

CONEXIÓN

Vol 8 • Issue 1 • Jan. 2022

Informando y Uniendo Comunidades / Informing and Uniting Communities

FREE/GRATIS



Sirviendo al Norte y Noroeste de la Florida y Sur de Alabama / Serving North and Northwest Florida to Southern Alabama



¡Que sea un año lleno de ALEGRÍA, ÉXITO y AMOR!

El Impacto de Honrarnos Unos a Otros

Por Sheryl Boldt

“Eres un buen hombre, Bert”.

Vi la mirada de sorpresa en los ojos de Bert. Después de la mañana que acabábamos de tener, no esperaba escuchar esas palabras, al menos no hasta que pasó más tiempo en la caseta del perro. Pero a pesar de que no sentía mucho amor y admiración por mi esposo en ese momento, sabía que

me amaba y no quería que mi actitud implacable dañara nuestra relación.

Fue increíble lo rápido que mejoró nuestro día una vez que cambié de actitud.

Cada vez que elijo honrar a Bert en lugar de regañarlo por algo o darle un

continúa en la página 7

The Impact of Honoring One Another

By Sheryl Boldt

“You’re a good man, Bert.”

I saw the look of surprise in Bert’s eyes. After the morning we’d just had, he didn’t expect to hear those words – at least not until he’d spent more time in the doghouse. But even though I wasn’t feeling a lot of love and admiration for my husband at that moment, I knew he loved me, and I

didn’t want my unforgiving attitude to harm our relationship.

It was incredible how quickly our day improved once I changed my attitude.

Every time I choose to honor Bert rather than chide him about something

continued page 7



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



RAMBANA & RICCI, PLLC IMMIGRATION ATTORNEYS

Abogados de Inmigración | Como visto en Univisión

Concentrándose solamente en asuntos complejos por más de 20 años

Concentrating exclusively on complex Immigration across the Nation for over 20 years.



- Perdones • Defensa contra Deportación
- Visas para Víctimas de Crímenes y Violencia Doméstica
- TPS para Venezolanos
- Visas para familia de miembros del servicio militar
- Seminarios gratuitos en AL, FL, y GA vía oficina móvil
- Planes de Pago



**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.



Hogar inteligente hogar

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

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

Para obtener más información, visite GulfPower.com.



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
Account Executives, Pensacola - Carmen and Jeff Gardner
Account Executive, Mobile/Southern, AL - Kismeth Meléndez
Accounts Executive, Crestview/Niceville - Carolina Fierro

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

Unidos con Lazos de Amor

Por Kismeth Meléndez

El Domingo 19 de diciembre de 2021 en Mobile Alabama, se llevó a cabo el evento benéfico navideño Lazos de amor donde fueron impactados más de 500 niños.

La alegría que manifestaban las familias y las diferentes comunidades es un sentimiento inolvidable.

La unión cultural más el calor humano se hizo sentir.

Gracias a David Triana por hacernos parte de la Historia de Ramón González y por su apoyo incondicional con el Diario informativo Conexión.

Agradecida con todas las personas que dijeron presente con sus ideas de amor en esta Navidad.

Gracias principalmente a Toys For Tots por hacer esta actividad posible bendiciendo y alegrando a niños, familias y diferentes iglesias de nuestra comunidad. Entre ellas Cody Road Church, Iglesia Árbol de Vida, Iglesia Puerta del Cielo, El taller del Maestro, City Hope Church. En fin, fue una gran bendición para nuestras comunidades de Alabama y Florida.

Teníamos inscritos con Toys for Tots a 286 niños, pero al recoger los juguetes Dios

se manifestó dejándonos para el final y ser bendecidos de gran manera que escuchamos al militar de la Marina de Estados Unidos indicándonos “Los últimos tienen sus beneficios” pues nos triplicaron la cantidad de juguetes registrados.

¡Eso si es un verdadero Milagro de Navidad!

Gracias al Pastor Fernando Leite de Mobile Junior Academy Christian School, sus líderes y estudiantes por brindarnos las facilidades para servir a la comunidad. Gracias a Nailim Sánchez por brindar sus servicios de excelencia para Planificar este gran evento. Gracias a todos los voluntarios que dijeron presente para organizar y atender al público. Sin ustedes no hubiera sido posible.

Hoy puedo decir que la semilla que plantamos el domingo 19 de diciembre de 2021 dará frutos para seguir bendiciendo a familias y niños en los próximos años venideros. ¡El evento benéfico navideño Lazos de Amor fue todo un éxito!

En nombre de toda la comunidad Hispana y americana decimos, Gracias. ¡Ramón González está bailando en los cielos!

United with Ties of Love

By Kismeth Meléndez

On Sunday, December 19, 2021, in Mobile Alabama, the Christmas charity event United with Ties of Love was held and more than 500 children were impacted.

The joy expressed by the families and the different communities is an unforgettable feeling.

The cultural union plus the human warmth was felt.

Thanks to David Triana for making us part of the history of Ramón González and for his unconditional support with the informative newspaper Conexión.

Grateful to all the people who said present with their ideas of love this Christmas.

Thanks mainly to Toys for Tots for making this activity possible by blessing and bringing cheer to the children, families and different churches in our community. Among them Cody Road Church, Tree of Life Church, Heaven's Gate Church, The Teacher's Workshop, City Hope Church. All in all, it was a great blessing to our Alabama and Florida communities.

We had 286 children enrolled with Toys for Tots, but when collecting the toys God manifested himself leaving us for the end and being blessed in such a way that we heard the United States Marine telling us “Being the last ones has its benefits” because they tripled us the number of registered toys.



That is a true Christmas Miracle!

Thanks to Pastor Fernando Leite of Mobile Junior Academy Christian School, its leaders and students for providing us with the facilities to serve the community. Thanks to Nailim Sánchez for providing his excellent services to plan this great event. Thanks to all the volunteers who were present to organize and serve the public. Without you it would not have been possible.

Today I can say that the seed we planted on Sunday, December 19, 2021 will bear fruit to continue blessing families and children in the years to come. The Lazos de Amor Christmas benefit was a huge success!

On behalf of the entire Hispanic and American community we say, Thank you. Ramón González is dancing in heaven!



Hablemos de Turismo

Por Martin Owen
Owen Organization LLC, owenorganization.com

¡Feliz año nuevo! Espero que hayan tenido unas felices fiestas y, a pesar de la disrupción mundial en curso, les deseo el mayor de los éxitos y la felicidad en 2022.

Hoy estuve hablando con un viejo amigo, que también ha estado en el negocio del turismo toda su carrera. Vive en Guernsey, que es una pequeña isla, parte del Reino Unido, cerca de la costa de Francia. Estábamos hablando de viajes y turismo y él asumió que nuestro negocio de visitantes aquí en la Costa del Golfo estaba sufriendo como el turismo en todo el mundo. Me complace informar que, a pesar de los problemas con la pandemia, la mayoría de las áreas de nuestra costa, desde The Big Bend hasta Florida Panhandle y hasta el sur de Alabama, han tenido

han podido mantener altos niveles de ocupación y no han tenido que recurrir a descuentos para atraer turistas. Al contrario, las tasas se han mantenido elevadas.

Las desventajas son que, aunque tenemos los clientes, no tenemos los trabajadores de la industria para manejar los números. Las empresas de hostelería de todo tipo han tenido que hacer frente tanto a la marcha del personal (por muchas razones) como, por supuesto, a la enfermedad y aislamiento de sus empleados. Se podría decir que para nosotros la pandemia ha cedido con una mano y quitado con la otra.

Encontrar personal de hostelería en nuestra zona era un problema antes de la pandemia. La propia naturaleza



dos años bastante buenos de números de visitantes. Algunas áreas de playa han tenido años récord. Discutimos las razones y lo que nos diferencia de muchas áreas de vacaciones.

Por supuesto, la costa norte del golfo es principalmente un mercado al que los visitantes conducen, por lo que es más fácil que otros métodos de viaje. Además, en Florida en particular, las restricciones sobre las reuniones y el uso de máscaras han sido mucho más relajadas que en otros lugares. Por supuesto, los vuelos domésticos han continuado y muchos visitantes han aprovechado las nuevas rutas hacia la zona. Todo esto ha mantenido la demanda alta y, como resultado, los hoteles y las propiedades de alquiler

estacional de nuestras visitas significó que muchos empleados de hotelería lucharon por encontrar trabajo durante todo el año. Eso está cambiando, aunque lentamente, a medida que los distintos organismos turísticos de la costa están implementando políticas de gestión para alterar tanto los horarios de visita como los hábitos de gasto de los que llegan. La pandemia en sí ha cambiado los patrones del turismo a medida que las personas pueden trabajar de forma remota. Esto permite viajar durante todo el año no solo en los meses de verano. Es cierto que es una transición lenta, pero está sucediendo.

Sin embargo, surge otro problema con el alojamiento de todos los

continúa en la página siguiente

LESSIE CORREA

SERVICIOS DE INTÉRPRETE
Y TRADUCCIONES
(ESPAÑOL/INGLÉS)

INTERPRETER AND
TRANSLATION SERVICES
(ENGLISH/SPANISH)

850-284-2869

SANBARTOLO3@HOTMAIL.COM



**BIG BEND
RESTAURANT
SUPPLY**

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



HABLAMOS ESPAÑOL - Mariana Szeinkierman - 850.524.6068
400 Capital Circle SE, Suite A22 Tallahassee, FL 32301
Office: 850.383.9100 | Fax: 850.671.3330
www.bbrrsupply.com | BigBendRestaurantSupply

OVER 140 YEARS OF EXPERIENCE IN THE RESTAURANT INDUSTRY



**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

trabajadores que la industria necesita para atender a los visitantes. Pocos trabajadores del turismo pueden permitirse vivir realmente en las áreas turísticas donde trabajan, siempre asumiendo que la propiedad está disponible. Esto no se limita a nuestros resorts de playa. Muchas estaciones de esquí en todo el país (de hecho, en todo el mundo) tienen un problema similar. La propiedad tiene una prima tanto en disponibilidad como en costo. Algunas de las estaciones de esquí han comenzado a crear alojamientos específicos para sus trabajadores. Alojamiento asequible con fácil acceso a los complejos turísticos. ¿Quizás eso es algo que las áreas costeras del Golfo podrían mirar?

Tenemos otro factor que se suma a los problemas de alojamiento de

nuestros empleados de la industria. Aquí, en la costa norte, tenemos la suerte del otro contribuyente importante a nuestras economías, las Fuerzas Armadas. Tenemos una gran cantidad de bases militares a lo largo de la costa y los miembros de las fuerzas también necesitan alojamiento. Esto puede ser tanto a corto como a largo plazo y tiene un efecto importante en la disponibilidad de vivienda. Las Fuerzas Armadas a menudo pagan parte o la totalidad de los costos de vivienda y sus fondos tienden a ser más altos de lo que la industria del turismo puede pagar.

Es un acertijo que requerirá una reflexión seria durante los próximos años, pero que no se puede ignorar.

Few tourism workers can afford to live actually in the resort areas where they work - always assuming that property is available. This is not restricted to our beach resorts. Many ski resorts across the country (indeed across the world) have a similar issue. Property is at a premium both on availability and cost. Some of the ski resorts have begun to create specific accommodation for their workers. Affordable housing within easy commute of the resorts. Perhaps that's something the coast areas of the Gulf could look at?

We have another factor that adds to our industry employee accommodation

woes. Here on the Northern Coast, we are blessed with the other major contributor to our economies, the Military. We have a plethora of Military bases right along the coast and the members of the forces also need accommodation. This can be both short and long term, and has a major effect on the availability of housing. The Military often pay for part or all of housing costs and their funds tend to be higher than the tourism industry can afford.

It's a conundrum that will require serious thought over the coming years, but one that cannot be ignored.

Let's Talk About Tourism

Por Martin Owen
Owen Organization LLC, owenorganization.com

Happy New Year! I hope you had a very happy holiday season and despite the ongoing world disruption I wish you every success and happiness in 2022.

I was talking to an old friend today, who has also been in the tourism business all of his career. He lives in Guernsey, which is a small island - part of the United Kingdom - just off the coast of France. We were talking all things travel and tourism and he assumed that our visitor business here on the Gulf Coast was suffering as tourism is worldwide. I was happy to report that despite issues with the pandemic, most areas of our coast from The Big Bend through the Florida Panhandle and to South Alabama, have had two pretty good years of visitor numbers. Some beach areas have actually had record years. We discussed the reasons why and what sets us apart from many vacation areas.

Of course, the Northern Gulf Coast is primarily a market to where visitors drive themselves, so it's easier than other methods of travel. Also, in Florida particularly, restrictions on gathering and mask wearing have been much more relaxed than elsewhere. Of course, domestic flying has continued and many visitors have taken advantage of the new routes into the area. All this has kept demand high and as a result hotels and rental properties have been able to keep occupancy levels high and they have not had to resort to discounts to attract vacationers. Quite the contrary, rates have remained high.



The downsides are that although we have the customers, we don't have the industry workers to handle the numbers. Hospitality companies of all types have had to cope both with staff leaving (for many reasons) and of course from their employees being ill and having to isolate. One could say that for us, the pandemic has given with one hand and taken away with the other.

Finding hospitality staff in our area was a problem before the pandemic. The very seasonal nature of our visitation meant that many hospitality employees struggled to find year-round work. That is changing, albeit slowly, as the various tourism bodies along the coast are implementing management policies to alter both the times of visitation and the spending habits of those arriving. The pandemic itself has changed tourism patterns as people are more able to work remotely. This allows travel throughout the year not just in the summer months. A slow transition true, but it is happening.

However, a further issue arises with accommodating all the workers the industry needs to handle the visitors.

