

# CONEXIÓN

Vol. 10 • Issue 11 • Nov. 2024

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

## Allied Marketing

I N S U R A N C E

Your Local Agency for

Florida Blue

*Es mejor tenerlo y necesitarlo, que necesitarlo y no tenerlo*

ASESORÍA EN SEGUROS DE:

**SALUD** ▪ **ENFERMEDADES GRAVES** ▪ **HOSPITALIZACIÓN**  
**ACCIDENTE** ▪ **DENTAL** ▪ **VIDA**

¡Te ayudaré a entender cuáles son las mejores opciones para ti!  
210-300-9680 ▪ [jaidyjack3@gmail.com](mailto:jaidyjack3@gmail.com) ▪ 8AM - 5PM ▪ [jaidyjack-jcs.com](http://jaidyjack-jcs.com)



**JAIDY JACK**

Agente de seguros de salud  
en North West Florida

Jack Connect  
Services

## Un futuro lleno de oportunidades: Conviértete en Agente de Seguros de Salud en Florida

Por Jaidy Jack: [jaidyjack-jcs.com](http://jaidyjack-jcs.com) | [Jaidyjack3@gmail.com](mailto:Jaidyjack3@gmail.com) | 210-300-9680

Imagina un trabajo donde no solo puedes ganar lo suficiente para asegurar un mejor futuro para tu familia, sino que además puedes ayudar a las personas en los momentos más cruciales de sus vidas. Ahora imagina que ese

trabajo está a tu alcance, aquí mismo, en Florida. Ser agente de seguros de salud no es solo una profesión, es una oportunidad para cambiar tu vida y la de quienes te rodean.

ver "SEGUROS DE SALUD" en la página 25

## A future full of opportunities: Become a Health Insurance Agent in Florida

By Jaidy Jack: [jaidyjack-jcs.com](http://jaidyjack-jcs.com) | [Jaidyjack3@gmail.com](mailto:Jaidyjack3@gmail.com) | 210-300-9680

Imagine a job where you can not only earn enough to secure a better future for your family but also help people during the most crucial moments of their lives. Now imagine that this job is within your reach,

right here in Florida. Becoming a health insurance agent is not just a profession; it's an opportunity to change your life and the lives of those around you.

see "HEALTH INSURANCE" page 25





Find us on  
facebook.

## 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

## 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)**

# Tienda LaMexicana y Taquería

Cynthia Michua  
Owner

Find us on facebook.  
tiendalamexicanadestin

Productos de México • Productos de Centroamérica • Productos de Brasil | 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

**Grande variedad de produtos brasileiros!**

**1209 AIRPORT RD • UNIT 6 • DESTIN, FL • 850-837-3140**

Servicio de Comida para Eventos Especiales - We Cater for Special Occasions

**850-855-0464**



**CAKES FOR ALL OCCASIONS  
PASTELES PARA TODA OCASIÓN**



# CONEXIÓN

PUBLISHED BY:  
Conexión Media Group

PRESIDENT/MANAGING EDITOR  
David Triana  
conexionflorida@gmail.com

VICE PRESIDENT  
Donald Whitney

COLABORADORES / COLLABORATORS:  
Marcos Otero, Erika Rojas, Dr. María Pouncey,  
Pastor Gabriel Vargas, Elizabeth Ricci, Deborah Desilets,  
Nelsi Rossi, Celemma Lara, Pamela Di Pascuale, Monica Davey

GRÁFICA Y DIAGRAMACIÓN / GRAPHIC DESIGN  
John Gorman - Woodpecker Designs  
772-370-7053 | woodpeckerdesigns@yahoo.com

REPRESENTANTES DE VENTAS / ACCOUNT EXECUTIVES  
Account Executive, Pensacola/SE Alabama - Gabriel Vargas  
Account Executive Leader, Tallahassee - Erika Rojas  
Account Executives, Pensacola - Kelly Santiago  
Account Executive, Mobile/Southern, AL - Kismeth Meléndez  
Accounts Executive, Crestview/Niceville - Carolina Fierro  
Account Executive, Panama City - Yenisleidy Rodriguez  
Account Executive, Panama City - Olga Correa

ADVERTISING DEPT. Call 850-368-3505  
or e-mail us today at [conexionflorida@gmail.com](mailto:conexionflorida@gmail.com)

