



¿Cuáles son las señales de Autismo?

Al ser el padre, la madre o la persona a cargo de un niño, una de las cosas más importantes que puede hacer es aprender cuáles son los primeros indicios de un trastorno de desarrollo y familiarizarse con los indicadores correspondientes.

La siguiente es una lista de algunas señales que pueden indicar un posible retraso en el desarrollo o un posible desorden en el desarrollo neurológico, como es el caso del autismo:

continúa en la página 22

What are the signs of autism?

One of the most important things you can do as a parent or caregiver is to learn the early signs of autism and become familiar with the typical developmental milestones that your child should be reaching.

The timing and intensity of autism's early signs vary widely. Some infants show hints in their first months. In others, behaviors become obvious as late as age 2 or 3.

Not all children with autism show all the signs. Many children who

continued on page 22

20th RAICES PANAMEÑAS ANNIVERSARY
SAT. MAY 11, 2019

Celebration

Join us for an evening of authentic Panamanian Food, folklore, and music! Guest Musicians from Panama will perform
DJ MUSIC BY SONIDO LATINO

5PM TIL ?
 ADULTS: \$15 (\$20 at door) • KIDS 12 & UNDER: \$8 (\$10 at door)

FOR TICKETS/INFO CALL TED: 850-723-4067
INDRANY: 850-748-6187 | PABO: 850-939-9618

AMERICAN LEGION - 105 HOLLYWOOD BLVD, FT. WALTON BEACH, FL

850.207.6105 • miriambreden@gmail.com
 miriamsellshouses.com

- ¡Hacemos realidad tus sueños de comprar una casa!
- Asesoramiento en Bienes Raíces
- Compra y Venta de Casas • Terrenos
- Propiedades Comerciales

¿No estás seguro si calificas para comprar tu casa?
 ¡Lláname hoy - **Consulta Gratis y sin compromisos!**

Miriam Breeden
 Realtor

Let our professionals find solutions to your every need
 ¡Te ayudamos con partes/equipo y hasta diseño completo de restaurantes!

HABLAMOS ESPAÑOL - Mariana Szeinkierman - 850.933.4578
 400 Capital Circle SE, Suite A22 Tallahassee, FL 32301
 Office: 850.383.9100 | Fax: 850.671.3330
 www.bbrsupply.com | BigBendRestaurantSupply

OVER 140 YEARS OF EXPERIENCE IN THE RESTAURANT INDUSTRY

EL SERVICIO DE TV A TU MEDIDA.

PAQUETES DESDE
\$29.99
 TODOS LOS MESES

SIN CONTRATO A LARGO PLAZO

SIN COMPROMISOS

SIN VERIFICACIÓN DE CRÉDITO

TUS CANALES FAVORITOS EN INGLÉS Y ESPAÑOL.

La disponibilidad de canales varía según el paquete.

GRATIS
 CONEXIÓN A 2º TV

GRATIS
 starz
 Oferta sujeta a cambios según la disponibilidad del canal premium.

GRATIS
 FLEXTV
 INSTALACIÓN PROFESIONAL

PREGUNTA
 CÓMO OBTENER UN DVR
 Receptor regular y HD disponible
 POR 3 MESES
 Graba, pausa y retrocede TV en vivo
 Aplica cargo mensual por DVR

¡SUSCRÍBETE HOY!

DISH LATINO INC

1(850)261.2358

1(850).565.6065



Términos y Condiciones importantes: Ofertas Promocionales: Requiere activación de nuevo servicio elegible de DishLATINO. Todos los precios, tarifas, cargos, paquetes, programación, características, funciones y ofertas están sujetos a cambios sin previo aviso. **Cargo por activación:** El plan FlexTV requiere un cargo de activación de \$199 y la compra de un receptor. Los clientes que se suscriban a un paquete elegible de DishLATINO recibirán un crédito instantáneo de \$150 en el cargo por activación. **Canales premium:** El valor de la oferta por el canal premium Starz por 3 meses es hasta \$42. Después de 3 meses, se aplicará el precio mensual regular vigente en esa fecha, a menos que cambie a un servicio inferior. **Requisitos de instalación/equipo:** Solamente la instalación Profesional Estándar Profesional es gratuita. Aplicarán cargos mensuales y límites en la cantidad y tipo de receptores. Todos los cargos, incluyendo programación mensual, Pay-Per-View y mejoras de equipo, deben pagarse por adelantado; el incumplimiento de pago en la fecha límite resultará en la desconexión del servicio dentro de 24 horas. **Otras consideraciones:** Las ofertas están disponibles para clientes nuevos y clientes previos que califiquen, y se encuentran sujetas a los términos de los contratos Promocionales y Rescindibles de Clientes. Pueden aplicarse cargos de reemplazo estatales. Pueden aplicarse otras restricciones e impuestos. La oferta finaliza el 10/06/15. STARZ y los canales y marcas de servicio relacionados son propiedad de Starz Entertainment, LLC. CAPTAIN AMERICA: THE WINTER SOLDIER © Marvel. Todos los derechos reservados.

CONEXIÓN

PUBLISHED BY:
Conexión Media Group

PRESIDENT/MANAGING EDITOR
David Triana
conexionflorida@gmail.com

VICE PRESIDENT
Donald Whitney

COLABORADORES / COLLABORATORS:
Marcos Otero, Erika Rojas, Peggy Brockam, Dr. María Pouncey,
Pastor Gabriel Vargas, Brenda Melara, Elizabeth Ricci, Dave
Skinner, Alan Pacek, Ángel Pomales, Jaime Venezia, Barbara
Britt, Deborah Desilets, Cetta Barnhart, Monica A. Heimes,
Martin Owen, Yolanda Goode, Nelsi Rossi

GRÁFICA Y DIAGRAMACIÓN / GRAPHIC DESIGN
John Gorman - Woodpecker Designs
woodpeckerdesigns@yahoo.com

REPRESENTANTES DE VENTAS /
ACCOUNT EXECUTIVES
Account Executive, Pensacola/SE Alabama - Gabriel Vargas
Account Executive Leader, Tallahassee - Erika Rojas

ADVERTISING DEPT.
Call 850-368-3505
or e-mail us today at conexionflorida@gmail.com

EQUIPO DE DISTRIBUCIÓN /
DISTRIBUTION TEAM
Estela Elías, Gabriel Vargas, Erika Rojas

PROOFREADING & TRANSLATIONS
Lessie Correa

4,000 copias impresas por mes
4,000 copies printed per month

Más de 100 centros de distribución - Over 100 distribution spots
The BRIDGE that CONNECTS businesses and other entities to the
growing Hispanic Market
El PUENTE que CONECTA a las empresas y otras entidades con el
creciente mercado Hispano

Conexión es una publicación mensual de Conexión Media Group. Los artículos y editoriales firmados no reflejan necesariamente la opinión del periódico y son responsabilidad exclusiva de sus autores. Conexión no es responsable, no garantiza, ni asegura de manera alguna los productos y ofertas que aparecen en la publicidad contratada. Todo el material gráfico y editorial contenido en esta publicación es propiedad exclusiva de Conexión y se prohíbe reproducirlo, en parcial o en total, sin autorización del periódico.

Conexión is a monthly publication of Conexión Media Group. The articles and signed editorials do not necessarily reflect the opinion of this newspaper and are the sole responsibility of its authors. Conexión is not responsible, does not guarantee, and does not vouch for any of the products and offers that appear in our paid advertising. All the graphic and editorial material included in this publication is the exclusive property of Conexión and its reproduction, partial or total is prohibited, without authorization from the newspaper.

CONEXIÓN MEDIA GROUP
2210 Gozo Court | Navarre, Florida 32547
Tel: 850-368-3505
E-mail: conexionflorida@gmail.com
www.conexionflorida.com

MARCANDO LA DIFERENCIA NORA SANDIGO

FUENTE: norasandigochildrenfoundation.org



La historia de Nora comenzó con la guerra, la separación, el sufrimiento y la inmigración, y se transformó en una vida de servicio público y contribución y lealtad a su nueva patria, los Estados Unidos de América.

Con fondos limitados, pero una determinación interminable, Nora fundó la Fraternidad Americana en 1989, actualmente conocida como la Fundación de Niños Nora Sandigo (NSCF por sus siglas en inglés). NSCF ayuda a los inmigrantes a integrarse y ajustarse a la sociedad americana, la cultura y los procesos legales. A través de la organización, Nora ayuda a los niños atrapados a encontrar casas, recauda dinero para ropa y suministros escolares, proporciona transporte a cualquier hora del día y ofrece un apoyo emocional sin fin. Nora actualmente tiene tutela legal para más de 1200 niños estadounidenses.

Misión de la Fundación de Niños Nora Sandigo:
Servir y proteger a los niños y sus familias,
proporcionando alivio inmediato de alimentos

y suministros cuando sea necesario. Somos los guardianes de los “huérfanos de inmigración” y ofrecemos apoyo para ayudarles a crecer y ser miembros contribuyentes de la sociedad estadounidense. Creemos en mantener a las familias juntas.

VISIÓN: Empoderar a las familias inmigrantes educándolas en sus derechos y deberes legales y ayudándolas a integrarse y ajustarse a la sociedad, cultura y procesos legales de los Estados Unidos. Nos esforzamos por la reforma migratoria con un espíritu humanitario. Somos defensores de los derechos humanos, los derechos civiles y el proceso Pacífico en todo el mundo.

Cuando era niña, Nora vivió una excelente vida con su familia en Comalapa, Nicaragua, pero un día en 1979, su vida se volvió al revés.

La sangrienta revolución nicaragüense destruyó a su comunidad y en pocos días, Sandigo fue enviada a vivir con su hermana mayor en Venezuela.

“Todo lo que mi padre pensó era mantenernos a salvo”, dice Sandigo, que tenía sólo 14 años de edad en ese momento. “Le dije adiós, le di un gran beso y nunca lo volví a ver.”

Unos años más tarde, se fue a Miami y comenzó a trabajar para una organización que ayudaba a los refugiados que venían a los Estados Unidos. “Entendí por lo que están pasando”, dice. “Me di cuenta de que esto es lo que se suponía debería yo hacer. Quería ayudarlos tanto como pude.”

El sueño americano de Nora se ha hecho realidad mientras continúa dedicando su vida a las familias que necesitan su ayuda a través de la abogacía y el apoyo. Sus incansables esfuerzos han cambiado la vida de muchas familias inmigrantes con niños estadounidenses que están en peligro de separarse.

Página de Facebook: [facebook.com/
NoraSandigoChildrenFDN](https://www.facebook.com/NoraSandigoChildrenFDN)

English version page 23

**ANUNCIATE EN CONEXIÓN
ADVERTISE WITH US! LLÁMANOS:
Gabriel Vargas - (850) 261-2358
Erika Rojas - (305) 878-5573 (Tallahassee)
Conexión Main: (850) 368-3505
conexionflorida@gmail.com**

TURISMO

Tourism



Hablemos sobre el turismo

Por Martin Owen - Traducción: Lessie Correa

Escribo esto sentado en el aeropuerto esperando mi vuelo. Es un buen lugar para pensar en los viajes y en lo que nos motiva a investigar dónde viajar y cómo hacerlo. En los tiempos antiguos supongo que la mayoría de la gente leía los libros guía y consultaba con los agentes de viajes. También habían catálogos y folletos impresos de las aerolíneas, ferrocarriles, hoteles y de los agentes de viajes. Invariablemente, nos dedicábamos a leerlos, a veces durante meses o años antes de tomar decisiones y hacer las reservaciones.

Por supuesto, en la mayoría de los casos, nuestra información era antigua. Esas guías de viajes habían sido investigadas y escritas años antes. Las cosas no cambiaban mucho en esos días, o por lo menos no cambiaban tan rápido. Así que si un escrito de viajes visitaba un lugar un año, escribía sobre eso el año siguiente y luego se publicaba, a lo mejor el lugar no cambiaba mucho. En estos días los cambios suceden a una velocidad increíble y lo que fue un hecho ayer probablemente no lo sea ahora. En nuestros días los cambios suceden a una velocidad increíble y lo que era un hecho ayer es probable que ya no lo sea. Fíjate en el efecto que el turismo en demasía ha tenido en muchos lugares. Al cabo de un año algunos lugares ya sea han cerrado acceso a ciertas áreas o han impuesto un cobro de entrada. ¿Cómo es que una guía de viajes de hace 5 años te podría ayudar ahora?

El otro efecto que todos esos folletos y catálogos tenían era que creíamos en lo que decían. Los hoteles y los clubs de recreo escribían sobre sus propiedades. Las aerolíneas y ferrocarriles nos decían la maravilla de sus servicios y nosotros aceptábamos toda esa información.

Por supuesto el Internet cambio todo eso. La habilidad de crear y publicar los lugares casi instantáneamente les dio la oportunidad de influencias nuestra inversión más rápidamente.

De igual manera los noticieros nos informan de lo que sucede en estos momentos influenciando nuestras decisiones de viaje. Ahora estamos mucho mejor informados.

Además tenemos mayor conocimiento de lo que nos informan. Posiblemente somos cínicos y no confiamos en lo que los propietarios de los hoteles, clubs, destinos, aerolíneas y otros transportes nos informan. Ya nos han enseñado a confiar en nuestros contemporáneos. Cuando compras algo por Internet, apuesto a que chequeas los comentarios y lees lo que otros clientes dicen.

Lo mismo sucede con los viajes y el turismo. Automáticamente chequeamos los hoteles, restaurantes y destinos en lugares como TripAdvisor, Google y Yelp. Yo escribo críticas y seguro tu también lo haces.

Sin embargo debemos saber que las críticas no son lo que deberían ser. Ya se sabe que algunos de los críticos escriben mentiras o quejas sólo porque quieren que les rebajen las tarifas a ellos. Algunos de esos lugares hasta venden los productos que critican. Quizás hasta lo hacen para ganar más dinero. Puedes decir que no, pero es sabido que lo hacen. Estoy seguro que puedes “leer entre líneas” para saber lo que es cierto y lo que no lo es. Es parte de tener los conocimientos.

Un pequeño consejo de parte de uno que conoce la industria. Cuando mires los lugares en el Internet buscando hoteles o para conseguir servicios de turismo—incluyendo los destinos—observa si publican críticas independientes de lo que ofrecen. Ya muchos lo hacen y eso marca la diferencia. Los hace más honestos y quizás un mejor lugar donde invertir tu dinero.

Bueno, ya llamaron mi vuelo así que mejor termino para poder abordar el avión a tiempo. La aerolínea dice que su servicio es muy bueno y promete que gozaré de mi vuelo. ¿Tú que crees?




Loren E. Beltrán
Hablo Español
CERTIFIED ACCEPTANCE AGENT
(Agente de aceptación certificada)

PATRIOT TAX SOLUTIONS, INC.
Simple, Accurate & Fast!