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

TALLY Arepas
TEQUEÑOS \$1
CACHAPAS \$5
EMPANADAS \$3
PEPITOS \$10

SPECIALS
delivery free
AREPAS \$7

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

305-878-5573
we do cantina

Double Debut: Piffaro and El Fuego headline Loco for Love

By Ben Gunter



Two trailblazers in how music connects people from different cultures are coming to Tallahassee this March – Piffaro and El Fuego. It’s a double debut, since this marks the first time either ensemble has played in Florida. It’s also a golden opportunity to step into Florida’s Spanish past firsthand, since both bands specialize in researching and reviving dance music that traveled from Spain to the New World and from the Americas to Spain between 1500 and 1800.

For 40 years, Piffaro has been traveling through Latin America to find compositions by Spanish, Indigenous, and mestizo composers from the 1500s and 1600s. Piffaro’s expert musicians reconstruct performances of these toe-tapping, finger-snapping songs and dances on historic instruments, including shawms (ancestors of today’s oboe), bajones (grandparents of the bassoon), sackbuts (great-uncles of the trombone), and vihuelas (the mother of all guitars). This work has earned Piffaro prestigious recording contracts – including an album of villancicos and dances called Los Ministriles in the New World for Navona records – and rave reviews from all over the world for programs like “The Musical World of Don Quixote,” which persuaded Google to feature Piffaro on Google Arts & Culture. For their debut in Tallahassee, Piffaro is bring

a collection of historic instruments and an ensemble of 6 musicians, to present 3 workshops and 2 concerts. Workshops will introduce you to Renaissance instruments and show you how to make a Native American shaker, to accompany a dance tune that dates back to Spanish Florida times. During the concert, you’ll get to dance in the streets to music that Spanish settlers in Florida used to celebrate state occasions.

El Fuego started its work in 2013, the 500th anniversary of official contact between Spain and North America. This adventurous ensemble is quickly becoming famous for making music that sparks cross-cultural conversations. El Fuego’s “The Last Conquistador,” for example, uses chronicles, poetry, art, and music from Mexico and Spain to revive the life of times of Juan de Oñate y Salazar (1550-1626) and explore whether this controversial character was a visionary or a mass murderer. “Acis and Galatea” revives a whole cast of characters from the early 1700s to tell the story of a boundary-breaking love affair through music that made this zarzuela popular throughout the Spanish-speaking world. In “Sublime Love,” El Fuego’s musical director Salomé Sandoval uses guitars, lutes, violins, and voices to blend music of the 1600s from Guatemala, Perú, and Mexico with the

poetry of Sor Juana Inés de la Cruz, who wrote in Spanish and in the Aztec language Nahuatl. For El Fuego’s first trip to Florida, Salomé Sandoval will bring 2 other singer-musicians who are experts on stringed instruments to teach classic villancicos and historic seguidillas – music that got people from Indigenous, European, and criollo backgrounds singing and dancing together while Florida belonged to Spain.

This double debut is part of Theater with a Mission’s Loco for Love Festival, coming up in Tallahassee’s Railroad Square Art District on March 4-6, 2022. Free and family-friendly, Loco for Love’s theme this spring is “Music, Dance, and Diversity in Florida History.” In addition to workshops and concerts by Piffaro and El Fuego, the Festival will feature step-by-step encounters with dances from Florida’s multicultural past. You can learn Indigenous dances from Native Americans, African dances from experts in Black history, Renaissance dances from scholars at Ohio State University, Baroque dances from scholars at the Massachusetts Institute of Technology, and Regency dances from scholars at Florida State University. Stuffed with activities for kids of all ages, the festival will offer opportunities to pet a Galiceño pony, watch a Dragoncillo



puppet show, dress up for the Florida History Parade, and taste-test Spanish paella, African-American chicken perlo, British-Florida pot pie, and Native America possum stew.

To protect the health of artists and audiences, the festival will unfold in a hybrid format. You can access activities in person or online, via advance ticketing and live streaming. Visit Theater with a Mission’s website at www.theaterwithamission.com for details. Come dance to this double debut!

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 PUBLICATION!
Help us develop and grow our "city sections":
¿Que Pasa Tally? - ¡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 locations!

Visit us at: www.conexionflorida.com

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

PERFIL DE AUTORA - SUSY NIEVES DIANDERAS



Susy es originaria de Lima, Perú y vive en Pensacola desde 2005.

Es la autora del libro infantil recientemente publicado, *El niño que saltó a la luna*. El libro es publicado por TriMark Press.

El libro trata sobre Michael, un niño que recibe un trampolín gigantesco como regalo de cumpleaños de su padre, y salta más y más alto hasta que finalmente se atora en un árbol. ¡Después de prometerle a su padre que nunca volvería a saltar, Michael continúa elevándose hasta el cielo! ¿Qué pasa

después? ¿Es el cielo finalmente el límite para Michael?

El libro fue creado a partir de las propias experiencias de Susy como madre. "Mis hijos me inspiraron y quería compartir la alegría de ser un niño". Ella dice.

Susy tiene dos hijos en edad universitaria. Se graduó de la Universidad de Troy y tiene una Maestría en Consejería y Psicología. Es una veterana de la Marina de los EE. UU. Y estuvo estacionada en Hawái. En 2007, se convirtió en maestra de escuela y ha enseñado varias materias desde el prekindergarten hasta el grado 12 en diferentes escuelas en el condado de Escambia, Florida y en Fairfax, Virginia. Actualmente es profesora de español.

A Susy le gusta pasar tiempo con su familia y amigos y su pasión es leer sus libros a sus alumnos. Espera publicar más de sus libros en un futuro próximo, incluidos más libros para niños, libros de cocina y biografías.

NOTA DEL EDITOR: Pedimos a nuestros lectores que apoyen a esta autora local y compren su libro. Puedes encontrarlo en Amazon.com

AUTHOR'S PROFILE - SUSY NIEVES DIANDERAS

Susy is originally from Lima, Peru and has been living in Pensacola since 2005.

She is the author of the recently released children's book, *The Boy Who Jumped to the Moon*. The Book is published by TriMark Press.

The book is about Michael, a boy who receives a gigantic trampoline as a birthday gift from his father, and jumps higher and higher until he eventually gets stuck in a tree. After promising his father that he'd never jump again, Michael continues to soar into the sky! What happens next? Is the sky finally the limit for Michael?

The book was created from Susy's own experiences as a parent. "I was inspired by my children and wanted to share the joy of being a child." She says.

Susy has two college age children. She is a Troy University graduate and holds a Master's Degree in Counseling and Psychology. She is a U.S. Navy veteran and was stationed in Hawaii. In 2007, she became a school teacher and has taught several subjects to pre-kindergarten to 12th grade in different schools in Escambia County, Florida and in Fairfax, Virginia. She is currently a Spanish teacher.

Susy enjoys spending time with her family and friends and her passion is to read her books to her students. She hopes to publish more of her books in the near future, including more children's books, cook books and biographies.

NOTE FROM THE EDITOR: We ask our readers to support this local area author and purchase her book. You can find it on Amazon.com



Honrarnos Unos a Otros cont.

trato silencioso, me siento mejor con él, conmigo y con nuestro matrimonio. Sospecho que Bert siente lo mismo cuando elige responder de manera similar después de que yo he actuado de una manera menos amable. A menudo me siento honrada de cómo Bert me apoya, incluso durante mis momentos imperfectos.

Por lo que he escuchado de otras personas (parejas y solteros de todo tipo, incluidas las viudas y las personas divorciadas), sé que no somos los únicos que nos beneficiamos del verso de esta semana, "Ámense los unos a los otros con afecto fraternal. Supérense unos a otros en mostrar honra" (Romanos 12:10). Me encanta especialmente la parte de "superarse unos a otros en mostrar honor".

En lugar de esperar hasta que nuestro cónyuge, hermano, compañero de trabajo o amigo sea el primero en darnos el respeto "que merecemos", dejemos de llevar la cuenta y pidamos a Dios que nos muestre más formas de amar y honrar constantemente a quienes nos rodean.

Imagínese el impacto que esto tendrá en ellos. Especialmente cuando no se portan lo mejor posible, que suele ser cuando más necesitan nuestro afecto y respeto.

Hay momentos en que esto será particularmente desafiante. Créame, sé lo fácil que es ceder a reacciones instintivas y egocéntricas. Soy tan culpable de llevar la cuenta y aferrarme al dolor por demasiado tiempo. Aunque sé que nadie es perfecto y la mayoría de nosotros anhelamos hacerlo mejor.

Pero, ¿y si, al comenzar un nuevo año, le pedimos a Dios que nos ayude a valorar a cada persona?

Cuidemos nuestros pensamientos unos de otros y solo hablemos bien de ellos. Y cada vez que estemos tentados a hacer lo contrario, dejemos que el Espíritu Santo nos detenga a mitad de camino y nos muestre cómo responder de manera diferente.

Si tiene la tentación de rechazar esta idea, imagine cómo sería su matrimonio (y otras relaciones) dentro de unos años si eligieran seguir lastimándose y deshonrándose mutuamente.

¿Es este el tipo de matrimonio o relación que realmente desea, hasta que la muerte los separe?

Sheryl H. Boldt es la autora del blog, www.TodayCanBeDifferent.net. Conéctate con ella en SherylHBoldt@gmail.com.

Honoring One Another cont.

or give him the silent treatment, I feel better about him, myself, and our marriage. I suspect Bert feels the same way when he chooses to respond similarly after I've acted in a less than kind way. I'm often humbled at how Bert supports me – even during my imperfect moments.

From what I've heard from others (couples and singles of all types, including widows and people who are divorced), I know we're not the only ones who would benefit from this week's verse, "Love one another with brotherly affection. Outdo one another in showing honor" (Romans 12:10 ESV). I especially love the "outdo one another in showing honor" part.

Rather than waiting until our spouse, sibling, co-worker or friend to go first in giving us the respect "we deserve," let's stop keeping score and ask God to show us more ways to consistently love and honor those around us.

Imagine the impact this will have on them. Especially when they're not behaving their best – which is usually when they most need our affection and respect.

There are times when this will be particularly challenging. Believe me, I know how easy it is to give in to knee-jerk and self-centered reactions. I'm so guilty of keeping score and holding on to hurt entirely too long. Even though I know no one is perfect and most of us long to do better.

But what if, as we begin a new year, we asked God to help us value every person?

Let's guard our thoughts about one another and only speak well of them. And every time we're tempted to do otherwise, let's allow the Holy Spirit to stop us mid-track and show us how to respond differently.

If you're tempted to reject this idea, imagine what your marriage (and other relationships) would be like years from now if you chose to continue hurting and dishonoring one another.

Is this the kind of marriage or relationship you really want, until death do you part?

Sheryl H. Boldt is the author of the blog, www.TodayCanBeDifferent.net. Connect with her at SherylHBoldt@gmail.com.



¿Necesitas Un Milagro?

Por Nelsi Rossi - www.sanidadespiritual.com



1. Estaba entonces enfermo uno llamado Lázaro, de Betania, la aldea de María y de Marta su hermana.

2. Enviaron, pues, las hermanas para decir a Jesús: Señor, he aquí el que amas está enfermo.

3. Oyéndolo Jesús, dijo: Esta enfermedad no es para muerte, sino para la gloria de Dios, para que el Hijo de Dios sea glorificado por ella.

4. Y amaba Jesús a Marta, a su hermana y a Lázaro... (Juan 11:1-16).

Esta historia bastante conocida, relata que un discípulo de Jesús llamado Lázaro estaba enfermo. Jesús lo amaba como amaba a sus hermanas María y Marta y como ama a todos sus discípulos.

Marta y María enviaron la noticia a Jesús diciendo:

“Señor, he aquí el que amas está enfermo.”

Primero le dicen “Señor”. ¡Esto hace referencia al poder!

Segundo. “el que amas” ¡Compasión y misericordia!

Lo extraño es que al oír Jesús la noticia, él no se escandalizó ni reaccionó apresuradamente. Aun

sabiendo que la hora de ir a la cruz estaba cerca, no se inquietó su corazón. Lázaro podía esperar.

El hecho de quedarse dos días más después de saber el estado de su amigo, da la impresión de que a Jesús no le interesaba. Pero no, ¡Jesús tiene el control de todas las cosas! Además, no se dejaba llevar por emociones ni nadie determinaba lo que debía hacer sino solo su Padre.

Jesús no desatendió lo que estaba haciendo para salir corriendo a la casa de Lázaro, porque tenía una prioridad: Hacer la voluntad del Padre. Porque he descendido del cielo, no para hacer mi voluntad, sino la voluntad del que me envió. (Juan 6:38)

Conclusión:

1. La enfermedad de Lázaro fue una lección para fortalecer la fe de los discípulos de Jesús, la fe de Marta y de María, la fe tuya y la mía. Para que sometida a prueba vuestra fe, mucho más preciosa que el oro, el cual aunque perecedero se prueba con fuego, sea hallada en alabanza, gloria y honra cuando sea manifestado Jesucristo, (1 Pedro 1:7)

2. Las acciones de Jesús fueron una demostración de su amor que excede a todo conocimiento. (Efesios 3:19)

3. La reacción de Jesús fue un acto de justicia, porque Él siempre hizo la voluntad del Padre. No puedo yo hacer nada por mí mismo; según oigo, así juzgo; y mi juicio es justo, porque no busco mi voluntad, sino la voluntad del que me envió, la del Padre. (Juan 5:30)

¿Y qué diríamos de nosotros los que vivimos ahora? ¿Acaso estamos exentos de tomar la misma actitud? Cuando algo sale mal cuestionamos el amor de Jesús, Y queremos que él nos responda rápido y sin demora.

Nadie desea las pruebas, aunque son necesarias, Solo queremos obtener lo que pedimos sin tardar. ¿Estás dispuesto a soportar de manera voluntaria? ¿O estás pidiendo recibir tus milagros sin esperar?

¿Era muy fácil para Jesús hacer a Lázaro la sanidad? La respuesta sin duda alguna es Sí, ¡Absolutamente! Pero no era la voluntad del Padre, definitivamente. Era más glorioso resucitarle delante de mucha gente,

Creo que fue la razón más importante para esperar.

