación y que han estado marcadas por la violencia.



Mexico's projected presidential winner Claudia Sheinbaum will become the first female president in the country's 200-year history.

Sheinbaum, the favored successor of outgoing President Andrés Manuel López Obrador, vowed to continue on the direction set by the populist leftist leader. But the cool-tempered scientist offers a sharp contrast in style — and a break with Mexico's male-dominated political culture.

“I promise that I am not going to let you down,” Sheinbaum said, greeting supporters in Mexico City's colonial-era main plaza, the Zocalo.

The National Electoral Institute's president said Sheinbaum had between 58.3% and 60.7% of the vote, while opposition candidate

Xóchitl Gálvez had between 26.6% and 28.6% and Jorge Álvarez Máynez had between 9.9% and 10.8% of the vote. Sheinbaum's Morena party was also projected to hold its majorities in both chambers of Congress.

Nearly 100 million people were registered to vote and turnout appeared to be about 60%, similar to earlier elections.

Voters were also electing governors in nine of the country's 32 states, and choosing candidates for both houses of Congress, thousands of mayorships and other local posts, in the biggest elections the nation has seen and ones that have been marked by violence.



Claudia Sheinbaum, la proyectada ganadora de las elecciones presidenciales de México, se convertirá en la primera presidenta en los 200 años de historia del país.

Sheinbaum, la sucesora favorita del presidente saliente Andrés Manuel López Obrador, prometió continuar en la dirección establecida por el líder populista



SIBEN & SIBEN LLP
— Serving Since 1934 —



*Luchando Por Sus Derechos
Legales Desde 1934*

ATTORNEYS AT LAW

“La Consulta Es Gratis”

“Es importante elegir la representación legal adecuada. Siben & Siben cuenta con más de 89 años al servicio de la comunidad y miles de horas de experiencia en los tribunales”

MANEJAMOS TODOS LOS ASUNTOS LEGALES, INCLUYENDO:

- Lesiones Personales & Muerte Culposa
- Accidentes De Automóvil
- Negligencia Médica
- Casos De Resbalón y Caída
- Productos Defectuosos
- Negligencia En Hogar De Ancianos
- Compensación De Trabajadores
- Casos Criminales y De Tráfico
- Bancarrota
- Testamentos, Fideicomisos y Sucesiones
- Ley De Ancianos
- Ley Matrimonial
- Corte De Familia
- Corporaciones & Contratos Comerciales
- Bienes Raíces
- Derechos de Autor
- Asuntos de Inmigración

**SE HABLA
ESPAÑOL**



*Plan De Pagos Flexibles
Se Aceptan La Mayoría De Tarjetas De Crédito*



1-866-SIBENLAW

WWW.SIBENSIBEN.COM

Italia **Turista Fue Sorprendido Escribiendo En Muro De Pompeya**

Tourist Caught Writing On Pompeii Wall

Un turista holandés fue arrestado y acusado de vandalismo después de que lo sorprendieran grabando su nombre en un antiguo edificio romano cerca de Pompeya.



A Dutch tourist has been arrested and charged with vandalism after he was caught carving his name into an ancient Roman building near Pompeii.

The unnamed 27-year-old was detained after staff discovered graffiti on a frescoed wall in an ancient Roman villa in Herculaneum. Police later said the graffiti, which had been made in black permanent marker, matched the Dutch tourist's signature. Herculaneum, an ancient Roman seaside town near Naples, was also buried alongside its more famous neighbour Pompeii by the eruption of Mount Vesuvius in 79 AD.

El hombre anónimo de 27 años fue detenido después de que el personal descubriera un graffiti en una pared con frescos en una antigua villa romana en Herculano. Más tarde, la policía dijo que el graffiti, que había sido hecho con marcador permanente negro, coincidía con la firma del turista holandés. Herculano, una antigua ciudad costera romana cerca de Nápoles, también quedó sepultada junto a su vecina más famosa Pompeya por la erupción del Monte Vesubio en el año 79 d.C.

Australia

El Álbum Más Raro Del Mundo Se Exhibirá World's Rarest Album To Go On Display



Un álbum tan raro y valioso que solo unos pocos han tenido el privilegio de escucharlo se exhibirá en una galería australiana, brindando al público una muestra de sus pistas ultra-exclusivas.

Alojado en una caja de plata ornamentada, Once Upon a Time in Shaolin - grabado en secreto por Wu-Tang Clan durante seis años - fue diseñado para ser una pieza de arte fino. Solo existe una copia en CD.

El disco del innovador grupo de hip-hop es el más caro jamás vendido. Actualmente, está prestado al Museo de Arte Antigo y Nuevo (Mona) de Tasmania.

El álbum es parte de su exposición **Namedropping**, que examina el estatus, la notoriedad y “la búsqueda humana”.

An album so rare and valuable that only a few ears have ever listened to it is set to go on display at an Australian gallery, giving the public a taste of the uber-exclusive tracks.

Housed in an ornate silver box, Once Upon a Time in Shaolin - recorded in secret by the Wu-Tang Clan over six years - was designed to be a piece of fine art. Only a single CD copy exists.

The record by the pioneering hip-hop group is the most expensive ever sold. Currently, it is on loan to Tasmania's Museum of Old and New Art (Mona).

The album is part of its Namedropping exhibition, which examines status, notoriety and “the human pursuit”.

M & Fishman LLP **516-280-4600**
91 N. FRANKLIN STREET, SUITE 108 HEMPSTEAD, NEW YORK 11550

SI USTED HA TRABAJADO MÁS DE
40 HORAS A LA SEMANA
LLAMENOS PARA OBTENER SU PAGO DE HORAS EXTRAS!!

- ESTATUS LEGAL NO IMPORTA
- INCLUSO SI LE HAN PAGADO EN EFECTIVO
- NO TIENE QUE PAGAR LOS HONORARIOS DEL ABOGADO POR ADELANTADO



Brazil

Tribu Remota Recibió Internet Por Primera Vez A Remote Tribe Was Given The Internet For The First Time

Durante los últimos ocho meses, una tribu brasileña remota ha estado obteniendo internet de alta velocidad por primera vez.

Los Marubo, que viven en uno de los lugares más aislados del planeta, han mantenido un estilo de vida tradicional durante siglos. Aunque han tenido contacto con el mundo exterior, hasta hace poco no tenían acceso a internet.

Sin embargo, el servicio de internet vía satélite de Elon Musk, Starlink, que se lanzó en Brasil en 2022, ha cambiado esto.

Hace nueve meses, llegó a la comunidad Marubo, compuesta por 2,000 personas, después de que varios miembros de la tribu caminaran durante días a través de la densa selva tropical, cada uno con dos antenas en la espalda.



For the last eight months, a remote Brazilian tribe has been getting high-speed internet for the first time.

The Marubo people live in one of the most isolated spots on the planet and although they have contact with the outside world, the tribe has preserved a traditional way of life for centuries and until recently have not had access to the internet.

But Elon Musk's satellite-internet service, Starlink, which he launched in Brazil in 2022, has changed this.

It reached the 2,000-strong Marubo community nine months ago, after several tribesmen walked for days through the thick rainforest, each with two antennas on their backs.



¡Manjar Gourmet

Grub



La última tendencia gastronómica.

Los pequeños insectos, que son marrones al principio pero se oscurecen a medida que maduran, son bajos en grasa, altos en proteínas y tienen un sabor 'afrutado', según aquellos que han sido lo suficientemente valientes para probarlos.

Tanto los restaurantes como los cocineros caseros están utilizando los ruidosos insectos en platos como salteados y ensaladas, envueltos en tocino o simplemente salteados en especias como un sabroso tentempié.

Bill Broadbent, presidente de la empresa de insectos comestibles Entosense in Maine, dijo que las cigarras son 'altas en proteínas' y comparables a la carne de res en términos de valor nutricional.

'Contienen grasas saludables, son bajas en calorías y carbohidratos, y son una buena fuente de antioxidantes', dijo Broadbent a MailOnline. 'La proteína de insecto es una verdadera proteína animal e incluye todos los aminoácidos esenciales'.

The latest food trend.

The little insects – which are brown at first but darken as they mature – are low in fat, high in protein and taste 'nutty', according to those who have been brave enough to try them.

Restaurants and home cooks alike are using the noisy insects in dishes such as stir fries and salads, wrapped in bacon or just pan fried in spices as a tasty snack.



Bill Broadbent, president of edible insect company Entosense in Maine, said cicadas are 'high in protein' and comparable to beef in terms of nutritional value.

'They contain healthy fats, are low in calories and carbohydrates, and are a good source of antioxidants,' Broadbent told MailOnline. 'Insect protein is a real animal protein and includes all essential amino acids.'

According to the US Food and Drug Administration, people who are allergic to shellfish should avoid eating cicadas because they have a family relation to shrimp and lobsters.

Annual cicadas appear every summer, but the periodical cicadas emerge only once every 13 or 17 years.

Según la Administración de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos, las personas alérgicas a los mariscos deben evitar comer cigarras porque tienen una relación familiar con camarones y langostas.

Las cigarras anuales aparecen cada verano, pero las cigarras periódicas emergen solo una vez cada 13 o 17 años.



FLORENT Oportunidad de alquiler asequible en Garden City

Southern Land Company (Propietario), en cooperación con Village of Garden City (el "Village"), presenta una oportunidad de alquiler asequible en Village of Garden City conocida como "FLORENT". Florent es un nuevo complejo de alquiler bellamente diseñado ubicado en 555 Stewart Avenue en Garden City que contiene 150 apartamentos de uno, dos y tres habitaciones, 15 de los cuales estarán disponibles para hogares con ingresos iguales o inferiores al 80%, 50% y 30% del ingreso medio del área según lo determinado por HUD. Consulte la tabla de ingresos a continuación.

Las solicitudes de lotería solo serán aceptadas por Long Island Housing Partnership, Inc. (LIHP) a partir de las 9:00 a. m. del 1 de agosto del 2024 y hasta las 5:00 p. m. del 30 de agosto del 2024.