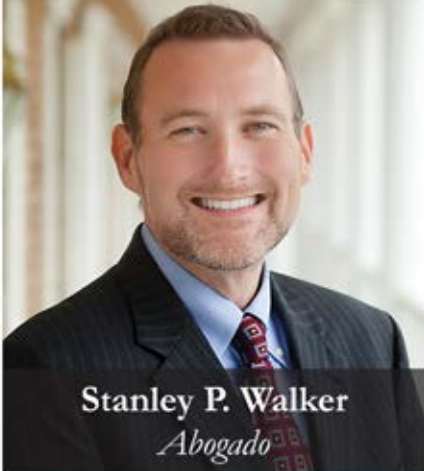
Serving you nationwide – **Servimos a nivel nacional**
Workers' Compensation through ADP (Compensación de Trabajadores)
Small Business Payroll (Nómina) | Bookkeeping (Teneduría de Libros)
Individual & Small Business Taxes (Impuestos individuales y empresariales)
Certified Acceptance Agent (Agente de Aceptación certificada para transmitir ITIN)

Available for Business! Call 702.689.6420
beltranmultiservices@gmail.com
433 Harrison Ave, Panama City, FL 32401



SOUTHERN STAR IMMIGRATION

TELÉFONO GRATUITO **866.925.5376**



Stanley P. Walker
Abogado

Post Office Box 4385 • 362 Beal Parkway, NW, Suite 103
Fort Walton Beach, Florida 32549

www.SouthernStarImmigration.com



JOIN OUR TEAM!
WE ARE LOOKING FOR SALES REPRESENTATIVES
"PAID BY COMMISSION!"

REPRESENTATIVES NEEDED IN: TALLAHASSEE/QUINCY,
FORT WALTON BEACH/DESTIN, CRESTVIEW AREA, PANAMA CITY,
PENSACOLA, SOUTHEAST ALABAMA AND MOBILE AREAS!
BE PART OF US BY COLLABORATING WITH ARTICLES!

WE ARE YOUR NEWSPAPER!

Help us develop and grow our "city sections":
¿Que Pasa Talli? - ¡Hola Pensacola! - ¡Aquí en Panama City!

FOR MORE INFO: (850) 368-3505 - conexionflorida@gmail.com
CONEXIÓN is distributed in over 100 distribution spots in the
NW Florida and border towns of Alabama area.
Call us if you would like to be one of our distribution spots!
Visit us at: www.conexionflorida.com
Find us in: Facebook, Twitter, Instagram



Los preparadores de impuestos que no firman las declaraciones de impuestos son uno de los peores problemas durante el apuro de última hora

NOTA DEL EDITOR: Aunque este artículo está basado en California. Es importante que todas las personas pongan atención a este tipo de situaciones pues son cosas que pueden suceder en cualquier parte de los Estados Unidos. Porque debe prestar atención a la firma de su preparador de impuestos

SACRAMENTO, California, 9 de abril de 2019 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- Sucede cada temporada de impuestos. Los preparadores de impuestos poco fiables que instalan mesas en centros comerciales o alquilan espacios de oficina entre febrero y abril. Producen innumerables declaraciones de impuestos, a menudo promocionando declaraciones de impuestos “grandes y rápidas”.

“Nosotros los llamamos preparadores de impuestos fantasma porque desaparecen después de la temporada de impuestos. Nunca permanecen en un lugar ni firman las declaraciones de impuestos, y esto hace difícil encontrarlos”, dijo Susie DiMaggio, presidenta de la junta directiva del California Tax Education Council (CTEC), una organización sin fines de lucro ordenada por el estado que administra el registro de más de 40,000 preparadores de impuestos sin licencia.

Por ley se requiere que los preparadores de impuestos firmen (a máquina o a mano) las declaraciones de impuestos federales y estatales que preparan como prueba de que se han retenido sus servicios – un detalle que los preparadores de impuestos fantasma esperan que los contribuyentes pasen por alto.

“Parece pequeño, pero es uno de los detalles más importantes”, dijo Esperanza Escobedo, CRTP y miembro de la junta directiva del CTEC. “La validez de su declaración

de impuestos en realidad depende de su firma”.

Así es como trabajan los preparadores de impuestos fantasma. Imprimen las declaraciones de impuestos para los clientes, luego se les dice que las firmen y las envíen por correo. Lo que muchos contribuyentes dejan de observar es que, en lugar de un nombre, la declaración de impuestos dice “auto preparada”. Para las declaraciones de impuestos presentadas electrónicamente, su nombre también se ha omitido.

Otros fraudes típicos incluyen... El preparador pega una etiqueta comercial en la declaración de impuestos en lugar de firmarla con su nombre. Los clientes reciben la copia de “etiqueta” para que parezca como si haya sido “firmada”, sin embargo, con frecuencia una copia en blanco sin una etiqueta comercial se presenta. El preparador afirma que “se le olvidó” firmar la declaración de impuestos y promete firmarla después de recibir el pago.

Los contribuyentes en California siempre deben verificar que el preparador de impuestos es legalmente cualificado. Las leyes estatales requieren que cualquiera que cobra para preparar declaraciones de impuestos tiene que ser un abogado, contador público certificado (CPA), preparador de impuestos registrado con el CTC (CRTP) o agente registrado (EA).

Los contribuyentes pueden denunciar a preparadores de impuestos fantasma en ctec.org. El CTEC es una organización sin fines de lucro establecida en 1997 por la Legislatura del Estado de California para proteger a los contribuyentes del fraude y los preparadores de impuestos incompetentes.

ANUNCIATE EN CONEXIÓN ADVERTISE WITH US! LLÁMANOS:

Gabriel Vargas - (850) 261-2358

Erika Rojas - (305) 878-5573 (Tallahassee)

Conexión Main: (850) 368-3505

conexionflorida@gmail.com



Destin DIRECT .COM

Destin FL, Sandestin, and Scenic Highway 30A's Online Directory!

In operation for 17 years and continuously expanding!

**ADVERTISE WITH US
ANUNCIATE CON NOSOTROS**

850-217-3880
info@DestinDirect.com

COMPLETE SERVICES DIRECTORY FOR YOUR HOME, CAR, BUSINESS, HEALTHCARE, FINANCIAL NEEDS OR OTHER LOCAL SERVICES!

Directorio en línea con listados de diferentes servicios e información: Destin, Sandestin, y el Hwy 30A

Widely used by tourists, local residents, vacation home owners, convention attendees, people relocating to the area and military personnel.



GULF COAST Latino

www.GulfCoastLatino.com

**THE KEY SITE of choice for Latinos
LA PÁGINA CLAVE para los Latinos!**

MUSIC - EVENTS - ARTISTS - DJs

PROMOTIONAL SERVICES - SERVICIOS PROMOCIONALES
ADVERTISE WITH US - ANUNCIATE CON NOSOTROS



Lucha con desordenes de alimentación u otra conducta adictiva como seguidora de Cristo

Por Sheryl H. Boldt - TodayCanBeDifferent.net
sherylboldt@gmail.com - Traducido por Lessie Correa



El ser una paciente con desorden alimenticio y una seguidora de Cristo era vergonzoso y conflictivo. Había aprendido que podía “sobreponerme en el nombre de Jesús.” Pero yo NO me sobreponía. Entonces cuando un consejero sugirió que meditara con las palabras de Dios, me di cuenta de mi amor por Dios y su Palabra creció más fuerte que mi

No me permitían comer. Por lo menos eso era lo que yo creía. ¿Pero quién fijaba las reglas?

A menudo he compartido en mi blog la destrucción que sufrí cuando luchaba con mis desordenes de alimentación. En mis primeros años como persona adulta, el único propósito de mi vida era bajar una libra más. La anorexia y la bulimia me costaron mi familia, mis amistades, mis trabajos, mi salud, mi sanidad mental—y casi mi vida.

Por lo tanto, si sufres de un desorden alimenticio, por favor busca ayuda profesional. Yo lo hice. Y le doy gracias a Dios por los doctores, consejeros y dietistas que Él trajo a mi vida. Un desorden de alimentación es un tema mental muy serio. Pero ¿acaso podemos también admitir que es un tema espiritual serio? En mi caso, lo fue.

“necesidad” de bajar de peso.

Me di cuenta que tenía opciones. Me di cuenta que cada vez que me resistía a la gracia de Dios—cada vez que me negaba a renunciar mi voluntad—escogía desobedecer a Dios. Cuando por fin reconcí esta pura verdad, comencé a progresar.

Pero no fue fácil. Sufrí muchas recaídas. A pesar de que permanecí bajo cuidado profesional durante varios años, la gracia y misericordia de Dios me sostuvieron. Ahora puedo testificar que he permanecido completamente libre de anorexia y bulimia durante más de 16 años. ¡Viva Dios!

Romanos 6:13 (ESV) dice: “No presentes tus miembros al pecado como instrumentos contra rectitud, sino preséntales ante Dios como

aquellos que han sido salvados de la muerte a la vida...” Este es un gran recordatorio, especialmente este mes que celebramos el Viernes Santo y el Domingo de Gloria. Hace más de 2,000 años Jesús sufrió, murió y resucitó para que hoy yo pueda vivir—y comer—libre de opresión. El mismo poder que permitió que Jesús triunfara en la tumba, me permite—¡y

a ti! —triunfar sobre el pecado que trata de destruirnos.

Alabado sea Dios. ¡Qué Salvador!

¿Y tú qué?

¿Qué pecado, adicción o mal habito te controla? Si tú (o tu corazón) no se han rendido totalmente a Cristo ¿qué mejor hora que ahora?

Struggling with Eating Disorders or Other Addictive Behaviors as a Christ Follower

By Sheryl H. Boldt - TodayCanBeDifferent.net - sherylboldt@gmail.com

I’ve often shared on my blog the devastation I suffered while struggling with eating disorders. In my early adult years, my sole purpose in life was to lose another pound. Anorexia and bulimia cost me my family, my friends, my jobs, my health, my sanity—and almost my life.

Therefore, if you’re struggling with an eating disorder, please seek professional help. I did. And I thank God for the doctors, counselors and dieticians He used in my life. An eating disorder is a serious mental health issue. But can we also admit that it’s a serious spiritual health issue, too? It was for me.

Being an eating disorder patient and a Christ follower was embarrassing and conflicting to me. I was taught I could “overcome in Jesus’ name.” But I was so NOT an overcomer. Yet, when a counselor suggested I meditate on God’s Word, I noticed my love for God and His Word grew stronger than my “need” to lose weight.

I became more aware that I had choices. I realized that each time I resisted God’s grace—each time I refused to surrender my will—I was choosing to disobey God. When I

finally recognized this sobering truth, I began making progress.

But it wasn’t easy. I suffered many setbacks. Although, I had to remain under professional care for several years, God’s mercy and grace sustained me. I can now testify that I’ve been completely free from anorexia and bulimia for over 16 years. Yay, God!

Romans 6:13 (ESV) says: “Do not present your members to sin as instruments for unrighteousness, but present yourselves to God as those who have been brought from death to life...” This is a great reminder, especially this month when we celebrate Good Friday and Easter Sunday. Over 2,000 years ago, Jesus suffered, died, and rose again so that, today, I can live—and eat—free from oppression. The same power that enabled Jesus to triumph over the grave empowers me—and you! —to triumph over every sin that tries to destroy us.

Praise God. What a Savior!

What about you?

What sin, addiction or bad habit controls you? If you (or your heart) haven’t totally surrendered to Christ, what better time to do so than now?

PAEC Migrant Education Program



Quincy/Mariana Area

315 N. Key Street, Quincy, FL 32351
Tel: 850-875-3806 • Fax: 850-627-9489

Chipley/DeFuniak Springs Area

753 West Boulevard, Chipley, FL 32428
Tel: 850-638-6131 • Ext.2328

Worm Grunting: It's a Dirty Job

By Deborah DeSilets



Whether you call it worm charming, worm grunting, worm fiddling or by any other local name the results are the same: attracting earthworms from the ground. Why do people do this? Well, to collect the choicest, freshest, and greatest bait for fishing! In the Florida Panhandle, the historic small town of Sopchoppy takes one day a year to celebrate Worm Grunting. And it's become a beloved community wide entertainment. In other places, like Texas, it is a competitive sport. It is true that today the skill and profession of worm charming is very rare, so making it a family tradition that is worth sharing. Recently featured on the Discovery Channel's "Dirty Jobs" with Mike Rowe where it was shown how it is done in Sopchoppy: "Worm grunting involves vibrating the soil. This makes the worms crawl up to the surface because they think the sound is made by moles digging in the soil to have a worm snack."

Some forty five minutes outside of Tallahassee, at the eastern edge of the Apalachicola National Forest, The Sopchoppy Worm Grunting Festival is held in a quaint small town of the same name. Since 2000, this one day community extravaganza, held on the second Saturday in April, allow the local worm grunting champions, like Greg Revell to demonstrate in the early morning (9:00 am) how to raise up the worms.

Other entertainments are provided as well and under the umbrella of ancient oaks artisans gather and sell their one-of-a-kind wares. In years past you could hear the bantering of folks drift in the cool spring winds that float words like wild flowers: "lavender soap here", "rain needed for planting" here.

This year expect the same experience as in some places time does seem to stand still or at least moves calmly enough for the dust to settle and the sun to make you lazy. Hear old Florida, where the woods speak of a timely magic and the worms come a running to the tune of the grunt.

For generations people living around the Apalachicola National Forest have collected earthworms using a mysterious technique called "worm grunting." To read about it, it seems easy enough, "Worm grunting involves driving a stake into the ground and repetitively rubbing a steel file across the top of the stake. Vibrations created in the process mimic the sound made by hungry moles and drive earthworms to the surface of the ground." But ask a man from Telogia, Florida about worm grunting and he'll smile really broad and as his eyes dance while he describes, "using a tomato stick and a steel blade from a lawnmower" perhaps his special choice of metal where others "would use a tomato stake and a steel bar; but that's the fun of the grunt- your metal, your sound, your catch." As he describes it, his will sing if you would just "... hit that tomato stick into the ground a few inches, then rub the steel lawnmower blade on the broad tip until the stick scraps a grunting sound out of the blade! Do this repeatedly and then just watch the worms rise out of the ground: Sometimes thousands!" He assures me this is not just for fun, but many a man in the woods can make a living this way; "You get five cents five cents for each worm selling to the bait shops. And with a glint in his eye says, "That you can sell every one of

continued page 27



If you can think it! We can print it!

Full-Color Printing • Full-Color Signs • Web Design
Large Format Printing • Presentations • Graphic Design

Impresión a todo color • letreros a todo color • diseño web
impresión en gran formato • presentaciones • diseño gráfico

BUSINESS CARD SPECIAL ALL DAY, EVERY DAY
1000 Full-Color • 2 Sided • 16pt Cards for only \$49.00!
20% Off Any Full-Color Vinyl Banner with this ad

¡ESPECIAL EN TARJETAS DE PRESENTACION TODO EL DIA, Y TODOS LOS DIAS
1000 a todo color • 2 caras • 16pt por sólo \$49.00!
30% de descuento en cualquier banner de vinilo a todo color hasta el con este anuncio



Open Monday - Friday
10am - 7 pm

Find us on Facebook at
www.facebook.com/zoographixonline
d.marino@zoographixonline.com

850.664.6183

HOW DOES YOUR BUSINESS GROW?



Advocating for Small Business Growth

Providing access to capital

Small business training that grows successful businesses

Increasing capacity for contracts

www.capcitychamber.com

We care about your business. Our Core focus is on business development and the growth of our member businesses.