No sé si un milagro esperas que haga Jesús, O si anhelas una respuesta que ha tardado. Ten presente que el Señor murió en la cruz, Pero que al tercer día fue resucitado. Ese acontecimiento nos ha demostrado, Que puede hacer más de lo que pides tú.

No desmayes mi hermano espera en su bondad, También recibirás tu respuesta como no imaginas. Pues, aunque Marta y María solo pedían sanidad, Jesús las sorprendió con una resurrección divina. Igual podría suceder contigo si no dejas de orar, Porque siempre su oído a nuestra oración inclina.



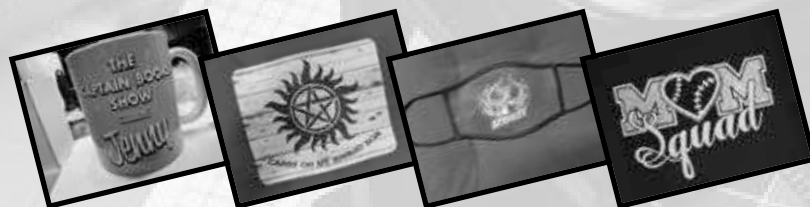
If you can think it!! We can ink it!!

Si puedes pensarlo !! ¡¡Podemos entintarlo !!

Custom printing is a Great Product for Personal use or any Holiday Gift
La impresión personalizada es un gran producto para uso personal o cualquier regalo de vacaciones.

Custom printing on facemasks • mugs • mousepads • shirts • phone cases
dog bowls • plates • cups • puzzles • plaques • cutting boards and more

Impresión personalizada en mascarillas • tazas • alfombrillas de ratón • camisas • fundas para teléfonos
cuencos para perros • platos • tazas • rompecabezas • placas • tablas de cortar y más



\$49 1000 BUSINESS CARDS

FULL-COLOR • 16PT STOCK • 2-SIDED • HIGH UV GLOSS FINISH

EVERY DAY PRICE

1000 TARJETAS DE VISITA A 2 CARAS A TODO COLOR

d.marino@zoographixonline.com • www.zoographixonline.com
Find us on Facebook & Etsy.com

850.664.6183

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

NAVARRRE



- 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 | www.misioncasa.org



IGLESIAS CON SERVICIOS EN ESPAÑOL:

Centro Familiar Tabernáculo de Adoración - 403 Green Acres Road | Fort Walton Beach, FL 32547
 850-598-1917 | iglesiascta@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 Hogares 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.cdfedestin.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
 iglesiasitallahassee.org | Todos los Domingos | Estudio Bíblico 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
 Sábado 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 - 4pm

Iglesia de Dios Ministerial de Jesucristo Internacional | 110 N. Main St., Crestview, FL 32536 | www.idmji.org
 Enseñanza: Miércoles 7pm, Domingo 10am | Estudio Bíblico: Lunes 7pm, Sábado 6:30pm
 Alabanza: Martes, Jueves, Viernes, 7pm

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

hacemos tres cosas sencillas:



555 FAIRPOINT DRIVE | GULF BREEZE FL 32561
 Domingo @ 10:30 am | Viernes @ 7:00 pm
 Pastor Gabriel Vargas | 850.261.2358
 www.facebook.com/PastorGabo | www.misioncasa.org

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

Instagram: @buenos.dias.salud
 Facebook: BdsaludGC
 Contacto: www.buenosdiassalud.com



Buenos Días Salud
 con Gabriela Calvi

Todos los martes un nuevo PODCAST sobre Salud y Bienestar El link lo encontrarás en la web o en la bio de Instagram



Los Cines Sobreviven, Algunos Prosperan Durante El Covid

Por Nick Smith

Ir al cine no es tan sencillo como lo era hace un par de años, pero para los amantes del cine. Si no le importa usar una máscara, puede ir a ver éxitos de taquilla como Spider-Man No Way Home, así como excelentes películas como The Green Knight de A24.

Si los principales ingresos de taquilla de este año lo demuestran, los grandes estudios están prosperando. En sus primeras semanas, Spider-Man ganó más de mil millones de dólares. En segundo lugar, The Battle at Lake Changjin, una película china sobre las tropas que derrotaron a los estadounidenses en una batalla coreana, con más de \$ 900 millones; Hola, mamá, una comedia china, ganó más de \$ 800 millones; y la última película de James Bond, No Time to Die, recaudó tres cuartos de billón.

Si bien la industria cinematográfica en su conjunto sobrevive, los trabajadores se han visto afectados negativamente por las restricciones de prueba de COVID impuestas por sus sindicatos. Si un miembro de la tripulación o actor da positivo, no

Deadline describió esto como un uso de “mucha precaución”.

Si bien la producción se ha reducido, el público todavía quiere ver películas. Pero no todo el mundo está preparado para volver a los cines. A los 21 años, mi hijo se encuentra en el mejor grupo demográfico para el que Hollywood hace películas, pero no quiere estar en un cine abarrotado y correr el riesgo de contraer un virus. Las personas mayores tienen las mismas preocupaciones. COVID también ha afectado las cadenas de suministro y los precios de los alimentos, lo que dificulta la vida de los cines privados como Suds n Cinema de Fort Walton Beach.

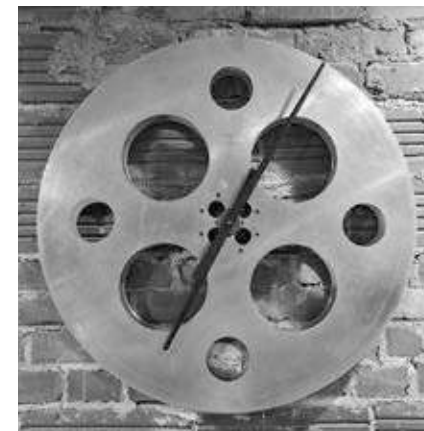
“Mostramos un par de documentales junto con NPR y PBS”, dice Rodney Walker, director financiero de Suds. “Atrajeron a un público nuevo y mayor que es mucho más sensible a los precios”. Walker ha notado que la gente más joven de clase trabajadora no se resiste a los aumentos de precios que son un efecto secundario de COVID. “Ellos entienden lo que está sucediendo. Los

Mientras Florida estuvo abierta, las grandes cadenas de películas permanecieron cerradas. Los otros dos teatros de Fort Walton son propiedad de Regal; cuando cerraron debido a la pandemia, Suds era el único juego en la ciudad con acceso a películas populares de estreno.

“Spider-Man estuvo agotado durante tres semanas”, dice Walker, “estábamos a plena capacidad. Nos estamos acercando a donde estábamos antes de COVID”.

Regal ha reabierto, pero Suds sigue siendo un elemento destacado en el centro de la ciudad. Es difícil pasar por alto su fachada y marquesina retro. “Cuando se vuelva a desarrollar el área, necesitarán un permiso especial para nosotros”, explica Walker, “el edificio del teatro es un hito histórico”. El edificio existe desde hace más de 80 años. Sin embargo, para que el teatro sobreviva, sus dueños deben ser creativos.

“En 2022, me gustaría que nos enfocáramos en funciones privadas y fiestas fuera del horario de películas”, espera Walker, y nos gustaría asociarnos más con el sistema escolar “. En lugar de ver un documental en la clase de historia, los estudiantes podían ver una película educativa



en Suds. “Sería una excursión y una clase, una experiencia especial para los niños. Cuando estaba en la escuela, teníamos que ver Excalibur, sería algo increíble para mostrar”.

Suds n Cinema es un gran ejemplo de lo importante que puede ser una pequeña empresa para una comunidad, desde el empleo hasta la educación y su papel como punto focal para que los lugareños se reúnan. Es reconfortante ver la planificación del teatro para el futuro. “Mucha gente que no sabía de nosotros, se enteró de nosotros porque permanecemos abiertos”, dice Walker, “pero COVID fue muy difícil. Ha sido un viaje”.

English version next page



puede trabajar en un set. Si han estado en contacto con sus colegas, toda la película puede cerrarse por un tiempo. La película de Will Smith sobre esclavos fugitivos, Emancipación, se pausó solo dos semanas después de la filmación en Nueva Orleans después de que un pequeño número de miembros del equipo dieron positivo por COVID. La revista de la industria

jubilados no están expuestos a lo que sucede en el mundo todos los días “.

A pesar de que las audiencias más jóvenes se aíslan a sí mismas y las mayores cuidan su salud y sus billeteras, Suds ha experimentado altibajos este año. “Tenemos la suerte de haber podido sobrevivir”, dice Walker, “ayudó que nuestro estado se abriera”.

A Faith-Based Novel

by Theola Bright

Coming Soon to the Silver Screen

Available at

theolabbright.com

or by special order at
your local bookstore

To order autographed copies contact

TCB Publishing • P.O. Box 7382

Mobile, Alabama 36670

(251) 343-8138

A Circle of Love



Theola Bright

Love endures all things according to

I Corinthians Chapter 13 and true love never ends – it just goes around in circles, and “A CIRCLE OF LOVE” is bound to sweep you up into this circle of unusual suspense. A thriller, written on insecurity, stress, and trust –issues that affect all of us, male or female at some time in our lives.

This work of fiction was written from the inner thoughts that we fail to discuss with others... the thoughts that can push us right up to the edge of destruction; so much, that we can allow a little thing as a bottle of perfume to push us completely over the edge as our main character, Helen Troy, did in “A CIRCLE OF LOVE.”

Movie Theaters Survive, Some Thrive During Covid

By Nick Smith

Moviegoing isn't as straightforward as it was a couple of years ago but for film lovers. If you don't mind wearing a mask, you can go to see blockbusters like Spider-Man No Way Home as well as excellent arthouse movies such as A24's The Green Knight.

If this year's top box office earners are anything to go by, the big studios are thriving. In its first few weeks, Spider-Man earned over a billion dollars. Second was The Battle at Lake Changjin, a Chinese film about troops defeating Americans in a Korean battle, with over \$900 million; Hi, Mom, a Chinese comedy, earned over \$800 million; and the latest James Bond film No Time to Die made three quarters of a billion.

While the film industry as a whole is surviving, workers have been adversely affected by the COVID testing restrictions enforced by their unions. If a crewmember or actor tests positive, they cannot work on

a set. If they've been in contact with their colleagues, the whole film can shut down for a time. The Will Smith runaway slave film Emancipation, was put on hiatus only two weeks into filming in New Orleans after a small number of crew tested positive for COVID. The industry journal Deadline described this as using an, 'abundance of caution.'

While production has been curtailed, the public still wants to watch movies. But not everyone is ready to go back to theaters. At 21, my son is in the prime demographic that Hollywood makes films for, yet he doesn't want to be in a crowded theater and risk catching a virus. Seniors have the same concerns. COVID has also affected supply chains and food prices, which makes life more difficult for privately-owned theaters like Fort Walton Beach's Suds n Cinema.

'We showed a couple of documentaries in conjunction with

NPR and PBS,' says Rodney Walker, Suds' Chief Financial Officer. 'They drew in a new, older crowd who are much more price sensitive.' Walker has noticed that younger, working-class people don't balk at the price increases that are a side-effect of COVID. 'They understand what's happening. Retirees aren't exposed to what's going on in the world every day.'

Despite younger audiences isolating themselves and older ones watching their health and their wallets, Suds has seen ups as well as downs this year. 'We're blessed that we were able to survive,' says Walker, 'it helped that our state opened up.'

While Florida was open, the big movie chains stayed closed. The other two theaters in Fort Walton are both owned by Regal; when they shut down for the pandemic, Suds was the only game in town with access to popular, first-run movies.

'Spider-Man was sold out for three weeks,' Walker says, 'we were at full capacity. We're getting close to where we were before COVID.'

Regal has reopened but Suds remains a prominent fixture

downtown. It's hard to miss its retro frontage and marquee. 'When the area is redeveloped, they will need special permission for us,' explains Walker, 'the theater building is a historical landmark.' The building has existed for over 80 years. For the theater to survive, though, its owners have to get creative.

'In 2022, I'd like to see us focus on private functions and parties during non-movie times,' Walker hopes, 'and we'd like to partner with the school system more.' Instead of watching a documentary in history class, students could watch an educational film in Suds. 'It would be a field trip and a class, a special experience for the kids. When I was in school, we had to watch Excalibur, that would be something awesome to show.'

Suds n Cinema is a great example of how important one small business can be to a community, from employment to education to its role as a focal point for locals to gather. It's reassuring to see the theater planning for the future. 'A lot of people who didn't know about us, found out about us because we stayed open,' says Walker, 'but COVID was super hard. It's been a journey.'

**NEW YEAR'S
2022 SPECIAL!**

**¡ESPECIAL DE
AÑO NUEVO!**

CONEXIÓN

Informando y Uniendo Comunidades / Informing and Uniting Communities



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

850.368.3505 • conexionflorida.com



25% - 30% DISCOUNTS in February, March and April Editions

Plus FREE Conexión website ad, Social Media uploads and more!

25% - 30% DE DESCUENTO en edición de Febrero, Marzo y Abril

¡mas anuncio GRATIS en página web de Conexión, Redes Sociales y más!



¡Mi cabello se está cayendo!

Por Marcos Otero - Gulf Coast Immediate Care Center, Ft. Walton Beach, FL

¡Mi cabello se está cayendo! Con todo el estrés del 2021, hablemos de la caída del cabello. Cada año recibo al menos de 20 a 30 personas que se quejan de pérdida de cabello.

¿Qué es la caída del cabello?

El cabello es una proteína llamada queratina producida en los folículos pilosos. El cabello nuevo empuja los vellos viejos a través de la superficie de la piel a una velocidad de aproximadamente seis pulgadas por año. Tenemos alrededor de 100.000 a 150.000 cabellos y perdemos entre 100 y 200 cada día, por lo que es normal que haya algunos cabellos sueltos en el cepillo.