Las solicitudes de lotería estarán disponibles a partir del 1 de agosto del 2024 a través del sitio web de LIHP en <https://www.lihp.org/rentals.html>. Las solicitudes de lotería deben completarse y enviarse en línea en www.lihp.org/rentals.html.

Se llevará a cabo una lotería para determinar el orden en que se revisará la elegibilidad de los solicitantes. La presentación de la Solicitud de Lotería no garantiza una unidad. Los solicitantes deben cumplir con los requisitos de selección requeridos por propietario y los requisitos de ingresos deberán ser cumplidos. Por favor consulte las pautas del programa para obtener información detallada disponible en www.lihp.org/rentals.html.

LÍMITE DE INGRESOS:

Tamaño de Familia	1	2	3	4	5	6	7	8
80% AMI	\$87,500	\$100,000	\$112,500	\$124,950	\$134,950	\$144,950	\$154,950	\$164,950
50% AMI	\$54,700	\$62,500	\$70,300	\$78,100	\$84,350	\$90,600	\$96,850	\$103,100
30% AMI	\$32,800	\$37,500	\$42,200	\$46,850	\$50,600	\$54,350	\$58,100	\$61,850

Alquileres:

Tipo de unidad	Unidades Disponibles	AMI	*Renta
1 habitación	2	1 @ 30% AMI	\$720
		1 @ 50% AMI	\$1,345
		4 @ 30% AMI	\$908
2 habitaciones	12	4 @ 50% AMI	\$1,690
		4 @ 80% AMI	\$2,861
		1 @ 80% AMI	\$3,310
3 habitaciones	1	1 @ 80% AMI	\$3,310

**Incluye un subsidio de servicios públicos.

Se seguirán todas las leyes de vivienda justa. Si tiene alguna pregunta o necesita ayuda, incluyendo asistencia lingüística, como servicios de traducción o interpretación oral, envíe un correo electrónico a LIHP a info@lihp.org.

Este aviso reemplaza todos los avisos/publicaciones anteriores sobre el programa.



Paseo Marítimo
Boardwalk



Castillo De Arena
Sandcastle



Bucear | Snorkeling

Curso Inglés

Let's Learn Spanish

4.39



COMPLETA LA ORACIÓN
COMPLETE THE SENTENCE

Vain: **Vano**

Vein: **Vena**

Pronunciación: veyn

veyn

PRÁCTICA / PRACTICE

AULGDIERF	<input type="text"/>
LHBEALABC	<input type="text"/>
WMTISSIU	S W I M S U I T ✓
OTEWL	<input type="text"/>
LRBMUEAL	<input type="text"/>
SSEEHLL	<input type="text"/>
INHNSUGBAT	<input type="text"/>
TSAFRHIS	<input type="text"/>
SLLGSEUA	<input type="text"/>

Hint: CONCHA, BRONCEARSE, ESTRELLA DE MAR, GAVIOTAS, SALVAVIDAS, PELOTA DE PLAYA, **TRAJE DE BAÑO**, TOALLA, PARAGUAS

- The doctor said his _____ was healthy.
- She is so _____ about her looks.
- La _____ en su brazo era visible.
- Sus esfuerzos fueron en _____.
- She made a _____ attempt to change his mind.
- The nurse found the _____ easily.
- He felt a sharp pain in his _____.
- Es _____ pensar que puedes hacerlo solo.

GIACALONE INSURANCE AGENCY

HACEMOS TODO TIPO DE SEGUROS

TODOS LOS ESTIMADOS SON GRATIS

CONTRATOS CERTIFICADOS EL MISMO DÍA



- **Negocios**
- **Autos**
- **Hogares**
- **Y Más**



**¡Lo Podemos
Asegurar Así Solo
Tenga Permiso!**

IdentoGO

By IDEMIA

Servicios De Identidad
Formas De Pago Aceptadas

TARJETAS DE CRÉDITO - CHEQUES DE CAJA
GIROS POSTALES - (NO EFECTIVO)

A CARGO DE IDEMIA



www.identogo.com

**Bajos Depósitos
No Necesita Social**

**Excelente Servicio
Llamos ya!!**

57 East Main St. Riverhead, NY 11901

(631) - 208-9090

Con TSA Pre✓ No Se Tiene Que Quitar



Obtenga más información en www.tsa.gov/precheck

Los Padres Se Sienten Solos

Parents Are Feeling Lonely



Many moms and dad today find parenting a challenge to their ability to connect with other adults, according to a new national survey published by the Ohio State University Wexner Medical Center in Columbus.

In fact, 66% of 1,005 parents surveyed felt the demands of parenthood sometimes or frequently left them feeling isolated and lonely, while nearly 40% felt as if they have no one to support them in their parenting role.

About 62% of the participants in the survey — over half the dads and two-thirds of moms — felt burned out by their responsibilities as a parent. That makes sense because isolation and loneliness go hand in hand with burnout.

When parents are feeling lonely and isolated, that tells its their adult needs aren't being met because they're pouring what they can into their child. That's a recipe for burnout.

Muchos padres y madres hoy en día encuentran que la paternidad es un desafío para su capacidad de conectarse con otros adultos, según una nueva encuesta nacional publicada por el Centro Médico Wexner de la Universidad Estatal de Ohio en Columbus.

De hecho, el 66% de los 1,005 padres encuestados sintieron que las demandas de la paternidad a veces o con frecuencia los dejaban sintiéndose aislados y solos, mientras que casi el 40% sentían que no tenían a nadie que los apoyara en su rol de padres.

Alrededor del 62% de los participantes en la encuesta — más de la mitad de los padres y dos tercios de las madres — se sentían agotados por sus responsabilidades como padres. Eso tiene sentido porque el aislamiento y la soledad van de la mano con el agotamiento.

Cuando los padres se sienten solos y aislados, eso indica que sus necesidades como adultos no están siendo satisfechas porque están dedicando todo lo que pueden a sus hijos. Esa es una receta para el agotamiento.

Casi 4 de cada 5 padres valorarían una manera de conectarse con otros padres fuera del trabajo y del hogar — eso fue el 82% de las madres y el 74% de los padres, según la encuesta. Incluso entonces, sin embargo, muchos padres pueden no querer admitir sus sentimientos de aislamiento y soledad por miedo a parecer que no se preocupan por sus hijos.

Busca conexiones en tu comunidad inmediata, con personas que vivan cerca de ti. Podrías encontrar un compañero de caminatas, compañeros de manualidades, ayuda para compartir el auto y el cuidado de niños justo en tu propio vecindario.



Nearly 4 in 5 parents would value a way to connect with other parents outside of work and home — that was 82% of moms and 74% of dads, according to the survey. Even then, however, many parents may not want to admit to their feelings of isolation and loneliness for fear of sounding like they do not care about their children.

Look for connections in your immediate community, with people who live close to you. You might find a walking companion, craft companions, carpooling and babysitting help just in your own neighborhood.



ROMERO
LAW GROUP PLLC

LABOR AND EMPLOYMENT LITIGATION

ABOGADO DE LEY LABORAL

¿LE PAGAN SALARIOS CADA DOS SEMANAS?

¿Pasa el **25%** o más de su tiempo en el trabajo realizando trabajo físico como:

- * Levantar, mover y/o transportar artículos.
- * Caminar y/o estar de pie durante largos períodos de tiempo.
- * Operar máquinas.
- * Fregar, limpiar o encerar.
- * Almacenamiento de estantes o cajas de embalaje.
- * Recibir entregas.

CONSULTA GRATIS



En Nueva York, a los trabajadores manuales se les debe pagar semanalmente, quincenalmente.

Es posible que se le deba una compensación significativa si su salario no se pagó semanalmente.

Para obtener más información sobre sus derechos para presentar un reclamo por salarios atrasados, **llame a Law Office of Peter A. Romero PLLC**

(631) 257-5588

490 Wheeler Road, Suite 277,
Hauppauge, New York 11788

¿Necesitamos Deshacernos De Todos Los Alimentos Ultraprocesados?

Do We Need To Get Rid Of All Ultraprocessed Foods?

Comer alimentos ultraprocesados está asociado con un riesgo temprano de muerte, según un estudio de 30 años, pero diferentes alimentos tienen diferentes impactos.

Los alimentos ultraprocesados son aquellos que contienen ingredientes "nunca o raramente utilizados en cocinas, o clases de aditivos cuya función es hacer que el producto final sea apetitoso o más atractivo", según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.

Esos ingredientes, que se encuentran en cosas como refrescos, papas fritas, sopas envasadas, nuggets y helados, pueden incluir conservantes contra moho o bacterias, colorantes artificiales, emulsionantes para evitar la separación y azúcares, sales y grasas añadidos o alterados para hacer que los alimentos sean más atractivos.

Las carnes procesadas y los alimentos y bebidas azucarados no están correlacionados con los mismos riesgos que los cereales integrales ultraprocesados.

El estudio analizó datos de más de 100,000 profesionales de la salud en Estados Unidos sin historial de cáncer, enfermedades cardiovasculares o diabetes. Desde 1986 hasta 2018, los participantes proporcionaron información sobre su salud y hábitos de vida cada dos años.

Cada cuatro años, completaban un detallado cuestionario alimentario.

El grupo que comía menos alimentos ultraprocesados consumía aproximadamente tres porciones al día en promedio, mientras que, el que más consumía llegaba a siete porciones al día en promedio.

Aquellas personas que consumían más, tenían un riesgo 4% mayor de muerte por cualquier causa, incluido un aumento del 9% en el riesgo de muertes neurodegenerativas, según los datos.

Las personas deberían intentar evitar o limitar el consumo de ciertos alimentos ultraprocesados, como las carnes procesadas, las bebidas azucaradas y también las bebidas potencialmente endulzadas artificialmente.

Una dieta saludable es variada, con tantas frutas y verduras coloridas como sea posible y cereales integrales.

A healthy diet is varied, with as many colorful fruits and vegetables and whole grains as possible.