Florida Folklife Program Seeks Applicants for Apprenticeship Program

TALLAHASSEE - Secretary of State Laurel M. Lee announced today that the Florida Department of State is seeking applications for the 2019-2020 Florida Folklife Apprenticeship Program. Expert practitioners of traditional art forms and persons with a strong commitment to learning and preserving folk arts are encouraged to apply.



Master Greek outi player Leonidas Zafiris with apprentice Nicholas Athanasatos. Photo by Amanda Griffis.

“The Florida Folklife Apprenticeship Program provides opportunities for master artists to pass down valuable and culturally relevant skills and techniques,” said Secretary Lee. “This process of sharing traditional knowledge is vital to ensuring the preservation of our state’s diverse folk culture.”

The Florida Folklife Apprenticeship Program creates opportunities for apprentices to study traditional arts with recognized master artists. Traditional arts are expressions of shared community identity that reflect the values and aesthetics of the groups that practice them. Since 1984, the program has supported more than 185 apprenticeships in a variety of Florida living traditions including various styles of music and dance, crafts, festival arts and occupations.

The application deadline is May 15, 2019. Interested masters and apprentices must apply as a team by submitting the joint application to the Florida Folklife Program. The Florida Folklife Council will review applications and recommend apprenticeship teams to the Secretary of State. The selected apprenticeship teams will be announced by August 2019. The program provides a stipend and funds for supplies.



Interested applicants should contact State Folklorist Amanda Griffis by calling 850.245.6427 or 800.847.PAST. Program guidelines and applications can be found www.flheritage.com/preservation/folklife/apprenticeship or www.flheritage.com/preservation/folklife/apprenticeship.

The Florida Folklife Apprenticeship Program is funded in part by the National Endowment for the Arts’ Folk and Traditional Arts Program.



Master Afro-Cuban musician and Babalao Dany Illas with apprentices Hans Hernandez and Sunata Keita, Miami, 2018.

About the Florida Folklife Program

The Florida Folklife Program, a component of the Florida Department of State’s Division of Historical Resources, documents and presents Florida’s folklife, folklore and folk arts. The program coordinates a wide range of activities and projects designed to increase the awareness of Floridians and visitors alike about Florida’s traditional culture. Established in 1979 by the legislature to document and present Florida folklife, this program is one of the oldest state folk arts programs in the nation.

For more information, visit www.flheritage.com/preservation/folklife or www.flheritage.com/preservation/folklife.



A new option to CONNECT with your community!



Interviews with business, non-profit, civic, political leaders and interesting individuals in our community

WATCH US VIA:



youtube.com/channel/UCckc8fkl89QZc4AIRaUZyyA?app=desktop

EMERALD COAST TV

www.emeraldcoasttv.com

CONEXION WEBSITE

www.conexionflorida.com

BECOME A SHOW SPONSOR OR ADVERTISER AT VERY AFFORDABLE RATES!

¡ANUNCIATE EN EL PROGRAMA A PRECIOS ECONOMICOS!



CONTACT US:

conexionflorida@gmail.com

850-368-3505

Opinión - Columnistas & Blogs

OPINION - COLUMNISTS & BLOGS



HolaHolaHola Beautifuls!

By Bohemian Babushka

Here's an old song by Al Jolson that BB finds perfecto.

APRIL SHOWERS

- Life is not a highway strewn with flowers
- Still it holds a goodly share of bliss
- When the sun gives way to April showers
- Here is the point you should never miss
- Though April showers may come your way
- They bring the flowers that bloom in May
- So if it's raining have no regrets
- Because it isn't raining rain you know, it's raining violets
- And where you see clouds upon the hills
- You soon will see crowds of daffodils
- So keep on looking for a blue bird
- And list'ning...

Porque perfecto? Bueno, it mentions the month of April for one. Secondly

it shares what Babushka always says, keep on andando. Vamos Beautifuls, April is a strange month verdad? The New Year's Resolutions have come and mostly gone by now, last year's projects are still lingering, and the chill of winter is todavia a reality to most. Pero sabes what else is a reality? You can make it through. In every day there is spark of joy, even if it's a flash. Enjoy the moments of merriment, de magica. The birds chirping, the crispness of morning, the craziness de cada dia, the activities that keep your world andando. Live in the now, confrontalo, cherish it- look and you'll see the strength it's building and hopefully the gratitude for having lived it.

All together Beautifuls, say it with Babushka. Con gusto y certainty. Life- JU SO FONII!!

Andale Abril, adelante.
Babushka Besos a todos. Cuidensen.

BOHEMIAN BABUSHKA
Public Speaker, Actress, Writer, Travel & Lifestyle Blogger, Social Advocate Social Media Trainer & Influencer... but her biggest job & joy is being a Groovy GRANDMA.

LIFE BORING WITH BABUSHKA? JU SO FONII!

www.BBabushka.com
E-mail us for quotes/rates
Email: BohemianBabushka@gmail.com

TALLY Arepas

SPECIALS
delivery free

TEQUEÑOS \$1

CACHAPAS \$5

AREPAS \$7

EMPANADAS \$3

305-878-5573

we do cantina

PEPITOS \$10

Cheese, Ham, Chicken, Steak, Pork, Sausage, Beans, Veggies...

Instagram

A TO Z APPLIANCE REPAIR

(REPARACIÓN DE ELECTRODOMESTICOS)

Fast, Professional and Effective Service!
¡Servicio Rapido, Profesional y Efectivo!

Lavadoras (Washers), Secadoras (Dryers), Máquinas de Lavar Platos (Dishwashers), Máquinas de hacer Hielo (Ice Machines), Neveras (Refrigerators), Estufas (Stoves/Ovens)

\$60 HOUSE CALL WITH THIS AD
\$60 DE VISITA CON ESTE ANUNCIO

850.376.2024

We serve the following areas / Servimos estas areas:
Gulf Breeze, Navarre, Fort Walton Beach, Destin, Miramar Beach, Santa Rosa Beach

CARGOCOL

¡ENCOMIENDAS a cualquier destino de COLOMBIA!

Recogemos a domicilio en áreas de: Panama City, Tallahassee, Pensacola y sus alrededores

Llámanos al 832.257.7685
Fernandogalvis01@gmail.com



Tus Pensamientos Tienen Poder

Por Barbara Britt - barbarabritt.com - 850-621-7709
barbarajbritt@gmail.com - Traducido por Lessie Correa

Cada uno de nuestros días estamos en transición en nuestras vidas. Esto es algo emocionante que celebrar. Sin embargo, ¿cuántos de nosotros nos vemos sujetos al sentimiento de TERROR? Los ¿y qué pasará? detienen nuestra capacidad de creatividad, nuestra genialidad y—lo más importante—el máximo de nuestro potencial. Piensa en este tiempo en la Tierra como el regalo que te permite beneficiarte de todas las oportunidades que recibirás, las vidas que tocarás y el legado que dejarás.

Revisemos un poco los factores que controlan los “¿Y Qué Si...?” Puedes cambiar la frecuencia dominante de tus pensamientos para darte cuenta cuando usas tu mente consciente versus tu mente subconsciente. Los pensamientos

pensamientos tienen muy poco que ver con la verdad o la seriedad.

Por lo tanto, si permites pensamientos negativos del subconsciente que no tienen ninguna base o que ni siquiera son verdaderos, estas permitiendo que esos pensamientos controlen tu destino. Tú tienes el poder de programar tus pensamientos para poder permanecer en la Frecuencia Dominante si es posible. Dicha habilidad no te llega por suerte, más bien es algo que debe practicarse a propósito todos los días. Debes trabajar con tu mente conscientemente al igual que ejercitas los músculos de tu cuerpo. Usa tu tiempo para razonar tus experiencias y pensar—no sólo repetir lo que oyes o ves en la televisión, conexiones sociales o interacciones diarias.

“Cuando dejas de crecer, empiezas a morir.”
 - William S. Burroughs

conscientes tienen un tremendo poder y nos permiten usar nuestra creatividad. ¿Alguna vez has tenido una idea con la que te emocionaste mucho sólo para ser rechazada completamente por un pensamiento negativo que tu subconsciente pensó?

La mente consciente es de dónde procede el pensamiento, la lógica, el razonamiento y la creatividad. El subconsciente es un receptáculo más profundo donde los pensamientos repetitivos se forman por medio del sentimiento y las emociones que viven y dan substancia a las acciones conscientes. Tu subconsciente es un sirviente que no pregunta. Funciona día y noche para que tu comportamiento sea consistente con tus pensamientos emotivos. La mente subconsciente no puede diferenciar lo que es verdadero y lo que no lo es, lo que es valioso o no, y siempre regresa a los resultados preconcebidos del pasado. Ya que somos controlados por cosas que fueron colocadas antes de que pudiéramos desarrollar nuestro raciocinio, estos

Dedica tiempo diariamente a crecer, crear y construir. Cuando esos “Y qué” emergen de tu subconsciente, míralos bien por lo que en realidad son. Vas a darte cuenta que tiene muy poco o ningún valor. Luego usa ese tiempo y desarrolla acciones con tus pensamientos y creaciones.

Aquí están los pasos la próxima vez que F.E.A.R. aparezca:

F - Futuro éxito
E - Energía y su poder de movimiento
A - A cuenta
R - Resultados

Date tiempo para analizar tus pensamientos cuando la negatividad o el apremio te ataca. Levántate, muévete y observa que no tiene ninguna base en lo que tú eres ahora. Si te interesa tomar esto en serio, te recomiendo que te inscribas en “Las mujeres en transición.” Es una serie de cuatro partes que te ayudará a vencer F.E.A.R. de una vez por todas.

Your Thoughts Have Power

By Barbara Britt - barbarabritt.com - 850-621-7709 - barbarajbritt@gmail.com

“When you stop growing, you start dying.”
 - William S. Burroughs

Each and every day we are all in transition in our lives. This is something to celebrate and get excited about. However, how many of us find ourselves held in the grip of FEAR? The What-Ifs can stop our flow of creativity, our genius, and, most importantly, of reaching our potential. Think of your time on Earth as a gift that allows you to benefit from all the opportunities you will receive, the lives you will touch, and the legacy you will leave behind.

Let's review a few factors that control the What-Ifs. You can change the dominant frequency of your thoughts by realizing when you are using your conscious mind versus your subconscious mind. Conscious thoughts have tremendous power and allow us to use our creativity. Have you ever had a thought or idea that you were excited about only to have it shot completely down by a negative thought that came from your subconscious mind?

The conscious mind is where thinking, logic, reasoning, and creativity come from. The subconscious mind is a deeper level receptacle where repetitive thoughts form by feelings and emotions that live and give substance to conscious action. Your subconscious mind is an unquestioning servant. It works day and night to make your behavior fit a pattern consistent with your emotional thoughts. The subconscious mind cannot tell what is true or not, what has value or not, and always reverts back to preconceived results from the past. Since we are controlled by things that were put there before we could develop our conscious or reasoning mind, these thoughts have very little to do with truth or reliability.

Consequently, if you permit negative subconscious thoughts that are not based on data driven results or even truth at all, you allow those thoughts to control your destiny. You do have the power to program your thoughts to enable your stay in a Dominant Frequency of what is possible. This ability does not come to you by chance, rather something that has to be intentionally driven every day. You have to work the conscious mind like you work the muscles in your body. Take the time to really reason your experiences, and think, not just parrot what you hear or see on TV, social media or in daily interactions.

Dedicate time every day to intentionally grow, create, and build. When those What-Ifs from your subconscious emerge, really look at them for what they are. You will find that there is very little or no value in them at all. Then take that time to build in action steps with your thoughts and creations.

Here are some steps next time F.E.A.R. comes calling:

F - Future Success
E - Energy Empowerment Movement
A - Accountability
R - Results

Take the time to analyze your thoughts when negativity or untruth comes through. Get up, move, and see it has no bases on who you are today. If you are interested in taking this into a deeper dive, I recommend you sign up for “Women in Transition.” It is a four-part series that will help you conquer F.E.A.R. once and for all.

¿QUE PASA TALLY?
¡ANUNCIATE EN CONEXIÓN!
ADVERTISE IN CONEXIÓN!
REACH THOUSANDS OF HISPANICS
AND NON-HISPANICS!



ERIKA ROJAS:
 (305) 878 5573
 or (850) 716-6978
samanthasgift@live.com
conexionflorida@gmail.com

LIDERAZGO Y EMPRENDIMIENTO

LEADERSHIP AND ENTREPRENEURSHIP



Diversity vs. Inclusion and Why They Matter



Current work philosophy dictates the best possible team is one chock-full of varying viewpoints, personalities, and skills. Differences in opinion and beliefs result in more stimulating brainstorming sessions and a higher degree of innovation overall.

Many employers are starting to embrace “diverse” workplaces with employees coming from a wide range of walks of life.

But HR folks still say that this “diversity” is not enough. There needs to be inclusion as well, but this can be a difficult concept for employees to understand. What’s the difference anyway?

Here’s the difference between diversity and inclusion, and why both are important things to have in any workplace.

Diversity vs. Inclusion

In an interview with Forbes, HR consultant Jennifer Brown noted that diversity is “the who and the what: who we’re tracking from the traditional characteristics and identities of gender and ethnicity, and sexual orientation and disability—inherent diversity characteristics that we’re born with. Inclusion refers to the how. Inclusion is the behaviors that welcome and embrace diversity.”

So, diversity can be pretty easy to understand. Hiring people with varying genders, sexual orientations, ethnic backgrounds, and interests. Inclusion, on the other hand, can be a bit more nebulous. Think of it this way: a diverse

workplace is one in which a variety of people from numerous different backgrounds work. An inclusive workplace is one in which various policies and behaviors recognize and celebrate those differences, with everyone having the same access to opportunities.

A quick (and incredibly small) example: Bob is one of your co-workers. Bob can’t eat pork or bacon for religious reasons. An inclusive decision would be to recognize that Bob can’t eat those items, and to provide tasty alternatives during a group breakfast.

Why Diversity and Inclusion Matter
Less turnover. If employees feel included, they’re less likely to leave.

Gender equality can result in lowered levels of harassment.

According to the Center for Talent Innovation, teams are 158% more likely to understand target consumers when a team member is of the same gender, race, age, sexual orientation, or culture as the consumer.

More viewpoints and cultural backgrounds result in more innovation.

At the end of the day, the world is a diverse place full of billions of people, of varying genders, ages, races, cultures, and backgrounds. Why wouldn’t you want your workplace to be the same way?

Source: *Express Employment Professionals*, www.refreshleadership.com, *Refresh Leadership Blog*

Samantha's Gift

¡Organizamos Eventos Locales y a Nivel Nacional!

Desde Cenas románticas hasta
Conciertos para miles
Fundraising events and more!



Nuestros servicios incluye:

- Photography and Videos
- Todo tipo de decoraciones (Variety of Decorations)
- Contrataciones de Vendors
- Wrap Balloons
- Rentas de Colchones Inflables, y Juegos de Agua

Erika Rojas

International Event Planner

305.878.5573 | samanthasgift@live.com



THAI NOODLE PLACE

Authentic Thai Food is our Specialty!



Beer & Wine

Delicious Food at Great Prices

Dine in or Take Out

Plenty of space for family and organizational lunches/dinners

Coupons and Discounts in FundRays Savings Book

Mon - Fri: 10:30am - 8:30pm • Sat: 11am - 8pm • Sun: 2pm - 8pm
1360 W Highway 98, Mary Esther, FL 32569

(Only 5 minutes West of Hurlburt Field's Gate!)

