

# News THE BILINGUAL El Bilingüe



Vol. 26 • Dic / Dec. 23 - Dic / Dec. 30, 2024 • Edition/Edición 1417 • West Suffolk

Take A Free Copy

HAPPY NEW YEAR

2025

Toma Una Copia Gratuita

SE HABLA ESPAÑOL

## Veritas Women's Care

Virginia McLean MD MHA  
Antoinette Sabatino, RPA-C

### Obstetricia y Ginecología

Aceptamos la mayoría de seguros

FIDELIS CARE healthfirst Oxford Health Plans

# 631-273-3712

# LAS PELÍCULAS MÁS ESPERADAS MOST ANTICIPATED MOVIES OF 2025 DE

PG-20

**SIBEN & SIBEN LLP**  
— Serving Since 1934 —

89th Anniversary 1934-2023

*"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"*

## ATTORNEYS AT LAW

"La Consulta Es Gratis"

# 1-866-SIBENLAW

## WWW.SIBENSIBEN.COM

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

### MANEJAMOS TODOS LOS ASUNTOS LEGALES, INCLUYENDO:

- Lesiones Personales & Muerte Culposa
- Accidentes De Automóvil
- Negligencia Médica
- Casos De Resbalón y Caída
- Productos Defectuosos
- Compensación De Trabajadores
- Casos Criminales y De Tráfico

**SE HABLA ESPAÑOL**





Los residentes de Long Island se hacen la misma pregunta que recientemente se hicieron los habitantes de Nueva Jersey: ¿Por qué se ven tantos drones en nuestra área?

**Según informes, docenas de drones han sido avistados sobre Port Washington, Huntington, Northport, West Babylon y otras ubicaciones.**

El ejecutivo del condado de Suffolk, Ed Romaine, y el Departamento de Policía del condado de Suffolk

## Drones Ahora Son Vistos Sobre Drones Now Spotted Over Long Island

emitieron un comunicado el 16 de diciembre en conjunto, afirmando que “a la luz de los recientes avistamientos de drones en toda la costa este”, ambas organizaciones están “trabajando en estrecha colaboración con nuestros socios en las fuerzas del orden estatales y federales para monitorear la situación en tiempo real.”

El senador Chuck Schumer solicitó el 15 de diciembre al Departamento de Seguridad Nacional de Estados Unidos (DHS) que implemente mejores tecnologías de rastreo de drones para identificar a los drones y sus operadores. Sin embargo, el gobierno federal no ha hecho mucho para responder estas preguntas en sus propios comunicados de prensa.

Algunos de los drones reportados en partes de Nueva York y Nueva Jersey resultaron ser "aviones tripulados que comúnmente se confunden con drones", según Mayorkas. "No sabemos de ninguna implicación extranjera respecto a los avistamientos en el noreste. Y estamos atentos en la investigación de este asunto.”



Long Islanders are now asking the same question asked most recently by New Jersey residents: Why are so many drones spotted over our area?

**Dozens of drones have been sighted over Port Washington, Huntington, Northport, West Babylon and other locations, according to published reports.**

Suffolk County Executive Ed Romaine and Suffolk County Police Department said in a joint statement on December 16 that “[in] light of the recent drone

sightings throughout the East Coast,” the two organizations are “working closely together along with our state and federal law enforcement partners to monitor the situation in real-time.”

Sen. Chuck Schumer called on December 15 for the U.S. Department of Homeland Security (DHS) to deploy better drone-tracking technology to identify the drones and their operators. Yet, the federal government did little to answer those questions in its own media briefings.

Some of the drones reported above parts of New York and New Jersey have turned out to be “manned aircraft that are commonly mistaken for drones,” Mayorkas said. “We know of no foreign involvement with respect to the sightings in the Northeast. And we are vigilant in investigating this matter.”

ESTA **INSCRIPCIÓN ABIERTA**,  
ENCUENTRE UN SEGURO  
MÉDICO QUE SEA

**EL ADECUADO PARA USTED**

Gracias a que los nuevos ahorros en los costos comienzan en 2025, puede pagar incluso menos costos de su bolsillo.

**INSCRÍBASE HOY**



 nystateofhealth.ny.gov

 1-(855) 355-5777





1800-256-8161

# Pediatric Dentistry of Suffolk County

PLLC



Anunciamos nuestra  
nueva oficina de última  
generación en ISLIP

Nuestras oficinas están completamente equipadas con radiografías digitales y salas de tratamiento temáticas.



## Aceptamos :

**FIDELIS**

**HEALTHFIRST**

**LIBERTY**

**UNITED  
HEALTHCARE  
COMMUNITY  
PLAN**

y todos los demás seguros

Llame hoy para programar una cita

### SMITHTOWN

1030 West Jericho Tpke.  
Smythtown, NY 11787

**631-486-6364**

**NUEVA  
UBICACION**

### ISLIP

148 Islip Avenue, Unit 28,  
Islip, NY 11751

**631-650-6370**

### MEDFORD

3237 Route 112, Building #6,7B  
Medford, NY 11763

**631-320-0880**

[www.supermolar.com](http://www.supermolar.com)



**Valparaíso**
**Man Awarded Record \$37M Settlement In Construction Zone Crash**
**Hombre Recibe Un Histórico Pago De \$37M Por Accidente En Zona De Construcción**

Aquí tienes algo en lo que pensar la próxima vez que conduzcas por una zona de construcción.

Un hombre de Valparaíso recibirá un pago de 37,5 millones de dólares después de que su motocicleta colisionara con un vehículo en una zona de construcción en agosto de 2020.

Se considera que es el pago más grande en un caso de lesiones personales en la historia de Indiana antes de llegar a juicio.

Se informó que la zona estaba tan mal configurada que dejó a los conductores confundidos y desorientados.

"Estos conos y el control de tráfico fueron configurados 100% de manera negligente e incorrecta. Y cuando no se siguen estas reglas, es una garantía que alguien terminará confundido, y desafortunadamente este es el tipo de evento horrible que puede ocurrir", dijo el abogado Otto Shragal a la estación WNDU 16 News Now en una conferencia de prensa.

**"Perdí un ojo. Perdí la capacidad de sonreír", dijo el hombre que iba en la motocicleta, Brad Detert. "Piénsenlo. Perdí la capacidad de sonreír porque mi cara está paralizada".**

Detert trabajaba como piloto comercial para Frontier Airlines en el momento del accidente.

"Las regulaciones las tomo muy, muy en serio. Cuando era piloto de aerolíneas, estaba a cargo de la seguridad de las personas y lo tomaba muy, muy en serio", agregó.



El abogado Kenneth J. Allen sostiene que las agencias encargadas de hacer cumplir las reglas de seguridad, como la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional (OSHA), han sido desmanteladas.

"Son solo una sombra de lo que eran, por lo que las reglas y regulaciones sobre seguridad ahora son solo voluntarias", dijo Allen.

**El equipo legal que representa a Detert comentó que la compañía responsable de configurar la zona de construcción negó inicialmente haber colocado conos en la carretera, hasta que pruebas fotográficas de las cámaras corporales de la policía demostraron lo contrario.**

"Diría que les debería dar vergüenza, vergüenza por no tomar estas regulaciones en serio, vergüenza por ponernos a todos en peligro y vergüenza por intentar salirse de esto, y especialmente, vergüenza por tratar de encubrirlo", agregó Detert.

El equipo legal de Detert afirma que este pago mejorará su calidad de vida.

Here's something to think about the next time you drive through a construction zone.

A Valparaiso man will receive a \$37.5 million settlement because his motorcycle collided with a vehicle in a construction zone in August of 2020.

It is said to be the largest pre-trial settlement of a personal injury case in Indiana history.

The zone was said to be so poorly put together, it left drivers confused and disoriented.

"These cones and the traffic control were 100% set up negligently and improperly. And when these rules are not followed, it is a guarantee that someone will be confused, and unfortunately this is the type of horrible event that can happen," Attorney Otto Shragal told WNDU 16 News Now at a news conference.

**"I lost an eye. I lost the ability to smile," said the man who was on the motorcycle, Brad Detert. "Think about that. I lost the ability to smile because my face is paralyzed."**

Detert was a commercial pilot with Frontier Airlines at the time of the crash.

"The regulations I take very, very serious. When I was an airline pilot, I was in charge of people's safety and I took that very, very seriously," he said.

Attorney Kenneth J. Allen says agencies that are supposed to enforce safety rules and regulations, like OSHA, have been gutted.

"They are a shadow of what they were once so these rules and regulations regarding safety are voluntary," Allen said.

**The legal team representing Detert said that the company that set up the construction zone first denied placing cones in the road, until photographic evidence from police body cameras showed otherwise.**

"I would say shame on you, shame on you for not taking these regulations seriously, shame on you for putting us all in danger all of us, and shame on you for trying to back out of it, and especially, shame on you for trying to cover it up," Detert added.

Detert's legal team says it believes this settlement will make his life better.




**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**





## Asesino En Serie De Gilgo Beach Acusado De Un Séptimo Asesinato

### Gilgo Beach Serial Killer Charged In 7Th Murder

El arquitecto de Nueva York acusado de una serie de homicidios conocidos como los asesinatos de Gilgo Beach fue imputado el 17 de diciembre por la muerte de una séptima mujer.

Rex Heuermann fue acusado de asesinar a Valerie Mack, cuyos restos fueron encontrados por primera vez en Long Island en el año 2000. Mack, de 24 años, trabajaba como escort en Filadelfia y fue vista por última vez por su familia ese mismo año en Nueva Jersey.

Los restos esqueléticos parciales de Mack, fueron hallados inicialmente en Manorville, Nueva York, en el año 2000, a unos 80 kilómetros al este de donde se encontraron más restos en Gilgo



Beach una década después. No fueron identificados hasta que pruebas genéticas revelaron su identidad en 2020.

Cabello humano hallado junto a los restos de Mack fue enviado a pruebas este año y resultó ser una coincidencia probable con el perfil genético de la hija de Heuermann, según indicaron los fiscales en documentos judiciales. Su hija no está acusada de ningún delito y habría tenido tres o cuatro años cuando Mack murió.