EQUIPO DE DISTRIBUCIÓN / DISTRIBUTION TEAM  
Gabriel Vargas, Erika Rojas | Kismeth Meléndez

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](mailto:conexionflorida@gmail.com)  
[www.conexionflorida.com](http://www.conexionflorida.com)

## The Home Depot Foundation Invests \$10 Million to Help Veterans Age in Place and Avoid Homelessness

Source: The Home Depot Foundation

ATLANTA, Nov. 11, 2024 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- In honor of Veterans Day and the annual Operation Surprise initiative, The Home Depot Foundation is investing \$10 million to help veterans age in place and avoid homelessness. This significant funding will address the urgent need for affordable and stable housing for older veterans, a population that is expected to increase in the coming decades.

According to recent projections from the Department of Veterans Affairs (VA), the number of veterans over the age of 85 requiring care will increase by a staggering 535% over the next 20 years. Research also indicates that homelessness among people 65 and older will peak by 2030, with veterans being hit the hardest compared to the general population. While homelessness among veterans has declined by 55% over the past decade, it began to rise again in 2023.

“As veterans age, small accessibility modifications can mean the difference between staying in their own homes or being displaced,” said Erin Izen, CEO of The Home Depot Foundation. “With this new \$10 million investment, The Home Depot Foundation is proud to continue our support of our nonprofit partners who improve veteran housing across the country, to help veterans maintain their independence and safety for years to come.”

### The funding announced today will facilitate:

- Creation of affordable housing: More than 230 new rental units, built or renovated by organizations like U.S. VETS and the Coalition for Responsible Community Development, will be made available to veterans.
- Critical home repairs: More than 125 urgent home repairs for low-income veteran families will be completed by organizations like Operation Homefront.
- Financial relief: Rental and/or mortgage assistance provided by the Housing Assistance Council and similar organizations will be offered to more than 270 veterans.

- Home adaptations and smart homes: 400 home adaptations and critical repairs will be completed by Semper Fi & America's Fund, and seven new fully customized smart homes will be built by the Gary Sinise Foundation for veterans with significant service-connected disabilities.

“The Home Depot Foundation’s generous investment is an important step in our shared mission to support and uplift our veterans through housing,” said Stephen Peck, CEO of U.S. VETS. “We are honored to be partners in this initiative to expand affordable and accessible housing that supports and meets the needs of those who have bravely served our nation.”

In celebration of its annual Operation Surprise initiative, The Home Depot Foundation and Team Depot, The Home Depot’s volunteer force of partners, will conduct hundreds of service projects across the country to improve the safety and accessibility of veterans’ homes. Throughout the month of November, Team Depot will focus on making veterans’ homes safer, more accessible and more livable for the long term. Beyond physical improvements, Team Depot will also offer special moments of thanks to honor those who have served.

On Veterans Day last year, The Home Depot Foundation announced that it had surpassed \$500 million invested in veterans causes since 2011, meeting its previous financial commitment two years early. The Foundation also unveiled plans to grow its mission of serving those who served, with an updated commitment of \$750 million to veterans causes through 2030.

Through this commitment, an increase of \$250 million, the Foundation, its nonprofit partners and Team Depot will focus primarily on affordable housing issues and benefit approximately 50,000 veterans.

The Home Depot is proud to have tens of thousands of veterans, service members and military spouses wearing orange aprons. For more information on The Home Depot’s commitment to the veteran and military communities, visit [homedepot.com/military](http://homedepot.com/military). Follow #OperationSurprise to see how the Foundation and Team Depot are making homes more welcoming for veterans across the country.

**About The Home Depot Foundation:** The Home Depot Foundation, the nonprofit arm of The Home Depot (NYSE: HD), works to help veterans make their homes more welcoming for veterans.

# Entrevista con Manari Ushigua Líder Político y Espiritual de la Nación Sápara

Por Editha Torres, 7 de Octubre de 2024

“Lo que pasó conmigo es que mi papá era un líder del mundo Sápara, pero a él no le gustaba la conexión con el mundo de afuera; él quería liderar solo en la selva y con la gente de la selva. Cuando yo estaba con él, yo era un niño que me quería mucho mi papá, entonces él me dijo que yo tenía que salir a la ciudad y empezar a estudiar.” —Líder Manari Ushigua.