(850) 200-4415

LESSIE CORREA

SERVICIOS DE INTÉRPRETE
Y TRADUCCIONES
(ESPAÑOL/INGLÉS)

INTERPRETER AND
TRANSLATION SERVICES
(ENGLISH/SPANISH)

850-284-2869

SANBARTOLO3@HOTMAIL.COM





Lo Invisible y lo Visible

Por Nelsi Rossi - sanidadespiritual.com

“Porque las cosas invisibles de Dios, su eterno poder y deidad, se hacen claramente visibles desde la creación del mundo, siendo entendidas por medio de las cosas hechas, de modo que no tienen excusa.” **Romanos 1:20**

Dios se ha mostrado al mundo a través de lo que él mismo ha creado. Por tanto, atribuir a la creación otro Creador, sería perder la oportunidad de conocer a Dios en esta gloriosa manifestación de amor.

La naturaleza es un milagro que nace por la Palabra del Dios invisible. No sabemos cómo, pero debemos reconocer que es obra de su amor para mostrar al mundo su carácter.

Todo ser humano fue dotado con la capacidad de conocer a Dios a través de las cosas creadas. De tal manera que negare a reconocerle como el Creador, hace que la mente divague en vanos razonamientos y que el corazón se endurezca.

Estimado amigo lector, si usted es de las personas que esperan ver un hecho

sorprendente para aceptar que Dios es el Creador de todas las cosas, le invito a mirar al rededor. Observe la naturaleza. ¡Esto es una manifestación del poder de Dios! ¿No le parece sorprendente y además extraordinario? ¿Necesitas que suceda algo más para entender que Dios es Real?

Dios es Creador de lo visible, sin embargo, él no necesita ninguna de ellas para sustentarse. ¡No absolutamente! Cuando él las creó estaba pensando en ti y en mí... ¡Sí!... Todas fueron creadas en virtud de su amor.

Todas ellas fueron creadas por él y para él, Para que Dios sea conocido y a él sea dada toda la Gloria.

“Porque en él fueron creadas todas las cosas, las que hay en los cielos y las que hay en la tierra, visibles e invisibles; sean tronos, sean dominios, sean principados, sean potestades; todo fue creado por medio de él y para él.” **Colosenses 1:16**

¡Oh cuán Grande es el amor de nuestro Señor!
Que toma de lo suyo y lo plasma en la creación.
De su poder, de su grandeza, de su divinidad.
Todo ello representado en la naturaleza visible,
Mostrando al mundo un Dios incommovible,
¡Qué manera sin igual de quererse revelar!
Ahora no tengo ninguna excusa para de ti huir,
Por tanto, ¿Cómo la duda yo podría concebir?
¿Cuándo en tu creación claramente veo la luna?
¿El sol e innumerables estrellas que tú creaste?
¿Quién es el hombre para que le dejes fluir?
¿Tan sublime gracia de amor inmensurable?
Ningún ser humano merece gloria alguna,
Solo rendirse ante ti y de corazón humillarse.

Me rindo ante tu poderío, grandeza y majestad,
Por cuanto eres mi Padre Eterno, Príncipe de Paz,
Admirable, Consejero, Dios Fuerte por la eternidad.
Gracias por mostrarnos tu amor a través de la creación,
Tu sublime gracia nos revela la bondad de tu corazón.
Tus maravillas claramente visibles nos hablan cada día,
Diciendo que tú eres perfectamente lleno de sabiduría.

IGLESIAS CON SERVICIOS EN ESPAÑOL:

Centro Familiar Tabernáculo de Adoración - 403 Green Acres Road | Fort Walton Beach, FL 32547
850-598-1917 | iglesiacta@gmail.com | cftabernaculodeadoracion.com
Horario: Martes 7:30pm - Servicio De Oración | Viernes 7:30pm - Servicio General
Sábado 7:30pm - Servicio De Jóvenes | Domingo 10:30am - Escuela Dominical Domingo 11:30am - Servicio General

Iglesia Luz Para Las Naciones - 1836 Olive Road, Pensacola, FL 32514
850-255-2799 | gustavo@lupan.org | www.lupan.org
Servicios: Domingos 10 am. Escuela Dominical 11am. Servicio de Adoración 4pm.
Programa radial por la 91.7FM. | Miércoles 7pm Hogare s de Luz (Rotativo por hogares).

Iglesia Cristiana "Camino Del Rey"
7895 Pensacola Boulevard | Pensacola, FL, 32534
Pastor Obed Ramos: 850-261-1557. Ministerio de Restauración, "Ven y Plantamos esta obra juntos en el 2015"

Iglesia Cristiana "Misión Hispana de East Brent Baptist Church"
Pastor Luis Gómez: 850-293-0584, "Tu Familia es nuestra familia" - Edificio G. Domingos 3pm y 4:30 pm.
4801 N. Davis Highway | Pensacola, FL

Iglesia Cristiana "Misión Casa"
Pastor Gabriel Vargas: 850-261-2358 | Servicios Viernes 7:00 pm y Domingos 10:30 am
555 Fairpoint Drive | Gulf Breeze, FL 32561 | www.misioncasa.org

Comunidad de Fe y Esperanza Ministries
Servicios: Martes 7:30pm - Casas de Paz FT Walton | Jueves 7:30pm - Discipulado | Domingo 6:30pm - Celebración
NOTA AL LECTOR: Mándanos la información de tu iglesia y la pondremos aquí gratis!
910 Airport Rd | Destin FL 32541 | (850) 837-2526 | www.cdfdestin.org

Good Shepherd Catholic Church | 4665 Thomasville Rd. | Tallahassee 32308
Todos Los Sábados a las 7 pm

St Thomas Apostle | 27 N. Shadow St - Quincy, FL 32351
Domingos a las 6 pm | Durante la semana hay más misas en español. Para información llamar al 850-627-2350

St Eugene Chapel | 701 Gamble St. - Tallahassee 32310
Todos los Domingos 8:30 am

Primera Iglesia Bautista Hispana de Tallahassee
6494 Thomasville Rd, Tallahassee, FL 32312
iglesiatallahassee.org | Todos los Domingos | Estudio Biblico 10 am - Servicio 11 am

Vida y Destino Internacional-FWB | 28 North St. Mary Esther, FL 32569
Martes y Domingo 7:30pm

Vida y Destino Internacional | 43-B Nuit, Santa Rosa Beach, FL 32459
Jueves 7:30pm Domingo 11:00am

Centro de Alabanza Destino | 16019 Business | Freeport, FL 32439 | Lunes 7:30pm

Centro de Alabanza Destino | 122 Poinciana Blvd. Miramar Beach, FL 32550
Sabado 6:00pm servicio bilingue

Ministerio Internacional "Kabod"
405 Racetrack Rd., Suite # 107 | Fort Walton Beach, Florida 32457
Servicios: Martes: Discipulado - Miércoles: Casas de Paz, Jueves: Liderazgo
Viernes: Noches de Avivamiento - Domingo: Celebración Familiar
850-543-3937 - rolando.zelaya@hotmail.com

La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días (Mormones)
312 Stadium Drive | Tallahassee, FL | www.lds.org | 850-291-6743 (los misioneros)
Domingo 1pm - 4-pm

Iglesia Rey de Reyes | 101 S Adams St. | 850.339.0979
Domingo 11am
Pastor Roberto Flores | Info@ministeriordr.org

La Iglesia Pentecostal Unida Latinoamericana
213 W. 9 ½ Mile Road, Pensacola, FL 32534
Miercoles, 7:30pm, Oración y Enseñanza | Viernes, 7:30pm, Alabanza y Adoración
Domingo, 10:30am, Escuela Dominical
Pastor Daniel Garza: 850.376.1463 | www.ipulpensacola.com



Emerald Coast Funeral Home
Caring for people... Making a Difference

Open 24 hours | State of the Art Services

We operate the only crematory in South Okaloosa County (crematorio)

International Shipping Worldwide (Traslado de cuerpos a otros países)

Advanced Planning Services | Weekly Grief Support Group

WEBCASTING SERVICE – One Room Streaming enables people to view a funeral service using the Internet, either live or later, at convenient times and across different time zones.

SERVICIO DE DIFUSIÓN POR INTERNET: One Room Streaming permite a las personas a ver un servicio fúnebre utilizando el Internet, ya sea en vivo o más tarde, en momentos convenientes y en diferentes zonas horarias.

161 Racetrack Road, N.W. | Ft. Walton Beach, FL 32547

850.864-3361 | emeraldcoastfuneralhome.com

e-mail: wecare@emeraldcoastfuneralhome.com



www.facebook.com/EmeraldCoastFuneralHome

¡Manda con seguridad y confianza tu dinero a tus seres queridos en: Bolivia, Brasil, Colombia, Guatemala, Honduras, y República Dominicana!

Deliciosas Paletas y Nieves estilo mexicano y mucho más!

Llámanos para tu fiesta, evento especial, o Festival

Lunes (Mon) – Martes (Tue): Cerrado (closed) • Miercoles (Wed) – Domingo (Sun): 12pm – 8pm

11204 Hutchison Blvd • Panama City Beach, FL 32407

850.249.5102 • chuypops@gmail.com

**INVITAMOS A
 EMPRENDEDORES
 Y LIDERES**

**ALL ENTREPRENEURS
 & LEADERS INVITED**



HISPANICS and FRIENDS LINKed (HFL)
THE POWER OF CONNECTION AND UNITY
¡EL PODER DE CONEXIÓN Y UNIDAD!



INVITE YOU - TE INVITAN

Skopelos at New World
 600 S. Palafox St., Pensacola, FL 32502

WEDNESDAY, APRIL 24
5:30PM – 8:00PM

Expand your network in a relaxed atmosphere.
APPETIZERS • DOOR PRIZES

Featured Business:

**ALEJANDRO
 GALAVIS**

Walmer Air Conditioning
 & Heating Co.

Special Guests:

**ANGEL POMALES
 & DAN VEGA**

The Spanglish Business
 Show Hosts

RSVP REQUIRED BY APRIL 22

David: 850-368-3505 | Alejandro: 504-416-4497
 or e-mail: conexionflorida@gmail.com



¡Todo lo natural no siempre es bueno!

Por Marcos Otero
Gulf Coast Immediate Care Center, Fort Walton Beach

Recuerdo que cuando yo era niño, mi madre nos llevaba a La Botánica, al curandero local, o a la tienda de la santería. Allí veía cientos de frascos con polvos, plantas, ramitas y algunas cosas que no podía decir qué eran.

Mi madre creía, como muchos en el mundo, en el poder de la curación natural. Usar lo que la naturaleza ha provisto en nuestro hábitat para curar todas las enfermedades o prevenir enfermedades. Ya sea fiebre, sarpullido, dolor de cabeza, dolores menstruales, dolor de estómago, dolor de espalda, lo que fuera, La Botánica tenía un polvo o una mezcla para solucionarlo. La tienda siempre estaba llena. El aroma de las plantas era rico, dulce, amargo y casi embriagador. Recuerdo que odiaba ir porque, como solía ser muy saludable, significaba que era el momento de la desintoxicación. Las cosas que teníamos que beber nos limpiarían de todo lo malo. Lo que actualmente hacía era darme la peor diarrea que siempre recordaría.

¿Por qué menciono esto? Pues déjame contarte una historia. Hace unos años vi a una dama de Centroamérica. Se quejaba de estar mareada y débil todo el tiempo. Ella negó haber tomado ningún medicamento. Ella no quería envenenar su cuerpo con medicinas. Se notó que tenía una presión arterial elevada y diabetes leve cuando la vi. Ella había viajado haciendo el largo viaje desde su país hace más de dos años. Ella admitió que era de un pueblo muy pequeño e incluso mientras estaba en su país tenía estos síntomas. También a veces tenía síntomas de alta temperatura corporal, agitación, aumento de reflejos, temblor, sudoración, pupilas dilatadas y diarrea.

Estos no fueron consistentes. Ella insistía que no estaba tomando ningún medicamento ni usando ningún tipo de drogas. Le pedí que trajera a su



hija la próxima cita. Cuando conocí a su hija, discutimos los síntomas de su madre y su negativa a tomar cualquier medicamento. Su hija declaró que desde la ciudad natal siempre usaban remedios naturales. Fue entonces cuando salió el resto de la historia. Ella no tomó drogas ni medicamentos. Ella estaba tomando productos naturales. Le pedí que trajera sus productos naturales. Ella tenía dos bolsas de compras llenas de hierbas, raíces, etc. que tomaba para todas sus dolencias. Cuando le pregunté por qué me había dicho que no estaba tomando nada, su respuesta fue simplemente que “todos son productos naturales y todos los productos naturales son buenos”.

Su curandero había empezado a darle hierbas y tés muchos años antes. A medida que sus síntomas se volvieron más consistentes, él le había dado más para corregir los nuevos síntomas a medida que se desarrollaban. Ella ahora estaba tomando más de cincuenta productos naturales diferentes. Tuve que hacer investigación sobre la mayoría de ellos porque no los conocía.

Después de mucho tiempo tratando de convencerla, dejó de tomar todos sus productos naturales. Ella todavía no quería tomar ningún medicamento. Cuando dejó sus productos, sus síntomas mejoraron. Después de varios meses, su alta temperatura corporal, agitación, aumento de reflejos, temblor,

continúa en página 27



Gulf Coast Immediate Care Center, Inc.

“See Someone Who Can See You.”

Monday (Lun) - Friday (Vie): 7am - 5pm

We Accept Walk-Ins

**345 Miracle Strip Parkway
S.W. Fort Walton Beach, FL**

Ph: 850.244.3211

Fax: 850.243.1992

**Walk-In • Family Practice
Minor Emergencies
Immunizations
Drug & Alcohol Screenings
X-Rays • Auto Accident After Care
Occupational Injuries**

**cita previa no requerida
Medicina Familiar
Emergencias Menores • Vacunas
Tratamiento Post Accidente Automovilístico
Pruebas de Drogas y Alcohol
X-Rays • Lesiones en el Trabajo**

**PHYSICALS:
School, Sports, Day-Care, DOT**

**¡VEN A VERNOS...CON GUSTO
TE ATENDEREMOS!**

**CITA PREVIA NO REQUERIDA
HABLAMOS TU IDIOMA**

Insurances Accepted:

**Medicare • Blue Cross Blue Shield • Aetna • Cigna
United Health Care • Tri-Care Standard & Prime**

GulfCoastImmediateCare.com



Everything Natural Is Not Always Good!

By Marcos Otero

Gulf Coast Immediate Care Center, Fort Walton Beach

I remember when I was a child, my mother would take us to La Botanica, the local curandero or Santeria shop. There I would see hundreds of jars with powders, plants, twigs, and some things I could not tell what they were.

My mother believed, as many in the world do, in the power of natural healing. Using what nature has provided in our habitat to cure all maladies or prevent illness. Whether it was a fever, rash, headache, menstrual pains, stomach ache, back pain, you name it, the Botanica had a powder or concoction to fix it. The shop was always filled. The aroma of the plants was rich, sweet, bitter, and almost intoxicating. I remember that I hated to go because as I was usually very healthy it meant it would be time for detoxification. The stuff we had to drink would clean us of all the bad. What it did was give me the worse diarrhea I could ever remember.