The New York architect facing murder charges in a string of deaths known as the Gilgo Beach killings was charged on December 17 in the death of a seventh woman.

Rex Heuermann was charged with killing Valerie Mack, whose remains were first found on Long Island in 2000. Mack, 24, had been working as an escort in Philadelphia and was last seen by her family that year in New Jersey.

Mack's partial skeletal remains were first found in Manorville, New York, in 2000, about 50 miles (80 kilometers) east of where more of her remains were discovered on Gilgo Beach more than 10 years later. They were unidentified until genetic testing revealed her identity in 2020.

Human hair found with Mack's remains was

sent for testing earlier this year and found to be a likely match with the genetic profile of Heuermann's daughter, prosecutors said in court papers. His daughter is not accused of any wrongdoing and would have been three or four years old when Mack died.



## Cachorro Rescatado De Una Montaña De Basura

### Puppy Rescued From Mountain Of Junk

La ASPCA del condado de Suffolk allanó la casa de Kathleen O'Brien, de 65 años, en Middle Island, donde encontraron a "Gracie", una asustada labradora negra de 5 años que asomaba la cabeza detrás de una pila de basura de 5 pies de altura, según el jefe Roy Gross y las imágenes.

**Gracie fue descubierta con áreas de piel sin pelo, piel roja e irritada, llagas abiertas alrededor de los ojos y uñas crecidas en exceso, informó el jefe.**

O'Brien, quien estaba hospitalizada al momento del allanamiento, fue arrestada y acusada de múltiples delitos menores por crueldad animal. Debe comparecer en el Primer Tribunal de Distrito en Central Islip el 27 de diciembre. Su hogar fue posteriormente declarado inhabitable por funcionarios del Código de Brookhaven Town.



The Suffolk County ASPCA raided Kathleen O'Brien's, 65, Middle Island home, where they found "Gracie," a scared 5-year-old black Labrador peeking out behind a 5-foot pile of trash, according to Chief Roy Gross and the images.

**Gracie was discovered with areas of missing fur, red irritated skin, open sores around her eyes and overgrown nails, the chief said.**

O'Brien, who was in the hospital at the time of the raid, was arrested and slapped with multiple misdemeanor animal cruelty charges. She is set to appear in First District Court in Central Islip on Dec. 27. Her home was later condemned by Brookhaven Town Code officials.



**Monteiro & Fishman LLP** 516-280-4600  
51 N. FRANKLIN STREET, SUITE 108 HEMPSTEAD, NEW YORK 11502

**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



Long Island

## Entrepreneur With Down Syndrome Who Runs The World's Largest Online Sock Company

### Emprendedor Con Síndrome De Down Dirige La Tienda De Calcetines En Línea Más Grande Del Mundo



Un hombre de Long Island con síndrome de Down ha demostrado que nada puede detener sus sueños, ya que ha creado y dirige la tienda de calcetines en línea más grande del mundo, empleando además a un equipo formado por personas que enfrentan desafíos similares.

John Cronin, de 28 años, cofundó John's Crazy Socks, con sede en Farmingdale, en 2016

junto con su familia, impulsado por su amor por los calcetines extravagantes. Desde entonces, se ha convertido en un empresario destacado, vendiendo más de dos millones de pedidos con 4,000 diseños y donando cerca de \$800,000 a organizaciones benéficas.

“Tengo un trabajo muy significativo aquí”, dijo el joven de 28 años.

**Desde que triunfó en el mercado de calcetines, Cronin ha recibido numerosos reconocimientos, como ser invitado a hablar ante el Congreso y las Naciones Unidas en representación de personas con diferentes capacidades.**

El emprendedor local, que viaja frecuentemente para dar conferencias, incluso desarrolló una amistad con el fallecido presidente George HW Bush, con quien solía intercambiar calcetines.

**Cronin, residente de Huntington y ex atleta de las Olimpiadas Especiales, comenzó su empresa tras tener dificultades para encontrar un empleo después de terminar la preparatoria, comentó.**

El joven se acercó a su familia y les insistió en iniciar una tienda de calcetines, ya que solía coleccionar calcetines extravagantes durante sus vacaciones.

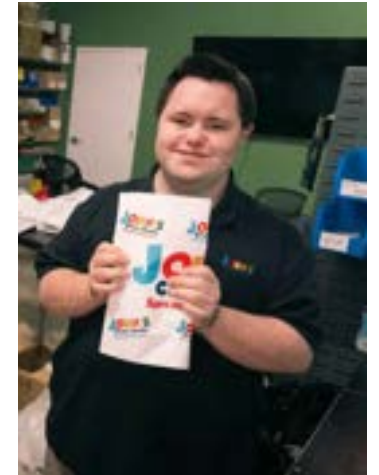
“Sé lo divertidos que son y quería compartir eso. No podía ser el único que quería comprarlos”, expresó Cronin. Actualmente, administra el negocio junto con sus padres, Mark y Carol, y su hermano mayor, Jamie.

Los pedidos incluyen diseños que generan conciencia sobre causas como el síndrome de Down y el autismo, además de calcetines que celebran diferentes festividades y snacks. También venden modelos populares con temas de Harry Potter y Bob Esponja.

A Long Island man with Down syndrome has proved that nothing can stop his dreams — as he has built and runs the world's largest online sock company and has been able to hire a staff filled with others who face similar challenges.

John Cronin, 28, co-founded the Farmingdale-based John's Crazy Socks in 2016 with his family because of his love of wacky socks and has since become a hosiery mogul, selling upward of two million orders with 4,000 designs and donating nearly \$800,000 to charities.

“I've got a very meaningful job here,” the 28-year-old, told.



**Since hitting it big in the stocking market, Cronin has had many honors, such as being invited to speak to Congress and the United Nations on behalf of those with differing abilities.**

The local entrepreneur, who often travels for speaking engagements, even developed a friendship with the late President George HW Bush. The two would send each other socks.

**Cronin, a Huntington resident and former Special Olympian, began his enterprise after struggling to find a job after high school, he said.**

The young man approached his family and insisted they start a sock company because he would collect wacky ones while on vacation.

“I know how fun it is, and I wanted to share that. I couldn't be the only one who wanted to buy them,” Cronin said. He now runs the business with his parents, Mark and Carol, and his older brother, Jamie.

Orders range from prints that raise awareness for causes such as Down syndrome and autism to socks that celebrate different holidays and snacks. They also sell crowd favorites with Harry Potter and SpongeBob themes.



## 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**







## Una Película De "Bluey" Llegará En A 'Bluey' Movie Is Coming In **2027**

El programa se emitió originalmente en Australia antes de ser adquirido por Disney+. Según informes de Nielsen, "Bluey" fue el programa infantil más visto de 2023 y 2024 en todas las plataformas.

**Joe Brumm, creador de 'Bluey', está a cargo de escribir y dirigir la película, la cual "continuará las aventuras" de Bluey y Bingo.**

"Bluey" llegará por primera vez a la pantalla grande.

The Walt Disney Company anunció el 17 de diciembre que está trabajando en una película junto a BBC Studios, que seguirá la vida de la popular cachorra blue heeler Bluey y su hermana menor Bingo, de una familia de perros australianos, con fecha de estreno para 2027.

"Siempre he pensado que 'Bluey' merecía una película para el cine. Quiero que sea una experiencia para que toda la familia la disfrute junta", dijo Brumm en un comunicado de prensa de Disney.

Ganador del premio Peabody y Emmy, "Bluey", disponible en más de 140 países, es la serie más vista en todo el mundo en Disney+, el servicio de streaming bajo demanda de la compañía.



"Bluey" is headed to the big screen for the first time.

The Walt Disney Company announced December 17 that a film with BBC Studios is in the works, slated to follow the life of the popular blue heeler pup Bluey and her younger sister Bingo of a cartoon Australian dog family, for a 2027 release date.

The show originally aired in Australia before it was picked up by Disney+.

"Bluey" was the most-watched kids show of 2023 and 2024 across platforms, according to Nielsen reports.

**"Bluey" creator Joe Brumm is set to write and direct the film, which will "continue the adventures" of Bluey and Bingo.**



"I've always thought 'Bluey' deserved a theatrical movie. I want this to be an experiential event for the whole family to enjoy together," Brumm said in a Disney press release.

The Peabody and Emmy Award-winning "Bluey," which is available in over 140 countries, is the most-watched global series of the year on Disney+, the company's signature on-demand streaming service.

"SUS SOLUCIONES COMIENZAN AQUÍ - CONSULTA GRATIS"




# ABOGADOS

## Monteiro & Fishman LLP





**INMIGRACION**



**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.



## WISCONSIN

## Girl Kills Teacher And Teen At Christian School

## Chica Mata A Profesor Y Estudiante En Escuela Cristiana

Una estudiante de 15 años abrió fuego en una sala de estudio de una pequeña escuela cristiana en Wisconsin, matando a un profesor y a un adolescente, lo que provocó una rápida respuesta policial tras la llamada al 911 de un estudiante de segundo grado.

La joven también hirió a seis personas más en el tiroteo del 16 de diciembre en Abundant Life Christian School, incluyendo a dos estudiantes que se encuentran en estado crítico, según informó el jefe de policía de Madison, Shon Barnes. Un profesor y tres estudiantes fueron trasladados al hospital con lesiones menos graves, y dos de ellos ya fueron dados de alta.

A 15-year-old student opened fire inside a study hall at a small Christian school in Wisconsin, killing a teacher and a teenager and prompting a swarm of police officers to descend on the school in response to a second grader's 911 call.

The girl also wounded six others in December 16 shooting at Abundant Life Christian School, including two students who were in critical condition, Madison Police Chief Shon Barnes said. A teacher and three students were taken to a hospital with less serious injuries, and two of them were later released.



## Aumentan Las Ventas De Búnkeres Nucleares

### Nuclear Bunker Sales Increase

Líderes en seguridad global advierten que las amenazas nucleares están creciendo, con un gasto en armas que alcanzó \$91,400 millones el año pasado. Al mismo tiempo, las ventas de búnkeres privados están en aumento, desde pequeños refugios metálicos hasta lujosas mansiones subterráneas.