Eating ultraprocessed foods is associated with an early risk of death, according to a 30-year study — but different foods have different impacts.

Ultraprocessed foods are those that contain ingredients "never or rarely used in kitchens, or classes of additives whose function is to make the final product palatable or more appealing," according to the Food and Agriculture Organization of the United Nations.

Those ingredients — found in things such as sodas, chips, packaged soups, nuggets and ice cream — can include preservatives against mold or bacteria, artificial coloring, emulsifiers to stop separation, and added or altered sugar, salt and fats to make food more appealing.

Processed meats and sugary foods and drinks aren't correlated with the same risks as ultraprocessed whole grains.

The study analyzed data from more than 100,000 health professionals in the United States with no history of cancer, cardiovascular disease or diabetes. From 1986 to 2018, the participants provided information on their health and lifestyle habits every two years.

Every four years, they completed a detailed food questionnaire.

The group eating the least ultraprocessed food ate about three servings a day on average, while the highest averaged seven servings a day.

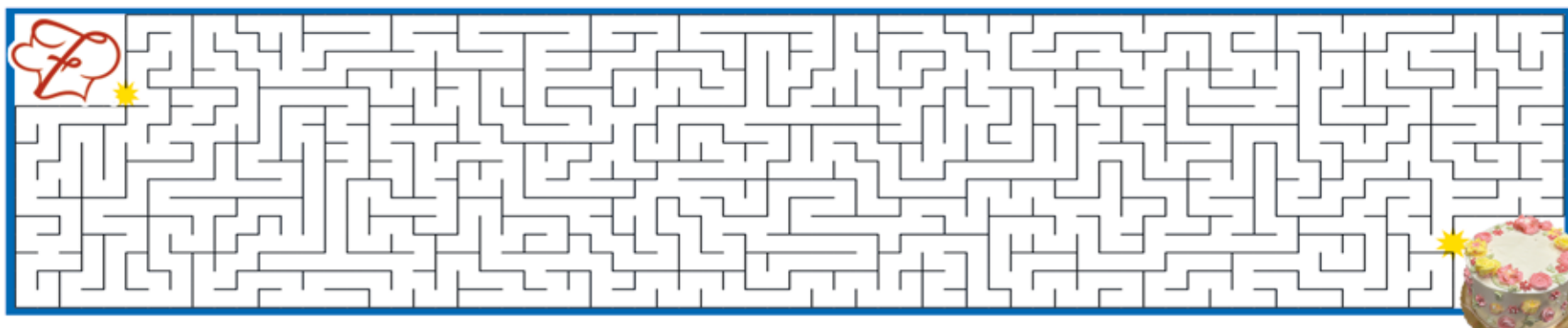
Those who ate the most had a 4% higher risk of deaths by any cause, including a 9% increased risk of neurodegenerative deaths, the data showed.

People should try to avoid or limit the consumption of certain ultraprocessed foods, such as processed meat, sugar-sweetened beverages and also potentially artificially sweetened beverages.

—Laberinto Maze

Ayuda A Salir Al Pastel De La Panadería

Help Exit The Cake From The Bakery



Home
Improvement



Mejoras
Para El
Hogar

www.thebilingualnews.com
News
THE BILINGUAL
El Bilingüe

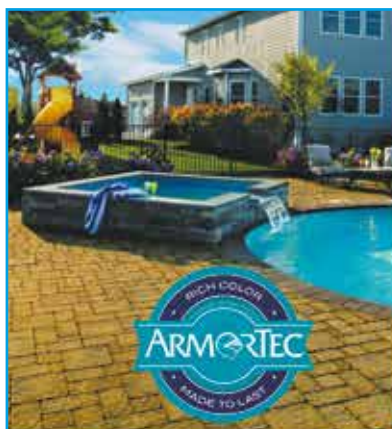
1800-256-8161



Tendencias
En Muebles



FURNITURE TRENDS



FONTANA
CONCRETE PRODUCTS

890 Montauk Hwy, Bayport, NY 11705

(631)472-1600

www.fontanaconcrete.com

- Muestras de Diseños de Piedras Naturales.
- Muestras de Diseños Travertino.
- Bloques Belgas.
- Cemento * Arena *
- Selladores de Concreto.

HABLAMOS ESPAÑOL !! CONTRATISTAS BIENVENIDOS !!



Muebles Curvos

Curved Furniture

El estilo de muebles curvos es una tendencia de diseño popular que presenta bordes suaves y formas redondeadas en comparación con las líneas limpias en los diseños modernos. Ofrece un diseño de muebles estéticamente fluido y natural en comparación con las líneas rectas y las formas geométricas de los diseños convencionales.

Estos pueden usarse para diferentes elementos en interiores, incluyendo sofás, sillas, mesas y accesorios de iluminación.

Mide el espacio donde planeas colocarlos. Esto ayuda a determinar el tamaño y la forma de los muebles que se ajustarán perfectamente en tu espacio.



Considera el estilo de la habitación en la que los colocarás. Elige un estilo que complemente la decoración y la gama de colores existentes.

Presta atención al nivel de comodidad de la pieza. Siéntate en ella para probar su comodidad y asegúrate de que brinde un soporte adecuado.

Elige un material que se adapte a tus necesidades. Por ejemplo, el cuero es duradero y fácil de limpiar, mientras que la tela es más suave y viene en una gama más amplia de colores y patrones.

Curved furniture style is a popular design trend that features soft, curved edges and rounded shapes compared to clean lines in modern designs. It offers a fluid and natural aesthetic furniture design compared to conventional designs' straight lines and geometric shapes.



These can be used for different elements in your interiors, including sofas, chairs, tables, and lighting fixtures.

Measure the space where you plan to place them. It helps determine the size and shape of the furniture that will fit perfectly in your space.

Consider the style of the room in which you will place the curved furniture. Choose a style that complements the existing decor and color scheme.

Pay attention to the comfort level of the piece. Sit on it to test its comfort and ensure that it provides ample support.

Choose a material that suits your needs. For example, leather is durable and easy to clean, while fabric is softer and comes in a wider range of colors and patterns.



IMPRESIONANTE VENTA DE JUNIO!!

4' HIGH PVC DOUBLE SIDED SPACED PICKET



2 ESTILOS PARA ESCOGER
SCALLOPED OR STRAIGHT

2"X2"X8' ANCHO PVC STRUCTURAL DECK RAILING



HEAVY DUTY METAL REINFORCED

6' HIGH DOUBLE SIDED PVC PRIVACY



WITH HEAVY DUTY METAL REINFORCED



3 Colores Disponibles

6' HIGH DOUBLE SIDED PVC PRIVACY WITH LATTICE TOP



DIAGONAL LATTICE OR SQUARE LATTICE TOP
HEAVY DUTY METAL REINFORCED

VARIEDAD DE PUERTAS DE ALUMINIO Y PVC.



6' HIGH 100% CEDAR



¿CANSADO DEL BLANCO? EL MEJOR PVC PRIVADO DE GRANO DE MADERA DISPONIBLE POR



CertainTeed

HEAVY DUTY PVC ARBOR



6' HIGH PVC DOUBLE SIDED SOLID PRIVACY WITH PICKET TOP



HEAVY DUTY METAL REINFORCED 3 ESTILOS A ESCOGER

NUEVO



SimTek FENCE
IMITACIÓN REALISTA DE PIEDRA

COLOR PVC 3 COLORES DISPONIBLES



TAN, KNAKI Y BLANCO 6X8 PRIVACY



Principal
3310 Sunrise Hwy. East Islip
631-224-7905

Horario: Lun. - Sab. 7am - 6pm
Domingo cerrado

Oficina East
110a Frowein Rd., C. Moriches
631-878-7778

Esquina Sureste de Railroad y Frowein
Horario: Lun.- Sab. 8am-5pm
Domingo Cerrado

Nassau
516-541-0412

ESPECIALISTA EN TRABAJOS GRANDES DE CERCAS

Materiales disponibles en inventario

FINANCIAMIENTO DISPONIBLE



SINCE 1985



Nassau Lic. #302810000
Suff. Lic. #10789HI

Sirviendo a la comunidad desde 1985

CONTRATISTAS Y D.I.Y BIENVENIDOS EN TODAS NUESTRAS TIENDAS

VISITE NUESTRA PÁGINA WEB: WWW.ABOVEALLFENCE.COM

Optimiza Tu Espacio Con Muebles Multipropósito



Optimize Your Space With Multipurpose Furniture

Puedes utilizar diseños de muebles multipropósito para: sofás cama, otomanas con compartimentos de almacenamiento ocultos, unidades de estantería modular que se pueden reconfigurar en diferentes formas y tamaños, y mesas plegables que se pueden guardar fácilmente cuando no se usan.

El mobiliario multipropósito es popular en apartamentos pequeños, casas diminutas y otros espacios de vida compactos, donde maximizar la funcionalidad y el espacio es crucial.

Es una excelente solución para las personas que quieren optimizar sus espacios sin comprometer el estilo y la comodidad.

Una tendencia contemporánea reciente es el mobiliario multipropósito, que sirve para más de una función. Estas piezas de mobiliario están diseñadas para ser flexibles, versátiles y funcionales.

Considera lo que necesitas que haga el mueble. Piensa en cómo se utilizará y las actividades para las que se empleará. Busca muebles que puedan realizar múltiples funciones para maximizar su utilidad.



It's an excellent solution for people who want to optimize their living spaces without compromising style and comfort.

Consider what you need the furniture to do. Think about how it will be used and the activities it will be used for. Look for furniture that can perform multiple functions to maximize its utility.

A recent popular, multipurpose furniture is a contemporary furniture trend that serves more than one purpose. These pieces of furniture are designed to be flexible, versatile, and functional.

You can use multipurpose furniture designs for: Sofa beds, ottomans with hidden storage compartments.

Modular shelving units that can be reconfigured into different shapes and sizes. Folding tables that can be easily stored away when not in use.

Multipurpose furniture is trendy in small apartments, tiny houses, and other compact living spaces, where maximizing functionality and space is critical.