Why do I even mention this? Well let me tell you a story. A few years back I saw a lady from Central America. She was complaining of being dizzy and faint, and weak all the time. She denied taking any medications. She did not want to poison her body with medications. She was noted to have an elevated blood pressure and mild diabetes when she was seen. She had traveled up making the long trek from her country over two years ago. She admitted that she was from a very small town and even while in her country she had these symptoms. She also at times had symptoms of high body temperature, agitation, increased reflexes, tremor, sweating, dilated pupils, and diarrhea.

These were not consistent. She was adamant that she was not taking any medications or using any type of drugs. I asked her to bring in her daughter next time she was seen. When I met her daughter, we discussed her mother symptoms and her refusal to take any

medications. Her daughter stated that from the home town they always only used natural remedies. That is when the rest of the story came out. She did not take drugs or medications. She was taking natural products. I asked her to bring in her natural products. She had two shopping bags full of herbs, roots, etc. that she took for all her ailments. When I asked her why she told me she was not taking anything her answer was simply “these are all natural and all-natural products are good.”



Her curandero had started given her herbs and teas many years before. As her symptoms became more consistent, he had given her more to fix the new symptoms as these developed. She was now taking over fifty different natural products. I had to look most of these up.

We stopped all her natural products with much convincing. She still did not want to take any medications. As we stopped her products, her symptoms improved. After several months her high body temperature, agitation, increased reflexes, tremor, sweating, dilated pupils, and diarrhea had stopped and improved. She was still diabetic and hypertensive. With much convincing, she finally began the appropriate medications and she is so much better.

Without a doubt the first cures before we had pharmaceutical companies came from herbs, poisons, animals and the like. Today there is naturopathic medicine that practices natural cures for medicine.

Naturopathy or naturopathic medicine is defined as “a form of alternative medicine that employs an array of pseudoscientific practices branded as “natural”, “non-invasive”, and as promoting “self-healing”. The ideology and methods of naturopathy are based on vitalism and folk medicine, rather than evidence-based medicine.”

I believe there may be a place for natural products. However, any time you take these you really need to know

what these are used for, that they are safe, effective, the possible mechanism of action, and active ingredients, and the possible adverse reactions. Also, when your provider asks you if you take anything, you should list all medications and natural products since many can have adverse reactions when used together.

In my memories, I can still smell the botanica. It is part of my past, but one of the reasons I found I want to help and cure people. But remember EVERYTHING natural is not always good.

I will be writing about some of the good and bad in a future article.

Lighthouse Health Plan Provides Medicaid Coverage Throughout the Florida Panhandle

Source: Annie Marks Weidlein, Health Plan Marketing Manager

On February 1, 2019, Lighthouse Health Plan announced its launch as a doctor-led Medicaid health plan based in the Florida Panhandle. By linking providers with the new Lighthouse Health Plan, we create a new, local way of thinking about health care and the role of health plans in our communities.

Headquartered in Pensacola, Fla., Lighthouse Health Plan is a community-based Medicaid insurance plan created and run by doctors. On February 1 2019, Lighthouse officially began providing Medicaid coverage to approximately 24,000 beneficiaries in Medicaid Regions 1 and 2.

Approximately 200,000 people in the Florida Panhandle qualify for Medicaid. Of those, 70 percent are at-risk children, many of whom face food and housing insecurities and social and economic disadvantages, creating challenges to receiving basic health care.

“Medicaid patients in Northwest Florida have the highest number of preventable emergency room visits in the state; the highest rate of premature births; and high rates of smoking, obesity and substance use disorders. I think this needs to change,” said Christie Spencer, CEO, Lighthouse Health Plan.



“By working directly with doctors, Lighthouse does not have to navigate all the things traditional insurance companies do,” Spencer furthered. “We can convene the right set of health care and community resources to make sure patients receive the care they need.”

Lighthouse is partnering with a broad network of doctors, hospitals and other providers to serve members. Thousands of providers have already joined the Lighthouse network. These organizations are coming together because of the need for a more coordinated, lower cost care for Medicaid beneficiaries that are locally based.

“I put a high value on a community-based health plan model,” said Dan Sontheimer, Chief Medical Officer for Lighthouse Health Plan. “That’s why I have chosen to join Lighthouse with a doctor-led approach that offers new resources and higher levels of local support than traditional health plans, allowing doctors to do what they do best, providing patients with high quality care.”

continúa en página 20

NUESTRA COMUNIDAD

OUR COMMUNITY



El 23 de marzo de 2019, el “mundo se unió en la Costa Esmeralda” una vez más durante el 2º Festival Internacional.

Fue un evento maravilloso en el Centro de Convenciones de la Costa Esmeralda con cientos de asistentes, más de 60 naciones representadas en puestos de comida, folclore, música y más de 50 puestos de vendedores de productos y puestos de información.

El público disfrutó de maravillosas presentaciones incluyendo a las Gypsy Rhythm Dancers de Panama City, Raíces Panameñas, las Kasba Dancers, y otros maravillosos grupos folklóricos. Todo el público disfrutó de las actuaciones que incluyeron a la excepcional cantante Susanna Lynn y la banda tributo de los Beatles “Not Quite Fab”. Durante la última parte del Festival, la exposición de danza Latina cautivó a la multitud ya que instructores de danza profesional que estaban en la ciudad para participar en el 1er Congreso anual de salsa-bachata realizó coreografías de bachata, Samba y otros estilos.

CONEXION Media Group se enorgullece de ser el organizador de este evento multicultural y agradecemos a todos los patrocinadores que lo apoyaron, incluyendo: Gulf Coast Immediate Care Center, Cox, Tienda La Mexicana y Taqueria Destin, Que Pasa Mexican Kitchen and Tequila, Hampton Inn & Suites Mary Esther-FWB, K2 Media, y el absolutamente increíble apoyo de la Cámara de Comercio de Fort Walton Beach.



On 23 March 2019, the “World United in the Emerald Coast” once again during the 2nd annual International Festival.

It was a wonderful event at the Emerald Coast Convention Center with hundreds in attendance, more than 60 nations represented via food vendors, folklore, music, and more than 50 product and information vendors.

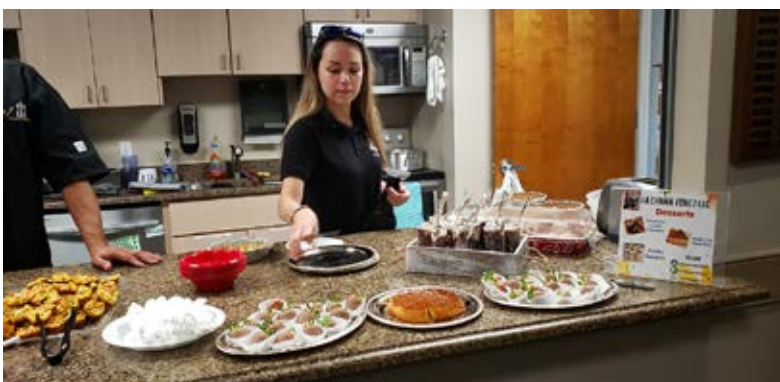
The public enjoyed wonderful presentations that included Panama City’s Gypsy Rhythm Dancers, Raíces Panameñas, the Kasba Dancers and other wonderful folkloric groups. Performances by exceptional singer Susanna Lynn and the Not Quite Fab Beatles Tribute Band were enjoyed by all. During the latter part of the festival, the Latin Dance Showcase wowed the crowd as professional dance instructors who were in town to participate at the 1st Annual Salsa-Bachata Congress performed choreographed bachata dances, Samba and other styles.

Conexión Media Group is proud to be the organizer of this multi-cultural event and we thank all the sponsors that supported it, including: Gulf Coast Immediate Care Center, Cox, Tienda La Mexicana y Taqueria Destin, Que Pasa Mexican Kitchen and Tequila, Hampton Inn & Suites Mary Esther-FWB, K2 Media, and the absolutely incredible support of the Greater Fort Walton Beach Chamber of Commerce.



SUPERCHARGE Your Thinking

By Peggy Brockman



If you missed the recent workshop “Supercharge Your Thinking” with Author, Speaker and Business Coach, Peggy Brockman... You truly missed out on some great learning and fun! The evening was sponsored by Conexión Media Group in honor of Women’s History Month. It started with a very inspirational message of hope from speaker Whitney Mobley. She shared her story of surviving a tragic car accident that left her in a coma for three months with a traumatic brain injury and a body broken into dozens of pieces. She took us through her journey of learning to walk again, relearning basic everyday functions and then using her faith in God and her sheer determination to thrive in spite of the enormous challenges she faced. A true reminder we can do ANYTHING if we change our thinking!

Some key take-aways from the workshop included why changing your thinking is important, the power of words and tips on thinking through an idea. We discussed the power of using the right tools like the “BreakThrough: Create Your Best Year EVER! 52 Week Workbook and Planner” recently published by Peggy to stay accountable to your goals and commitments.

According to Benjamin Disraeli, you should “Nurture your thoughts, for you will never go higher than your thoughts.” We discussed the following concepts from John Maxwell’s book “Jumpstart Your Thinking”: When you change your THINKING, you change your BELIEFS, which change your EXPECTATIONS and changing your expectations changes your ATTITUDE. Changing your ATTITUDE changes your BEHAVIOR and that changes everything! Changing your BEHAVIOR changes your PERFORMANCE and that changes your LIFE!!

Words have power and it’s important we OWN OUR COMMENTS and quit projecting on others! An example of this would be me making a comment about myself or my thoughts and using the

word YOU instead of I. “When YOU make a mistake YOU usually recognize it.” When I should have said “When I make a mistake, I usually recognize it” because I was really talking about myself – just deflecting it on to YOU.

Eliminate the absolutes in your vocabulary like “ALWAYS” and “NEVER”. You don’t ALWAYS screw things up...sometimes you get it right. The word BUT used after anything either negates or marginalizes whatever you said before it. WE REJECT THINGS OTHER PEOPLE SAY BY USING “BUT”... “But” I didn’t mean it that way”... Use the word AND instead. And lastly, define your present condition as a state of being. INSTEAD OF: I CAN’T BECAUSE... (which defines that present state as permanent), USE: UP UNTIL NOW... Then say your truth. This defines it as a past state you’re moving away from. SPEAK LIFE TO YOUR FUTURE STATE. “UP UNTIL NOW, I have lacked the resources AND (not BUT) NOW I AM gaining new tools to be able to supercharge my thinking.” I AM are very powerful words and should be used in front of all your affirmations.

Those are just a few of the pearls of wisdom from the two-hour workshop. We had wonderful food provided by M & J Personal/Private Chefs, desserts by La Chama Venez LLC, and wine provided by Emerald Coast Financial Services. Make sure you make it to the next workshop so you don’t miss out on all the tips, tools and inspiration for success!

Peggy Brockman is a successful author, speaker, business coach and entrepreneur. She founded the BreakThrough Business Academy in 2018 to help entrepreneurs and small business owners Create their Best Year EVER! Through 52 weeks of training tips and accountability. You can check out the courses online at www.BreakThrough.Rocks and connect with her at www.peggybrockman.com.

Servicios Hispanos

El lugar seguro para procesar sus impuestos

Ayudamos a la comunidad Latina en sus necesidades:

- Impuestos - Federal y Estatal (W-2 / 1099)
- Tramitamos Número de Tax (ITIN)
- Preparamos Formularios de Inmigración
- Traducciones Certificadas
- Notario Público (Matrimonios, cartas, poderes y otros)
- Apostille - Apostillado (sello de relaciones exteriores)
- Distribuidor de productos Sudamericanos en el área de la Costa Esmeralda



700 Beal PKWY NW • Unit KK
Ft. Walton Beach, FL 32547
Lunes a Sábado: 9:30am - 6:30pm
¡CON GUSTO TE ATENDEREMOS
CITA PREVIA ES NECESARIA!

Llámenos para reservar su cita: 850-502-0738
impuestoseguro@gmail.com • facebook/servicioshispanos

HURRICANE, STORM OR WATER DAMAGE?

SE HABLA ESPAÑOL/INSPECCIONES GRATUITAS

**HURRICANE
MICHAEL**

Hurricanes and storms affect Florida every year, If your home or commercial property is damaged, do not allow your insurance company to decide when and how your property is repaired. Some insurance companies employ questionable tactics to avoid paying what is fair.



CLAIMS 850-851-7409 LET US FIGHT FOR YOU!

Our team of experienced adjusters are dedicated to ensuring that you achieve full, fast and fair resolution of your claim

DON'T BE UNDERPAID-INSURANCE COMPANIES USE EXPERTS TO ASSESS YOUR LOSS TO THEIR BENEFIT.

CALL US TO REVIEW YOUR CLAIM AND GET THE SETTLEMENT YOU DESERVE: NEW CLAIMS- UNDERPAID, SUPPLEMENTAL OR DENIED CLAIMS.

Gabriel Antonio Bonserio Public Adjuster

(FL LIC. #W127183)

**Public Adjusters
& Insurance Loss**

THIS IS A SOLICITATION FOR BUSINESS. IF YOU HAVE HAD A CLAIM FOR AN INSURED PROPERTY LOSS OR DAMAGE AND YOU ARE SATISFIED WITH THE PAYMENT BY YOUR INSURER, YOU MAY DISREGARD THIS ADVERTISEMENT. THE INFORMATION YOU OBTAIN AT THIS SITE IS NOT, NOR IS IT INTENDED TO BE, LEGAL ADVICE. YOU SHOULD CONSULT AN ATTORNEY FOR ADVICE REGARDING YOUR INDIVIDUAL SITUATION.

FOOD Specials!

DRINK Specials!

¿QUÉ PASA?

MEXICAN KITCHEN & TEQUILA

JOIN US TO CELEBRATE OUR

CINCO De MAYO Fiesta

985 Highway 98, Destin, Fl 32541

Let us make your dreams come true!

PERFECT DAY EVENT HALL

¡NUEVO Y ESPECTACULAR SALÓN PARA TUS EVENTOS ESPECIALES!

Variedad de Paquetes Incluyendo:
Equipo de Sonido Profesional
DJ • Decoraciones
Planeación del Evento
Fotografía y Videografía

Packages Can Include:
Professional Sound System
DJ • Decorations
Event Planning
Photography & Videography



**RECIBE
DESCUENTO DE
\$100 CON ESTE
ANUNCIO**

**BRING THIS AD
AND RECEIVE
\$100
DISCOUNT**

21 Racetrack NE • Ft. Walton Beach, FL 32547

LUNES A DOMINGO / MONDAY TO SUNDAY



850.855.8288 or 850.855.8169



QUINCEAÑERAS, BODAS, FIESTAS DE CUMPLEAÑOS, NAVIDEÑAS O DE EMPRESAS, REUNIONES/SEMINARIOS
WEDDINGS, BIRTHDAY/CHRISTMAS & CORPORATE PARTIES, MEETINGS, SEMINARS



About Lighthouse Health Plan:
Lighthouse Health Plan is a local, community-based health plan created and run by doctors. Lighthouse will serve Escambia, Okaloosa, Santa Rosa and Walton counties in Medicaid Region 1 of Florida; and Bay, Calhoun, Franklin, Gadsden, Gulf, Holmes, Jackson, Jefferson, Leon, Liberty, Madison, Taylor, Wakulla, and Washington counties in Medicaid Region 2 as a Provider Service Network (PSN).