Los críticos sostienen que estos búnkeres generan una falsa sensación de seguridad, ya que fomentan la idea errónea de que una guerra nuclear es sobrevivible. Argumentan que centrarse en sobrevivir a un ataque nuclear desvía la atención de la necesidad urgente de detener la proliferación de armas de destrucción masiva.

Sin embargo, muchos compradores afirman que los búnkeres les ofrecen tranquilidad. Según un informe de BlueWeave Consulting, el mercado de refugios contra bombas y radiación en Estados Unidos podría crecer de \$137 millones en 2022 a \$175 millones para 2030.

Global security leaders warn that nuclear threats are growing, with weapons spending reaching \$91.4 billion last year. At the same time, private bunker sales are rising, ranging from small metal shelters to luxurious underground mansions.

Critics argue that these bunkers create a false sense of security by promoting the misconception that a nuclear war is survivable. They claim that focusing on surviving a nuclear attack distracts from the urgent need to stop the proliferation of weapons of mass destruction.

However, many buyers say bunkers provide peace of mind. According to a report by BlueWeave Consulting, the U.S. market for bomb and fallout shelters could grow from \$137 million in 2022 to \$175 million by 2030.



## OREGON

## El 'Bandido del Ojo Loco'

## The 'Googly Eye Bandit'



Una ciudad en Oregón ha estado suplicando a sus residentes que dejen de colocar ojos locuelos en el arte público.

La broma se hizo viral después de que alguien pegara enormes ojos de plástico en varias obras de arte en Bend, Oregón, pero la ciudad ha gastado más de \$1,000 para eliminar las adiciones no deseadas en las esculturas.

**La persona anónima detrás de los ojos ha sido apodada como el 'Bandido del Ojo Loco' por los medios de comunicación locales.**

El misterioso "bandido" actúa en la ruta de arte de la ciudad, que cuenta con 27 esculturas creadas por varios artistas.

A city in Oregon has been pleading with its residents to stop putting googly eyes on public art.

The prank went viral after someone glued the massive plastic eyes on various artworks in Bend, Oregon, but the city has paid over \$1,000 to remove the unwelcome additions to the sculptures.

**The unnamed person behind the eyes has been nicknamed the 'Googly Eye Bandit' by local news.**

The Bend bandit strikes on the city's art route, which features 27 sculptures made by various artists.




**Familia BAKERY**

**NOW OPEN**

**COME VISIT US!**

**2314 N OCEAN AVE.**  
**FARMINGVILLE, NY 11738**





**MÉXICO**

## Más De 100 Policías Locales Arrestados

### More Than 100 Local Police Officers Under Arrest

Autoridades en dos estados del sur de México arrestaron a más de 100 policías locales por diversos abusos y delitos, sumándose a la larga lista de escándalos de corrupción policial en el país.

En el mayor de los dos incidentes, 92 policías municipales del estado sureño de Chiapas fueron detenidos tras intentar impedir que las autoridades estatales asumieran el control de una oficina de cámaras de vigilancia policial.

La fiscalía del estado de Chiapas acusó a los policías municipales de la ciudad de Comitán de usar las cámaras de vigilancia para informar a grupos locales — algunos de los cuales están aliados

con cárteles de drogas— sobre operativos estatales y federales en la zona.

El jefe de la policía estatal de Chiapas, Óscar Aparicio Avendaño, afirmó que algunos de los 92 policías municipales de Comitán apuntaron con sus armas a los funcionarios estatales que intentaban tomar el control de la oficina de vigilancia y los obligaron a retirarse a punta de pistola.



#### Los 92 oficiales fueron detenidos bajo cargos de motín y abuso de autoridad.

Tras su detención, algunos residentes locales bloquearon calles y destruyeron o dañaron cámaras de vigilancia; aproximadamente 30 de ellos fueron arrestados por cargos de motín.

Authorities in two states in southern Mexico arrested more than 100 local police officers for various abuses and offenses, adding to the long list of police corruption scandals in the country.

In the largest of the two incidents, 92 municipal police officers in the southern state of Chiapas were arrested after they tried to stop state



authorities from assuming command of a police surveillance camera office.

Chiapas state prosecutors accused local police officers in the city of Comitán of using the video cameras to inform local groups — some of which are allied with drug cartels — about state and federal raids in the area.

Chiapas state police chief Óscar Aparicio Avendaño said

some of the 92 municipal Comitán police officers drew their guns on state officials trying to take control of the video surveillance office, and forced them out at gunpoint.

#### The 92 officers were held pending charges of rioting and abuse of authority.

After they were detained, some local residents blocked streets and destroyed or damaged video cameras; about 30 of them were arrested on riot charges.



**SIBEN & SIBEN LLP**  
— Serving Since 1934 —



*Luchando Por Sus Derechos  
Legales Desde 1934*

## ATTORNEYS AT LAW

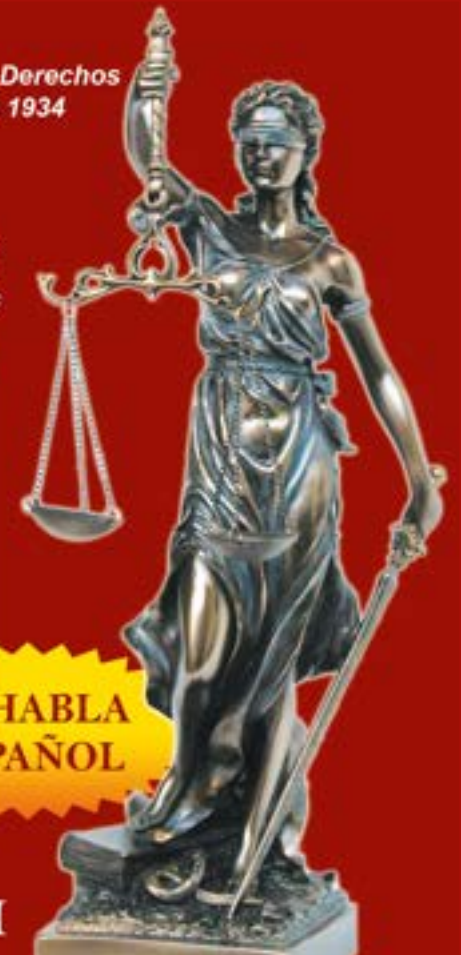
**"La Consulta Es Gratis"**

*"Es importante elegir la representación legal adecuada. Sibén & Sibén 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 Raices
- 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**





## Archaeologists Discover A Mysterious Floor Made Of Bones

### Arqueólogos Descubren Un Misterioso Suelo Hecho De Huesos

Los huesos meticulosamente dispuestos fueron encontrados dentro de un edificio en Achterdam, el famoso distrito de luz roja de la ciudad neerlandesa de Alkmaar.

Procedentes de ganado muerto, los huesos podrían haber sido colocados hace unos 500 años durante la construcción del edificio, según creen los expertos.

Sin embargo, estos huesos se depositaron siglos antes de que Achterdam se hiciera famoso como un distrito de luz roja. El municipio de Alkmaar, Gemeente Alkmaar, afirmó en un comunicado: "La pregunta es, por supuesto, por qué se utilizaron huesos para rellenar el suelo de baldosas".



The meticulously-arranged bones were found inside a building at Achterdam, a red light district in the Dutch city of Alkmaar.

Taken from dead cattle, the bones might have been laid about 500 years ago during construction of the building, the experts think.

However, the bones were laid centuries before Achterdam became famous as a red light district. The municipality of Alkmaar, Gemeente Alkmaar, said in a statement: 'The question is of course why bones were used to fill the tiled floor.'

## Reino Unido United Kingdom

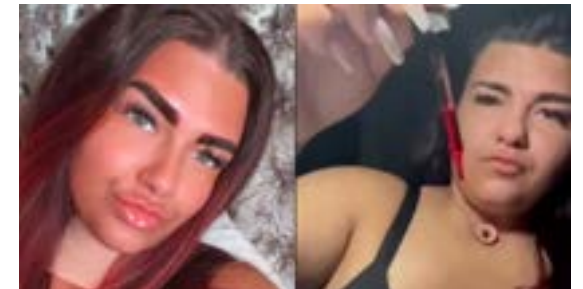
### Madre Muere 'Después De Tomar Gotas Para Adelgazar' Mother Died 'After Taking Skinny Drops'

Sarah Thompson, de 34 años, fue encontrada inconsciente en su cama por su hija adolescente.

Días antes, Sarah había comenzado a sentirse enferma y estuvo vomitando. Su familia cree que su muerte fue causada por las drogas para bajar de peso que comenzó a tomar en un intento de perder el peso que había ganado durante su batalla contra el cáncer.

Para perder el peso extra, comenzó a tomar las gotas, que le hicieron perder 49 libras (aproximadamente 22 kilos) en tan solo un mes. Más adelante se descubrió que las gotas contenían **Clenbuterol**, un medicamento de la clase C que es una sustancia controlada y puede ser peligroso si no se utiliza correctamente.

Se cree que este medicamento fue el responsable de los intensos vómitos que sufrió Sarah antes de su muerte, lo que le impidió retener cualquier alimento.



Sarah Thompson, 34, was discovered unresponsive in her bed by her teenage daughter.

Days prior, Sarah had become ill and was throwing up. Her family believe her death was caused by the weight loss drugs she began taking in an attempt to lose weight she had gained during a battle with cancer.

To lose the extra weight, she began taking the drops, which saw her shed 49 pounds in just one month. It was later discovered the drops contained Clenbuterol, a steroid Class C controlled drug which can be dangerous if not taken properly.

The drug is believed to be behind Sarah's intense sickness before she died, which left her unable to keep any food down.

## Georgia 12 Muertos Por Fuga De Monóxido De Carbono People Dead After Carbon Monoxide Leak

Una fuga de monóxido de carbono en Georgia dejó doce personas muertas en sus habitaciones, según confirmaron las autoridades.