Sentada en mi escritorio de trabajo, con una computadora frente a mí, podía verlo, pero todavía no lograba escucharlo, quizá por estar conectados a más de 2000 millas de distancia: Manari en la Amazonía ecuatoriana y yo desde Florida. Nuevamente, nos volvimos a conectar a la llamada, ahora con éxito. Terminando su día de trabajo, continuaba con su auténtica pintura, con simbología Sápara, en el rostro. Manari es un curandero y líder de la Nación Sápara, exvicepresidente de la Confederación de Nacionalidades Indígenas del Ecuador (CONAIE), y ha defendido los derechos indígenas en foros internacionales como la “Cumbre del Clima” de la ONU. Ha conservado más de 276,000 hectáreas de bosque primario y ha recibido a numerosos visitantes en su comunidad, compartiendo su sabiduría ancestral, incluido el artista Channing Tatum, quien ha visitado Naku en territorio Sápara.

Nuestra plática comenzó explorando parte de su recorrido, su cosmovisión como ser humano y su profundo deseo de contribuir al conocimiento del mundo, integrando las enseñanzas que ha recibido de la sabiduría ancestral de la tierra, de los árboles y del mundo de los sueños. En medio de la entrevista, después de una pregunta retrospectiva sobre su niñez, recordó: “Mi papá tenía una misión para mí. En esa misión



yo salí, pero me sentí como un niño rechazado, que no estaba con ellos. Me preguntaba: ¿por qué me están mandando a mí?, ¿por qué no mandan a otras personas?”. Lo comparte con serenidad en el rostro.

Entre tantas cosas que Manari tendría que aprender, hubo algo que su tía le hizo saber: “El mundo Sápara, lo que dijo Piatza, es que cuando llegan las culturas de otro mundo, la cultura Sápara se desaparece”. Él reconoce que cambiar eso quedó bajo su responsabilidad, pero admite que “luchar contra una profecía es muy complicado”. Por ello, tuvo que madurar rápidamente, pasando de niño a adulto sin vivir la juventud.

Su padre, su mentor y mayor consejero, lo dejó frente a un futuro incierto. Sin embargo, Manari considera que la sabiduría y enseñanzas de su padre continuaron manifestándose a través del mundo de los sueños, incluso después de su fallecimiento, cuando Manari tenía 22 años. Durante sus años como líder, comparte que sus mayores

logros fueron el reconocimiento del país, logrando que su comunidad sea denominada “Nacionalidad Sápara” en 2022, y añadió: “Viendo eso, los demás nacionalidades en el país empezaron a escribir sus estatutos usando esa palabra, entonces fue un impacto muy grande”. Además, su territorio llegó a convertirse en Patrimonio Oral e Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO.

Manari es un líder resiliente que ha encontrado en la profecía de su tía no un final, sino una oportunidad para compartir la sabiduría Sápara con el mundo. Él sostiene que: “Aunque nosotros vayamos desapareciendo en este mundo, la sabiduría nunca se va a desaparecer. Se va a quedar en el archivo global del mundo, que es la selva por un lado, y, por otro lado, se va a quedar en la memoria de las personas”. Además, resume la misión del ser humano, incluyéndose a sí mismo: “Nuestra misión para cada ser que hemos nacido en este planeta es

dejar una buena historia y, con eso, la tierra se alimenta y se renueva su energía; siguen saliendo nuevas vidas en el planeta Tierra. Yo quiero dejar una buena historia para la tierra”.

Después de más de dos horas de una conversación fascinante, quedaron muchas preguntas en mi mente. Para concluir, hablamos sobre el amor, Manari dijo: “Mi consejo, como Manari, es que cuando las personas quieren enamorarse, primero deben enamorarse profundamente de su propia vida y, desde ahí, aprender a amarse a sí mismos. Ese amor propio es la medicina para nuestras emociones”. Luego, añadió: “Simplemente, yo voy a estar amándome a mí mismo, y otra persona va a conectar con esa energía y dirá: ‘Lo que hace esta persona empieza a transformarla en alguien muy especial para mí, porque me está dando mucha vida’”. Al final, concluyó: “Se da cuenta, valora, y la unión continúa”.

## Interview with Manari Ushigua Political and Spiritual Leader of the Sapara Nation

By Editha Torres, October 7, 2024

“What happened to me is that my father was a leader of the Sapara world, but he didn’t like the connection with the outside world; he wanted to lead only in the jungle and with the people of the jungle. When I was with him, I was a child who loved me very much, so he told me that I had to go to the city and start studying.” —Leader Manari Ushigua.