BRYANT PLAZA



PROGRAMA DE VIVIENDA EN ALQUILER BRYANT PLAZA

Long Island Housing Partnership (LIHP), en cooperación con 281-301 Warner Avenue LLC (propietario) y el pueblo incorporado de Roslyn, ahora está aceptando solicitudes de lotería para 11 nuevas unidades de alquiler asequibles de una y dos habitaciones en Bryant. Plaza ubicada en 333 Warner Avenue en el pueblo de Roslyn.

EL PERÍODO DE SOLICITUD ES DESDE LAS 9:00 A. M. DEL 7 DE JUNIO DEL 2024 HASTA LAS 5:00 P. M. DEL 8 DE JULIO DEL 2024

Los solicitantes deben tener ingresos familiares iguales o inferiores a las cantidades que se enumeran a continuación, según los requisitos de la aldea. Para poder participar en la lotería, un solicitante debe:

- Completar y enviar una Solicitud de lotería a LIHP antes de la fecha límite.
- Tener ingresos familiares dentro de los límites que se muestran a continuación.

Familiar Tamaño	1	2	3	4	5
80% AMI	\$87,500	\$100,000	\$112,500	\$124,950	\$134,950
120%	\$131,200	\$149,950	\$168,700	\$187,450	\$202,450

UNIDADES DISPONIBLES y RENTAS (Incluye subsidio de servicios públicos)

80% UNIDADES AMI	# de unidades	Alquiler
Una Habitación	2 Unidades	\$2,350
Dos Habitaciones	3 Unidades	\$2,931

120% UNIDADES AMI	# de unidades	Alquiler
Una Habitación	3 Unidades	\$3,599
Dos Habitaciones	3 Unidades	\$4,493

Las solicitudes de lotería y las pautas del programa están disponibles a través del sitio web de LIHP en <https://www.lihp.org/rentals.html> (haga clic en la pestaña para Bryant Plaza) o llamando a LIHP al (631) 435-4710. Las solicitudes de lotería se pueden enviar en línea en <https://www.lihp.org/rentals.html> ganando hasta un 120 % del AMI

Si tiene alguna pregunta con respecto a cualquiera de las pautas del programa o necesita ayuda, incluyendo asistencia lingüística, como servicios de traducción y/o interpretación oral, envíe un correo electrónico a LIHP a info@lihp.org antes de presentar la solicitud.

Lea atentamente las pautas del programa. La presentación de la Solicitud de Lotería no garantiza la elegibilidad. Los solicitantes deben cumplir con todas las pautas del programa y los requisitos del propietario, incluidos los de ingresos, crédito y antecedentes. Se seguirán todas las leyes de vivienda justa.

Aprovecha La Fusión De Lo Sostenible Y Lo Contemporáneo

Tap Into The Fusion Of Sustainable And Contemporary

Las tendencias en muebles para 2024 serán una mezcla de nostalgia y estética moderna. Los últimos años han sido fundamentales para muchas personas que buscan estilizar su espacio personal.

Con la gente quedándose en casa debido a la prolongada pandemia, las perspectivas sobre la decoración de sus espacios personales han cambiado.

Los muebles sostenibles son populares ya que reducen la huella de carbono. Una pieza de mobiliario promedio causa 47 kg de emisiones de dióxido de carbono, lo que equivale a quemar 20 litros de combustible.

Furniture trends in 2024 will be a mix of nostalgia and modern aesthetics. The last few years have been pivotal for many people looking to stylize their personal space.

With people staying at home due to the prolonged pandemic, the perspectives on styling their personal space have changed.

Sustainable furniture is popular as it reduces carbon footprint. An average piece of furniture causes 47 kg of carbon dioxide emissions, equal to burning 20 liters of fuel.



Los estilos de muebles sostenibles no solo son estéticos, sino que también pueden reutilizarse o reciclarse. Algunos materiales sostenibles para la fabricación de muebles son el bambú, el corcho y el cáñamo.

Algunas cosas esenciales a tener en cuenta al comprar estilos de muebles sostenibles:

Busca muebles hechos de materiales recuperados y reciclados.

Verifica si la estructura de la pieza de mobiliario está hecha de madera maciza o tablero de partículas.

La madera maciza es mucho más duradera en comparación con la madera basada en partículas o la madera contrachapada.

Evita los muebles con productos químicos tóxicos eligiendo materiales sostenibles como el bambú, la microfibra y otros.

Los muebles con productos químicos como formaldehído, retardantes de llama o compuestos orgánicos volátiles pueden ser perjudiciales para tu salud.



Sustainable furniture styles are not only aesthetic but can be reused or repurposed. Some sustainable materials for making furniture are bamboo, cork, and hemp.

Some essential things to keep in mind while you shop for sustainable styles of furniture:

Look for furniture made from reclaimed and recycled materials.

Check whether the frame of the furniture piece is made of solid wood or particle board.

Solid wood is far more durable compared to particle-based wood or engineered wood.

Avoid furniture with toxic chemicals by choosing sustainable materials like bamboo, microfibre, and others.

Furniture with chemicals like formaldehyde, flame retardants, or volatile organic compounds can be harmful to your health.

Los muebles coloridos añaden vitalidad a cualquier decoración del hogar.

Esta tendencia gira en torno a agregar colores brillantes, atrevidos y vivos a los muebles, haciéndolos atractivos y reflejando su personalidad y estilo.

Puede lograrse mediante tapizados coloridos, acabados pintados o accesorios coloridos como almohadas o mantas.



Colorful furniture adds vibrancy to any home decor.

This trend revolves around adding bright, bold, and vivid colors to your furniture pieces, making them attractive and reflecting your personality and style.

It can be accomplished through colorful upholstery, painted finishes, or colorful accessories like pillows or throws.

• Encuentre Las 10 Diferencias •

Find the 10 Differences

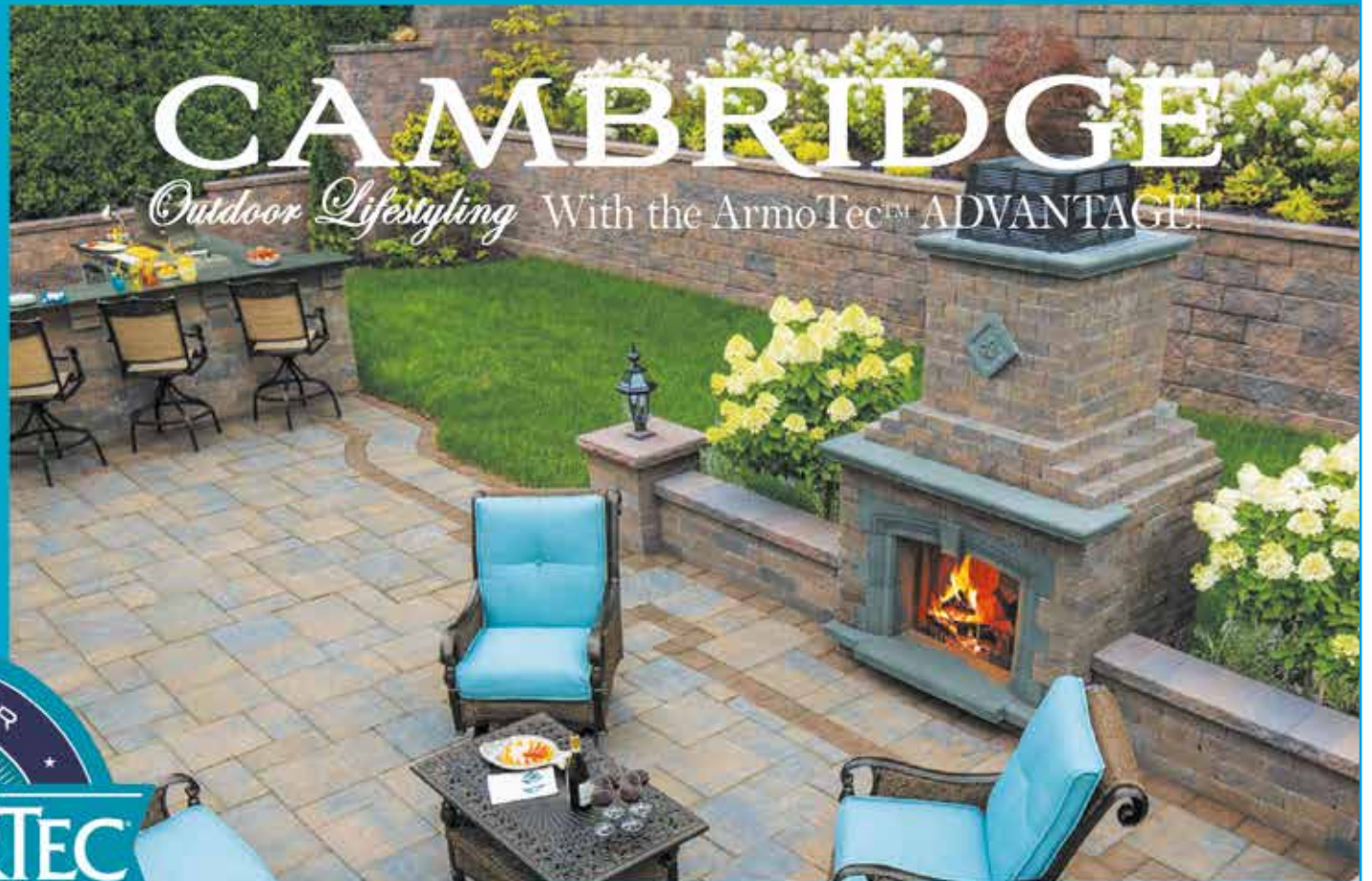


1800-256-8161

HABLAMOS ESPAÑOL !! CONTRATISTAS BIENVENIDOS !!

SOMOS EL LUGAR IDEAL DONDE ENCONTRAR LO NECESARIO PARA CAMBIOS DE IMAGEN DEL PATIO TRASERO Y MÁS.