Etapas del crecimiento del cabello

Ciclos de crecimiento del cabello humano en cuatro fases. No todos los folículos pilosos se encuentran en la misma etapa:

Fase de crecimiento (anágena): Esta es la fase de crecimiento del cabello. Dura de dos a siete años. Durante esta

de tres meses. La fase telógena es cuando se forman nuevos cabellos en los folículos que acaban de soltar pelo durante la fase catágena. Aproximadamente entre el 10 y el 15 por ciento de los pelos del cuero cabelludo se encuentran en esta fase. Los pelos no crecen durante la fase telógena, pero por lo general no se caen.

Fase de muda (Exogen): El cabello se cae como se nota cuando nos lavamos o cepillamos. Es normal perder de 50 a 200 cabellos por día durante la fase exógena. Esta fase puede durar de 3 a 5 meses.

Tipos de caída del cabello

La causa más común de pérdida de cabello es la calvicie hereditaria de patrón masculino o femenino seguido de la caída del cabello inducida por el estrés. Éstas incluyen:

- Efluvio telógeno
 - Alopecia
 - Tricotilomanía.
- Muchos otros factores también



fase, los folículos pilosos expulsan los mechones que continúan creciendo hasta que se cortan o hasta que se desprenden y se caen.

La fase de transición (catágena): comienza cuando finaliza la fase de crecimiento y dura unos diez días.

Fase de reposo (telógena): La fase de reposo suele durar alrededor

de tres meses. pueden provocar la caída del cabello.

Vaya al sitio web para obtener una lista ampliada y una explicación. Prevención

Puede hacer varias cosas para reducir la caída del cabello y estimular un nuevo crecimiento.

- Dieta y nutrición: comer una dieta equilibrada y nutritiva de

alimentos integrales. Los nutrientes son importantes para el crecimiento del cabello: vitamina C, vitamina B, vitamina E. Zinc y ácido fólico.

- Mantente bien hidratado.
- Reducir el estrés: hacer ejercicio, evitar los factores estresantes
- Cuidado del cabello: no uses peinados ajustados como trenzas, colas de caballo o moños que ejercen demasiada presión sobre tu cabello.

Secadores de cabello, rizadores calientes, tintes para el cabello, permanentes, trenzas apretadas, productos para alisar el cabello y cosméticos.

Te recomiendo leer este artículo en el sitio web en su versión ampliada que detalla mucha más información sobre la caída del cabello.

My hair is falling out!

By Marcos Otero - Gulf Coast Immediate Care Center, Ft. Walton Beach, FL

My hair is falling out! With all the stress of 2021, let us talk about hair loss. Every year I get at least 20 to 30 people who complain of hair loss.

What is hair loss? Hair is a protein called keratin produced in hair follicles. New hair made pushes old hairs out through the skin's surface at the rate of about six inches a year. We have about 100,000 to 150,000 hairs and lose up to 100 - 200 each day, so a few stray hairs on your hairbrush is normal.

Stages of hair growth

Human hair growth cycles in four phases. Not all hair follicles are in the same stage:

Growing phase (anagen): This is the growing phase of hair. It lasts two to seven years. During this phase, your hair follicles push out strands that continue to grow until cut or until they are shed and fall out.

continued next page

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

Try our **NEW** Hawaiian Fajita!

2 X 1 MARGARITAS FRIDAYS

OPEN 7 DAYS A WEEK!

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

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

Transition phase (catagen) starts when the growing phase ends and lasts about ten days.

Resting phase (Telogen). The resting phase typically lasts around three months. The telogen phase is when new hairs form in follicles that have just released hair during the catagen phase. About 10 to 15 percent of your scalp hairs are in this phase. Hairs don't grow during the telogen phase, but they usually don't fall out.

Shedding phase (Exogen). Hair is shed as noted when we wash or brush. Losing 50 to 200 hairs per day during the exogen phase is normal. This phase can last 3-5 months.

Types of hair loss

The most common cause of hair loss is hereditary male- or female-pattern baldness followed by stress induced hair loss. These include:

- Telogen effluvium
- Alopecia
- Trichotillomania.

Many other factors can also cause hair loss. Go to the website for an expanded list and explanation.



Prevention

You can do several things to reduce hair loss and encourage new growth.

- Diet and nutrition - Eating a balanced, nutritious diet of whole foods. Nutrients are important to hair growth: Vitamin C, Vitamin B, Vitamin E. Zinc, and folic acid.
- Stay well hydrated.
- Reduce stress – exercise, avoid stressors
- Haircare - Don't wear tight hairstyles like braids, ponytails, or buns that put too much pressure on your hair. Hairdryers, hot curlers, hair dyes, permanents, tight braids, hair straightening products, and cosmetics.

I recommend you read this article on the website in its expanded version that details much more information about hair loss.

CUSTOMER SERVICE SKILLS WITHIN THE HOSPITALITY INDUSTRY

FROM ORDINARY TO EXTRAORDINARY

A long-lasting impression has a great impact on the customer experience and your bottom line

**PRESENTED BY AUTHOR & TRAINER:
TENE' K. KOSMYNA
SUCCESS OCEAN INTERNATIONAL**



Train your staff NOW during the off-season

January 26, 2022

6p.m. -8p.m.

\$47.00

Fort Walton Beach Chamber

34 Miracle Strip Pkwy SE, Fort Walton Beach, FL 32548

- Goal Setting and Goal Achieving for the organization and each department
- Establishing attitude
- Teach and reinforce service skills for improving and sustaining an outstanding service level.
- Reinforce that we are all working together: housekeeping, restaurant, kitchen, maintenance and front desk



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



HELP WANTED!

adergy®

EXCITING OPPORTUNITIES!

Bilingual Account Support Rep
For Retail Audio Marketing Company
Part or Full Time/We Will Train
Work remotely or in our Gulf Breeze office
START IMMEDIATELY!

Bilingual Voice Talents - Males and Females
In-store retail audio marketing company
Work remotely or in our recording studio
Great opportunity to earn extra money
START IMMEDIATELY!

Contact LeeAnn Taylor - President
888 255.1105 | ltaylor@adergy.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



We Create Special and Spontaneous Moments

Gift Surprise • Flower Arrangements
Party Decorations • Art with Balloons and more

Regalo Sorpresa • Arreglos Florales
Decoraciones para Fiestas • Arte con Globos y más

♥ MAKE IT A MEMORABLE VALENTINE'S DAY! ♥
¡HAZ QUE SEA UN DÍA DE SAN VALENTÍN MEMORABLE!



Kelly Santiago: 850-687-8486
doitspecialandsweet@gmail.com | specialandsweet.com





EDUCATION TOWARDS YOUR
ULTIMATE DESTINY

UNA EDUCACIÓN HACIA TU
ÚLTIMO DESTINO

A vibrant, multi-cultural school forming
young people to live like Jesus did.



Now Enrolling Pre-K
through 8th grade

Ahora inscribiendo
prekínder hasta el
octavo grado

SCHOLARSHIPS ACCEPTED - BECAS ACEPTADAS

SCHEDULE A TOUR

PROGRAMA UN RECORRIDO DE LA ESCUELA

850.455.4851 | www.ptlittleflower.org/school | info@ptlittleflower.org
6495 Lillian Highway | Pensacola, Florida 32506

¿Qué Pasa? NEW ORLEANS



- Pensacola
- Fort Walton Beach
- Gainesville
- New Orleans
- Baton Rouge
- Lafayette

Sábados/Saturdays • 10am
Domingos/Sundays • 10pm
Starting November 6



Que Pasa New Orleans

WWW.QUEPASA.TV

A FELIZ NAVIDAD WAS HAD BY ALL!



THANK YOU TO OUR SPONSORS



United for a Good Cause Inc. organizó sus dos eventos navideños de caridad en diciembre pasado. La 17ª Fiesta Anual “El Milagro Navideño de la Costa Esmeralda” se llevó a cabo el 19 de diciembre y su 9ª “Carrera Anual del Trineo de Santa por 4 Condados” fue el 22 de diciembre. Un total de más de 1,000 niños y sus familias fueron atendidos a través de juguetes nuevos, canastas de comida, entretenimiento y más de 100 bicicletas nuevas cortesía de los patrocinadores del evento y varias agencias participantes. ¡Un gran agradecimiento a los patrocinadores, voluntarios y a todos los que trabajaron muy duro para asegurar el éxito de estas actividades!

United for a Good Cause Inc. hosted their two annual Christmas Charity events this past December. The 17th Annual “Emerald Coast Christmas Miracle Fiesta” took place on 19 December and their 9th Annual “Santa’s 4-County Sleigh Run” on 22 December. A total of more than 1,000 children and their families were served via new toys, food baskets, entertainment and more than 100 brand new bikes courtesy of the event sponsors and several participating agencies. A huge thanks to the sponsors, volunteers and everyone that worked very hard to ensure the success of these activities!

Para obtener más imágenes e información sobre los eventos, visite unitedforagoodcause.org.

For more pictures and information on the events, go to unitedforagoodcause.org.

El Espíritu de la Navidad

22 de diciembre de 2021: Navidad es la época de dar y DJ Lecz, a quien le diagnosticaron anemia falciforme cuando era niño, quería asegurarse de que varios niños afectados supieran que se preocupaba por ellos.

Trabajando con la asociación de niños del Sacred Heart Hospital en Pensacola, donó 50 bolsas llenas de golosinas y juguetes. En algunas de las bolsas se incluyó una sorpresa adicional de Micrófonos de Karaoke, así como una nota personal de aliento DJ Lecz también se reunió con el presidente de la Asociación de Células falciformes de la región para obtener su ayuda para proporcionar bolsas de regalo a otras familias y le presentó una a una joven que conoció.

“Esto fue algo que sentí que Dios me dijo que hiciera, y fui bendecido por él para usar mi propio dinero. Si Dios me pone en la posición de seguir bendiciendo a otros, definitivamente haré de esta una actividad anual”, dijo DJ Lecz.

Para obtener más información sobre la célula falciforme, visite: www.sicklecelldisease.org

22 December 2021: Christmas is the season of giving and DJ Lecz, who was diagnosed with Sickle Cell as a child, wanted to ensure several kids affected by this condition knew that he cared about them.

Working with the children’s association of Sacred Heart Hospital in Pensacola, he donated 50 bags filled with goodies and toys. In some of the bags, an additional surprise of Karaoke Microphones was included, as well as a personal note of encouragement from him.

DJ Lecz also met with the President of the region’s Sickle Cell Association to get his help to provide gift bags to other families and presented one himself to a young girl he was introduced to.

“This was something I felt God told me to do, and I was blessed by him to use my own finances. If God puts me in the position to keep blessing others, I will definitely make this an annual activity.” DJ Lecz said.

To learn more about Sickle Cell, go to: www.sicklecelldisease.org



Loco for Love

MUSIC, DANCE, & DIVERSITY IN FLORIDA HISTORY



CUENTOS
AFRICANOS



VIHUELA



BAILES
AMERICANOS



SACKBUT



DANZAS DE ARO



SHAWM

DIVERSIÓN FAMILIAR GRATUITA

VIVE LA EXPERIENCIA DE FLORIDA AL CONVERTIRSE EN
TERRITORIO ESTADOUNIDENSE
CON CANCIONES Y BAILES INDÍGENAS , AFRICANOS, ESPAÑOLES, INGLESES Y MESTIZOS

4 - 6 MARZO, 2022

RAILROAD SQUARE ART DISTRICT, TALLAHASSEE



THEATER WITH A MISSION

THEATERWITHAMMISSION.COM



#LOCOFORLOVE

This festival is funded in part by a grant from South Arts in partnership with the National Endowment for the Arts and by the State of Florida, Department of State, Division of Arts and Culture and the Florida Council on Arts and Culture.





Filántropo “Guardian Warrior” de Scottsdale es el primer no mexicano en ganar un prestigioso premio

FUENTE: Rancho Feliz Charitable Foundation

SCOTTSDALE, Arizona, 15 de diciembre de 2021 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ --

Reconociendo décadas de incansable trabajo voluntario y liderazgo en Rancho Feliz, una Fundación Benéfica con sede en Scottsdale, el filántropo local Gil Gillenwater fue elegido por el Premio Sonora a la Filantropía como la persona filantrópica del año por el estado mexicano de Sonora. Gillenwater es el primer ciudadano no mexicano en ganar este premio.

La ceremonia se llevó a cabo el 14 de diciembre de 2021, en Hermosillo, Sonora, México. El Premio Sonora a la Filantropía se creó en 2005 con el fin de crear conciencia y responsabilidad social entre las personas, compañías e instituciones altruistas.

Gillenwater fundó Rancho Feliz en 1987 con el objetivo de abordar ambos lados de la pobreza: desde la pobreza material de México hasta la pobreza espiritual o de propósito de los Estados Unidos. Además de proporcionar alimentos, vivienda, atención médica y educación a personas desfavorecidas en México, la organización ofrece un establecimiento transfronterizo donde los voluntarios estadounidenses y canadienses viajan a México y encuentran conexiones significativas al ayudar a aquellos que no nacen en circunstancias privilegiadas.

Gillenwater manifiesta: “Nosotros alimentamos sus estómagos, ellos alimentan nuestras almas. Llamamos a esto ‘donación recíproca’ y hasta la fecha más de 25,000 voluntarios, en su mayoría estudiantes, han mejorado sus propias vidas ayudando a los menos afortunados. Los voluntarios regresan a casa con esta nueva percepción, ayudando a reconstruir el tejido moral de nuestras propias comunidades. Todos ganan bajo nuestro modelo voluntario”.

Gillenwater, residente de Arizona durante toda la vida, se desempeña actualmente como presidente de Rancho Feliz. “Me siento



Rancho Feliz
Charitable Foundation, Inc.

verdaderamente honrado de recibir este premio y agradezco a los muchos voluntarios que han dedicado tanto tiempo y apoyo a Rancho Feliz”, expresó Gillenwater.