Los cuerpos de las 12 víctimas fueron encontrados en sus dormitorios, en el segundo piso de una estación de esquí, ubicada sobre un restaurante indio, en Gudauri, en el norte de Georgia.

Se cree que todas las personas que fallecieron, entre las que se encuentran 11 extranjeros y una persona de nacionalidad georgiana, trabajaban en el restaurante.



Las muertes están siendo investigadas como "homicidio por negligencia", ya que no se sospecha violencia en el incidente.



A carbon monoxide leak in Georgia has left twelve people dead in their rooms, police confirmed.

The bodies of the 12 who died were found in their bedrooms on the second floor of a ski station, above an Indian restaurant, in Gudauri, North Georgia.

All those who died, including 11 foreigners and one Georgian, are believed to have been employees at the restaurant.

The deaths are currently being treated as 'negligent manslaughter,' with no violence suspected.



1800-256-8161



# Catering

Para toda ocasión



## NUESTROS SERVICIOS:

- Bodas
- Aniversarios
- Sweet 16 y Quinceañeros
- Cumpleaños
- Eventos Corporativos
- Galas y Brunches
- Open Houses
- Convenciones y Conferencias
- Reuniones de Negocios
- Recepciones y más

## LE OFRECEMOS:

- Gran Variedad en Cakes
- Dessert Bites
- Macarons
- Fresas Bañadas en Chocolate
- Bocadillos Gourmet



- Desayunos Personalizados y mucho más

LLÁMENOS AL *Atención Personalizada*

# 631-796-6604



*Hampton Bays*  
252-9 West Montauk HWY  
Hampton Bays, NY 11946

*Patchogue*  
227 East Main St.  
Patchogue, NY 11772

*Farmingville*  
2314 North Ocean Ave.  
Farmingville NY 11738



# Curso Inglés

Let's Learn Spanish

4.42



## COMPLETA LA ORACIÓN COMPLETE THE SENTENCE

Aide: **Ayudante** Aid: **Ayuda**

Pronunciación: eyd eyd



Hurón | Ferret



Truco | Trick



Amistad  
Friendship

### PRÁCTICA / PRACTICE

SOICT	
PIESEVN	
TANBATL	
TNEAMRDNO	
ULLCSAD	C A L L O U S ✓
TWHAS	
EDPHAO	
TNUHSCA	
LMQUA	

Hint: DESTOICO, PENSATIVO, FLAGRANTE, ADORNO, **INSENSIBLE**, HILERA, POMADA, INCONDICIONAL, ESCRÚPULO

- The amount of this \_\_\_\_\_ is derisory.
- Coral es una buena \_\_\_\_\_ para la meditación.
- ¿El \_\_\_\_\_ es elegible para trabajar?
- The general's \_\_\_\_\_ arrived with an dispatch.
- El gobierno ha anunciado \_\_\_\_\_.
- Yolanda learned a lot working as an \_\_\_\_\_.
- Only the additional \_\_\_\_\_ should be paid.
- Su \_\_\_\_\_ dijo que se fue del evento.

¡Lleva Nuestro Sabor A Tu Casa!  
Ordena por

# DOORDASH

**Familia BAKERY**

631-630-1822

26N Research Pl, Central Islip NY 11722 [www.familiabakery.com](http://www.familiabakery.com)

## Criss Cross!

**BILINGÜE**

HACIA ABAJO  
DOWN

- El mundo del espectáculo
- Animador
- Rojo
- Estrellato

HORIZONTALES  
ACROSS

- Chisme
- Celebridad
- Paparazzi
- Fama
- Atractivo

Palabras en español, respuestas en inglés.  
Words in Spanish, answers in English.





**"With Love, Poverty Will Become History!"**

Estimado empresario,

Stand Up to Poverty, Inc. es una organización sin fines de lucro (**número de identificación fiscal 82-5082708**) con sede en Nueva York, dedicada a abordar problemas relacionados con la salud, el hambre, la vivienda y la educación. Nuestra misión es fortalecer el sistema de salud global proporcionando información de salud y recursos de prevención de enfermedades a personas vulnerables en comunidades desfavorecidas, principalmente a través de ferias de salud comunitaria gratuita y misiones médicas.

Nuestras misiones anteriores en Haití, El Salvador y Nigeria han tenido un impacto positivo en miles de personas desfavorecidas. Actualmente estamos planificando **nuestra próxima misión médica a Colombia en febrero de 2025**, coordinada por la Dra. Ángela Cabrejo. Durante este viaje, ofreceremos servicios dentales, oftalmológicos, obstétricos, pediátricos, servicios médicos generales, medicamentos y anteojos recetados de cortesía a los residentes locales. Nuestro equipo de voluntarios, que incluye médicos, asistentes médicos y enfermeras practicantes, pasará una semana en Colombia brindando estos servicios esenciales.

Solicitamos amablemente su apoyo a través de donaciones monetarias deducibles de impuestos, así como suministros médicos y medicamentos. Las donaciones se pueden enviar a través de **Zelle o PayPal en [info@standuptopoverty.com](mailto:info@standuptopoverty.com)**. Para donaciones médicas, comuníquese con **Astrid al 631-806-2336**. Gracias por su apoyo.

Atentamente/ Sincerely,

**Astrid Fidelia**  
**CEO / Co-Founder**

Dear Business Owner,

Stand Up to Poverty, Inc. is a nonprofit organization (**Tax ID Number 82-5082708**) based in New York, dedicated to addressing issues related to health, hunger, housing, and education. Our mission is to strengthen the global health system by providing health information and disease prevention resources to vulnerable individuals in underserved communities, primarily through free community health fairs and medical missions.

Our previous missions in Haiti, El Salvador, and Nigeria have had a positive impact on thousands of disadvantaged individuals. We are currently planning **our next medical mission to Colombia in February 2025**, coordinated by Dr. Angela Cabrejo. During this trip, we will offer dental, ophthalmology, obstetric, pediatric, and general medical services, as well as complimentary prescribed medications and eyeglasses to local residents. Our team of volunteers, which includes doctors, medical assistants, and nurse practitioners, will spend one week in Colombia providing these essential services.

We kindly ask for your support through tax-deductible monetary donations, as well as medical supplies and medications. Donations can be sent via **Zelle or PayPal at [info@standuptopoverty.com](mailto:info@standuptopoverty.com)**. For medical donations, please contact **Astrid at 631-806-2336**. Thank you for your support.

Sincerely,



**Stand Up to Poverty, Inc.**

**1600 Express Drive South, Suite 125, Hauppauge, NY 11788**

**631-780-7010 • [Info@StandUptoPoverty.org](mailto:Info@StandUptoPoverty.org) • [StandUptoPoverty.org](http://StandUptoPoverty.org)**



## Avoid These Problematic Food Combinations

Las fiestas de diciembre están llenas de comidas deliciosas, pero también pueden traer consecuencias para nuestra salud si no tenemos cuidado con lo que combinamos. Aunque es una época para disfrutar, mantener una nutrición equilibrada es clave para evitar malestares como indigestión, hinchazón o fatiga.

Aquí te damos algunas recomendaciones sobre combinaciones de alimentos que sería mejor evitar.

December is filled with delicious meals, but it can also bring health challenges if we're not mindful of what we combine. While it's a time to indulge, maintaining balanced nutrition is key to avoiding issues like indigestion, bloating, or fatigue.

Here are some tips on food combinations to steer clear of.

### Combinaciones Alimenticias Que Debes Evitar



Una de las combinaciones más comunes y problemáticas es mezclar carbohidratos simples con alimentos altos en grasas, como pan o pasteles junto con carnes grasas o salsas pesadas. Esta mezcla puede ser difícil de digerir y contribuir al aumento de peso si se consume en exceso.

Opta por carbohidratos complejos como vegetales o granos integrales para equilibrar tu plato.

#### Otro error frecuente es mezclar demasiados alimentos ricos en azúcar con bebidas alcohólicas.

Ambas opciones pueden ser difíciles para el hígado, ya que procesa el azúcar y el alcohol de manera similar. Si vas a beber, acompáñalo con proteínas magras o vegetales en lugar de postres dulces para evitar una sobrecarga de azúcar en tu sistema.

El consumo de frutas después de una comida abundante también puede ser contraproducente. Aunque parecen saludables, las frutas tienden a fermentar rápidamente en el estómago cuando se combinan con proteínas y grasas, causando hinchazón y malestar. Lo ideal es consumir frutas entre comidas, como un refrigerio.

#### También es importante no exagerar con las combinaciones de alimentos muy salados y bebidas gaseosas.

La sal en exceso puede causar retención de líquidos, y las bebidas carbonatadas pueden empeorar la sensación de hinchazón. Prefiere agua o infusiones para mantenerte hidratado de manera más efectiva.

One of the most common and problematic combinations is mixing simple carbs with high-fat foods, such as bread or pastries with fatty meats or heavy sauces. This mix can be hard to digest and may contribute to weight gain if eaten excessively.

Instead, opt for complex carbs like vegetables or whole grains to balance your plate.

**Another frequent mistake is combining too many sugary foods with alcoholic beverages.**

Recuerda que disfrutar de las fiestas no significa descuidar tu salud. Planifica tus comidas con moderación, escucha a tu cuerpo y dale prioridad a alimentos frescos y naturales siempre que sea posible. Así, podrás celebrar sin arrepentimientos y mantener tu bienestar en estas fechas especiales.



Both can strain the liver, as it processes sugar and alcohol similarly. If you plan to drink, pair it with lean proteins or vegetables instead of sugary desserts to avoid overwhelming your system with sugar.

Eating fruits after a heavy meal can also backfire. While fruits seem healthy, they tend to ferment quickly in the stomach when combined with proteins and fats, leading to bloating and discomfort. It's best to enjoy fruits between meals as a snack.