The PSN plan was created by Florida state legislature in 1997 when the Legislature authorized the Florida Medicaid program to establish a Medicaid PSN demonstration project to capitalize on high-volume

Medicaid providers and their ability to manage the medical care of Medicaid beneficiaries they serve. "Provider Service Network" means an entity qualified pursuant to s.409.912(2) of which a controlling interest is owned by a health care provider, or group of affiliated providers, or a public agency or entity that delivers health services. Health care providers include Florida-licensed health care professionals or licensed health care facilities, federally qualified health care centers, and home health care agencies.

For more information about Lighthouse Health Plan, please call 1-844-243-5176 or visit lighthousehealthplan.com.

Women's Soccer

Registration fee \$100

8 Teams: 14 Games/ Playoffs 1 vs 8, 2 vs 7, 3 vs 6, 4 vs 5 Final 1 Game

1st. & 2nd. Place: **7v7**

3rd. Place:

4th Place: Registration Fee for the next season sponsored by SF Soccer League

www.5fsoccerleague.com

8701 Salem Rd
Quincy, Fl.

A local Medicaid Health Plan created by doctors you know and trust.

Serving adults and children in Escambia, Okaloosa, Santa Rosa, Walton, Bay, Calhoun, Franklin, Gadsden, Gulf, Holmes, Jackson, Jefferson, Leon, Liberty, Madison, Taylor, Wakulla, and Washington Counties.



Lighthouse
HEALTH PLAN



844-243-5176 (TTY: 711) • LighthouseHealthPlan.com

La Confianza del Consumidor de los Hispanos Disminuyó Levemente en el Primer Trimestre



BUSINESS AND ECONOMICS POLLING INITIATIVE

College of Business
Florida Atlantic University

BOCA RATON, Florida, 10 de abril de 2019 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- La confianza del consumidor entre los hispanos en los Estados Unidos disminuyó levemente en el primer trimestre del 2019 al surgir divisiones políticas en la perspectiva económica de estos hispanos respecto de los Estados Unidos, conforme a un nuevo índice nacional de sentimiento del consumidor conducido por la Iniciativa de la Encuesta sobre Economía y Negocios de la Universidad de Florida Atlantic (FAU BEPI) en la Escuela de Negocios de FAU.

El Índice de Sentimiento del Consumidor de los hispanos, tomado desde enero hasta marzo, permanece en 96,6, lo que significa casi dos puntos por debajo del cuarto trimestre del 2018, cuando el Índice se colocaba en el 98,5 por ciento. El índice es ahora dos puntos por encima del porcentaje de primer trimestre, que era de 94,5 por ciento para la población global de los Estados Unidos, según lo publicado por la Universidad de Michigan.

En general, el 67 por ciento de los hispanos indicaron que están mejor desde el punto de vista económico respecto del año anterior, cuatro puntos por debajo del cuarto trimestre del 2018 (71 por ciento). Mirando hacia el futuro, el 74 por ciento de los hispanos indicaron que su situación mejorará el próximo año, lo cual representa aproximadamente lo mismo que para el cuarto trimestre. Los hispanos que se auto identificaron como Republicanos son más optimistas sobre su futura situación económica (el 82 por ciento) comparado con los Demócratas (el 68 por ciento), los Independientes (el 72 por ciento) y con los votantes no registrados en ningún partido (el 77 por ciento).

La perspectiva económica a corto plazo de los hispanos tampoco se modificó, ya que el 59 por ciento de los mismos manifestaron que esperaban que el país en general experimente condiciones positivas para los negocios en el año entrante. Una vez más, los Republicanos se muestran más optimistas acerca de la perspectiva económica a corto plazo del país (el 65 por ciento), comparado con los Demócratas (el 54 por ciento), los Independientes (el 59 por ciento) y los votantes no registrados en ningún partido (el 60 por ciento).

Las perspectivas a largo plazo de los hispanos también indicaron un leve descenso, dado que el 58 por ciento de los hispanos estimaron que existirán buenas condiciones de negocios para el país en general en los próximos cinco años, lo cual significa un punto por debajo respecto del cuarto trimestre (el 59 por ciento). Los Republicanos se muestran nuevamente optimistas acerca de la perspectiva económica a largo plazo para el país (el 70 por ciento) comparado con los Demócratas (el 49 por ciento), los Independientes (el 63 por ciento) y con los votantes no registrados en ningún partido (el 51 por ciento).

Pareciera que la caída de la confianza del consumidor también influyó en la caída del nivel de aprobación del presidente Donald Trump entre los hispanos, que luego de haber alcanzado el 40 por ciento en el cuarto trimestre del 2018, dicho nivel de aprobación disminuyó hasta colocarse en el 37 por ciento.

La muestra de la encuesta tomada al azar consistió en 640 hispanos, de 18 años o mayores de 18, con un margen de error del +/-3,87 por ciento.

SUDOKU

The object is to fill all empty squares so that the numbers 1 to 9 appear exactly once in each row, column and 4 x 4 box, and the sum of the numbers in each area is equal to the clue in the area's top-left corner.

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



RAMBANA & RICCI, PLLC

IMMIGRATION ATTORNEYS

Abogados de Inmigración | Como visto en Univisión

Concentrándose solamente en asuntos complejos por más de 15 años

Concentrating exclusively on complex Immigration across the Nation for over 15 years.

Perdones • Defensa contra Deportación

Visas para Víctimas de Crímenes y Violencia Doméstica

Modificaciones para Testigos de Jehová

Visas para familia de miembros del servicio militar

Seminarios gratuitos via oficina móvil • Planes de Pago

2017 Member  **SE HABLA ESPAÑOL**

850.224.4529

2915 Kerry Forest Parkway #104 • Tallahassee

www.rambana.com

The hiring of a lawyer is an important decision that should not be based solely on advertising. Before you decide, ask us to send you free written information about our qualifications and experience.

SERVICIO, CARIDAD, UNIDAD

Service, Giving, Unity

Autismo cont.

A los 6 meses

- El niño no sonríe ni hace otras demostraciones de afecto o alegría
- Poco o no contacto visual

A los 9 meses

- El niño no interactúa con los demás a través de sonidos, sonrisas u otras expresiones faciales

A los 12 meses

- El niño no balbucea
- El niño no interactúa con los demás con gestos, no señala ni muestra cosas y no trata de alcanzar objetos ni saluda con la mano

- El niño no responde a su nombre

A los 16 meses

- El niño no pronuncia ninguna palabra

A los 24 meses

- El niño no produce frases con sentido de dos palabras (ni siquiera por repetición o imitación)

A cualquier edad

- El niño pierde la capacidad de hablar, balbucear o socializar
- Si su hijo tiene alguna de las conductas anteriores o si no está alcanzando los indicadores de desarrollo correspondientes a su edad, no entre en pánico.
- Consulte a su pediatra o médico de familia y exprésele sus preocupaciones. Al prepararse para hablar con el

proveedor de servicios médicos de su hijo, tome nota de los indicadores de desarrollo que su hijo ha alcanzado o no, en comparación con otros niños de la misma edad.

Antes de ir o durante la consulta, solicite una evaluación de desarrollo general. Si le preocupa que su hijo pueda tener autismo, también puede completar un examen de identificación de autismo y llevar los resultados a la consulta con el proveedor de servicios médicos.

¿Tiene preguntas?

Llame a nuestro Autism Response Team en español: 1-888-772-9050 o envíe un correo electrónico a familyservices@autismspeaks.org. Únete a nuestro grupo de Facebook Voces Latinas de Autism Speaks es una comunidad de apoyo del cual estaremos apoyando a padres y a individuos con autismo compartiendo materiales y recursos, mientras comparten experiencias, información, y forman redes de apoyo entre la comunidad.

FUENTE: Página de Autism Speaks
www.autismspeaks.org

Autism cont.

don't have autism show a few. That's why professional evaluation is crucial.

The following may indicate your child is at risk for an autism o sonríe

By 6 months

- Few or no big smiles or other warm, joyful and engaging expressions
- Limited or no eye contact

By 9 months

- Little or no back-and-forth sharing of sounds, smiles or other facial expressions

By 12 months

- Little or no babbling
- Little or no back-and-forth gestures such as pointing, showing, reaching or waving
- Little or no response to name

By 16 months

- Very few or no words

By 24 months

- Very few or no meaningful, two-

word phrases (not including imitating or repeating)

At any age

- Loss of previously acquired speech, babbling or social skills
- Avoidance of eye contact
- Persistent preference for solitude
- Difficulty understanding other people's feelings
- Delayed language development
- Persistent repetition of words or phrases (echolalia)
- Resistance to minor changes in routine or surroundings
- Restricted interests
- Repetitive behaviors (flapping, rocking, spinning, etc.)
- Unusual and intense reactions to sounds, smells, tastes, textures, lights and/or colors

If you have concerns, get your child screened and contact your healthcare provider.

continued page 25

G.A.I.N Night

"The Urban Development Center, Inc."

Special Guest Presenters: The UDC, U. S. Census, & Escambia County Voters

The Center will work to develop value added relationships with partners & stakeholders to create sustainable platforms, mechanisms & tools for implementing innovative programs. Our evidence based collaborative processes help to create shared vision & ideas that mobilize people, communities & organizations to achieve concrete training & community development results.

Tuesday, April 16, 2019 @ 5:30 pm

Pensacola Improv Event Center

375 North Pace Blvd. Pensacola, FL 32501



5:30 pm – 5:45 pm: Enjoy Networking and light refreshments

5:45 pm – 6:00 pm: Chamber & Community Announcements, Introductions

6:00 pm – 6:30 pm: The Urban Development Center, Inc. Presentation

6:30 pm – 7:00 pm: United State Census Bureau Presentation

7:00 pm – 7:15 pm: Escambia County Voter Presentation

7:15 pm – 7:30 pm: Q & A and Networking

RSVP at www.gcmcc.info or contact the GCMCC office

at 850.438.3993 for more information

MI CASITA MEXICAN GRILL

Burritos – Quesadillas – Tacos and lots of other great options
Fresh ingredients...prepared to order every day!
Deliciosos Huevos con Chorizo, Pork Carnitas y más!

4141 E. Highway 30A | Santa Rosa Beach, FL
850.231-0060 | www.micasita30a.com
Monday, Thursday and Sunday: 11am – 9pm
Friday & Saturday: 11am – 10pm



MARCANDO LA DIFERENCIA

Making a Difference



Allie Noah es reconocida como “Joven Profesional del Trimestre”

FUENTE: Ken Hair, President & CEO, Children in Crisis, Inc.

Allie Noah, directora de desarrollo de la organización Niños en Crisis (CIC por sus siglas en inglés), fue reconocida recientemente como la Joven Profesional del Trimestre por la cámara de comercio de Niceville-Valparaiso. Judy Wiseman nominó a Noah para el reconocimiento por sus sobresalientes logros profesionales y comunitarios.

NOAH es graduada de la Universidad Estatal de Valdosta con una maestría en administración pública y una licenciatura en comunicación de Bellas Artes con énfasis en relaciones públicas. Antes de su posición actual con Children in crisis, Noah fue la directora de relaciones públicas con los servicios de SETCO de Destin.

Allie Noah recognized as “Young Professional of the Quarter”

SOURCE: Ken Hair, President & CEO, Children in Crisis, Inc.

Allie Noah, Children In Crisis Development Director, was recently recognized as the Young Professional of the Quarter by the Niceville-Valparaiso Chamber of Commerce. Judy Wiseman nominated Noah for the recognition for her outstanding professional and community accomplishments.

Noah is a graduate of Valdosta State University with a Masters of Public Administration and a Bachelor of Fine Arts-Speech Communication with an Emphasis in Public Relations. Prior to her current position with Children In Crisis, Noah was the Director of Public Relations with SETCO Services of Destin.

MAKING A DIFFERENCE NORA SANDIGO

SOURCE: norasandigochildrenfoundation.org

Nora's story began with war, separation, heartbreak and immigration, and transformed into a life of public service and contribution and loyalty to her new homeland the United States of America.

With limited funds, but endless determination, Nora founded American Fraternity in 1989, presently known as the Nora Sandigo Children Foundation. NSCF helps immigrants integrate and adjust to American society, culture and legal processes. Through the organization, Nora helps stranded children find homes, raises money for clothing and school supplies, provides transportation any hour of the day and offers endless emotional support. Nora currently holds legal guardianship for over 1200 American children.

NORA SANDIGO CHILDREN FOUNDATION'S MISSION: To serve and protect children and their families, by providing immediate relief of food and supplies when necessary. We are the guardians of the “immigration orphans” and offer support to help them grow into contributing members of American society. We believe in keeping families together.

VISION: To empower immigrant families by educating them on their legal rights and duties and helping them integrate and adjust to American society, culture and legal processes. We strive for immigration reform with a humanitarian spirit. We are advocates of human rights, civil rights and peaceful process worldwide.

As a little girl, Nora lived a great life with her family in Comalapa, Nicaragua, but one day in 1979, her life was turned upside down.



The bloody Nicaraguan Revolution tore apart her community and within days, Sandigo was sent to live with her older sister in Venezuela.

“All my dad thought about was keeping us safe,” says Sandigo, who was just 14 years old at the time. “I said goodbye, gave him a big kiss and never saw him again.”

A few years later, she went to Miami and started working for an organization that helped refugees coming to the United States.

“I understood what they're going through,” she says. “I realized that this is what I was supposed to be doing. I wanted to help them as much as I could.”

Nora's American dream has come true as she continues to dedicate her life to families that need her help through advocacy and support. Her tireless efforts have changed the lives of many immigrant families with American children that are in danger of being separated.

Facebook page: facebook.com/NoraSandigoChildrenFDN

LA CHAMA VENEZ

¡La mejor comida Venezolana en el Noroeste de la Florida!
(The best Venezuelan Food in NW Florida!)

AREPAS - EMPANADAS - PATACONES - PEPITOS - HAMBURGUESAS

THURSDAYS: 4PM - 3RD PLANET BREWING
Behind 120A Modern Bistro, Niceville

SATURDAYS: 12PM - IDYLL HOUNDS BREWING CO.
845 Serenoa Rd, Santa Rosa Beach

Catering for Special Events

DELICIOSOS REGALOS SORPRESA PARA EL DIA DE LAS MADRES!

Fort Walton Beach, Destin, Santa Rosa Beach, Panama City, Pensacola and vicinity!

719-460-3837

facebook.com/lachama.venezFI @lachamavenezfi



PR Newswire
A UBM plc company

Menos Norteamericanos Están Haciendo un Presupuesto en 2019

FUENTE: DEBT.com



FORT LAUDERDALE, Florida, 4 de abril de 2019 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- Los norteamericanos saben que necesitan hacer un presupuesto familiar y no excederlo. Saben que este país no se librará de la opresiva deuda personal que ya supera los \$4 billones a menos que contremos nuestros gastos. Sin embargo, por alguna razón, menos de nosotros lo estamos haciendo este año.