Durante 34 años, Rancho Feliz ha recaudado e invertido más de 16 millones de dólares para construir viviendas, centros educativos, centros de cuidado infantil, orfanatos y dormitorios para voluntarios a lo largo de la frontera sur de Arizona. La organización ha distribuido varias toneladas de suministros médicos, ha patrocinado muchos procedimientos médicos y ha distribuido más de 400 toneladas de alimentos para proporcionar 4,6 millones de comidas a los hambrientos. Ha financiado más de 2,000 becas e incluso creó un programa de esterilización y castración de perros. “Esta infraestructura ha proporcionado la base para que familias enteras se levanten de la pobreza extrema y lleguen a la clase media mundial”, señaló un representante del comité de premiación del Premio Sonora a la Filantropía.

La carrera inmobiliaria de Gillenwater comenzó en 1976. Él y sus socios estructuraron asociaciones limitadas que compraron, zonificaron y vendieron más de 10,000 acres de tierra en Arizona. En 2007, Gil dejó su carrera inmobiliaria y concentró sus energías en los viajes y la filantropía. Gillenwater es uno de los beneficiarios del Premio Hon Kachina, el mayor honor de Arizona por el voluntariado, y también recibió “Good Neighbor Award” anual de la National Association of Realtors que también rinde homenaje al voluntariado.



Para obtener más información sobre Rancho Feliz y conocer oportunidades de voluntariado, visite ranchofeliz.com. Síguenos en Facebook @RanchoFelizCharitableFoundation.

ACERCA DE RANCHO FELIZ CHARITABLE FOUNDATION
Rancho Feliz Charitable Foundation, Inc. es una organización de voluntarios, multinacional, secular, sin fines de lucro 501(c)3 con sede en Scottsdale, Arizona y que presta servicios en la comunidad de Agua Prieta, Sonora, México. Somos voluntarios comprometidos a redefinir la caridad a través del “interés propio bien entendido”. Visítenos en ranchofeliz.com.

ACERCA DEL PREMIO SONORA A LA FILANTROPÍA

El Premio Sonora a la Filantropía es un reconocimiento al espíritu de solidaridad de hombres y mujeres que trabajan todos los días por el bien de quienes más lo necesitan. Se creó con la idea de desarrollar la conciencia y la responsabilidad social entre las personas, compañías e instituciones altruistas. Es un reconocimiento a quienes buscan un único objetivo: mejorar las vidas de los menos afortunados sabiendo que sólo así podemos aspirar a una mejor sociedad. Para obtener más información, visite psf.org.mx

Scottsdale philanthropist “Guardian Warrior” is first non-Mexican to win prestigious award

SOURCE: Rancho Feliz Charitable Foundation

SCOTTSDALE, Ariz., Dec. 15, 2021 / PRNewswire-HISPANIC PR WIRE / - Recognizing decades of tireless volunteer work and leadership at the Scottsdale-based Rancho Feliz Charitable Foundation, local philanthropist Gil Gillenwater was chosen for the Sonora Award for Philanthropy as the philanthropic person of the year for the Mexican state of Sonora. Gillenwater is the first non-Mexican citizen to win this award.

The ceremony took place on December 14, 2021, in Hermosillo, Sonora, Mexico. The Sonora Award for Philanthropy was created in 2005

in order to create awareness and social responsibility among altruistic individuals, companies and institutions.

Gillenwater founded Rancho Feliz in 1987 with the goal of addressing both sides of poverty: from the material poverty of Mexico to the spiritual or purpose poverty of the United States. In addition to providing food, housing, health care and education to underprivileged people in Mexico, the organization offers a cross-border establishment where American and Canadian volunteers travel to Mexico and find meaningful connections by helping those who are not born in

continúa en la página siguiente

privileged circumstances. Gillenwater says: "We feed their stomachs, they feed our souls. We call this 'reciprocal donation' and to date more than 25,000 volunteers, mostly students, have improved their own lives by helping the less fortunate. Volunteers return to marry this new perception, helping to rebuild the moral fabric of our own communities. Everyone wins under our volunteer model."

Gillenwater, a lifelong Arizona resident, currently serves as the president of Rancho Feliz. "I am truly honored to receive this award and thank the many volunteers who have given so much time and support to Rancho Feliz," said Gillenwater.

For 34 years, Rancho Feliz has raised and invested more than \$ 16 million to build homes, educational centers, childcare centers, orphanages and volunteer dormitories along Arizona's southern border. The organization has distributed several tons of medical supplies, sponsored many medical procedures, and distributed more than 400 tons of food to provide 4.6 million meals to the hungry. He has funded more than 2,000 scholarships and even created a dog spay and neuter program. "This infrastructure has provided the foundation for entire families to rise out of extreme poverty and reach the global middle class," said a representative of the award committee for the Sonora Prize for Philanthropy.

Gillenwater's real estate career began in 1976. He and his partners formed limited partnerships that bought, zoned, and sold more than 10,000 acres of land in Arizona. In

2007, Gil gave up his real estate career and focused his energies on travel and philanthropy. Gillenwater is a recipient of the Hon Kachina Award, Arizona's highest honor for volunteering, and also received the annual "Good Neighbor Award" from the National Association of Realtors which also honors volunteering.

For more information about Rancho Feliz and to learn about volunteer opportunities, visit ranchofeliz.com. Follow us on Facebook @ [RanchoFelizCharitableFoundation](https://www.facebook.com/RanchoFelizCharitableFoundation).

ABOUT RANCHO FELIZ CHARITABLE FOUNDATION

Rancho Feliz Charitable Foundation, Inc. is a voluntary, multinational, secular, non-profit 501 (c) 3 organization based in Scottsdale, Arizona and serving the community of Agua Prieta, Sonora, Mexico. We are volunteers committed to redefining charity through "well-understood self-interest." Visit us at ranchofeliz.com.


ABOUT THE SONORA PHILANTHROPY AWARD

The Sonora Award for Philanthropy is a recognition of the spirit of solidarity of men and women who work every day for the good of those who need it most. It was created with the idea of developing awareness and social responsibility among altruistic people, companies and institutions. It is a recognition of those who seek a single goal: to improve the lives of the less fortunate, knowing that only in this way can we aspire to a better society. For more information, visit psf.org.mx

TAKE YOUR BUSINESS TO THE NEXT LEVEL!

adergy®

Serving Local and National Clients for Over 32 Years!



We Offer A Full Array of Audio Marketing Services

Ofrecemos Gama Completa De Servicios De Audio Marketing

Music and Phone On Hold Messaging
Retail Promos / In-Store Audio
Digital Signage & More

Mensajes de Música y Teléfono en Espera
Promociones via Audio en el Almacén
Señalización Digital y Más

LET'S TALK! - ¡HABLEMOS!

CALL ADERGY TODAY AND GET 3 MONTHS FREE SERVICE

LLAME HOY Y OBTENGA 3 MESES DE SERVICIO GRATIS

LeeAnn Taylor
President
1-888-255-1105
ltaylor@adergy.com
adergy.com



Loren E. Beltran, B.S., B.A.
Hablo Español
Certified Acceptance Agent
Tax & Payroll Specialist

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



★ Military Discounts ★

Serving you nationwide-Servimos a nivel nacional
TEMOS CONTADOR QUE FALA PORTUGUÊS

Payroll-Nomina
Bookkeeping-Teneduria de Libros
Individual & Small Business Taxes-Impuestos para individuales y empresas
Certified Acceptance Agent-Agente de Aceptacion certificada para transmitir ITIN
Notary Public-Notaria Publica
New Business Registration-Assistencia en registracion de negocios
Zero Down Payment Workers' Compensation-Compensacion de Trabajadores

433 Harrison Ave. | 1634 E. Hwy. 98
Panama City, FL 32401 | Callaway, FL 32404
850-215-3279 | 850-869-7105
beltranmultiservices@gmail.com

ANUNCIATE EN CONEXIÓN - ADVERTISE WITH US! LLÁMANOS:

Gabriel Vargas: (850) 261-2358
Erika Rojas: (305) 878-5573 - Tallahassee
Carmen and Jeff Gardner: (407) 712-5392 - Pensacola
Carolina Fierro: (850) 225-4897 - Crestview/Niceville
Kismeth Meléndez - 787-922-5081 - Mobile/Southern, Alabama
Conexión: (850) 368-3505 • conexionflorida@gmail.com



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
Tél: 850-458-9210 • Fax: 850-458-0997
lkoontz@sbsi.biz • www.sbsi.biz



Embracing an Entrepreneurial Spirit in Your Day Job

For every business, there was an entrepreneur who looked toward the future with determination, motivation, and optimism to turn a dream into reality. Out of nothing, entrepreneurs put everything into building successful companies facing tremendous odds that statistically don't give them much of a chance to make it past year one. And

inventory of what responsibilities you have and those you would like to have and determine the steps needed to get there. Speak with your employer to make a plan together to help achieve these goals. If your dream doesn't fit with where you are currently employed, then develop the skills that you'll need in the future.



while many professionals aspire to start a business of their own, they have a day job that takes their focus and attention.

According to a study, 62% of people want to make the dream of owning their own business a reality. Just because a professional may not be able to be an owner right now, they can still embrace the qualities needed to be an entrepreneur in their current position, while working toward owning a business in the future. Check out these five strategies to take your work ownership to the next level!

Create Your Best Future in Your Job

Famed management consultant Peter Drucker once posited "The best way to predict the future is to create it." Regardless of your position and status, there is a certain level of autonomy you can control in your 8-to-5 and that is regarding what your job looks like in the near and distant future. By deciding what you want your future to look like, you can give yourself a leg up in making that reality. Take

Stay Motivated by Embracing Challenges

The most successful entrepreneurs don't avoid challenges; they embrace them. And moreover, they use the obstacles they face to help motivate them to achieve greater things. Richard Branson explained that his biggest motivation was in the challenges he faced. "My biggest motivation? Just to keep challenging myself. I see life almost like one long university education that I never had—everyday I'm learning something new." And in the instances you fail, chalk it up as experience. Failure can be a catalyst for growth.

Be a Lifelong Learner

Professional and personal growth is at the center of organizational strategy as great leaders understand the importance of being a lifelong learner. According to a Pew Research study, 87% of individuals who focus on personal development and life-learning

continued page 28

FUEGO GRILL

¡SABROSA COMIDA MEXICANA, COLOMBIANA Y VENEZOLANA!

CARNE ASADA • EMPANADAS • AREPAS
MOJARRA FRITA • CEVICHE



ORDER ONLINE FOR FAST DELIVERY & PICKUP!

(850) 374-8436
226 RACETRACK RD NE,
FT, WALTON BEACH, FL
ORDERFUEGOCAFEGRILL.COM



f /fuegogrillfb

SCAN ME

MONDAY (LUNES) TO SUNDAY (DOMINGO): 11AM - 9PM

¿Preguntas Sobre Medicare?

Nuestro equipo de personal capacitado y voluntarios están listos para:

- Dar información imparcial sobre Medicare y los beneficios de salud relacionados
- Ofrecer ayuda gratis para inscribirse o cambiar los planes de su Medicare Parte D y los planes de la aseguranza Medicare Advantage
- Ayudarlo a PROTEGER su información de Medicare y a DETECTAR e INFORMAR posibles fraudes, errores y abusos en la atención médica



1-800-96-ELDER (1-800-963-5337)



Primera Cumbre Global “Excelente” De Liderazgo Latino Y Desarrollo Personal De La Historia



LOS ÁNGELES, 15 de diciembre de 2021 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- EXCELENTE, la primera Cumbre global de Liderazgo Latino y Desarrollo Personal, celebrará su evento virtual el 19 de febrero de 2022, de 12:00 p. m. a 3:00 p. m., hora del este / 9:00 a. m. – 12:00 p. m., hora del Pacífico, desde los Worre Studios en Las Vegas, Nevada. Presentado por el conferencista/autor internacional Tim Storey, el empresario/conferencista Peter O. Estévez y la empresaria/orientadora de vida Celina Belizán, el evento en vivo de tres horas de EXCELENTE invitará a audiencias de todo el mundo a sumarse al

movimiento en curso, a impulsarse hacia una nueva vida e inspirar a la próxima generación de latinos. Para inscribirse en el evento gratuito, visite: [Excelente Global Summit \(excelenteevent.com\)](http://ExcelenteGlobalSummit.com).

EXCELENTE se dirigirá a audiencias latinas de todo el mundo para enseñar los principios fundamentales de convertirse y vivir una “Vida excelente” basada en “Los cinco pilares”: bienestar físico, mental, emocional, espiritual y financiero. EXCELENTE también otorgará una parte de sus ingresos a la organización sin fines de lucro ARC (Anti

Recidivism Coalition; “Coalición contra la reincidencia”).

ACERCA DE TIM STOREY:

Tim Storey es un aclamado autor, conferencista y orientador de vida que motiva a personas de todas las esferas, desde ejecutivos de entretenimiento, celebridades y atletas hasta adultos y niños de los barrios más desfavorecidos del mundo. Junto con una rigurosa agenda de conferencias y sesiones privadas de orientación para la vida, Tim se presenta regularmente en medios sindicados de radio y televisión a nivel nacional.

ACERCA DE PETER O. ESTÉVEZ:

Peter O. Estévez es empresario, filántropo y defensor de la recuperación y la salud mental. Está comprometido a identificar, desarrollar y empoderar líderes de desarrollo personal en la

comunidad latina en todo el mundo. Peter es el autor de “From Lies to Riches” y presenta el bien calificado podcast “Peter O. Estévez Show”.

ACERCA DE CELINA BELIZÁN:

Celina Belizán es empresaria e inversionista de etapas iniciales, corredora de conocimientos, guía, maestra entrenadora de Tony Robbins y defensora/educadora de crianza consciente. Celina se especializa en modos de pensar, educación cerebral y acondicionamiento físico emocional. Su pasión radica en poner a disposición la sabiduría basada en la investigación, herramientas transformadoras y tecnología de vanguardia para que todos tengan las herramientas necesarias para optimizar sus vidas.