**It's also wise to avoid overdoing salty foods with carbonated drinks.**

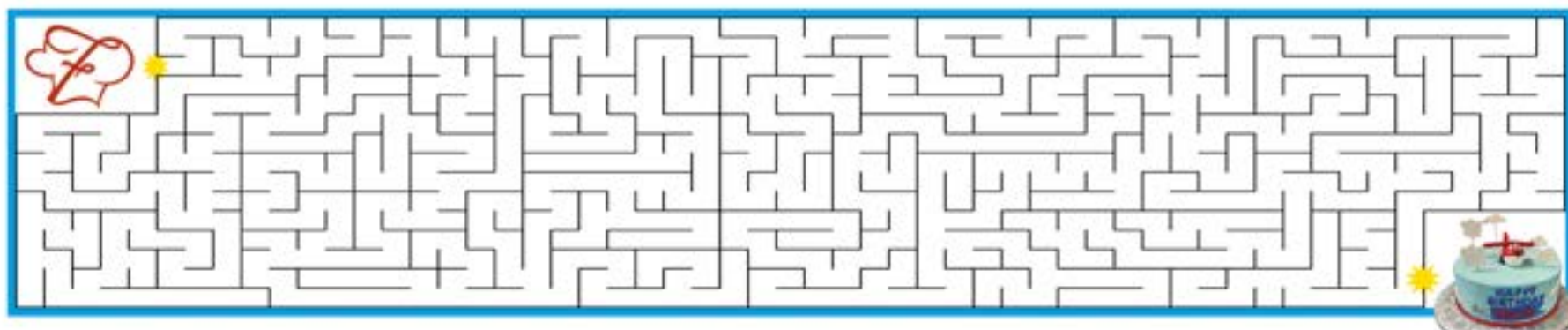
Excess salt can lead to water retention, and fizzy drinks can worsen bloating. Opt for water or herbal teas to stay hydrated more effectively.

Remember, enjoying the holidays doesn't mean neglecting your health. Plan your meals with moderation, listen to your body, and prioritize fresh, natural foods whenever possible. This way, you can celebrate without regrets and maintain your well-being during these special days.

## -Laberinto Maze

Ayuda A Salir Al Pastel De La Panadería

Help Exit The Cake From The Bakery







1800-256-8161



**HEALTH IN THE NEW YEAR**



**¡Anuncia con Nosotros!**

Si necesita un anuncio en el periódico envía un email a

[bilingualnews@gmail.com](mailto:bilingualnews@gmail.com)

o llama al

**800-256-8161**







## Taking Care of Mental Health at New Year Cuidado De La Salud Mental En Año Nuevo

El Año Nuevo suele ser un momento para reflexionar sobre el pasado y establecer metas para el futuro, pero este proceso puede generar estrés o frustración si las expectativas no son realistas. Muchas personas se presionan demasiado, lo que puede afectar negativamente su bienestar emocional.

Para cuidar la salud mental, es importante fijar resoluciones alcanzables y específicas. En lugar de metas vagas como "mejorar mi salud", se pueden plantear objetivos concretos como "caminar 30 minutos al día".

**Celebrar pequeños logros ayuda a mantener la motivación a lo largo del tiempo.**

También es esencial evitar la comparación con los demás. Cada

persona tiene un ritmo único y circunstancias diferentes.

Enfocarse en el progreso personal y no en las expectativas ajenas puede reducir significativamente la ansiedad y frustración.

Si el estrés o la sensación de fracaso persisten, hablar con un amigo, un familiar o un profesional puede ser útil.

**El apoyo emocional y la orientación adecuada pueden marcar la diferencia para empezar el año con una mentalidad más positiva y saludable.**



New Year's is often a time to reflect on the past and set goals for the future, but this process can create stress or frustration if expectations are unrealistic. Many people put too much pressure on themselves, which can negatively affect their emotional well-being.

To protect mental health, it's important to set achievable and specific resolutions. Instead of vague goals like "improve my health," consider concrete objectives such as "walk 30 minutes a day."

**Celebrating small achievements helps maintain motivation over time.**

It's also crucial to avoid comparing yourself to others. Everyone has a unique pace and different circumstances.

Focusing on personal progress rather than external expectations can significantly reduce anxiety and frustration.

If stress or feelings of failure persist, talking to a friend, family member, or professional can be helpful.

**Emotional support and proper guidance can make a difference in starting the year with a healthier and more positive mindset.**



# Veritas Women's Care

**Virginia McLean MD MHA**  
**Antoinette Sabatino, RPA-C**

- Tratamiento de Maternidad
- Infertilidad
- Ligadura de Tubos
- Examen de PAP y STD
- Exámenes Ginecológicos Anuales

**HABLAMOS ESPAÑOL**

**Obstetricia y Ginecología**

Aceptamos la mayoría de seguros





600 Suffolk Ave. Suite C Brentwood  
NY 11717

631-273-3712





## Estrategias Para Manejar El Estrés De Las Reuniones Familiares Strategies for Managing Family Gathering Stress

Las reuniones familiares durante las fiestas son momentos especiales, pero también pueden ser fuente de estrés. Diferencias de opiniones, expectativas poco realistas o conflictos no resueltos pueden generar tensiones que afectan el disfrute de estos encuentros.

Una estrategia efectiva es establecer límites claros. Es válido decidir cuánto tiempo se desea pasar en una reunión o evitar temas de conversación que puedan ser conflictivos. Comunicar estos límites de manera respetuosa puede ayudar a prevenir situaciones incómodas.



Mantener expectativas realistas también reduce la presión. Es importante recordar que no todas las reuniones familiares serán perfectas. Aceptar a los demás como son y centrarse en disfrutar del presente permite minimizar la frustración y los conflictos.

**Por último, tomar pausas durante el encuentro puede ser beneficioso.**

Salir a caminar, respirar profundamente o buscar un momento de soledad permite recargar energías y retomar la interacción con una actitud más calmada y positiva. Manejar el estrés de manera proactiva ayuda a disfrutar mejor de estas ocasiones.

Family gatherings during the holidays are special moments, but they can also be a source of stress. Differences of opinion, unrealistic expectations, or unresolved conflicts can create tensions that affect the enjoyment of these events.

An effective strategy is to set clear boundaries. It's perfectly valid to decide how much time you



want to spend at a gathering or to avoid discussing topics that may cause conflict. Communicating these boundaries respectfully can help prevent uncomfortable situations.

Keeping realistic expectations also reduces pressure. It's important to remember that not every family gathering will be perfect. Accepting others as they are and focusing on enjoying the present minimizes frustration and conflicts.

**Finally, taking breaks during the event can be beneficial.**

Stepping out for a walk, taking deep breaths, or finding a moment of solitude allows you to recharge and return to the interaction with a calmer, more positive attitude. Managing stress proactively helps you better enjoy these occasions.

# 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!**



**Bajos Depósitos**  
**No Necesita Social**  
**Excelente Servicio**  
**Llamenos 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](http://www.tsa.gov/precheck)

**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](http://www.identogo.com)





## Refuerza Tu Sistema Inmunológico En Navidad Y Año Nuevo Boost Your Immune System During Christmas And New Year

Las fiestas de fin de año son una época de alegría, pero también pueden traer desafíos para la salud.

Las bajas temperaturas, las reuniones multitudinarias y los excesos en comida y bebida pueden debilitar el sistema inmunológico y aumentar el riesgo de enfermedades.

**Para mantener el cuerpo fuerte, es clave seguir una dieta equilibrada rica en frutas, verduras y proteínas.**

Estos alimentos aportan vitaminas y minerales esenciales, como la vitamina C y el zinc, que fortalecen las defensas. Además, mantenerse hidratado es fundamental, incluso en invierno.

El descanso adecuado también juega un papel crucial. Dormir entre siete y nueve horas al día permite que el cuerpo se recupere y el sistema inmune funcione correctamente.



Limitar el consumo de alcohol y moderar el azúcar en las comidas puede evitar el agotamiento del organismo.

**Por último, incorporar actividad física, aunque sea de manera moderada, ayuda a mejorar la circulación y fortalecer el sistema inmune.**

Incluso caminatas cortas después de una comida festiva pueden ser beneficiosas para la salud general.



The holiday season is a time of joy, but it can also bring health challenges.

Cold temperatures, large gatherings, and overindulgence in food and drink can weaken the immune system and increase the risk of illness.

**To keep the body strong, it's key to maintain a balanced diet rich in fruits, vegetables, and proteins.**

These foods provide essential vitamins and minerals, such as vitamin C and zinc, which strengthen immune defenses. Staying hydrated is also crucial, even in winter.

Adequate rest plays a crucial role. Sleeping seven to nine hours a day allows the body to recover and ensures the immune system functions properly.

Limiting alcohol consumption and moderating sugar intake during meals can prevent the body from feeling exhausted.

**Finally, incorporating physical activity, even moderately, helps improve circulation and strengthen the immune system.**

Even short walks after festive meals can be beneficial for overall health.

## Recarga Energía Tras Las Fiestas

### Recharge Energy After The Holidays

El ajetreo, las comidas abundantes y las largas jornadas pueden pasar factura, haciendo difícil volver a la rutina.

Un descanso adecuado es fundamental para recuperar la energía.

Crear un ambiente relajante antes de dormir, alejándose de dispositivos electrónicos, puede mejorar la calidad del sueño.

Retomar hábitos saludables también es clave. Estas prácticas ayudan a reducir el estrés acumulado durante las fiestas y permiten empezar el año con una actitud renovada y positiva.

**The hustle, heavy meals, and long days can take a toll, making it difficult to return to normal routines.**

**Adequate rest is essential for recharging energy.**

**Creating a relaxing bedtime environment, away from electronic devices, can improve sleep quality.**

**Returning to healthy habits is also key. These practices help reduce accumulated stress from the holidays and allow you to start the year with a renewed and positive outlook.**



## Encuentre Las 10 Diferencias

### Find the 10 Differences





# 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 ISLANDIA, NY 11749

   
**ARDENMEDSPANY.COM**

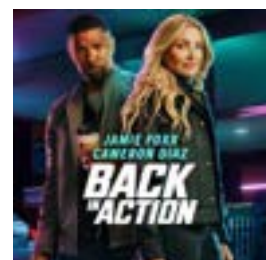


Las Películas  
 Más  
 Esperadas



Quizás más que en otros años, muchas de las películas más importantes del próximo año serán remakes, reinicios, secuelas y adaptaciones. Sin embargo, también habrá una gran cantidad de nuevos proyectos prometedores, desde producciones independientes hasta grandes franquicias e incluso posibles éxitos de taquilla.