La encuesta de Debt.com del año pasado con más de 1,000 norteamericanos reveló precisamente que el 70 por ciento de los participantes tenía un presupuesto familiar. Pero en 2019, esa cifra bajó al 67 por ciento. Entretanto, cuando Debt.com preguntó “si todo el mundo” debería hacer un presupuesto, solo el 19 por ciento respondió que sí en 2018. En 2019, la cifra subió al 25 por ciento.

Esa contradicción no es inusual, dice Howard Dvorkin, contador público

autorizado (CPA) y presidente de Debt.com. Muchos norteamericanos creen que son más inteligentes que sus vecinos en el manejo del dinero. “En dos décadas como profesional de las finanzas, no puedo decirles cuántas personas me han dicho: ‘Sé que la deuda es un problema enorme en este país, pero pensé que podía manejarla’”, relata Dvorkin. “Es parte de la naturaleza humana esperar lo mejor y no planear para lo peor, así que muchos norteamericanos que en otras cosas son muy inteligentes se niegan a hacer un presupuesto, porque no creen que lo necesitan. Entonces una enfermedad grave o un accidente les impide trabajar. O simplemente son despedidos. O se divorcian. O un desastre natural ocurre. Entonces es cuando todos esos años manteniendo un presupuesto lo ayudan a capear la tormenta”.

Hubo una “no sorpresa” en la encuesta de 2019 sobre el presupuesto, dice Dvorkin, y una gran sorpresa.

No sorpresa: Las mujeres hacen el presupuesto mejor que los hombres: Por ejemplo, más mujeres (97 por ciento) que hombres (90 por ciento) dijeron que “todo el mundo debe hacer un presupuesto”. Más hombres (11

por ciento) también se jactaron de que “nunca gastan excesivamente” en comparación con las mujeres (6 por ciento). “Pregunte a cualquier instructor financiero, agencia de asesoramiento de crédito, o bloguero de finanzas personales quién suele iniciar una conversación sobre las finanzas de una pareja”, dice Dvorkin. “Casi siempre es la mujer. ¿Por qué es así? Estoy seguro de que las razones son muchas y son complicadas, pero es así”.

Gran sorpresa: A los jóvenes les gusta hacer un presupuesto: Cuando se les preguntó si usaban un presupuesto, los mayores de 39 años fueron eclipsados por los consumidores más jóvenes.

22 años y menos – el 50 por ciento usa un presupuesto
23-38 años – el 74 por ciento usa un presupuesto
39-54 años – el 67 por ciento usa un presupuesto
55 años y más – el 67 por ciento usa un presupuesto

Esto no sorprende a Dvorkin. ¿Por qué? Por la tecnología financiera. “Los días en que las herramientas para presupuestar eran un lápiz, una goma de borrar y un cuaderno amarillo pasaron hace tiempo”, dice. “Ahora la gente

joven usa programas como Mint y hojas de cálculo electrónico individualizadas de Tiller. Cuando usted puede vigilar su presupuesto en tiempo real en una aplicación, entonces está hablando el lenguaje de la gente joven”.

¿Qué revelará la encuesta sobre presupuesto de Debt.com del año próximo? Dvorkin predice que presupuestar aumentará súbitamente si la economía se contrae. Es contrario a la intuición, dice: “Uno debe presupuestar en los tiempos buenos, cuando el dinero está entrando. Así es cómo se ahorra para la jubilación, para una casa, para la universidad. Presupuestar en las épocas malas puede contribuir a detener la sangría, pero no aumentará su cuenta de banco”.

Acerca de Debt.com:

Debt.com es el sitio web del consumidor donde las personas pueden encontrar ayuda con las deudas de tarjetas de crédito, las deudas de préstamos estudiantiles, las deudas impositivas, la reparación de créditos, la bancarrota y más. Debt.com trabaja con proveedores evaluados y certificados que dan los mejores consejos y soluciones a los consumidores ‘cuando la vida sucede’.

Autism cont.

The M-CHAT (Modified Checklist for Autism in Toddlers™) can help you determine if a professional should evaluate your child. This simple online autism screen, available on our website, takes only a few minutes. If the answers suggest your child has a high probability for autism, please consult with your child's doctor. Likewise, if you have any other concerns about your child's development, don't wait. Speak to your doctor now about screening your child for autism.

Resources

A diagnosis of autism is an important turning point in a long journey to understand your child's world. Autism Speaks has many resources for families whose children have recently received a diagnosis.

These include Autism Speaks First Concern to Action Tool Kit and First Concern to Action Roadmap.

Are you an adult or teen?

Do you suspect that your feelings and behaviors involve autism? Many people who have milder forms of



autism go undiagnosed until adulthood. Find out more in our guide: "Is it Autism and If So, What Next?"

Please visit Treatment of Autism and our Directory for more information. Have more questions? Autism Speaks' Autism Response Team can help you with information, resources and opportunities. Call us at 888-288-4762 (en Español 888-772-9050) or email familyservices@autismspeaks.org.

SOURCE: Autism Speaks Website
autismspeaks.org

The 2019 Gulf Coast Minority Chamber of Commerce Community Awards

We will honor exceptional individuals / businesses that have made a difference in our community.

"The 2019 honorees will be announced publicly prior to the ceremony."

April 27, 2019 at 6:30 PM

Brownsville Community Center
3200 West Desoto Street, Pensacola, FL 32505

Table of 8 \$175 **Individual ticket for \$25**

Tickets Available on EventBrite.com

www.gcmcc.info

Please Contact the Chamber office @
850.438.3993 or info@gcmcc.info

Cleaning Divas
Cleaning with Style
Residential and Business (Limpiamos residencias y oficinas)
Estela Elías - Owner
850-305-3686 • estela.elias71@outlook.com

NAVARRE

M I S I O N

CASA

Iglesia Cristiana en Español

- Una sola Escritura
- Una sola Fe
- Una sola Gracia
- Un solo Cristo
- Una sola Gloria a Dios

8700 Navarre Parkway | Navarre Fl 32566
Servicio de Adoracion | Dos veces al Mes @ 6:00 pm
Pastor Gabriel Vargas | Tel.850.261.2358
[Facebook.com/PastorGabo](https://www.facebook.com/PastorGabo) | www.misioncasa.org

M & J Personal/Private Chefs

"You provide the kitchen... WE create the delicious meal!"
Romantic Dinners – Business Lunches
Weddings – Special Events

OUR SPECIALTY - Puerto Rican & Caribbean Cuisine
International Cuisine - Cottage Food - Desserts
¡Chefs privados para cenas románticas, almuerzos de negocios, bodas, eventos especiales!
Maribel & Javier Ruiz
(850) 313-6012 / (850) 313-4710 • [facebook.com/mjrui850](https://www.facebook.com/mjrui850)



Díaz Koontz
business services, inc.

taxes • accounting • payroll

Servicios de Contabilidad / Impuestos Personales y Corporativos / Nómina

Nuestra oficina esta abierta el año entero para servirles y contamos con profesionales Bilingües

Llámenos para una cita!

- Preparación de Impuestos Personales y Corporativos
- E-file Gratis con la preparación de sus impuestos
- Consultoría gratis todo el año con la preparación de sus impuestos
- \$20 de descuento la primera vez que nos visite y \$20 de descuento adicional por cada persona que nos refieras
- Si desean formar una Corporación o un LLC también podemos ayudale

Laury M Diaz-Koontz, MBA, AFSP

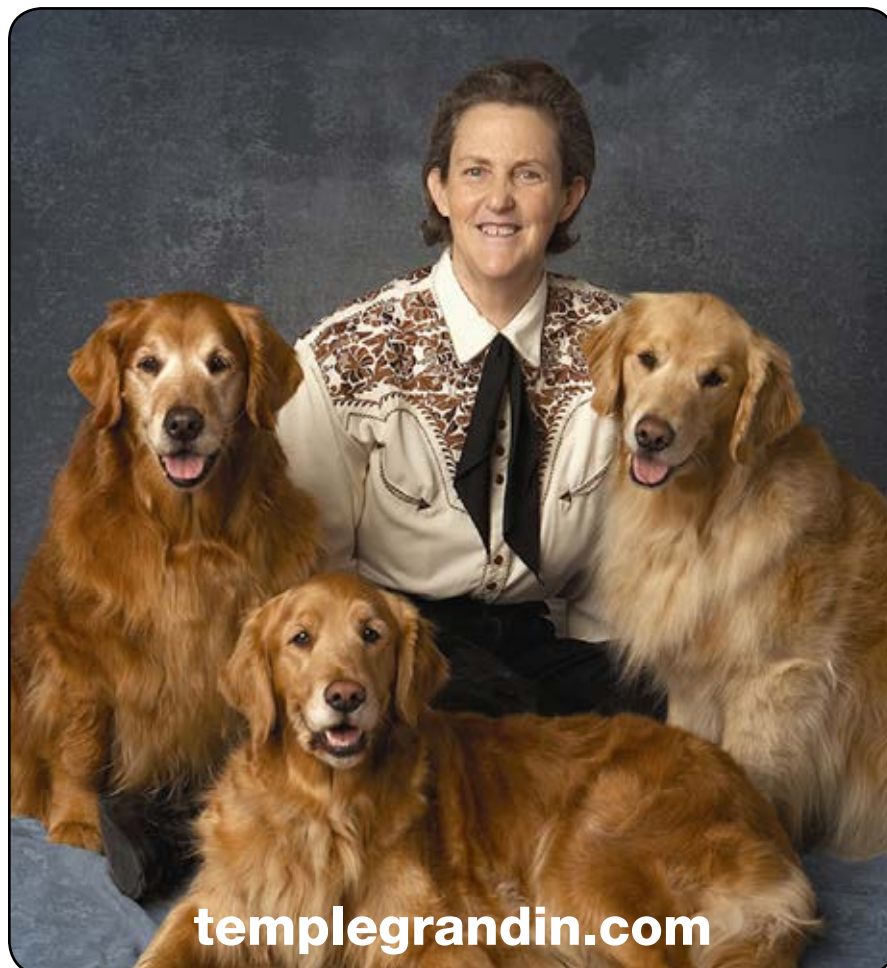
7 S. New Warrington Rd. • Pensacola, FL 32507

Tel: 850-458-9210 • Fax: 850-458-0997

lkoontz@sbsi.biz • www.sbsi.biz

El Rincón de Jaime

Jimmy's Corner



“EI ENFOQUE debería estar en enseñar a las personas a adaptarse al mundo social que les rodea, sin dejar de conservar la esencia de QUIENES ELLOS SON, incluido su autismo.”

“The FOCUS should be teaching people to ADAPT to the social world around them, while still retaining the essence of WHO THEY ARE, including their autism.”

— Dr. Temple Grandin

Chile Lindo



The Authentic flavor of Chilean Food!
¡El Auténtico sabor Chileno!

**CHURRASCOS
LOMITOS
EMPANADAS
CHORRILLANAS
Y COMPLETOS**

6201 Tippin Ave.
Pensacola, FL 32504
850-529-8030

Lunes - Sabado
11:00am - 7:00pm



chilelindofoodtruck.com

Joanie and Jenni B. .COM

ALL THINGS MEDIA

We're a mother-daughter team of storytellers trying to inspire the world through our stories and those from interesting people, places and events all told from an authentic point of view.



This is what we do ...

We photograph everything from special events (weddings) to community events (festivals) to family portraits. If you need something photographed, we can probably help.

Just like our photos, we video anything and everything. We can also create our own, original videos and films. We love working with companies and individuals to tell their story.

We publish two magazines, Positive Note Magazine & Southern Style: The Emerald Coast Way. We also write original screenplays, books and more.

Call us: 712.259.1382 • Visit us: www.joanieandjennib.com • Email us: letstalk@joanieandjennib.com

La Vitrina

MERCADO Y TIENDA DON JORGE, LLC

Horario
Lunes a Sábado:
10am-8pm
Domingo: 10am-7pm



Lincoln Center | 251 W 15th Street
Panama City, FL 32401
PH: 850.257.5586 | Fax: 850-481-8178
mercadoytienda@gmail.com

CUT OFF BARBER SHOP

Susie, Stylist
Owner



(850) 243-3500
Mon - Fri 9:00a.m. ~ 6:00pm
Saturday - 9:00a.m. ~ 3:00p.m.
144 Mary Esther Plaza, Suite 6
Mary Esther, FL 32569

La Chalupita MEXICAN MARKET

Don los Mejores Precios de la Region
Contamos con Arreglo Surtido de Productos Mexicanos
Tacueria, Carnicera y Mucho Mas!



3422 U.S. Hwy. 98 W. #2
(850) 267-4528
SANTA ROSA BEACH, FL 32459

Tienda "La Mexicana"

Le ofrece productos mexicanos
además de comida 100% mexicana:
Pozole, Gorditas, Menudo y Barbacoa



Ft. Walton Beach, Fl.
298 Eglin Pkwy
Tel (850) 314-00-07
Fax (850) 314-68-30

**Boletos para
Todo México**

MIS TAMALES STORE

Owner: Ignacia Rodriguez
8111 Navarre Pkwy.
Navarre, FL 32566



850.710.8414

PRINTING • GRAPHIC DESIGN • SIGNS

Advertising | Publication Layout
Package Design | Media Kits & More!



Over 20 years on the Treasure Coast

Brochures | Business Cards | Flyers
Post Cards | Door Hangers & More!

wd woodpeckerdesigns
772.370.7053

Worm Grunting cont.

‘em! These are the best fishing worms you’ll find. I know men that have made fortunes on worms.’

So just what do creepy, crawly worms that make excellent fish bait, do? Well, don’t hurry to go dig them all up for fishing; earthworms also enrich your garden soil by dramatically altering soil structure. The term “worm” means different things in different contexts.

Worms help to increase the amount of air and water that gets into the soil. They break down organic matter, like leaves and grass into things that plants can use. When they eat, they leave behind castings that are a very valuable type of fertilizer.

These “castings” or “worm -poop” place nutrients in the soil around them. And at death, the body of a worm decomposes and enriches the soil.

It is the night crawlers, that are frequently gathered by fisherman for use as bait; at night they move their bodies through the soil; aerate the soil and convert dead matter into fertilizer; and with a life expectancies of 10 to 15 years these worms—so essential to the health of your garden soil— makes



them “more productive in the garden than at the end of a fishhook.” During its lifetime the worms’ natural activity of breaking down organic material and food scraps into rich food for garden plants adds nutrients to your soil for making your food.

Its fun learning more about earth worms and at the Sopchoppy Worm Grunting Festival, there’s neither another place, nor festival, quite like this in the world!

Todo lo natural cont.

sudores, pupilas dilatadas y diarrea habían mejorado o ya no los tenía. Seguía siendo diabética e hipertensa. Con mucho convencimiento, finalmente comenzó a tomar los medicamentos apropiados y ahora está mucho mejor.

Sin duda, es verdad que las primeras curaciones—antes de que tuviéramos las compañías farmacéuticas— procedían de hierbas, venenos, animales y cosas similares. Hoy en día existe la medicina naturopática que usa curas naturales como medicamentos.

La naturopatía o la medicina naturista se definen como una forma de medicina alternativa que emplea una serie de prácticas pseudocientíficas calificadas como “naturales,” “no invasivas” y que promueven la “auto curación.” “La ideología y los métodos de la naturopatía se basan en el vitalismo y la medicina popular,

en lugar de la medicina basada en la evidencia”.