Fuente: Excelente

First “Excellent” Global Summit of Latin Leadership and Personal Development in History

LOS ANGELES, Dec. 15, 2021 / PRNewswire-HISPANIC PR WIRE

/ - EXCELENTE, the first global Summit on Latino Leadership and Personal Development, will hold its virtual event on February 19, 2022, from 12:00 p.m. to 3:00 p.m. Mon, Eastern Time / 9:00 a.m. - 12:00 p. Pacific Time from Worre Studios in Las Vegas, Nevada. Presented by international speaker / author Tim Storey, entrepreneur / speaker Peter O. Estévez, and entrepreneur / life coach Celina Belizán, EXCELENTE’s three-hour live event will invite audiences around the world to join the ongoing movement., to propel yourself into a new life and inspire the next generation of Latinos. To register for the free

event, visit: [Excellent Global Summit \(excellent event.com\)](http://ExcellentGlobalSummit.com).

EXCELENTE will address Latino audiences around the world to teach the fundamental principles of becoming and living an “Excellent Life” based on “The Five Pillars”: physical, mental, emotional, spiritual and financial well-being. EXCELENTE will also give a portion of its proceeds to the non-profit organization ARC (Anti Recidivism Coalition; “Coalition against recidivism”).

ABOUT TIM STOREY:

Tim Storey is an acclaimed author, speaker, and life coach who motivates people from all walks of life, from

continued page 28



**“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



Cultiva el Agradecimiento

Por Pamela Di Pascuale, Asesora de Emprendedores
@pamdipascuale | pameladipascuale@gmail.com

Cultivar la gratitud a diario, nos da rienda suelta a nuestras vibraciones positivas y nos pone un filtro por donde podemos mirar mejor al mundo, para elevar nuestro nivel de conciencia y fortalecer al espíritu.

Cuando te encuentres divagando en pensamientos negativos, utiliza ese momento para impulsarte y crear una lista mental de 20 cosas por las que estas agradecido.

Ese filtro nos permite ver las cosas buenas en realidad y nos abre la mente hacia todas las posibilidades. Esto no quiere decir que la vida es perfecta o que no hay problemas o dificultades. Quiere decir que somos capaces de resaltar lo bueno. La clave está en hacer pausas, observar y agradecer antes de seguir.

Sé tú mismo, sé genuino, estamos en el mejor momento para ir hacia dentro y conectarnos con nuestro ser, con nuestra esencia, la paz y tranquilidad que se genera al estar bien, y a partir de ahí expandirnos para buscar mejor salida a todo lo que nos sucede, y para eso debemos ser honestos acerca de que es aquello que debemos descubrir y reconocer en nosotros mismos. ¿Quiénes somos? ¿Cuáles son nuestros deseos? ¿Qué nos apasiona? ¿Para qué hago lo que hago? Todo lo que ocurre en nuestro mundo interior momento a momento para darle sentido a esta nueva realidad.

La gratitud es la actitud de la felicidad. Vive más tu presente, vive el momento y ¡agradécelo. ¡¡Feliz inicio del mes de Enero!!

ANUNCIATE EN CONEXIÓN - ADVERTISE WITH US! LLÁMANOS:

Gabriel Vargas: (850) 261-2358

Erika Rojas: (305) 878-5573 - Tallahassee

Carmen and Jeff Gardner: (407) 712-5392 - Pensacola

Carolina Fierro: (850) 225-4897 - Crestview/Niceville

Kismeth Meléndez - 787-922-5081 - Mobile/Southern, Alabama

Conexión: (850) 368-3505 • conexionflorida@gmail.com

Cultivate Appreciation

By Pamela Di Pascuale, Entrepreneur Advisor
@pamdipascuale | pameladipascuale@gmail.com

Cultivating gratitude on a daily basis, gives us free rein to our positive vibrations and puts a filter through which we can better look at the world, to raise our level of consciousness and strengthen the spirit.

When you find yourself rambling in negative thoughts, use that moment to jump-start and create a mental list of 20 things you are grateful for.

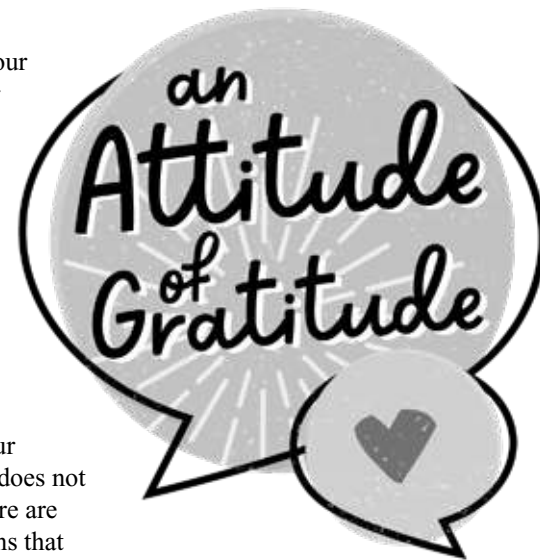
This filter allows us to see the good things in reality and opens our minds to all the possibilities. This does not mean that life is perfect or that there are no problems or difficulties. It means that we are capable of highlighting the good. The key is to pause, observe, and thank before moving on.

Be yourself, be genuine, we are in the best moment to go within and connect with our being, with our essence, the peace and tranquility that is generated by being well, and from there expand ourselves to find a better way out of everything. It happens to us, and for that we must be honest about what it is that we must discover and recognize in ourselves. About us? What are our wishes? What are we passionate about? Why do I do what I do? Everything that happens in our inner world moment by moment to make sense of this new reality.

Gratitude is the attitude of happiness.

Live your present more, live the moment and thank it!

Happy start of the month of January!!



EL TORREONENSE

¡DISFRUTA DE LAS DELICIAS DE LA AUTÉNTICA COCINA MEXICANA!
(ANTERIORMENTE TIENDA LA MEXICANA - CON EL MISMO SAZÓN Y DUEÑOS)

BURRITOS / GORDITAS:

- Chicharrón (Pork Skin)
- Nopalitos (Cactus)
- Papas con Chorizo (Potatoes with chorizo)
- Deshebrada (Shredded Beef)
- Carne Asada (Grilled Breef)
- Barbacoa (Cheek Meat)
- Al Pastor (Pork with pineapple) y más
- Sodas (Soft Drinks) - Licuados (Milk Shakes)



ESPECIALES DEL DÍA LUNES - VIERNES • SABROSO MENUDO- SÁBADO Y DOMINGO

298 EGLIN PARKWAY, FORT WALTON BEACH, FL 32547
850-314-0007

LUNES (MON) - DOMINGO (SUN): 10AM - 6PM • CERRADO LOS MIÉRCOLES (CLOSED WEDNESDAYS)



2022 - The Year for SELF

By Bohemian Babushka

HolaHolaHola Beautifuls!

Have you decided on your word for 2022? Seems the latest trend is to pick one word that encompasses what your goals (because “resolutions” is sooo ayer) are for the upcoming year. Thinking of what she’d like to accomplish in her upcoming 60th year de vida, BB realized that it was time to focus, to step back and away from perceived obligations. Es hora to focus on Self.

SELF- as in: SELF LOVE, SELF APPRECIATION, SELF WORTH. It has been said that we radiate what we feel, what we are, and if we’re not one with ourselves, not aligned, then how could we possibly be so for others? And that Beautifuls is what BB believes is our mission here. To make the planet better, to raise the vibes of SELF so it will radiate to others, because you never know who you might be touching. Who you might touch, who you might influence. Hopefully it will be with good. Pero there can be no verdadera good if you don’t feel good about yourself and your life choices. Being true to SELF is the ultimate Truth y Strength. How strong are you Beautiful? Will you make time for yourself a priority? Will 2022 be the year you follow your heart and the knowing you’ve pushed aside for so long?

This is BB’s wish. That we all raise ourselves, each other, and the planeta. In Good, for the Good of All. Find your Truth and Live It Beautifuls. If there is one thing Babushka learned from 2021 and the cursed Covid, it’s that mañana isn’t promised. Don’t live for the future if it means faking the present. Find yourself, YOURSELF. Believe and Love who you are and you’ll be able to do the same for others. And in this heartfelt mindset and vision, we will find the maravillas of this mundo.

Here’s to 2022 and the wonders it will bring.

Babushka Besos a Todos. Cuidensen.



Debo, tengo o quiero lograr mis objetivos

Por Celemma Lara, Coach, Consultor Estratégico, Strategic Connections, Inc

Muchos de nosotros al iniciar un nuevo año, escribimos y nos planteamos una serie de objetivos; a algunos nos sucede que al finalizar ese año dicho objetivo se encuentra también en la lista del siguiente año. Simplemente porque no lo pudimos cumplir.

¿Qué está pasando con eso? La respuesta puede ser variada, sin embargo, hay un factor común el cual te invito a reflexionar.

Observa cómo hablas habitualmente cuando expresas tus metas. Puedes haber escrito tus objetivos de la manera adecuada y durante el año expresarlo de otra forma. Esas palabras diarias son las que nos indican qué pensamos, qué queremos, con qué nos identificamos y nos da una idea bastante clara de si realmente tendremos éxito o no, en lo propuesto.

Hay una gran diferencia en decir, debo hacer, tengo que hacer y quiero hacer.

<Debo hacer> es una obligación con un tercero, no nace de ti.

<Tengo que hacer> significa una necesidad de cumplir una orden o condición impuesta por otro o por un agente externo, por ejemplo, la sociedad. Tampoco nace de ti.

<Querer hacer> es un deseo propio. Innato de tu ser.

Este mecanismo es inconsciente. Creemos que como decidimos hacerlo,

es nuestra voluntad la que predomina y no la del otro. Sin embargo, decidir no implica hacer o actuar. Para generar acción se requiere algo más que decidir, se necesita la motivación propia, intrínseca.

“Cuando al hablar decimos debo hacer algo o debería hacerlo, estamos perdiendo el contacto con nuestro deseo, con nuestra real necesidad con el placer que deriva de la actividad dirigida a satisfacerlo y por lo tanto con el sustento que esta actividad puede darle al cuerpo y al alma.”

Ese fragmento anterior es del libro, “Pensar con el cuerpo” de Jader Tolja y Francesca Speciani, en donde exponen muy bien la importancia de expresar espontáneamente el <querer hacer>, la pro actividad inmediata que lleva a la acción y en consecuencia al logro. Mientras que decir <debo o tengo que hacer> generan efectos contrarios.

Para aclararnos un poco al respecto nos podemos realizar las siguientes preguntas: ¿Qué pasaría si no lo hiciera? ¿Quién me obliga? ¿Quién lo prohíbe? De esta manera podemos identificar de dónde surge la motivación y hacer los correctivos necesarios desde nuestra verdadera voluntad.

Te invito a observar cómo expresas tus objetivos, metas o deseos con: Debo, tengo o quiero. Ahora relaciónalo con el proceso y los resultados obtenidos.

I must, have or want to achieve my goals

Por Celemma Lara, Coach, Consultor Estratégico, Strategic Connections, Inc

Many of us at the beginning of a new year, we write and we set ourselves a series of objectives; It happens to some of us that at the end of that year this objective is also on the following year’s list. Simply because we could not fulfill it.

What is going on with that? The answer can be varied, however, there is a common factor which I invite you to reflect upon.

Observe how you habitually speak when you express your goals. You may have written your goals in the right way and during the year express it in another way. Those daily words are what tell us what we think, what we want, what we identify with and give us a fairly clear idea of whether or not we will really succeed in what we propose.

continued page 25



The Home Depot amplía el beneficio de descuento militar diario para los veteranos

ATLANTA, 28 de diciembre de 2021 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- The Home Depot® mejoró su beneficio de descuento militar para incluir a todos los veteranos, miembros del servicio activo y cónyuges en los Estados Unidos todos los días, reafirmando el compromiso de la compañía de servir a la comunidad militar de los Estados Unidos en todo el país.

Los veteranos de los Estados Unidos, los miembros del servicio activo y sus cónyuges que se preregistran para obtener el beneficio a través de la aplicación de The Home Depot recibirán un descuento del 10 por ciento en sus compras en tiendas y en línea. El registro a través de la aplicación del cliente no solo amplía el descuento a las compras en línea más allá de los pasillos de las tiendas, sino que también facilita que los clientes completen el pago con mayor rapidez y facilidad con el beneficio del descuento.

“Nos enorgullece expandir este beneficio de descuento militar para las familias que tanto han sacrificado por nuestro país”, expresó Ted Decker, presidente y director de operaciones de The Home Depot. “Desde nuestro descuento de productos hasta el compromiso de la Fundación The Home Depot con las causas de los veteranos, nuestra dedicación a nuestros militares y mujeres es más fuerte que nunca”.

Este nuevo beneficio de descuento militar es solo una forma en que The Home Depot apoya al ejército. Desde 2011, la Fundación The Home Depot ha invertido más de \$400 millones en causas de veteranos y ha mejorado para ellos más de 50,000 viviendas e instalaciones. La Fundación se comprometió a invertir \$500 millones a 2025 para causas de los veteranos.

Este año, la Fundación conmemoró 10 años de alianza e impacto



en asuntos de los veteranos con organizaciones como Habitat for Humanity, Volunteers of America, Operation Homefront, Semper Fi & America's Fund y U.S.VETS, entre otras.

Con más de 35,000 asociados que son veteranos y cónyuges de veteranos del ejército, el apoyo de The Home Depot al ejército también se extiende a su fuerza laboral. Este año, la compañía fue reconocida como una empresa Military Friendly® de 2022 por decimonoveno año consecutivo.

Para obtener más información acerca del recientemente ampliado beneficio de descuento militar, visite homedepot.com/military.