Perhaps even more than usual, many of the biggest movies of the next year will be remakes, reboots, sequels, and adaptations. But as in any year, there's a wealth of promising new projects, from the indies to the IP fare and potential blockbusters.



### Back in Action

Esta comedia de acción de Netflix, dirigida por Seth Gordon (Baywatch, Identity Thief), reúne a Jamie Foxx y Cameron Diaz, quienes trabajaron juntos por última vez en Annie (2014). Diaz regresó del retiro actuarial para interpretar este papel.

This Netflix action comedy from director Seth Gordon (Baywatch, Identity Thief) reunites Jamie Foxx and Cameron Diaz, who last co-starred in 2014's Annie. Diaz came out of acting retirement to play the part.



Leigh Whannell regresa con una reimaginación de la película de 1941 El hombre lobo, protagonizada por Christopher Abbott como un hombre que se transforma en hombre lobo tras un ataque en la granja donde desapareció su padre.

Whannell returns with a reimagining of the 1941 film The Wolf Man, this one starring Christopher Abbott as a man who turns into a werewolf after an attack at the farmhouse where his father disappeared.

**Ene. 17**  
**Jan. 17**

### Wolf Man

**Feb. 14**

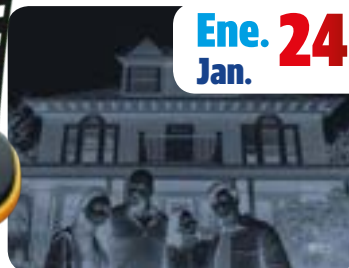
### Captain America: Brave New World

La primera película centrada en Capitán América desde Civil War (2016) retoma la historia donde la dejó The Falcon and the Winter Soldier e introduce oficialmente a Sam Wilson, interpretado por Anthony Mackie, como el nuevo Capitán América del Universo Cinematográfico de Marvel.

The first Captain America-centered movie since Civil War in 2016, this one picks up where The Falcon and the Winter Soldier left off on the small screen and officially introduces Anthony Mackie's Sam Wilson as the new cinematic Captain America.

### Paddington in Peru

Aunque Paul King no pudo dirigir esta tercera entrega debido a su trabajo en Wonka, la entrañable serie sobre el oso amante de los sandwiches de mermelada continúa, con Emily Mortimer en el papel que antes interpretó Sally Hawkins.

**Ene. 24**  
**Jan. 24**


### Presence

El último thriller psicológico de Stephen Soderbergh ofrece un ángulo único: está narrado desde el punto de vista de un fantasma que habita una casa suburbana, observando cómo viven los residentes.

Stephen Soderbergh's latest slow-burn psychological thriller takes a unique angle: it's presented from the POV of a ghost haunting a suburban home, watching them live their lives.

**Mar. 21**

### Snow White

Marc Webb reimagina el clásico animado de 1937 Blancanieves y los siete enanitos. Coescrita por Greta Gerwig, está protagonizada por Rachel Zegler como Blancanieves y Gal Gadot como la Reina Malvada.

Marc Webb's reimagining of the 1937 animated film Snow White and the Seven Dwarfs, co-written by Greta Gerwig, stars Rachel Zegler in the title role, with Gal Gadot playing the Evil Queen.


**Jun. 27**

### M3GAN 2.0

Allison Williams, Violet McGraw, Brian Jordan Alvarez y la infame muñeca asesina vuelven en esta secuela con apuestas aún más altas que el éxito de terror campy de 2022, M3GAN.

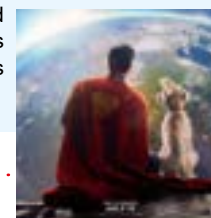
Allison Williams, Violet McGraw, Brian Jordan Alvarez, and the titular killer doll herself return for this higher-stakes sequel to 2022's campy horror delight M3GAN.


**Jul. 11**

### Superman

David Corenswet interpreta una versión joven de Superman, acompañado de Rachel Brosnahan como Lois Lane, Skyler Gisondo como Jimmy Olsen y Nicholas Hoult como Lex Luthor.

David Corenswet plays a 25-year-old version of the title role, along with Rachel Brosnahan as Lois Lane, Skyler Gisondo as Jimmy Olsen, and Nicholas Hoult as Lex Luthor.


**Abr. 18**  
**Apr. 18**

### Mickey 17

Basada en la novela de ciencia ficción Mickey7 de Edward Ashton, esta comedia oscura cuenta con Robert Pattinson como un "desechable", un empleado que revive en un nuevo cuerpo tras morir.

Adapted from Edward Ashton's sci-fi novel Mickey7, the darkly comic film stars Robert Pattinson as an "expendable" who is revived in a new body after dying.


**Jul. 25**

### The Fantastic Four: First Steps

La nueva incursión del MCU en los Cuatro Fantásticos promete ser diferente, con una estética retrofuturista inspirada en los años 60.

The new MCU attempt could be different, with its 1960s-inspired retrofuturism.



Sadly, Paul King was too busy making Wonka to return to direct the third installment in this winsome series about a talking bear who loves marmalade sandwiches (and Emily Mortimer has taken over the role once played by Sally Hawkins).



1800-256-8161

*Familia*  
BAKERY

HAPPY  
*New Year*  
2025

Cakes For Every Occasion

*Tortas Para Toda Ocasión*

*www.familiabakery.com*



*Ordena Ahora!*

*Find Us on TikTok*

@familiabakery 🎵

*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

*Farmingville*

**631-338-2505**

2314 North Ocean Ave.  
Farmingville NY 11738



## How To Cope With Depression During The New Year

### Cómo Afrontar La Depresión Durante El Año Nuevo

El cambio de año puede ser un momento difícil para muchas personas, especialmente para quienes enfrentan la depresión. Las expectativas sociales de felicidad y celebración, junto con la reflexión sobre lo que no se logró durante el año, pueden intensificar los sentimientos de tristeza y soledad.

The turn of the year can be challenging for many people, especially those dealing with depression. Social expectations for joy and celebration, combined with reflections on unmet goals, can intensify feelings of sadness and loneliness.

To navigate this time, it's important to be kind to yourself. Recognize that you don't have to keep up with the festive pace if you're not ready. Set clear boundaries with social events and prioritize activities that bring you peace.

Talking to a trusted friend or family member can also help ease the emotional burden.

**Another helpful tool is maintaining a routine, including healthy habits like proper nutrition, exercise, and regular sleep.**

**Additionally, if your feelings become overwhelming, seeking professional support can make a significant difference.**

Spending time on creative activities, such as writing, painting, or listening to music, can also be a powerful way to channel your emotions and find comfort. These activities not only help distract the mind but also foster a connection with yourself and your interests.



It's important to remember that you're not alone. Many people face similar experiences during this time, and connecting with support communities, either online or in person, can provide you with a renewed perspective and a sense of belonging.

**Sharing your feelings with those who understand can be a great relief.**

Finally, focus on what you can control.

Make a list of small, achievable goals for the upcoming year that align with your values and abilities. This can help you start the year with a sense of purpose, without overwhelming yourself with unrealistic expectations.



Para afrontar estos momentos, es importante ser amable contigo mismo. Reconoce que no tienes que seguir el ritmo de las festividades si no te sientes preparado. Establece límites claros con las reuniones sociales y prioriza actividades que te brinden paz.

Hablar con un amigo de confianza o un familiar también puede ayudarte a aliviar la carga emocional.

**Otra herramienta útil es mantener una rutina, incluyendo hábitos saludables como una buena alimentación, ejercicio y un sueño regular.**

**Además, si los sentimientos se vuelven abrumadores, buscar apoyo profesional puede marcar una gran diferencia.**

Dedicar tiempo a actividades creativas, como escribir, pintar o escuchar música, también puede ser una forma poderosa de canalizar tus emociones y encontrar consuelo. Estas actividades no solo ayudan a distraer la mente, sino que también promueven una conexión contigo mismo y con tus intereses.

Es importante recordar que no estás solo. Muchas personas pasan por experiencias similares durante estas fechas, y conectar con comunidades de apoyo, ya sea en línea o en persona, puede darte una perspectiva renovada y un sentido de pertenencia.

**Compartir tus sentimientos con quienes te entienden puede ser un gran alivio.**

Finalmente, enfócate en lo que sí puedes controlar.

Haz una lista de pequeñas metas alcanzables para el próximo año que se alineen con tus valores y capacidades. Esto puede ayudarte a empezar el año con una sensación de propósito, sin presionarte con expectativas irreales.

## S U D O K U

	3			7	6	4		1
7	6	4		3	1	5		2
8	2	1	5	4		7	6	
	5	7	6	9		1	2	
1	9		7	5		6		4
6	8		1	2	4			5
			4	1	2	3		6
3	1		9	8	5		4	
	4	5						9

### Sudoku Tiene Dos Simples Reglas:

Cada fila horizontal, fila vertical y cada caja compuesta por 9 cuadros, deben contener los números del 1 al 9.

Fill all empty squares so that the numbers 1 to 9 appear exactly once in each row, column and 3x3 box.