Pavimentación de sistemas de piedra
 Variedad de piedras naturales
 Cocinas, Parrillas, Hornos para Pizza y Bares, Chimeneas y Fogatas para instalaciones al aire libre.
 Cofias y Escaleras compatibles para el lado de la piscina
 Sistemas de grado profesional de muros y escaleras



CAMBRIDGE

Outdoor Lifestyling With the ArmoTec™ ADVANTAGE!



Con Armortec®



Sin Armortec®



- Muestrarios de diseños de piedras naturales
- Muestrarios de Diseños Travertino
- Bloques Belgas
- Cemento * Arena *
- Selladores de Concreto



FONTANA CONCRETE PRODUCTS

890 Montauk Highway, Bayport

631-472-1600

www.fontanaconcrete.com

Long Island, conocida por sus pintorescas playas y comunidades vibrantes, cobra vida durante el verano con una variedad de festivales que celebran su rica diversidad cultural y tradiciones locales.

Long Island, known for its picturesque beaches and vibrant communities, comes alive during the summer with a variety of festivals that celebrate its rich cultural diversity and local traditions.

Summer Festivals Festivales De Verano

Summer in the Streets

(Huntington)

¡Llevando la playa a las calles! ¡Únase a nosotros para disfrutar de música en vivo, una feria de arte local y más!

Bringing the beach to the streets! Join us for live music, a local art fair, and more!

2pm - 7 p.m. | Jun: 30 | Jul: 14



Alive on 25

(Riverhead)

Ofrece música en vivo en múltiples escenarios, bebidas artesanales locales, cenas al aire libre, artistas de Long Island, artistas callejeros y vendedores.

Offers live music on multiple stages, local craft beverages, outdoor dining, Long Island artists, performers and street vendors.

5pm - 9:30
p.m.

Jul 5
(Espectáculo
De Fuegos
Artificiales)
(Fireworks
Show)

Ago/Aug: 9
(Espectáculo De Luces Láser)
(Laser Light Show)

Alive After Five

(Patchogue)

Música en vivo y entretenimiento, vendedores de artesanías y comida, ¡y mucho MÁS!

Live music and entertainment, craft and food vendors, & much MORE!

5pm - 9pm

Jun: 27, 11 | Jul: 25
Ago/Aug: 8



Music on Main

(Farmingdale)

Música al aire libre, comidas y diversión a lo largo de Main Street. ¡Entrada gratuita ~ Amigos, Familia, Música, Diversión!

Outdoor music, dining & fun along Main Street! Free Admission ~ Friends, Family, Music, Fun!

5pm - 9pm | Jul: 11, 25 | Ago/Aug: 8, 22



Alive by the Bay

(Bay Shore)

Feria de estilo fiesta de barrio, en el centro de Bay Shore con restaurantes locales, música en vivo, artesanías, vendedores, cerveza artesanal y eventos divertidos para toda la familia.

Block party style street fair in downtown Bay Shore featuring local restaurants, live music, arts & crafts, vendors, craft beer and fun events for the whole family.

5pm - 9pm

Jun: 25 | Jul: 9, 23
Ago/Aug: 13, 20



Babylon Block Part

(Babylon Village)

¡Cenas al aire libre, vendedores ambulantes, camiones de comida, inflables, juegos, música en vivo y más!

Outdoor Dining, Vendors, Food Trucks, Inflatables, Games, Live Music & More!

5pm - 9pm

Jun: 27 | Jul: 25 | Ago/Aug: 29
Fechas de lluvia - Rain dates:
Jul 11 | Ago/Aug: 1, 29



Desde comida y música hasta arte e historia, estos festivales ofrecen algo para todos, lo que hace de Long Island un destino de visita obligada para disfrutar de las festividades y la diversión del verano.

From food and music to art and history, these festivals offer something for everyone, making Long Island a must-visit destination for summer fun and festivities.

1800-256-8161

Protein Shakes

Ice Cream

Available at All Locations

Familia BAKERY

Iced Coffee

Cholado

Salpicón

BEAT THE HEAT

631-630-1822

26N RESEARCH PL,
CENTRAL ISLIP NY 11722

631-714-6339

227 EAST MAIN ST.
PATCHOGUE, NY 11772

631-856-4004

252-9W MONTAUK HIGHWAY
HAMPTON BAYS

El Mejor Ejercicio Para La Presión Arterial

Best Exercise For Blood Pressure

Cuando se trata de reducir la presión arterial, los estudios han mostrado típicamente que los ejercicios aeróbicos o de cardio son los mejores.

Investigaciones recientes sugieren que otro tipo de actividad física también vale la pena incluir como una herramienta efectiva para prevenir y tratar la hipertensión, o presión arterial alta.

Los ejercicios que involucran los músculos sin movimiento — como las sentadillas contra la pared y las planchas — pueden ser los mejores para reducir la presión arterial, según un gran estudio publicado en julio de 2023 en el British Journal of Sports Medicine.

Este tipo de entrenamiento se conoce como ejercicio isométrico o estático, según la Clínica Mayo.

La acción muscular isométrica ocurre cuando los músculos se contraen pero no cambian visiblemente de longitud, y las articulaciones involucradas no se mueven, facilitando la estabilidad del cuerpo.



When it comes to lowering blood pressure, studies have typically shown that aerobic or cardio exercises are best.

Recent research suggests another type of physical activity is worth including as an effective tool to prevent and treat hypertension, or high blood pressure.

Exercises that engage muscles without movement — such as wall squats and planks — may be best for lowering blood pressure, according to a large study published July 2023 in the British Journal of Sports Medicine.

This type of training is known as isometric, or static, exercise, according to the Mayo Clinic.

Isometric muscle action happens when muscles contract but do not visibly change length, and the joints involved don't move, facilitating stability of the body.



Isometric exercises can be done with weights or without, just relying on the body's own weight.

From a review of 270 trials with 15,827 participants — which is known as a meta-analysis — researchers found that among HIIT, isometric exercise, aerobic exercise, dynamic resistance training and a combination of the latter two, isometric exercise led to the greatest reductions in blood pressure.

Performing wall squats (isometric exercise) was most effective for reducing systolic pressure, and running (aerobic exercise) was most beneficial for decreasing diastolic pressure, but isometric exercise overall was best for lowering both pressure elements.



Según el estudio, los programas de entrenamiento isométrico generalmente implican cuatro contracciones de dos minutos, separadas por intervalos de descanso de uno a cuatro minutos, realizadas tres veces por semana.

Si tiene una afección cardíaca, hable con su médico sobre cuál es el mejor ejercicio para ti.

Isometric training programs usually involve four two-minute contractions, separated by one- to four-minute rest intervals, done three times per week, according to the study.

If you have a heart condition, talk with your doctor about the best exercise for you.

Las directrices de la Organización Mundial de la Salud dicen que las personas deben hacer 150 minutos semanales de ejercicio de intensidad moderada, que incluye dos sesiones de entrenamiento de fuerza.

Guidelines by the World Health Organization say people should do 150 minutes of moderate-intensity exercise weekly, which includes two strength-based training sessions.

Los ejercicios isométricos se pueden hacer con pesas o sin ellas, solo utilizando el peso del propio cuerpo.



En una revisión de 270 ensayos con 15,827 participantes — conocida como un meta-análisis — los investigadores encontraron que entre HIIT, ejercicios isométricos, ejercicios aeróbicos, entrenamiento de resistencia dinámica y una combinación de estos dos últimos, el ejercicio isométrico condujo a las mayores reducciones en la presión arterial.

Realizar sentadillas contra la pared (ejercicio isométrico) fue lo más efectivo para reducir la presión sistólica, y correr (ejercicio aeróbico) fue lo más beneficioso para disminuir la presión diastólica, pero en general, el ejercicio isométrico fue el mejor para reducir ambos elementos de la presión.



1800-256-8161

Arden Med Spa

PROGRAMAS DE PÉRDIDA DE PESO Y TONIFICACIÓN

Sin Dieta Restringida o Ejercicios Duros



**Nuestro programa
comienza en**

\$49.99

LOS PACIENTES QUE CALIFICAN,
OBTIENEN RECETAS PARA LA
PÉRDIDA DE PESO!

**OBTÉN
LA FIGURA
QUE DESEAS
PARA ESTE
VERANO**

DESCUENTOS ESPECIALES DISPONIBLES

200 CORPORATE PLAZA 200 CORPORATE PLAZA
ISLANDIA, NY 11749, USA



ARDENMEDSPANY.COM


Ingredientes
Ingredients

- 1 Taza, Más 3 Cucharadas De Leche Entera, Dividida
 - 1/4 De Taza De Azúcar Granulada
 - 1 Sobre (1/4 Onza) De Levadura Seca Activa (Aproximadamente 2 1/4 Cucharaditas)
 - 4 Tazas De Harina Para Todo Uso, Más Según Sea Necesario Y Más Para La Superficie De Trabajo
 - 2 Huevos Grandes, A Temperatura Ambiente
 - 1/3 Taza De Mantequilla Sin Sal, En Cubos Y Suavizada, Más Para Engrasar El Molde
 - 1 Cucharadita De Sal Kosher
 - 2 Cucharaditas De Ralladura De Limón, Dividida
 - 1 3/4 Tazas De Mermelada De Fresa En Frasco, Dividida
 - 3/4 Taza De Relleno De Cheesecake, A Temperatura Ambiente
 - 1/3 Taza De Crema De Limón
 - 1 Cucharada De Jugo De Limón
-
- 1 Cup, Plus 3 Tablespoons Whole Milk, Divided
 - 1/4 Cup Granulated Sugar
 - 1 (1/4-Ounce) Envelope Active Dry Yeast (About 2 1/4 Teaspoon)
 - 4 Cups All-Purpose Flour, Plus More As Needed And More For Work Surface
 - 2 Large Eggs, At Room Temperature
 - 1/3 Cup Unsalted Butter, Cubed And Softened, Plus More For Greasing Pan
 - 1 Teaspoon Kosher Salt
 - 2 Teaspoons Grated Lemon Zest, Divided
 - 1 3/4 Cups Jarred Strawberry Preserves, Divided
 - 3/4 Cup Cheesecake Filling, At Room Temperature
 - 1/3 Cup Lemon Curd
 - 1 Tablespoon Lemon Juice

Strawberry Lemon Cheesecake Rolls

Rollos de Cheesecake de Fresa y Limón


Instrucciones
Directions

En una cacerola pequeña, calienta 1 taza de la leche a 110 grados F (43 grados C) a fuego bajo, aproximadamente 5 minutos. Vierte la leche caliente en una taza medidora líquida, agrega el azúcar y la levadura; deja reposar hasta que esté espumoso, aproximadamente 5 minutos.