Acerca de The Home Depot

The Home Depot es la cadena de tiendas de reformas para el hogar más grande del mundo. Al cierre del tercer trimestre, la compañía operaba un total de 2,317 tiendas minoristas en los 50 estados, el distrito de Columbia, Puerto Rico, las Islas Vírgenes de los Estados Unidos, Guam, 10 provincias de Canadá y México, incluidas 14 tiendas en los EE. UU. que son producto de una pequeña adquisición completada durante el segundo trimestre del año fiscal 2021.

Fuente: The Home Depot

The Home Depot Expands Daily Military Discount Benefit for All Veterans

ATLANTA, Dec. 28, 2021 /

PRNewswire-HISPANIC PR WIRE The Home Depot® enhanced its military discount benefit to include all veterans, active-duty service members, and spouses in the United States every day, reaffirming commitment of the company serving the United States military community across the country.

United States veterans, active-duty service members and their spouses who pre-register for the benefit through The Home Depot app will receive a 10 percent discount on their in-store and online purchases. Registration through the customer app not only extends the discount to online purchases beyond the aisles of the stores, but also makes it easier for customers to complete the payment more quickly and easily with the benefit of the discount.

“We are proud to expand this military discount benefit for families who have sacrificed so much for

our country,” said Ted Decker, president and chief operating officer of The Home Depot. “From our product discount to The Home Depot Foundation’s commitment to veterans’ causes, our dedication to our military and women is stronger than ever.”

This new military discount benefit is just one way The Home Depot supports the military. Since 2011, The Home Depot Foundation has invested more than \$400 million in causes for veterans and improved more than 50,000 homes and facilities for them. The Foundation pledged to invest \$ 500 million by 2025 for veterans’ causes.


This year, the Foundation commemorated 10 years of partnership and impact on veterans’ issues with organizations such as Habitat for Humanity, Volunteers of America, Operation Homefront, Semper Fi & America’s Fund, and U.S. VETS, among others.

continued page 28

CENTENNIAL +2 REENACTMENT OF
1920 OLD SPANISH TRAIL AUTO HIGHWAY CONVENTION

ALPINE

TEXAS



**QUARTER CIRCLE SEVEN
CATTLEMEN'S HOSPITALITY**

WELCOME RECEPTION ★ EDUCATIONAL LECTURES
HISTORIC DOWNTOWN WALK YOUR CITY, COUNTY, OR PARISH EXHIBIT
BICYCLE RIDE ★ VOLKSSPORT WALKS
MOTORCADE: MARFA, VALENTINE, FORT DAVIS

[OLDSPANISHTRAILCENTENNIAL.COM] THURSDAY, FRIDAY, & SATURDAY
MARCH 24-26, 2022

El Rincón de Jaime

Jimmy's Corner



Bondad, bondad, bondad. Quiero hacer una oración de año nuevo, no una resolución. Rezo por coraje.

Kindness, kindness, kindness. I want to make a New Year's prayer, not a resolution. I'm praying for courage. - Susan Sontag

Nosotros abriremos el libro. Sus páginas están en blanco. Vamos a ponerles palabras nosotros mismos. El libro se llama Oportunidad y su primer capítulo es el día de Año Nuevo.

We will open the book. Its pages are blank. We are going to put words on them ourselves. The book is called Opportunity and its first chapter is New Year's Day. - Edith Lovejoy Pierce

achieve my goals cont.

There is a big difference in saying, I must do, I have to do and I want to do.

<I must do> is an obligation to a third party, it does not come from you.

<I have to do> means a need to fulfill an order or condition imposed by another or by an external agent, for example, society. It does not come from you.

<Wanting to do> is a wish of your own. Innate of your being.

This mechanism is unconscious. We believe that as we decide to do it, it is our will that predominates and not that of the other. However, deciding does not imply doing or acting. To generate action requires something more than deciding, you need your own, intrinsic motivation.

“When we speak, we say I must do something or I should do it, we are losing contact with our desire, with our real need with the pleasure that derives from the activity aimed at satisfying it and therefore with the sustenance that

this activity can give to the body and to the soul.”

This previous fragment is from the book, “Thinking with the body” by Jader Tolja and Francesca Speciani, where they very well expose the importance of spontaneously expressing <wanting to do>, the immediate pro-activity that leads to action and consequently to achievement. Whereas saying <I must or I have to do> generates opposite effects.

To clarify a bit about it, we can ask ourselves the following questions: What would happen if I did not do it? Who forces me? Who forbids it? In this way we can identify where the motivation comes from and make the necessary corrections from our true will.

I invite you to observe how you express your objectives, goals or wishes with: I must, I have or I want. Now relate it to the process and the results obtained.

SUDOKU

The object is to fill all empty squares so that the numbers 1 to 9 appear exactly once in each row, column and 3 x 3 box.

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

Gulf Coast Minority CHAMBER OF COMMERCE

850.438.3993 | INFO@GCMCC.INFO | WWW.GCMCC.INFO
321 NORTH DEVILLIERS ST, SUITE 104, PENSACOLA, FL 32501

I ♥ Diverse Cities

MINORITY CHAMBER MEMBERSHIP...

- 1** PROVIDES and ENCOURAGES MENTORSHIP, TRAINING and ENTREPRENEURIAL SKILL BUILDING opportunities to help start and sustain your business.
- 2** EXPANDS NETWORKS, BUILDS and STRENGTHENS RELATIONSHIPS with local businesses.
- 3** INCREASES Member VISIBILITY through PRESENTATION OPPORTUNITIES, BUSINESS REFERRALS, DIRECTORY LISTINGS, NEWSLETTER postings and even LEADERSHIP OPPORTUNITIES.
- 4** Helps Members SAVE through MEMBER TO MEMBER DISCOUNTS.
- 5** GIVES Members and their allies a VOICE and a CONTRIBUTORY ROLE in an equitable business climate.

JOIN US!

LEARN MORE AT:
WWW.GCMCC.INFO
#PENSACOLAGCMCC/

ADVOCACY | STRATEGY | EQUITY | DEVELOPMENT
OPPORTUNITY | MENTOR | NETWORK | TRAIN

Encuestas de la Oficina del Censo de EE. UU.



La Oficina del Censo de EE. UU. Se encuentra en una posición única para producir datos sobre los efectos sociales y económicos del COVID-19 en los hogares y las pequeñas empresas estadounidenses.

Actualizaciones de la encuesta Pulse para pequeñas empresas: fase 7

Según las respuestas recopiladas del 13 al 19 de diciembre, la *Small Business Pulse Survey* estima que:

- El 12,8% de las pequeñas empresas de EE. UU. Exigían que los empleados tuvieran un comprobante de vacunación contra COVID-19 antes de venir físicamente a trabajar en la última semana.
- El 8,6% de las pequeñas empresas de EE. UU. Experimentó un aumento en los ingresos en la última semana. Para las respuestas recopiladas el 12 / 6-12 / 12, esta estadística fue del 7,7%.
- El 12,5% de las pequeñas empresas de servicios de alojamiento y alimentación de EE. UU. Experimentaron un aumento en el número total de horas trabajadas por empleados asalariados en la última semana. Para las respuestas recopiladas el 12 / 6-12 / 12, esta estadística fue del 10,5%.
- El 35,9% de las pequeñas empresas de comercio minorista de EE. UU. Experimentó un aumento moderado en la demanda de sus bienes o servicios en comparación con la norma anterior

al 13/03/20. El promedio nacional de esta estadística fue del 25,0%.

- El 71,0% de las pequeñas empresas manufactureras de EE. UU. Experimentaron retrasos en los proveedores nacionales durante la última semana. El promedio nacional para esta estadística fue 44,8%
- El 54,2% de las pequeñas empresas de comercio mayorista de EE. UU. Experimentaron retrasos en la entrega / envío a los clientes en la última semana. El promedio nacional de esta estadística fue del 25,5%.
- El 49,3% de las pequeñas empresas de servicios educativos de EE. UU. Experimentaron una disminución grande o moderada en la demanda de sus bienes o servicios en comparación con la norma anterior al 13/03/20. El promedio nacional fue 29,3%

Encuesta de pulso de hogares: Fase 3.3

Según las respuestas recopiladas del 1 de diciembre al 13 de diciembre de 2021, la *Encuesta de pulso de los hogares* estima que:

- **Interrupciones en el cuidado de niños (para niños de 5 años o menos):** de los adultos que viven en hogares con niños menores de 5 años, el 29,5% estaban en hogares donde los niños no pudieron asistir a la guardería / otro cuidado de niños debido a preocupaciones de seguridad en las últimas 4 semanas
- **Asistencia alimentaria para niños:** de los adultos que viven en hogares con niños, el 51,9% estaban en hogares donde los niños recibieron asistencia alimentaria en los últimos 7 días.
- **Trabajó en el lugar de trabajo:** el 58,8% de los adultos vivieron en

hogares donde alguien trabajó en el lugar de trabajo en los últimos 7 días, según las respuestas recopiladas del 1 al 13 de diciembre.

- **Incapaz de pagar la factura de energía:** el 20,5% de los adultos vivían en hogares que no podían pagar una factura de energía en su totalidad en los últimos 12 meses
- **Gastos de crédito tributario por hijos:** de los adultos que viven en hogares que recibieron un pago de crédito tributario por hijos en las últimas 4 semanas, el 77,4% lo gastó en su mayoría o lo utilizó para pagar deudas
- **Telesalud infantil:** de los adultos que viven en hogares con niños, el 14,9% estaban en hogares donde los niños tenían una cita con un médico / enfermera / otro profesional de la salud por video o teléfono en las últimas 4 semanas
- **Telesalud en el hogar:** el 19,7% de los adultos tuvo una cita con un médico / enfermera / otro profesional de la salud por video o teléfono en las últimas 4 semanas
- **Escasez de alimentos:** el 9,7% de los adultos vivían en hogares donde a veces / a menudo no había suficiente

- para comer en los últimos 7 días
- **Inseguridad de la vivienda:** el 6,4% de los adultos no están al día con el pago de la renta / hipoteca y tienen poca o ninguna confianza en hacer el próximo pago a tiempo
- **Desalojo o ejecución hipotecaria:** De los adultos que viven en hogares que no están al día con el alquiler / hipoteca, el 32% informa que el desalojo o la ejecución hipotecaria en los próximos dos meses es algo / muy probable
- **Dificultad con los gastos del hogar:** el 30,5% de los adultos viven en hogares donde ha sido algo / muy difícil pagar los gastos habituales del hogar en los últimos 7 días
- **Orientación sexual e identidad de género:** La Oficina del Censo de los EE. UU. Continúa preguntando sobre Orientación sexual e identidad de género (SOGI) como parte de la Encuesta de pulso de hogares (HPS). Puede encontrar más datos e información aquí: www.census.gov/data/experimental-data-products/household-pulse-survey

Fuente: Oficina del Censo de EE. UU., www.census.gov

U.S. Census Bureau Surveys

The U.S. Census Bureau is in a unique position to produce data on the social and economic effects of COVID-19 on American households and small businesses.

Small Business Pulse Survey Updates: Phase 7

Based on responses collected December 13 through December 19, the *Small Business Pulse Survey* estimates that:

- 12.8% of U.S. small businesses required employees to have proof of COVID-19 vaccination before physically coming to work in the last week.
- 8.6% of U.S. small businesses experienced an increase in revenues in the last week. For responses collected 12/6-12/12, this statistic was 7.7%
- 12.5% of U.S. Accommodation & Food Services small businesses experienced an increase in the total number of hours worked by paid employees in the last week. For responses collected 12/6-12/12, this statistic was 10.5%
- 35.9% of U.S. retail trade small businesses experienced a moderate increase in demand for their goods or services compared to the norm pre-

3/13/20. The national average for this statistic was 25.0%

- 71.0% of U.S. manufacturing small businesses experienced domestic supplier delays in the last week. The national average for this statistic was 44.8%
- 54.2% of U.S. wholesale trade small businesses experienced delays in delivery/shipping to customers in the last week. The national average for this statistic was 25.5%
- 49.3% of U.S. education services small businesses experienced a large or moderate decrease in demand for their goods or services compared to the norm pre-3/13/20. The national average was 29.3%

Household Pulse Survey: Phase 3.3

Based on responses collected December 1 – December 13, 2021, the *Household Pulse Survey* estimates that:

- **Childcare Disruptions (for kids 5 and under):** Of adults living in homes with children under 5, 29.5% were in homes where children were unable to attend daycare/other childcare due to safety concerns in past 4 weeks

continued next page

- **Food Assistance for Children:** Of adults living in households with children, 51.9% were in homes where children received food assistance in the past 7 days

- **Worked Onsite at a Workplace:** 58.8% of adults lived in households where someone worked onsite at a workplace in the past 7 days, based on responses collected Dec 1-13

- **Unable to Pay Energy Bill:** 20.5% of adults lived in households that were unable to pay an energy bill in full in the last 12 months

- **Child Tax Credit Spending:** Of adults living in households that received a child tax credit payment in the past 4 weeks, 77.4% either mostly spent it or used it to pay down debt

- **Children's Telehealth:** Of adults living in homes with children, 14.9% were in homes where children had an appointment with a doc/nurse/other health professional by video or phone in the past 4 weeks

- **Household Telehealth:** 19.7% of adults had an appointment with a doc/nurse/other health professional by video or phone in the past 4 weeks

- **Food Scarcity:** 9.7% of adults lived in homes where there was sometimes/often not enough to eat in the past 7 days



- **Housing Insecurity:** 6.4% of adults aren't current on rent/mortgage payment and have slight/no confidence in making next payment on time

- **Eviction or Foreclosure:** Of adults living in households not current on rent/mortgage 32% report eviction or foreclosure in the next two months is somewhat/very likely

- **Difficulty with Household Expenses:** 30.5% of adults live in households where it has been somewhat/very difficult to pay the usual household expenses in the past 7 days

- **Sexual Orientation and Gender Identity:** The U.S. Census Bureau continues to ask about Sexual Orientation and Gender Identity (SOGI) as part of the Household Pulse Survey (HPS). You can find more data and information here: www.census.gov/data/experimental-data-products/household-pulse-survey

¡Seguimos creciendo en Mobile y el sur de Louisiana!