Por lo tanto, ninguna fila vertical, ni horizontal, ni la caja puede contener dos números repetidos



1800-256-8161

# IMPRESIONANTE VENTA DE DICIEMBRE!!



**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**

**3 Colores Disponibles**

**Principal**  
3310 Sunrise Hwy. East Islip

**631-224-7905**

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

**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.**

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

**CertainTeed**

**Oficina East**  
110a Frowein Rd., C. Moriches

**631-878-7778**

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

**HEAVY DUTY PVC ARBOR**

**6' HIGH PVC DOUBLE SIDED SOLID PRIVACY WITH PICKET TOP**

HEAVY DUTY METAL REINFORCED  
3 ESTILOS A ESCOGER

**COLOR PVC 3 COLORES DISPONIBLES**

TAN, KHAKI Y BLANCO  
6X8 PRIVACY

**6' HIGH DOUBLE SIDED PVC PRIVACY WITH HEAVY DUTY METAL REINFORCED**

**6' HIGH 100% CEDAR**

**NUEVO**

**SimTek FENCE**  
**IMITACIÓN REALISTA DE PIEDRA**

**Nassau**  
**516-541-0412**

**Materiales disponibles en inventario**

FINANCIAMIENTO DISPONIBLE

VISA, MASTERCARD, AMERICAN EXPRESS, DISCOVER

SINCE 1985

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

\*Materiales en inventario únicamente. Puertas, postes e instalación adicional. Artículos en oferta no pueden ser combinados con otras ofertas o ventas anteriores. No responsables por errores tipográficos. Todas las ventas son finales.

**Sirviendo a la comunidad desde 1985**

CONTRATISTAS Y D.I.Y BIENVENIDOS EN TODAS NUESTRAS TIENDAS | ESPECIALISTA EN TRABAJOS GRANDES DE CERCAS

**VISITE NUESTRA PÁGINA WEB: WWW.ABOVEALLFENCE.COM**





## Crema Para Café Sabor Moca Y Menta

### Peppermint Mocha Coffee Creamer

#### Ingredientes

#### Ingredients

- 1 3/4 Tazas De Crema De Leche Mitad Y Mitad
- 1 Lata (14 Onzas) De Leche Condensada Azucarada
- 1 1/2 Cucharadita De Extracto De Vainilla
- 1 Cucharadita De Extracto De Menta
- 1 Cucharada De Cacao En Polvo

- 1 3/4 Cups Half-And-Half
- 1 (14 Ounce) Can Sweetened Condensed Milk
- 1 1/2 Teaspoons Vanilla Extract
- 1 Teaspoon Peppermint Extract
- 1 Tablespoon Cocoa Powder



#### Instrucciones

#### Directions

Bate o mezcla la crema de leche mitad y mitad con la leche condensada, el extracto de menta, el extracto de vainilla y el cacao en polvo hasta que se integren bien y quede una mezcla homogénea. Refrigerar hasta que esté listo para servir.

Guarda una tanda de esta crema para café mocha y menta en el refrigerador para la temporada navideña. Hará muy felices a los invitados, amigos y familiares que vengan de visita.



Whisk or blend half-and-half, condensed milk, peppermint extract, vanilla extract, and cocoa powder together until well incorporated and smooth. Refrigerate until ready to serve.

Keep a batch of this peppermint mocha coffee creamer in the fridge for the Christmas season. It will make drop in guests, friends, and family very happy.

B
MENE ESCAPE

### NEW YEAR'S EVE

23:58		00:00	
23:59		00:01	

NOCHEVIEJA

## Costilla De Primera Perfecta



### Perfect Prime Rib

#### Ingredientes

#### Ingredients

- 1 Costilla De Primera Con Hueso (4 Libras) (A Temperatura Ambiente)
  - 1/4 De Taza De Mantequilla Sin Sal, Ablandada
- 1 Cucharada De Pimienta Negra Recién Molida
- 1 Cucharadita De Hierbas Provenzales
  - Sal Kosher Al Gusto
- 1 (4 Pound) Bone-In Prime Rib Roast (Room Temperature)
  - 1/4 Cup Unsalted Butter, Softened
- 1 Tablespoon Freshly Ground Black Pepper
- 1 Teaspoon Herbes De Provence
  - Kosher Salt To Taste

#### Instrucciones

#### Directions

Reúne los ingredientes. Coloca la costilla de primera en un plato y deja que alcance la temperatura ambiente durante 2 a 4 horas. Precalienta el horno a 500 grados F (260 grados C).

Combina la mantequilla, la pimienta y las hierbas provenzales en un bol; integra hasta que estén bien mezclados. Distribuye la mezcla de mantequilla uniformemente sobre todo el asado. Sazona generosamente con sal kosher.

Cocina el asado de 4 libras en el horno precalentado durante 20 minutos. (Si tu asado pesa más o menos de 4 libras, multiplica el peso exacto por 5 minutos).

Apaga el horno y, dejando el asado en el horno con la puerta cerrada, deja que repose en el horno durante 2 horas.

Saca el asado del horno, cortarlo en rodajas y sirve.



Gather the ingredients. Place prime rib roast on a plate and bring to room temperature, 2 to 4 hours. Preheat the oven to 500 degrees F (260 degrees C).

Combine butter, pepper, and herbes de Provence in a bowl; mix until well blended.

Spread butter mixture evenly over entire roast. Season roast generously with kosher salt.

Roast the 4-pound roast in the preheated oven for 20 minutes. (If your roast is larger or smaller than 4 pounds, multiply the exact weight times 5 minutes.)

Turn the oven off and, leaving the roast in the oven with the door closed, let the roast sit in the oven for 2 hours.

Remove roast from the oven, slice, and serve.



1800-256-8161

*Timeless Body*  
CENTRO COSMÉTICO NO QUIRÚRGICO

“NO TEMAS MIRARTE AL ESPEJO”

**Especial de Fin de Año**

**LASER HAIR REMOVAL CUERPO COMPLETO**

**\$2188**  
GARANTÍA DE POR VIDA

**65% DE DESCUENTO EN TODOS NUESTROS TRATAMIENTOS**

**AHORA EN GARDEN CITY!  
631-230-4183**

ELIMINACIÓN DE CELULITIS  
TRANSFERENCIA DE GRASA  
ELIMINACIÓN DE TATUAJES  
ELIMINACIÓN DE VENAS DE ARAÑAS  
Y MUCHO MÁS ...

**TimelessBodyUSA.com 631-230-4183**

Hauptpage | Lun - Vie 10am - 8pm, Sáb 10am - 5pm | 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.



1800-256-8161


# CLASSIFIEDS CLASIFICADOS

**1800-256-8161**  
 MONDAY - FRIDAY  
 LUNES - VIERNES  
 9AM - 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  
  
 Bilingual Staff For Store In Central Islip, Customer Service  
**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 Bilingue 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. Armaido, 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 Limpiadores Por La Noche  
 Trabajo Inmediato. Solicitar Online. [tcleaningservices.com/apply](http://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**

**CUPCAKES**

**Familia BAKERY**

[www.familiabakery.com](http://www.familiabakery.com)

**Hermosos y Deliciosos**

**631-714-6339**  
 227 EAST MAIN ST. PATCHOGUE, NY 11772

**631-856-4004**  
 252-9W MONTAUK HIGHWAY HAMPTON BAYS, NY 11946

**631 338-2505**  
 2314C N OCEAN AVE. FARMINGVILLE, NY 11738

**Available at All Locations**



**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](http://www.tcleaningservices.com/apply) ó llámenos para una entrevista  
**1-800-610-4770**

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

**Help Wanted**  
 PT possibly become a FT cleaning position. Must pay attention to detail, understand English, and have a clean record. Transportation to work vehicle required.  
**CALL NICOLE** **516-458-0015**

**PROFESSIONAL SERVICES**

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

**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**

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

**Happy Holidays**

**Buñuelos para Navidad**



Ahora Puede Ver Nuestros Clasificados Online!

Now You Can Check Out Our Classifieds Online!



[www.thebilingualnews.com](http://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 COMPRUEBE! EL QUE ES VALIENTE NO SE RINDE, LUCHE!**

**PROFESOR  
SANCHEZ  
APOLONIO**

**CONSULTAS EN HEMPSTEAD Y TODO LONG ISLAND NY**

**☎ 631-355- 5455**

## ARIES

Es una semana ideal para tomar decisiones importantes.

Is an ideal week to make important decisions.

## LEO

Tu energía atraerá a las personas correctas. Brilla con confianza.

Your energy will attract the right people. Shine with confidence.

## CÁNCER

Es momento de cuidar de ti mismo y de tus emociones.

It's time to take care of yourself and your emotions.

## LIBRA

Encuentra el equilibrio entre el trabajo y el descanso.

Find the balance between work and rest.

## VIRGO

Los detalles marcarán la diferencia. Presta atención.

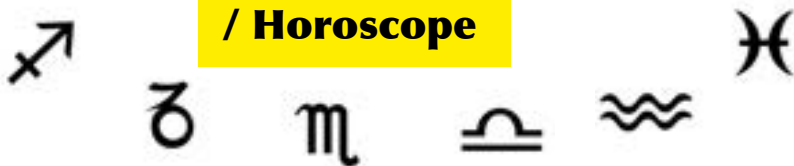
Details will make the difference. Pay attention.



# HORÓSCOPO

**DE LA SEMANA / OF THE WEEK**

**/ Horoscope**



## CAPRICORNIO CAPRICORN

Dic/Dec. 22 - Ene/Jan. 19

Enero llega con la fuerza necesaria para que tomes el control de tus metas y comiences el año con determinación. Tu capacidad de organización y disciplina será clave para establecer una base sólida en tus proyectos personales y profesionales.

January arrives with the strength you need to take control of your goals and start the year with determination. Your ability to stay organized and disciplined will be key to building a solid foundation for your personal and professional projects.

## TAURO TAURUS

La paciencia será tu mayor aliada. No te apresures.

Patience will be your greatest ally. Don't rush.

## GEMINIS GEMINI

Una conversación inesperada te abrirá nuevas oportunidades.

An unexpected conversation will open new opportunities for you.

## ESCORPIO SCORPIO

Tus instintos te guiarán hacia una decisión acertada. Confía.

Your instincts will guide you toward the right decision. Trust them.

## SAGITARIO SAGITARIUS

Una nueva aventura podría presentarse. Mantén la mente abierta.

A new adventure might arise. Keep an open mind.

## ACUARIO AQUARIUS

La creatividad será tu mayor recurso. Exprésate.

Creativity will be your greatest resource. Express yourself.

## PISCIS PISCES

Alguien cercano podría necesitar tu apoyo emocional. Sé compasivo.

Someone close may need your emotional support. Be compassionate.