Creo que puede haber un lugar para los productos naturales. Sin embargo, cada vez que los tome, realmente necesita saber para qué se usan, si son seguros, efectivos, el posible mecanismo de acción, los ingredientes activos y las posibles reacciones adversas. Además, cuando su doctor le pregunte si toma algo, debe enumerar todos los medicamentos y productos naturales, ya que muchos pueden tener reacciones adversas cuando se usan juntos.

Todavía puedo oler en mis recuerdos la botánica. Es parte de mi pasado, pero también una de las razones por las que descubrí que quiero ayudar y curar a las personas. Pero recuerda TODO lo natural no siempre es bueno. Estaré escribiendo sobre algunos de los buenos y los malos en futuros artículos.

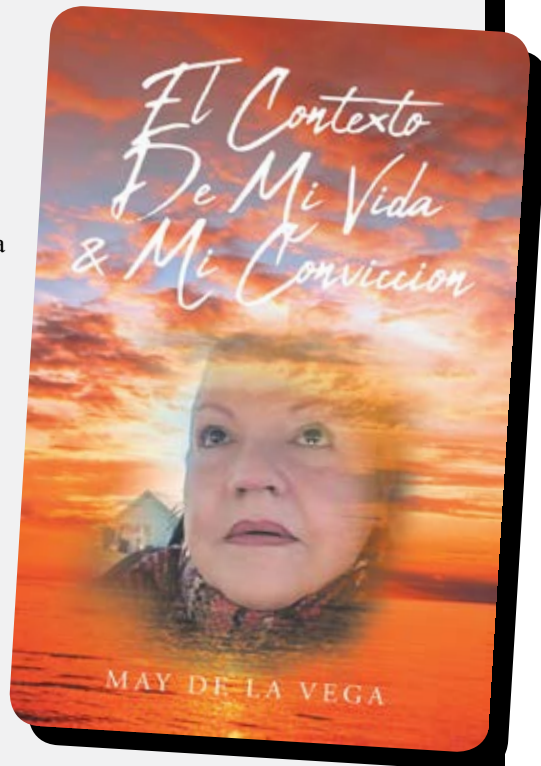
**ANUNCIATE EN CONEXIÓN
ADVERTISE WITH US! LLÁMANOS:
Gabriel Vargas - (850) 261-2358
Erika Rojas - (305) 878-5573 (Tallahassee)
Conexión Main: (850) 368-3505
conexionflorida@gmail.com**

“El Contexto De Mi Vida y Mi Convicción”, una obra de lucha y verdades, sobre las vivencias de la autora en la Venezuela actual

MIAMI, 4 de abril de 2019 / PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- May De La Vega, nació en Venezuela, luchadora por la democracia, y activista de los Derechos Humanos en el mundo. Licenciada en Psicología y Periodismo, analista de la política latinoamericana, apasionada por la lectura, de preferencia temas políticos, sociales y de economía mundial, amante de la naturaleza, de la música. Su hobby es la pintura, escribir cuentos infantiles, relatos políticos y novelas, escuchar música instrumental, viajar, y las relaciones públicas. Católica cristiana, viuda, madre de dos hijos, y abuela de tres nietos.

La autora nos trae su historia y sus experiencias en un país controversial, tal y como ella misma expone a continuación: “Lo relatado en este libro son hechos acontecidos de mis vivencias y experiencia de vida nómada, mi observación de casos políticos de Venezuela y la comparación con los otros países, mis opiniones sobre la corrupción y cómo ésta se ha extendido en el mundo, considerando que este flagelo está enlazado con el narcotráfico y el terrorismo. La falta de escrúpulos de los gobernantes y sus cúpulas han ido creciendo en forma desmedida, y la comparación con la mítica hidra, cortamos una cabeza y nacen cien. Debemos unir nuestras fuerzas y principios para luchar y acabar con este flagelo que está acabando con nuestra juventud. Debemos despertar.”

Publicado por la editorial Page Publishing, con sede en la ciudad de New York, la obra de May De La Vega, “El Contexto De Mi Vida y Mi Convicción”, nos trae un compendio de experiencias y



opiniones sobre la situación de un país con una realidad polémica, una historia interesante desde el punto de vista del análisis periodístico e investigativo.

Para los lectores que deseen vivir una experiencia sumamente interesante, pueden hacerlo a través de la lectura de esta maravillosa obra, concretando la compra de “El Contexto De Mi Vida y Mi Convicción”, en cualquier tienda de libros, o en las tiendas en línea de Apple iTunes, Amazon, Google Play o Barnes and Noble.

Para información adicional o cualquier consulta pueden contactar a Page Publishing, a través del siguiente número: 866-315-2708, media@pagepublishing.com.

Fuente: Page Publishing, pagepublishing.com

3rd Annual Spring Fam Jam

By Brad Burnette, President, Autism Spectrum on the Emerald Coast
www.asecfl.com

NOTA DEL EDITOR: Abril es el Mes de Concientización del Autismo y por eso invitamos a toda la comunidad hispana a que apoyen este evento de la organización ASEC. El principal objetivo del Fam Jam es dar un día de alegría familiar a todas las familias afectadas por el Autismo. Además, el evento recauda fondos para que la fundación pueda seguir ofreciendo servicios a las familias con miembros afectados por el Autismo.

We invite your family to join us at our 3rd Annual Spring Fam Jam. This family & music festival, which is presented by We Care Heating and Air, will be held on Saturday, April 27, 2019, at the Mullet Festival site in Niceville. The gates open at 9 a.m. with the music and fun continuing until 2 p.m.



Spring Fam Jam, with more than 30 booth participants, includes live entertainment, arts and crafts merchants, food and beverage vendors, various demonstrations, local therapy providers, and a large Children's Area.

The Children's Area includes bounce houses, inflatable slides, an inflatable obstacle course, face painting, Home Depot building kits, 501st Legion, live entertainment, and many more children's activities. Children's Area armbands are \$10. Armbands grant access to all the previous listed activities in the children's area.

Be sure to register for the Powdered Donut Dash! Participants will be covered in colored powder as they make their way around the course. You do not have to be a conditioned athlete to enjoy this run! The course, which is approximately a ½ mile in length, will have Color Stations and a Donut Eating Station.

The run starts at 10:30. The registration fee for participants ages 6 to 12 years old is \$15 which includes an event t-shirt. The registration fee for participants 13 years old and above is \$20 which includes an event t-shirt. Children 5 years old and under are free.

Spring Fam Jam is ASEC's premier fundraising and community awareness event. This event allows us to continue to provide services to our local autism community that we serve. For a fundraiser of this size to succeed, the participation and generosity of the community is required and very much appreciated.

To register for the Powdered Donut Dash, visit our website: SpringFamJam.com. For sponsorship information contact our event coordinator, Brad Burnette at (850)496-3062 or Brad@ASECFL.com.

**ANUNCIATE EN CONEXIÓN
ADVERTISE WITH US! LLÁMANOS:
Gabriel Vargas - (850) 261-2358
Erika Rojas - (305) 878-5573 (Tallahassee)
Conexión Main: (850) 368-3505
conexionflorida@gmail.com**

LIVE MUSIC



APRIL 27, 2019

MULLET FESTIVAL SITE IN NICEVILLE 9AM-2PM

Festival includes: arts and crafts merchants, food and beverage vendors, local businesses!

LIVE ENTERTAINMENT:
Captain Davy's Pirate Show
Q'werty



All proceeds benefiting:  Autism Spectrum on the Emerald Coast, Inc.

POWDERED DONUT DASH
.5 Mile Trail Course with Color Stations and Donuts

CHILDREN'S AREA
Bounce House, Inflatable Slides, Inflatable Obstacle Course, Face Painting, 501st Legion, Kids Rod & Reel Casting Exhibition, Eglin Aero Modelers, Home Depot Buildings Kits, and other Children's Activities

For powdered donut dash registration, vendor and sponsorship opportunities, and event information please visit our website.

WWW.SPRINGFAMJAM.COM

For additional questions or comments please contact us at: admin@asecfl.com or (850) 496-3062

Let's talk about Tourism

By Martin Owen

I'm writing this sitting in an airport waiting for a flight. It's a good place to think about traveling and what motivates us where to travel and how to travel.

Back in The Good Old Days I suppose most people read through guide books and spoke to travel agents. There were also the catalogs and brochures printed by airlines, railroads, hotels and tour operators. Invariably we poured over these, sometimes for months or even years before making our decisions and reservations.

Of course, in most cases, we were getting old information. The travel and guide books had been researched and written years before. Things didn't change much in those days, or at least they didn't change very fast, so if a travel writer visited a destination one year, wrote about it the next and then published it, chances are the place was much the same. These days changes happen at an incredible speed and what was fact yesterday is probably no longer the same. Look at the effect that over-tourism has had on many destinations. In a matter of a year some destinations

have either closed areas to the public or imposed admission charges. Where would a five-year-old travel guide help you now?

The other effect that all those brochures and catalogs had was that we believed what they said. Hotels and resorts were writing about their own properties. Airlines and railroads were telling us how good their services were, and we accepted all their claims.

The internet changed all that of course. The ability to create and publish websites almost instantly gave those promoting travel and tourism a rapid path to influencing our purchases. Similarly, the 'always on and up to date' news feeds have given us information that is current and relevant to our traveling decisions. We are much better informed these days.

We've also become much more aware of what we are being told. Perhaps we're even cynical and don't trust what the owners of the resorts, hotels, destinations, airlines and other transportation providers are telling us. We've been taught to trust peer reviews. Whenever you buy something online,

I'll bet you check the reviews and see what other customers think.

The same applies to travel and tourism. We automatically check out hotels, restaurants and destinations on

sites like TripAdvisor, Google and Yelp. I write reviews myself and I'm sure you do too.

We should however be aware that some of the reviews are not all they make out to be. It's not unknown for some reviewers to post critical or untrue reviews just to try and get a deal out of the supplier. Some of the review

sites have also moved into selling the products they are reviewing. It could be suggested that they may manipulate some of the reviews to make more money! Surely not, you say, but it has been known.

I'm sure that you are able to 'read between the lines' of reviews and work out what is accurate and what isn't. It's all part of buyer awareness.

A bit of advice though from an industry insider. When you're looking at the websites for accommodation providers or booking services for tours - indeed even destinations - see if they publish independent reviews on what they are selling. An increasing number are doing this, and it makes a difference. It makes them more credible and a better place to spend your money.

Well, the flight is being called, so I'd better close and get on the plane. The airline says their service is really good and promise I'll enjoy the flight. What do you think?



Hogar inteligente hogar

Conozca las muchas maneras en que podemos ayudar a que su hogar sea un hogar inteligente

- » Chequeo de energía
- » Energy Select
- » Cocina de inducción
- » Carga de vehículos eléctricos
- » Iluminación exterior
- » Sistema de calefacción y refrigeración de bajo consumo
- » Calentamiento de agua
- » Protección contra sobretensiones
- » Chimeneas eléctricas
- » ¡CheckMe certificado!
- » Contratistas
- » Calefacción de piscina con bomba de calor
- » Sistemas geotérmicos

Para obtener más información, visite GulfPower.com.



SABOR A MEXICO

A Taste of México

- TACOS MEXICANOS: Asada, Lengua, Al Pastor, Birria, Carnitas y chorizo
- CALDOS: Camarón, 7 Mares, Menudo y Pozole
- Sábado y Domingo: Sabroso Caldo de Res!
- TOSTADAS de Camarón, Coctél de Camarón, y Botana de Mariscos



2 X 1 MARGARITAS FRIDAYS

OPEN 7 DAYS A WEEK!

Sun. - Thurs. 11am - 9pm
Fri. & Sat. 11am - 10pm

MILITARY DISCOUNTS

10% Off with ID
15% Off in Uniform



Try our **NEW** Hawaiian Fajita!

13 EGLIN PARKWAY S.E. FT. WALTON BEACH, FL | 850-243-3331

Tienda LaMexicana y Taquería

- Productos de México
- Productos de Centroamérica
- Productos de Brasil y Colombia
- Envíos y recargas
- Carnicería
- Especias y chiles secos

¡Como si estuvieras en Casa!

Tortas • Tacos • Sopes • Burritos
Quesadillas • Platos Especiales



SÁBADO Y DOMINGO

Delicioso Menudo • Preparamos tu comida para eventos especiales
We cater for special occasions

1209 AIRPORT RD • UNIT 6
DESTIN, FLORIDA 32541
CALL TODAY: 850-837-3140

Cynthia Marquez
Owner



Find us on facebook.
tiendalamexicanadestin



CAKES FOR ALL OCCASIONS
PASTELES PARA TODA OCASIÓN

¡INVIERTE EN TU NEGOCIO - ANUNCIATE POR CONEXIÓN!

CONEXIÓN

Informando y Uniendo Comunidades / Informing and Uniting Communities



Proud member of the



Greater Fort Walton Beach Chamber of Commerce

Winner - 2017 Small Business of the Year
Ganador - Premio a La Mejor Pequeña Empresa del 2017



Reach THOUSANDS of Hispanics and Non-Hispanics in North/NW Florida and Southern Alabama.

850.368.3505 - conexionflorida.com



piggly wiggly



¡Tu cerveza hispana y americana favorita!

¡Victoria - Modelo - Corona y más! Budweiser, Miller and more!

¡AL PRECIO MÁS BAJO DE TODA EL ÁREA!

ICE COLD BEER

At the lowest prices in town... period!

Any dollar saved counts! At Piggly Wiggly Cost Plus, you pay our cost plus 10% That's it... simple, fair, and honest!

- Best pricing on meat, produce, and grocery products.
- We accept WIC - Aceptamos WIC • Locally owned & operated

¡TENEMOS TUS PRODUCTOS Y MARCAS FAVORITAS!

¡Goya, Barcel, Bimbo, La Costeña, Jarritos, Delicioso Pan Dulce y más!

¡En el 2019 queremos QUE EL CERDITO SEA TU FAVORITO!



251 Mary Esther Blvd. | Mary Esther, Florida | (850) 301-9100 | pigglywigglymaryestherfl.com

SAVE THE DATE

Cinco de Mayo WEEKEND FIESTA!

MAY 3RD & 4TH
FRIDAY & SATURDAY
2-FOR-1 EVERYTHING
ANY SIZE, ANY FLAVOR,
INCLUDING TOPSHELF

SHALIMAR LIVE MUSIC SUNDAY!
DJ LEGZ INSIDE DJ OZZYL OUTSIDE



MAY 5TH
CINCO DE MAYO SUNDAY
FREE JOSE JELLO-SHOTS
FREE VODKA GUMMY BEARS
2-4-1 Margarita & Draft Beer
\$2 Domestic \$3 imported



PEPPERS
MEXICAN GRILL & CANTINA

Shalimar
850.613.6970
1176 EGLIN PKWY
SHALIMAR, FL 32579

Crestview Now Open
850.613.6970
1900 S. FERDON BLVD SUITE 140
CRESTVIEW, FL 32536

Panama City Food Truck
850.785.2227
2061 N COVE BLVD,
PANAMA CITY, FL 32405

Tallahassee
850.536.6800
1425 VILLAGE SQUARE BLVD #5,
TALLAHASSEE, FL 32312

10% OFF MILITARY DISCOUNT
KIDS EAT FREE TUESDAYS
WWW.PEPPERSMEXICANCANTINA.COM