Bate la harina, los huevos, la mantequilla, la sal y 1 cucharadita de ralladura de limón con una batidora equipada con un gancho para masa a velocidad media, hasta que la mezcla esté desmenuzada, aproximadamente 1 minuto. Con la batidora a baja velocidad, añade lentamente la mezcla de leche hasta que esté completamente combinada, luego aumenta la velocidad a media-baja y bate hasta que se forme una masa suave, de 8 a 12 minutos. Si es necesario, añade más harina, 1 cucharada a la vez, si la masa está demasiado pegajosa. Transfiere la masa a un molde para hornear engrasado de 13 x 9 pulgadas, cubre y deja

que suba en un lugar cálido hasta que doble su tamaño, aproximadamente 1 hora.

Coloca la masa sobre una superficie de trabajo ligeramente enharinada; extiende en un rectángulo de 18 x 15 pulgadas (aproximadamente 1/4 de pulgada de grosor). Esparce 1 1/2 tazas de la mermelada uniformemente sobre los dos tercios inferiores de la masa comenzando en un lado largo, dejando un borde de 1/2 pulgada.

Enrolla cuidadosamente la masa en un tronco comenzando por el lado largo con la mermelada. Es posible que algo de mermelada se derrame mientras enrollas, está bien. Corta el tronco de masa en 12 rollos y colócalos con el lado cortado hacia abajo en el molde para hornear engrasado. Cubre y deja que suban en un lugar cálido hasta que doblen su tamaño, aproximadamente 45 minutos.



Precalienta el horno a 350 grados F (175 grados C). Hornea los rollos hasta que estén dorados, aproximadamente 25 minutos. Cepilla los rollos con el 1/4 de taza restante de mermelada. Deja enfriar ligeramente a temperatura ambiente, aproximadamente 5 minutos.

Mientras tanto, mezcla el relleno de cheesecake, la crema de limón, el jugo de limón, las 3 cucharadas restantes de leche y la cucharadita restante de ralladura de limón en un tazón mediano hasta que estén combinados.

Rocía la cantidad deseada de la mezcla de crema de limón sobre los rollos calientes. Sirve la mezcla restante de crema de limón al lado.



In a small saucepan, heat 1 cup of the milk to 110 degrees F (43 degrees C) over low heat, about 5 minutes. Pour warm milk into a liquid measuring cup, and stir in sugar and yeast; let sit until foamy, about 5 minutes.

Beat flour, eggs, butter, salt, and 1 teaspoon of the lemon zest with a stand mixer fitted with a dough hook attachment on medium speed until crumbly, about 1 minute. With mixer on low speed, slowly stream in milk mixture until fully combined, then increase speed to medium-low, and beat until a smooth dough forms, 8 to 12 minutes. If needed, add more flour, 1 tablespoon at a time, if dough is too sticky.

Transfer dough to a greased 13- x 9-inch baking pan, cover, and let rise in a warm place until doubled in size, about 1 hour.

Turn dough out onto a lightly floured work surface; roll into a 18- x 15-inch rectangle (about 1/4 inch thick). Spread 1 1/2 cups of the preserves evenly over bottom two-thirds of the dough starting on 1 long side, leaving a 1/2-inch border.

Carefully roll dough into a log starting at long side with with preserves. Some of the preserves may spill out as you roll, that's okay. Slice dough log into 12 rolls, and arrange, cut sides down, back into greased baking pan. Cover and let rise in a warm place, until doubled in size, about 45 minutes.

Preheat oven to 350 degrees F (175 degrees C). Bake rolls in the preheated oven until golden brown, about 25 minutes. Brush remaining 1/4 cup preserves evenly over rolls. Let cool slightly at room temperature, about 5 minutes.

Meanwhile, stir together cheesecake filling, lemon curd, lemon juice, remaining 3 tablespoons milk, and remaining 1 teaspoon lemon zest in a medium bowl until combined.

Drizzle desired amount of lemon curd mixture over warm rolls. Serve any remaining lemon curd mixture on the side.

ABOGADOS

**CONSULTA
GRATIS**
CIPRIANO Y VELEZ
"Hablamos su idioma"

- Accidentes automovilísticos
- Negligencia
- Caídas y resbalones
- Accidentes de trabajo
- Mala práctica médica

(631) 224-1587
750 Main ST. Islip NY 11751

1800-256-8161

¡Finalmente Aquí En Long Island!

TEED™

¡Restauración De Cabello! El Tratamiento no quirúrgico de última tecnología que realmente funciona!

• Sin Agujas • Sin Dolor • Sin Tiempo de Recuperación

30%
De
Descuento

¡Además un Hydrafacial
GRATIS
Valorado en \$300!
631-230-4183



Solo
En



DESPUÉS DE 5-8 TRATAMIENTOS

DESPUÉS DE 2-3 TRATAMIENTOS

DESPUÉS DE 2-3 TRATAMIENTOS

Todos los tratamientos son realizados por esteticistas con licencia del Estado de Nueva York. La cantidad de tratamiento(s) y los resultados visibles pueden variar de un paciente a otro. *Solo para pacientes nuevos.

1-800-256-8161


CLASSIFIEDS CLASIFICADOS

1800-256-8161
 MONDAY - FRIDAY
 LUNES - VIERNES
 8AM - 5PM
 bilingualnews@gmail.com
 WWW.THEBILINGUALNEWS.COM

HELP WANTED HELP WANTED HELP WANTED HELP WANTED HELP WANTED HELP WANTED FOR SALE / RENT

Help Wanted
 Persona con algo de experiencia cosiendo cortinas teatrales P/T 3 días a la semana. Flexible lunes a viernes de 8 am a 3 pm Bayshore cerca de la estación de tren de Deer Park
Llamar a Sal 631-242-7337

Help Wanted
 Full time receptionist for busy dental office in Patchogue Bilingual, experience preferred
631-758-6689

ESTAMOS BUSCANDO
 Personal Bilingüe Para Local En Central Islip, Atención Al Cliente

Llama al: 631-630-1822

HELP WANTED
 CDL driver needed for Cesspool technician. The job requires manual Labor We will provide on the job training. This is a full-time position. Must be bilingual.
516-241-1505

Se Necesita
 Recepcionista para oficina dental en Patchogue. Debe ser bilingüe, preferiblemente con experiencia
631-758-6689

¿SIN TRABAJO? ¿DESPEDIDO INJUSTAMENTE?
 Llame al Abogado Bilingüe Steven Moser
PARA UNA CONSULTA GRATIS
 800-808-2744
 631-824-0200
 516-671-1150
NO COBRAMOS SI NO GANAMOS

SE RENTA ESPACIO
 Privado en barbería muy concurrida. Ideal para tus propios clientes.
 10x12 \$1000 al mes
 Interesados llamar al **516-729-9306**

Help Wanted
 Hampton Bays Dry Cleaners F/T Assembly, packing and counter person. Armando, Empaque y counter. Bilingual necessary
Call / Llamar al 631-728-2288 561-632-8565

HOTEL White Plains Manhattan / Queens
 Necesita Supervisor, House Person Camareros/as, Lavandería Limpiaadores Por La Noche Trabajo Inmediato. Solicitar Online. tcleaningservices.com/apply ó llame 1-800-610-4770

Bilingual Staff For Store In Central Islip, Customer Service
Llama al: 631-630-1822

SE BUSCA AYUDANTE
 Empresa de muebles busca:
 Tapiceros experimentados, alcantarillas, operadores, aprendices de refineras, trabajadores de la madera, fabricantes de cojines, ¡Estamos dispuestos a entrenar! ¡Trabajo todo el año! ¡Empezamos inmediatamente!
Llama a Pat: 1.631.236.6161

Help Wanted
 Established Furniture business looking for:
 Experienced Upholsterers, Sewers, Operators, Apprentice Refinishers, Wood Workers, Cushion makers, Also willing to train! Year Round Work! Start immediately!
Call Pat: 1.631.236.6161

Ronkonkoma Se Necesita
 Soldador. Fabricante. Herrero. Fabricación de escaleras y barandillas. Tener experiencia en fabricación e instalación de acabados de acero, hierro, aluminio, acero inoxidable. Poder leer los dibujos de la tienda. Cómodo con Tig Mig y Stick Welding. Conducir camión comercial. Licencia un plus. Paga según la experiencia. Tiempo completo. Ser detallista y tener compromiso con la realización de trabajos de calidad. Habilidad para trabajar con otros.
Contratación Inmediata Llame a Joe al 631-220-1061

FOR SALE / INVERSIÓN
 Interesados en comprar y vender. Es el mejor momento de invertir en bienes y raíces. Tenemos propiedades disponible y la atención personalizada que usted esta buscando.
(631) 703-0560

Apartamento privado de 2 cuartos en Bay Shore. Entrada privada, cocina/sala, baño. Llamar al (631) 703-0560

¿SABÍAS?
¡Que puedes ganar entre \$65,000 y \$100,000 al año (salario fijo más comisión) ayudando a las personas de tu comunidad!!



CATHOLIC CEMETERIES
 St. John • Mt. St. Mary • Holy Cross St. Charles / Resurrection

Trabajando como representante de servicios familiares para el Cementerio Católico de St. Charles, aquí en Long Island, no solo tendrás la oportunidad de proveer para tu familia, pero ayudar a muchas familias en su hora de necesidad más urgente.