**Familia BAKERY**

**Surprise Cakes**

**ORDER NOW!**

**IGNITE YOUR CELEBRATION WITH SURPRISE CAKES!**

**¡Descubre la Dulce Sorpresa!**

**Check it out!**

Find Us on TikTok @familiabakery

**FAMILIABAKERY.COM**

Patchogue - 631-714-6339  
227 East Main St. Patchogue, NY 11772

Hampton Bays - 631-856-4004  
252-9 West Montauk HWY Hampton Bays, NY 11946

New! Farmingville - 631-338-2505  
2314 North Ocean Ave. Farmingville NY 11738

## How Couples Can Decide Which Family to Spend Christmas With

### Cómo Decidir Con Qué Familia Pasar La Navidad Sin Conflictos

Las celebraciones de fin de año pueden ser una fuente de estrés para las parejas, especialmente cuando se trata de decidir con qué familia pasar las fiestas.

Para evitar conflictos, lo más importante es iniciar la conversación temprano. Hablen abierta y sinceramente sobre las expectativas de cada uno, escuchando las necesidades y emociones de su pareja.

**La clave es encontrar un balance que haga sentir a ambos valorados.**

Otra estrategia útil es alternar los años: un año con la familia de uno y el siguiente con la del otro. Si esto no es posible, consideren dividir el tiempo en las fiestas principales, como Nochebuena con una familia y Navidad con la otra.

En cualquier caso, asegúrense de que las decisiones sean tomadas juntos, sin presiones externas, para mantener la unión como prioridad.

**Finalmente, recuerden que crear nuevas tradiciones como pareja también es una opción.**

Organizar una pequeña celebración en casa o planear un viaje puede ser una manera de disfrutar las fiestas sin tensiones familiares. Lo importante es mantener la comunicación abierta y valorar el esfuerzo mutuo para que esta época refuerce, en lugar de afectar, su relación.

Si a pesar de los acuerdos surgen desacuerdos, recuerden que la flexibilidad es esencial.

Pueden considerar organizar una reunión posterior con la familia que no visiten durante las fiestas principales, asegurándoles que también son parte importante de su vida. Mostrar este esfuerzo puede fortalecer las relaciones con ambas familias y reducir tensiones futuras.



The holiday season can be a source of stress for couples, especially when deciding which family to spend it with.

To avoid conflict, the most important thing is to start the conversation early. Talk openly and honestly about each other's expectations, listening to your partner's needs and emotions.

**The key is to find a balance that makes both of you feel valued.**

One helpful strategy is to alternate years: one year with one family and the next with the other. If that's not possible, consider splitting the time during major holidays, such as Christmas Eve with one family and Christmas Day with the other.

In any case, ensure decisions are made together, free from external pressures, to keep your partnership a priority.

**Finally, remember that creating new traditions as a couple is also an option.**

Hosting a small celebration at home or planning a trip can be a way to enjoy the holidays without family-related tensions. What matters most is keeping communication open and appreciating the mutual effort, so this season strengthens your relationship instead of straining it.

If disagreements arise despite your plans, remember that flexibility is key.

You might consider planning a follow-up gathering with the family you don't visit during the main holidays, ensuring they are still an important part of your life. Making this effort can strengthen relationships with both families and ease tensions for the future.





**QUESTIONS IN  
SPANISH  
ANSWERS IN  
ENGLISH**

# Bilingrama

**PREGUNTAS EN  
ESPAÑOL  
RESPUESTAS EN  
INGLÉS**

**HORIZONTAL  
ACROSS**

1. Objetos ruidosos para celebrar.
3. Costumbres únicas de cada familia.
7. Recordar momentos.
9. Música.
10. Metas personales para el año.
11. Bebida espumosa para brindar.
13. Evento en Nueva York por televisión.
15. Momentos previos al nuevo año.
16. Pequeños papeles coloridos al aire.

**HACIA ABAJO  
DOWN**

2. Pequeñas luces que puedes sostener.
3. Palabras dichas al levantar copas.
4. Abrazo grupal en medianoche.
5. La hora mágica del cambio.
6. Deseos.
8. Sonreír.
12. Desfile lleno de alegría y colores.
13. Globos.
14. Cena especial con seres queridos.



ESCANEA Y MIRA LAS RESPUESTAS  
SCAN AND SEE THE ANSWERS





**GRATIS / FREE**



**Dic**  
**Dec**  
**27**

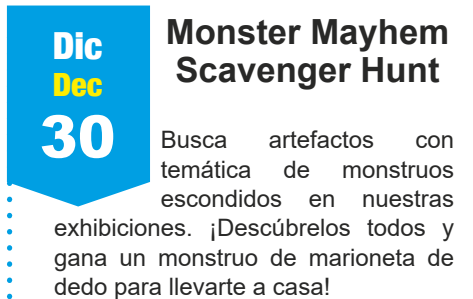
**White Chocolate Oreo Snowmen**

Aprendamos a elaborar un postre delicioso con galletas Oreo y chocolate blanco.

Let's learn how to craft a delicious dessert using Oreo cookies and white chocolate.

04:00 PM - 05:00 PM

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



**Dic**  
**Dec**  
**30**

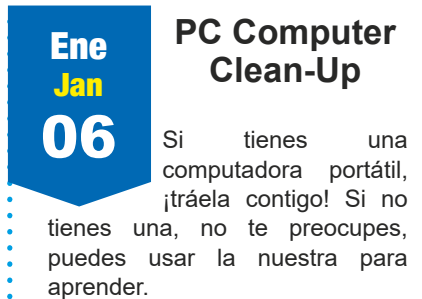
**Monster Mayhem Scavenger Hunt**

Busca artefactos con temática de monstruos escondidos en nuestras exhibiciones. ¡Descúbrelos todos y gana un monstruo de marioneta de dedo para llevarte a casa!

Search for monster-themed artifacts hidden throughout our exhibits. Discover them all and win a finger puppet monster to take home!

11:00 AM  
04:00 PM

The Whaling Museum & Education Center  
301 Main St  
Cold Spring Harbor, NY 11724  
Tel: 631-367-3418



**Ene**  
**Jan**  
**06**

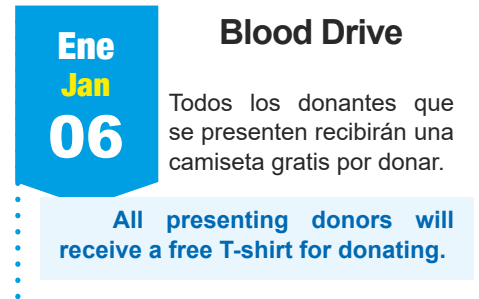
**PC Computer Clean-Up**

Si tienes una computadora portátil, ¡tráela contigo! Si no tienes una, no te preocupes, puedes usar la nuestra para aprender.

If you have a PC laptop, bring it with you! If you don't have one, don't worry, you can use ours to learn.

06:30 PM - 08:30 PM

Emma Clark Library  
120 Main Street  
Setauket, NY 11733  
Tel: 631-941-4080



**Ene**  
**Jan**  
**06**

**Blood Drive**

Todos los donantes que se presenten recibirán una camiseta gratis por donar.

All presenting donors will receive a free T-shirt for donating.

12:00 PM - 06:00 PM

Connetquot Public Library  
760 Ocean Avenue  
Bohemia, NY 11716  
Tel: 631-567-5079

# SOPA DE LETRAS

WORD SEARCH

BILINGÜE

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

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

Winter  
 Coat

Snow  
 Frost

Skating  
 Sled

Mountain  
 Ice thaw

Shelter  
 Fireplace



*Timeless Body*  
 CENTRO COSMÉTICO NO QUIRÚRGICO  
 "NO TEMAS MIRARTE AL ESPEJO"

**ESPECIAL**  
 Reciba **\$1000** de Descuento  
 EN CUALQUIER PROCEDIMIENTO\*  
**EXPIRA 01/05/25**



TAMBIÉN NOS ESPECIALIZAMOS EN: • BOTOX • RELLENO DÉRMICO • ELIMINACIÓN DE VELLO CON LÁSER • ESTRÍAS • ACNÉ CON LASER • PIEL SUELTA

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

**TimelessBodyUSA.com**

**631-230-4366**

**NUEVA OFICINA  
 EN GARDEN CITY**

**Hauppauge NY | Lun - Vie 10am - 8pm, Sáb 11am - 3pm | 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.



1800-256-8161

**Campbell's Bakery**  
 La No 1 en Cakes de 3 leches en Nueva York  
 Home #1 Tres Leches Cake in NY  
 Sirviendo a la comunidad de Brentwood por más de 50 años.  
 Serving the Brentwood Community for more than 50 years  
 Pruebe nuestra deliciosa Torta de Dulce de Leche, Cheesecakes, Honey Balls, y el mejor Flan Casero de la zona.

**Campbell's Bakery Les Desea Una Feliz Navidad y Un Próspero Año Nuevo 2025**  
 Merry Christmas and a Happy New Year 2025

**Ordene con anticipación su Rosca de Reyes para el 6 de Enero**  
 Order in advance your Rosca de Reyes for January 6th

**Ordene con anticipación: Su Pie de Manzana, Budin Inglés, Italian Pastry y su cake de Navidad.**  
 Order in advance: Your Apple Pie, English Bread Pudding, Italian Pastries and your Christmas Cake

**Gran variedad de:**  
 Pasteles, Bandejas de Galletas, Galletas Navideñas, Ginger cookies, Pan de chorizo y panes en general, además elaboramos Cake Dominicano con Merengue.

**Great Variety of:**  
 Pastries, Cookie Trays, Christmas Cookies, Ginger Cookies, Chorizo Bread and all type of breads, We also prepare Dominican Cake with Icing

**ABIERTO VÍSPERAS DE NAVIDAD DE 7 AM - 9 PM Y EL DÍA DE NAVIDAD HASTA LAS 7 PM**  
**OPEN CHRISTMAS EVE FROM 7 AM TO 9 PM AND CHRISTMAS DAY UNTIL 7 PM**

**794 Suffolk Ave. Brentwood, NY 11717 Tel: 631-273-7959**