Anunciate y conéctate con la creciente comunidad hispana y multicultural de la región.

**Llama a Kismeth Meléndez
787-922-5081**

melendezkismeth@gmail.com

CHOICE
WRNE AM 980
106.9 FM

Escuche "Ritmo Latino" con Maria Mata

Sábados de 7:00 a 9:00 PM
WRNE 980 AM Y 106.9 FM

¡Ya nos puedes escuchar por INTERNET!
www.livestream.com/wbqoffice

The World UNITES in the Emerald Coast

4th Annual INTERNATIONAL FESTIVAL
Fort Walton Beach

MUSIC - FOOD - FOLKLORE - ART

ORGANIZED BY:

CONEXIÓN
MEDIA GROUP

THE LARGEST INTERNATIONAL FESTIVAL IN OUR AREA!
Sunday, March 20, 2022 • 10AM-7PM

THE LANDING
139 SE Brooks St. • Ft. Walton Beach, FL

National, Local & Regional Performers Expected to Participate

INTERESTED IN PARTICIPATING?
CALL TO ALL SINGERS, BANDS, CLUBS, FOKLORIC GROUPS, AND ASSOCIATIONS!

¿LLÁMANOS SI QUIERES PARTICIPAR?
ARTISTAS, GRUPOS FOLKLORICOS, CLUBES, ASOCIACIONES

VENDORS AND BUSINESS SPONSORS WELCOMED!
Puestos de Comida y Patrocinadores bienvenidos

conexionflorida@gmail.com
850.368.3505 • conexionflorida.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

Con los Mejores Precios de la Región
Contamos con Amplio Surtido de Productos Mexicanos
Tacos - Burritos - Mole - Mashed

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

EL TORREONENSE

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



Ft. Walton Beach, FL.
298 Egin 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!

woodpeckerdesigns
772.370.7053

Home Depot cont.

With more than 35,000 associates who are veterans and spouses of military veterans, The Home Depot's support of the military also extends to its workforce. This year, the company was recognized as a 2022 Military Friendly® Company for the 19th consecutive year.

For more information about the recently expanded military discount benefit, visit homedepot.com/military.

About The Home Depot

The Home Depot is the world's largest chain of home improvement stores.

Global Summit cont.

entertainment executives, celebrities, and athletes to adults and children from the world's most deprived neighborhoods. Along with a rigorous schedule of lectures and private life orientation sessions, Tim regularly appears on syndicated radio and television outlets nationwide.

ABOUT PETER O. ESTÉVEZ:

Peter O. Estévez is an entrepreneur, philanthropist, and mental health and recovery advocate. He is committed to identifying, developing and empowering personal development leaders in the Latino community around the world. Peter is the author

of "From Lies to Riches" and hosts the highly rated "Peter O. Estévez Show" podcast.

At the end of the third quarter, the company operated a total of 2,317 retail stores in all 50 states, the District of Columbia, Puerto Rico, the U.S. Virgin Islands, Guam, 10 Canadian provinces, and Mexico, including 14 stores in the United States that are the product of a small acquisition completed during the second quarter of fiscal 2021.

SOURCE: The Home Depot

ABOUT CELINA BELIZÁN:

Celina Belizán is an early-stage entrepreneur and investor, knowledge broker, guide, Tony Robbins teacher trainer, and mindful parenting advocate / educator. Celina specializes in mindsets, brain education, and emotional fitness. Her passion lies in making research-based wisdom, transformative tools, and cutting-edge technology available to everyone so that everyone has the tools they need to optimize their lives.

Entrepreneurial Spirit cont.

say it made them more capable and well-rounded. Moreover, 65% said a focus on learning expanded their professional network, while 47% said it helped them advance in their current workplace. Consider cross-training or shadowing others who have the skills you need. If you never stop learning, you'll never stop growing.

Embrace Adaptability and Resiliency

One thing we've learned during the past year and a half is that to be successful in this everchanging business climate, you have to be adaptable. While businesses were negatively affected by government regulations and local shutdowns during the COVID-19 pandemic, the companies that weathered the storm were those that remained adaptable and resilient. In your day job, you can embrace these qualities by getting out of your comfort zone, learning from others, and rolling with the punches the daily grind may throw at you.

Be a Self-Starter

One characteristic entrepreneurs have is they are great at working toward specific goals in an unrelenting manner. Self-motivation is a key trait of successful businesspeople, and being a self-starter is at the heart of this characteristic. To embrace this proven work style, work toward showing

initiative, creating attainable goals, and avoiding procrastination. Not only will this help you meet deadlines and fulfill commitments, it will also help create lasting habits that will suit you down whatever path your career may take.

Embracing a Spirit of Entrepreneurialism in the Workplace

According to a study by Guidant Financial, 26% of those who want to become an entrepreneur say their "why" is to become their own boss. Regardless of whether you dream of owning your own business or simply want to become the CEO of your desk, embrace the tools and skills entrepreneurs use to help grow into a more well-rounded professional. Instead of waiting for the right time to become an entrepreneur, make these changes today and see where they take you.

Mark Twain once said, "Twenty years from now you will be more disappointed by the things that you didn't do than by the ones you did do. So, throw off the bowlines. Sail away from the safe harbor. Catch the trade winds in your sails. Explore. Dream. Discover." You don't have to wait to own a business to embrace an entrepreneurial spirit.

MEDICARE QUESTIONS?

Our team of trained staff and volunteers are ready to:

- Provide unbiased information about Medicare and related health benefits
- Offer free help with enrolling or changing Medicare Part D and Advantage Plans
- Help you PROTECT your Medicare information and DETECT and REPORT possible healthcare fraud, errors, and abuse



1-800-96-ELDER (1-800-963-5337)

JOIN OUR TEAM WE ARE HIRING!

UNETE AL EQUIPO ¡ESTAMOS CONTRATANDO!

**TIEMPO COMPLETO -
FULL-TIME:**

- Todo el año (riego y paisajismo/jardineria)
- Experiencia es un plus – Salario basado en experiencia
- Horario de Lunes a Viernes, 8am a 5pm (fin de semanas ocasionalmente)



Bannerman Landscape

Residential & Commercial Services

*We provide high quality commercial and residential services!
More than 25 years of industry experience!*

**Llámanos o envíanos un mensaje
de texto al 850-443-0147
bannermanlandscape.com**

POWERLINK BUSINESS EXPO

PRESS 4 PURPOSE PASSIONATELY

**MAY 18 - 19, 2022
FORT WALTON BEACH**
VENUE TO BE ANNOUNCED!

COME

BE INFLUENCED BY INDUSTRY LEADERS

PARTICIPATE IN BREAKOUT SESSIONS

BUILD YOUR SUPPORT NETWORK

BE AN EXHIBITOR

GET LINKED UP!

SPONSORS & PARTNERS



SPEAKER LINE UP!



& MANY MORE!

EVENT FEATURES

EXHIBIT HALL
COME LEARN ABOUT
NEW PRODUCTS
& SERVICES!

**BREAKFAST/LUNCH
CONFERENCE**
BE INSPIRED WITH OUR
SPEAKERS!

**SPEED-NETWORKING
SESSIONS**
MEET HUNDREDS OF
PEOPLE WITH NOTHING
BUT NETWORKING!

WORKSHOPS
BE EDUCATED BY
LEADERS IN YOUR
INDUSTRY

SEMINARS
LEARN ABOUT NEW
PRODUCTS SERVICES
AND PROCEDURES

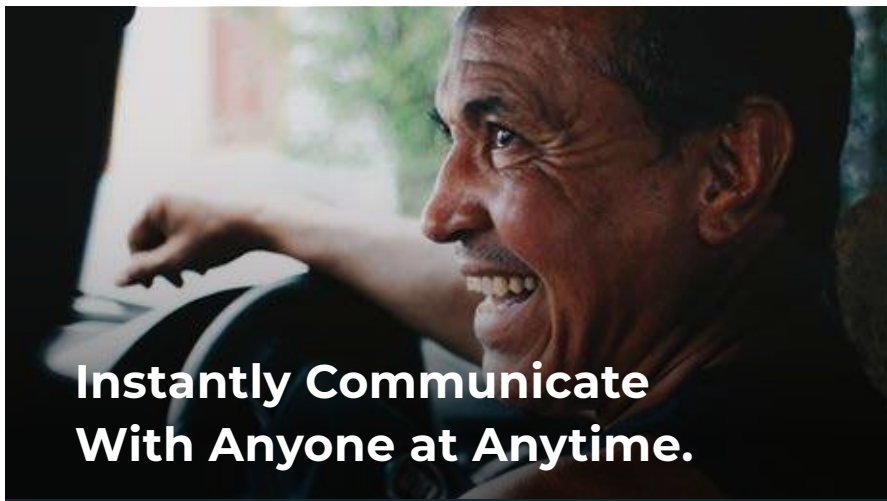
AFTER PARTY
ENJOY THE NIGHTLIFE
WHILE CONNECTING WITH
BUSINESS OWNERS!

COME GROW YOUR BUSINESS!

The PowerLink Business Expo is an event that goes around the Gulf Coast to gather, passionate, and motivated Small Business Owners together. This year we are focusing on Press 4 Purpose Passionately - Using Communications to Fulfill Your Goals. Register today! Almost everything is free, but you must register.

For More Information Contact:
www.thepowerlinkexpo.com
info@thepowerlinkexpo.com
(850) 696-7280





**Instantly Communicate
With Anyone at Anytime.**

Simple, Reliable, and Quick

Video Remote Interpreting (VRI) instantly connects you to an interpreter speaking a language of your choice.

With over 200 languages available, we have the capabilities to help you communicate with anyone and everyone - anytime.

Contact us anytime at
850-203-4920



www.handsupcommunications.com

**VIRTUAL, SE DESARROLLARÁ 100%
ONLINE, A TRAVÉS DE LA PRIMER PLATAFORMA 3D**

Es una iniciativa empresarial que busca conectar a las personas y empresarios con una nueva **realidad virtual**

**GRAN ALCANCE GEOGRÁFICO.
BAJO COSTO.
ALTO IMPACTO.
SENTIDO INNOVADOR.**

Facebook: San Matias Group 4.0
Correo: sanmatiasgroup40@gmail.com
Whatsapp: 1 850 280 81 19

Landing Page: <https://sanmatiasgroup40.wixsite.com/misitio>
Web: <https://sanmatiasgroup.com/san-matias-group-4-0/>

Tienda La Mexicana y Taquería

Productos de México • Productos de Centroamérica • Productos de Brasil y Colombia
Envíos y recargas • Carnicería • Especies y chiles secos

¡A comer sabroso como si estuvieras en casa!"
Tortas – Tacos – Sopes – Burritos – Quesadillas – Platos Especiales
SÁBADO Y DOMINGO – Delicioso Menudo
VIERNES a DOMINGO: Tacos al Pastor en Trompo
DELICIOSOS ANTOJITOS - Pan Dulce, Esquite, Elotes y otros

Grande variedad de produtos brasileiros!

Servicio de Comida para eventos especiales
We cater for special occasions

Cynthia Michua
Owner

Find us on facebook.
[tiendalamexicanadestin](http://tiendalamexicanadestin.com)

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

CAKES FOR ALL OCCASIONS
PASTELES PARA TODA OCASIÓN

¿ES USTED BILINGÜE?

The Okaloosa County Supervisor of Elections NEEDS YOU!

If you are:

- A United States Citizen with a desire to help others
- 18+ years of age
- Able to read, write, and speak English and fluent in Spanish

CALL US OR APPLY ONLINE TODAY!

If you are interested in serving Okaloosa County voters and ensuring fair and accurate elections, become a Poll Worker today!



www.VoteOkaloosa.gov
(850)689-5600
Plux@myokaloosa.com



Enjoy a full week of varied events with an International Flair!
¡Disfruta de una semana llena de eventos con sabor internacional!



**EMERALD
COAST
INTERNATIONAL
WEEK**

MARCH 20 - 27, 2022



20 MARCH
4th INTERNATIONAL FESTIVAL Fort Walton Beach,
10am - 7pm, The Landing Park
26 MARCH
Multicultural Wine and Food Tasting,
7pm - 11pm, The Island Hotel
OTHER EVENTS TO BE ANNOUNCED!
OTROS EVENTOS SERAN MUY PRONTO ANUNCIADOS



Great Corporate Sponsorship Opportunities:
Artists, Short Film Entries, Food and Product Vendors Welcomed!

Excelentes Oportunidades de Patrocinio para Empresas:
¡Artistas, Concursantes de Peliculas Cortas, Puestos de Arte, Comida y Productos Bienvenidos!



Find us on Facebook

/Emerald-Coast-International-Week-100688008165515

DAVID TRIANA: 850-368-3505 | CONEXIONFLORIDA@GMAIL.COM
CALL OR E-MAIL FOR DETAILS



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 2022 queremos QUE EL CERDITO SEA TU FAVORITO!



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

PEPPERS
MEXICAN GRILL & CANTINA
1176 EGLIN PKWY
SHALIMAR, FL 32579
850.613.6970

10% MILITARY DISCOUNT AND KIDS EAT FREE TUESDAYS (SHALIMAR LOCATION ONLY)

2 For 1 DRAFT BEERS & HOUSE MARGARITAS EVERY DAY!!!!

FOR FULL MENU AND MORE, VISIT US AT: PEPPERSMEXICANGRILLANDCANTINA.COM

TRY OUR OTHER LOCATIONS!

1900 S Ferdon Blvd Suite 140 | CRESTVIEW, FL | 850.398.5042
1140 Capital Circle SE #15 | TALLAHASSEE, FL 32301 | 850.877.2020
1425 Village Square Blvd. | TALLAHASSEE, FL 32312 | 850.536.6800
2061 North Cove Blvd. | PANAMA CITY, FL 32405 | 850.785.2227