Se trabajan 39 horas a la semana, lunes - viernes 9am-5pm y medio día sábado, 9am-1pm.
Se ofrecen beneficios de salud, dental y de jubilación 403B. Vacaciones pagadas más seguro de vida.

Si tienes por los menos 3-5 años de experiencia en ventas cara a cara, hablas y escribes inglés y te interesa una carrera guiando y ayudando al público, por favor mandar tu currículum/resumen al correo

CBALCARCEL@CCBKLYN.ORG

Hotel Limpieza QUEENS-WHITE PLAINS
 T&L Cleaning Inc. Está buscando personal de limpieza para varios hoteles.
Necesitamos: Asistentes de Habitación, Camareros/as, Asistente de Lavandería, Asistente de Desayuno y Supervisores.
 Solicite en línea en www.tcleaningservices.com/apply ó llámenos para una entrevista **1-800-610-4770**

Oficina Dental Farmingdale
 Busca Asistente Bilingüe (Inglés / Español) medio tiempo. No necesita experiencia. Confiable y responsable.
Interesados llamar al 516-420-1177

Help Wanted
 Assistant in bakery and pastry
Apply at Familia Bakery 227 E Main St. Patchogue NY 11772

PROFESSIONAL SERVICES

HELP WANTED Experienced Pizza Maker.
 Full time in Patchogue.
Call 631-289-2028

Pizzería Restaurant Farmingdale
 Busca Counter / Preparador de Pizza con experiencia. Tiempo completo.
Inglés necesario Llamar al 516-987-6606

Help Wanted
 Assitant Manager Bilingue
Familia Bakery Central Islip 631-630-1822

PETER ROMERO PLLC
 Trabaja más de 40 horas y no te pagan horas extras?. Incapacidad e injusticia en el trabajo?
Abogado de Ley Laboral Consulta Gratis! (631) 257-5588

Atención Hombres Parecida al Viagra
Hecha en Italia con ingredientes Naturales \$10 cada pastilla
Solo para Long Island Preguntar por Tony 516-729-9306



GINECOLOGÍA
 En Brentwood, aceptamos la mayoría de seguros. Hablamos Español.
631-273-3712

Ahora Puede Ver Nuestros Clasificados Online!
 Now You Can Check Out Our Classifieds Online!

www.thebilingualnews.com



LA BRUJERÍA SI EXISTE



¡Cuidado! Usted puede ser víctima de la brujería sin saberlo. No espere que la soledad, la pobreza o una enfermedad desconocida o muerte inesperada toda su existencia, alejándole la suerte, el hogar, la salud y la felicidad como le pasó a Jacinto Arosemena que aparece en la foto. El nos visitó y se comprobó que su enfermedad era sobrenatural, una brujería ocasionándole un tumor que le desfiguró su cara y terminó por dejarlo ciego. Fue curado por nosotros en solo siete días.

POR MÁS DE 25 AÑOS SALVANDO HOGARES, RESCATANDO A MILES DE PERSONAS DE LAS GARRAS DEL DEMONIO, LA ENVIDIA Y LA MALA SUERTE.

USTED PUEDE SER VICTIMA DE BRUJERÍA Y NO SABERLO. ¿SOLO, ENFERMO, SIN DINERO, SIN TRABAJO?, ¿TRAICIONADO?
¡No sufra en silencio y recupere todo lo que usted ha perdido!
REGRESAMOS A SU SER AMADO DE INMEDIATO, en un amarre amoroso y de fidelidad de por vida, si su enfermedad es por brujería, su curación es en una hora.
LA IMPOTENCIA SEXUAL tiene solución.



VEA RESULTADOS EN LA PRIMERA VISITA

AHORA ES EL MOMENTO, LLÁMENOS Y COMPROBE! EL QUE ES VALIENTE NO SE RINDE, LUCHE!

**PROFESOR
SANCHEZ
APOLONIO**

CONSULTAS EN HEMPSTEAD Y TODO LONG ISLAND NY

631-355-5455

ARIES

Sentirás una gran energía que te impulsará a iniciar nuevos proyectos. Aprovecha para avanzar en tus metas.

You will feel a great energy that will drive you to start new projects. Take advantage to move forward with your goals.

VIRGO

Mantén el enfoque en los detalles para evitar errores.

Stay focused on details to avoid mistakes.

CÁNCER

Aprovecha el tiempo para reflexionar y cuidar de tu bienestar emocional.

Take advantage of the time to reflect and take care of your emotional well-being.

LEO

Es un buen momento para destacar en tu trabajo y mostrar tus habilidades.

It's a good time to stand out at work and show your skills.

LIBRA

Tu sentido de la justicia y equilibrio te ayudará a resolver conflictos.

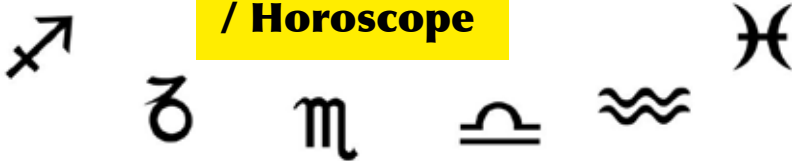
Your sense of justice and balance will help you resolve conflicts.



HORÓSCOPO

DE LA SEMANA / OF THE WEEK

/ Horoscope



GEMINIS GEMINI

May 21 - Jun. 20

Asegúrate de expresar tus ideas claramente y de escuchar a los demás con atención. Tu capacidad para adaptarte y aprender rápidamente te permitirá manejar situaciones complejas con facilidad.

Make sure to express your ideas clearly and to listen to others attentively. Your ability to adapt and learn quickly will allow you to handle complex situations with ease.

TAURO TAURUS

Toma decisiones con calma y sabiduría.

Make decisions calmly and wisely.

ESCORPIO SCORPIO

Trata de mantener la calma y no reaccionar impulsivamente.

Try to stay calm and not react impulsively.

SAGITARIO SAGITARIUS

Es un buen día para aprender algo nuevo y expandir tus horizontes.

It's a good day to learn something new and expand your horizons.

CAPRICORNIO CAPRICORN

Concéntrate en tus objetivos a largo plazo y trabaja diligentemente para alcanzarlos.

Focus on your long-term goals and work diligently to achieve them.

ACUARIO AQUARIUS

Exprésate de manera auténtica y sigue tus ideales.

Express yourself authentically and follow your ideals.

PISCIS PISCES

Escuchar tu intuición te dará claridad en situaciones confusas.

Listening to your intuition will give you clarity in confusing situations.

**QUESTIONS IN
SPANISH
ANSWERS IN
ENGLISH**

BILINGRAMA

**PREGUNTAS EN
ESPAÑOL
RESPUESTAS EN
INGLÉS**

SOLUCIÓN EN NUESTRA PÁGINA WEB | SOLUTION ON OUR WEBSITE: THEBILINGUALNEWS.COM

**HORIZONTAL
ACROSS**

- 1. Relativo al padre.
- 3. Confianza plena.
- 5. Acción de instruir.
- 7. Sin miedo.
- 8. Figura de admiración.
- 11. Respeto.
- 13. Guía.
- 14. Sabiduría.
- 16. Proteger.
- 18. Atención y preocupación.

**HACIA ABAJO
DOWN**

- 1. Capacidad de esperar.
- 2. El protagonista del día.
- 4. Característica física contraria a débil.
- 5. Regalo clásico para papá.
- 6. Alta estima.
- 9. Suave y cuidadoso.
- 10. De buen corazón.
- 12. Apoyo.
- 15. Ejemplo a seguir.
- 17. Grupo unido por lazos de sangre.

ESCRIBEN Y MIRA LAS RESPUESTAS
SCAN AND SEE THE ANSWERS



¿No Hay Atracción Sexual Por Tu Pareja? There's No Sexual Attraction For Your Partner?

¿Por qué una persona elegiría a un posible compañero de vida sin sentir la chispa de la atracción sexual? ¿Pueden estas relaciones sobrevivir y prosperar? ¿Puede cultivarse algo como la atracción sexual que no estaba presente al principio?

La sexualidad es lo que realmente distingue una relación romántica de una platónica: es un tipo de “pegamento de la relación” que ayuda a las parejas a mantenerse unidas en tiempos difíciles. Por eso es desconcertante que tantas personas desvaloricen el sexo al elegir una pareja para una relación a largo plazo.

La investigación muestra que, aunque la atracción física suele ser una de las características más importantes que las personas desean en una pareja romántica, en realidad no encabeza la lista ni para hombres ni para mujeres.



Rasgos como la inteligencia, el humor, la honestidad y la amabilidad son a menudo igual de importantes, si no más.

El buen sexo puede ayudar a proteger contra el malestar psicológico, incluyendo la ansiedad y la depresión, ayuda a las parejas a lograr una conexión más profunda y mejora la satisfacción en la relación.

Muchas parejas en sus 50 pueden explorar y expandir su sexualidad gracias a la madurez y a los nidos vacíos. Para las parejas en sus 60, 70 y más allá, que son capaces de expandir su definición de sexo más allá del orgasmo y co-crear intimidad, el sexo puede seguir siendo vibrante y rico.

Así que si realmente estás experimentando una caída inexplicable en el interés sexual, considera hablar con tu proveedor médico. Tal vez tus niveles de testosterona realmente hayan disminuido. Cualquiera que sea la fuente de tu falta de interés sexual, simplemente sé sincero con tu pareja.

Why would a person pick a potential life partner without feeling the spark of sexual attraction? And can these relationships survive and thrive? Can something like sexual attraction that wasn't there in the first place be cultivated later?

Sexuality is the one thing that really distinguishes a romantic relationship from a platonic one: it's one kind of “relationship glue” that helps couples stay together through hard times. That's why puzzled that so many people devalue sex in picking a partner for a long-term relationship.

Research shows that, while physical attractiveness is usually among the most important traits people desire in a romantic partner, it doesn't actually top the list for men or women.



Traits like intelligence, humor, honesty and kindness are often at least as important, if not more.

Good sex can help protect against psychological distress, including anxiety and depression, helps couples achieve a deeper connection, and improves relationship satisfaction.

Many couples in their 50s can explore and expand their sexuality thanks to maturity and empty nests. For couples in their 60s, 70s and beyond who are able to expand their definition of sex beyond orgasm and co-create intimacy, sex can continue to be vibrant and rich.

So if you really are experiencing an inexplicable drop in sexual interest, consider talking to your medical provider. Maybe your testosterone levels really have fallen. Whatever the source of your lack of sexual interest, just be up-front with your partner.



Podría estar en riesgo de quedarse sin seguro médico.
Pero estamos aquí para ayudar.

Si recibe noticias de NY State of Health, es hora de actuar. Renueve su seguro médico antes del día 15 de su mes de renovación.

 nystateofhealth.ny.gov

 (855) 355-5777





GRATIS / FREE

Junio
June
13

Toy Hospital

¿Busca horas de servicio comunitario? Apúntate a una franja horaria para ayudar a limpiar los juguetes de la habitación de los niños como preparación para el verano. Los certificados de servicio comunitario estarán disponibles la semana siguiente al evento.

Looking for community service hours? Sign up for a time slot to help clean toys from the Children's room in preparation for Summer. Community service certificates will be available the week following the event.

03:00 PM - 06:00 PM

The Hampton Library
2478 Main Street
Bridgehampton, NY 11932
Tel: 631-537-0015



Junio
June
14

Floating Boat Craft

De 8 a 11 años. ¿Qué se puede hacer con corchos de vino, espuma y palillos? Haz un velero flotante para celebrar el Mes Mundial de los Océanos.

For ages 8 to 11. What can you do with wine corks, foam, and toothpicks? Make a floating sailboat to celebrate World Ocean Month.

04:00 PM - 05:00 PM

Hampton Library in
Bridgehampton
2478 Main Street
Bridgehampton,
NY 11932
Tel: 631-537-0015



Junio
June
15

46th Annual Kings Park Day

Este evento estilo feria callejera tendrá capacidad para 130 expositores que presentarán arte, fotografía, casas para pájaros, joyería, diseños artesanales y artículos de regalo únicos.

This street fair styled event will accommodate 130 exhibitors featuring art, photography, bird houses, jewelry, handcrafted designs and unique gift items.

10:00 AM - 04:00 PM

Library Municipal Parking Lot
1 Main Street
Kings Park, NY 11754
Tel: 631-846-1459



Junio
June
15

ARTS + AUTOMOBILES

Explore una colección curada de exquisitos vehículos personalizados junto con obras cautivadoras de talentosos artistas locales. Saboree deliciosas comidas, bebidas y más.

Explore a curated collection of exquisite custom vehicles alongside captivating works by talented local artists. Savor delicious food, drinks and more.

12:00 PM - 06:00 PM

Morgan Parc
199 2nd Street
Mineola, NY 11501
Tel: 718-869-9501



SOPA DE LETRAS

Palabras en Inglés, Respuestas en Español
Words in English, Answers in Spanish

BILINGUAL / BILINGÜE

Q	L	E	G	Ú	T	E	Y	M	L	E	A	L	T	A	D	K	A	W	I
D	A	Ó	Q	E	D	N	Ó	I	C	A	N	H	C	K	E	S	T	F	Ü
Q	S	E	C	A	P	Ñ	S	E	W	Y	Ü	Y	C	N	J	W	I	E	V
A	L	C	W	R	S	W	Ó	S	G	Ú	H	A	O	I	A	Ñ	H	H	C
Z	D	I	R	E	X	C	Ó	Á	Y	I	R	O	S	X	R	D	K	Q	N
O	É	S	O	D	K	G	V	M	I	C	P	U	L	G	O	N	M	I	H
O	R	B	L	N	Q	V	J	Z	Ü	M	Y	R	L	G	C	T	Ó	Z	S
J	I	Z	A	A	I	C	N	E	D	N	E	P	E	D	N	I	C	É	J
F	L	E	V	B	L	F	Ó	Q	M	M	U	A	T	O	I	R	T	A	P
S	L	I	B	E	R	T	A	D	E	M	O	C	R	A	C	I	A	S	V

Flag
 Nation

Anthem
 Valor

Loyalty
 Courage

Freedom
 Patriot

Democracy
 Independence

1800-256-8161

ROBERT QUIGLEY

CANDIDATO INDEPENDIENTE DE ESTADOS UNIDOS

Robert Quigley, nacido en Lexington KY, actualmente reside en Washington DC. Ciudadano Americano Independiente anuncia su candidatura a la Casa Blanca en las elecciones del 2024. La formación de la campaña comenzó el 1 de abril del 2022 y, hasta ahora, Quigley ha recaudado 25 millones de dólares en donaciones. La campaña Robert Quigley para presidente busca 500 directores de campaña locales en todas las ciudades de Estados Unidos. El pago es de \$50,000 y el 25 % de todos los fondos recaudados. Están reclutando activamente empresarios y voluntarios para ayudar a proveer personal a la campaña, para ayudar a proveer personal en puestos de liderazgo y donantes que quieran resolver los problemas de Estados Unidos.

Si usted se ha dado cuenta de que 175 años de gobierno demócrata y republicano han traído una catástrofe a la mayor parte de la población de los EE. UU. con 162 millones de adultos trabajadores que viven de cheque a cheque, con millones esforzándose por tener negocios propios, con el calentamiento global, con oportunidades inadecuadas para ser propietario de vivienda, con préstamos estudiantiles onerosos, con precios inflacionarios aplastantes y/o atención médica agobiante, entonces únete a la causa.

Juntos hagamos que Estados Unidos funcione para todos los ciudadanos.

Estados Unidos se encuentra en una encrucijada. El extremismo y el autoritarismo no son aceptables. Los independientes son solucionadores de problemas, centristas, negociadores y trabajan en equipo. Lo logramos con un análisis profundo, compromiso y escucha. El 44% de los votantes encuestados recientemente planean votar por un partido independiente o por un tercer partido en el 2024. El 75% de los votantes odia a los demócratas y republicanos. El 49% de todos los votantes están registrados como independientes. Quigley está en la boleta electoral de 44 estados como candidato por escrito. Hasta ahora, cinco estados imprimirán su nombre en la boleta electoral. Esto le da acceso a 506 votos del Colegio Electoral con 270 necesarios para ganar.

El status continuista está llegando a su fin.

Tenga en cuenta que Robert Quigley está disponible para radio, televisión, Podcasts, Google, Zoom y eventos en vivo en persona y eventos para recaudar fondos cuando sea necesario. Tenemos 240 videos en nuestro sitio web. Los artículos de noticias están disponibles a pedido. Busque a Quigley en un lugar cercano a usted mientras viaja por el país en su gira de campaña de discursos nacionales: Robert Quigley para presidente en camino a la Casa Blanca. Registre su donación en el sitio web de Quigley. Todas las donaciones serán muy apreciadas.

¡Un millón de gracias!

Robert Quigley

Robert Quigley para presidente, 142 Webster St NE, Washington. CC 20011.
Celular 202-578-8390 www.RobertQuigleyForPresident.Com
robertquigleyforpresident@gmail.com robertq1215@gmail.com
LinkedIn-<https://www.linkedin.com/in/robert-quigley-217a12a>

ROBERT QUIGLEY Candidato independiente
a la presidencia de Estados Unidos

QUIERE
SU
VOTO!



ESTE ANUNCIO POLÍTICO ES PAGADO POR LA CAMPAÑA DE ROBERT QUIGLEY PARA PRESIDENTE.

“No Temas Mirarte al Espejo”

TEDTM

¡El Tratamiento No 1 en el Mundo
No Quirúrgico para Restauración de Cabello que
Realmente Funciona Finalmente Está Aquí!
Tecnología de Ultrasonido...
Como el Visto en "Despierta America"

40%
De Descuento
En Cualquier Procedimiento
EXPIRA 06/30/24

TIMELESS BODY



PRIMAVERA
TOMA ACCIÓN
AHORA
¡CONSIGUE EL CUERPO
QUE SIEMPRE HAS
SONADO!!

TED RESTAURACIÓN DE CABELLO (SIN AGUJAS • SIN CIRUGÍA)



DESPUÉS DE 5-8 TRATAMIENTOS

RF- MICRO AGUJAS



DESPUÉS DE 4 TRATAMIENTOS

COOLSCULPTING



DESPUÉS DE 1-2 TRATAMIENTOS

COOLSCULPTING



DESPUÉS DE 1-2 TRATAMIENTOS

ELIMINACIÓN DE CELULITIS ENDERMOLOGÍA



DESPUÉS DE 20 TRATAMIENTOS

ELIMINACIÓN DE VENAS DE ARAÑA CON LÁSER



DESPUÉS DE 6 TRATAMIENTOS

ELIMINACIÓN DE MANCHAS CON LASER



DESPUÉS DE 8 TRATAMIENTOS

ELIMINACIÓN DE TATUAJES CON LÁSER

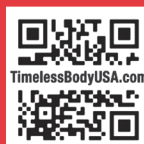


DESPUÉS DE 8 TRATAMIENTOS

TAMBIÉN NOS ESPECIALIZAMOS EN: ELIMINACIÓN DE VELLAS CON LÁSER • ESTRÍAS • PIEL SUELTA • BOTOX • RELLENOS DÉRMICOS

Llame ahora para una Consulta *Gratis* y Reciba un Tratamiento Hidrafacial de *Cortesía* (AVALUADO EN \$300)

631-230-4366



Lun-Vie 10am - 9pm, Sáb 10am - 5pm
Hauppague, NY Se Habla Español

Todos los tratamientos son realizados por esteticistas con licencia del Estado de Nueva York.

La cantidad de tratamiento(s) y los resultados visibles pueden variar de un paciente a otro. *Solo para pacientes nuevos.