Sitting at my work desk, with a computer in front of me, I could see him, but I still couldn’t hear him, perhaps because we were connected more than 2,000 miles away: Manari in the Ecuadorian Amazon and I from Florida. Again, we reconnected to the call, now successfully. Finishing his work day, he continued with his authentic painting, with Sapara

symbolism, on his face. Manari is a healer and leader of the Sapara Nation, former vice president of the Confederation of Indigenous Nationalities of Ecuador (CONAIE), and has defended indigenous rights in international forums such as the UN “Climate Summit.” He has conserved more than 276,000 hectares of primary forest and has welcomed numerous visitors to his community, sharing his ancestral wisdom, including the artist Channing Tatum, who has visited Naku in Sapara territory.

Our conversation began by exploring part of his journey, his worldview as a human being and his deep desire to contribute to the

see “MANARI” on page 19





## Beneficios fiscales y reembolsos para mejoras energéticas en el hogar

Por Johani Carolina Ponce

### ¿Qué debe saber antes de fin de año?

La Ley de Reducción de la Inflación del presidente Biden no solo busca combatir el cambio climático, sino también brindar a los estadounidenses la oportunidad de reducir su huella de carbono mediante incentivos financieros para mejorar la eficiencia energética en sus hogares. Este es un momento clave para aprovechar los reembolsos y créditos fiscales antes del cambio de administración y el cierre del año fiscal 2024, que se llevará a cabo el 31 de diciembre.

### Reembolsos y créditos fiscales para mejoras energéticas

Los propietarios pueden calificar para hasta \$14,000 en reembolsos y créditos fiscales, los cuales pueden cubrir una amplia gama de mejoras energéticas, desde la instalación de bombas de calor hasta la compra de electrodomésticos eléctricos eficientes como estufas y secadoras. Esto no solo contribuye a reducir el consumo de energía y las emisiones de carbono, sino que también puede ayudar a los hogares a ahorrar en costos a largo plazo.

### ¿Qué tipos de reembolsos y créditos existen?

- **Crédito por mejoras en el hogar energéticamente eficientes:** Este crédito cubre hasta el 30% de los costos de mejoras energéticas, con un límite anual de \$1,200. Entre las mejoras elegibles se incluyen la instalación de aislamiento, ventanas eficientes y sistemas de calefacción y refrigeración más eficientes.
- **Programa de reembolsos HOMES:** A través de este programa, los propietarios pueden recibir

reembolsos por realizar cambios en su hogar que reduzcan el consumo energético en al menos un 35%. Los hogares de ingresos bajos y medianos pueden calificar para hasta \$8,000 en reembolsos, mientras que los hogares con ingresos más altos pueden recibir hasta \$4,000.

- **Programa HEEHRA (High-Efficiency Electric Home Rebate Act):** Este programa ofrece reembolsos específicamente para hogares que deseen electrificar sus sistemas. Por ejemplo, la instalación de bombas de calor o secadoras eléctricas puede calificar para un reembolso de hasta \$14,000, dependiendo de los ingresos del hogar.

### ¿Qué mejoras están cubiertas?

- **Bombas de calor:** Un dispositivo eficiente que ofrece tanto calefacción como refrigeración. Pueden ayudar a reducir el uso de electricidad hasta un 50% en comparación con los calefactores tradicionales.
- **Electrodomésticos eléctricos:** Reemplazar estufas a gas con estufas eléctricas, por ejemplo, puede calificar para un reembolso de hasta \$840.
- **Mejoras en la infraestructura eléctrica:** Se pueden obtener hasta \$4,000 para actualizar el servicio eléctrico de la casa, asegurando que esté listo para las nuevas tecnologías.
- **Aislamiento y ventilación:** Los hogares pueden recibir hasta \$1,600 para mejorar el aislamiento y reducir la pérdida de energía.

Tome en cuenta que es recomendable hacer las mejoras y reclamaciones antes de que termine el año fiscal.

Si desea más información sobre cómo calificar para estos beneficios y qué mejoras hacer puede consultar el siguiente enlace: [irs.gov](https://www.irs.gov).

## Tax Benefits and Rebates for Home Energy Improvements

By Johani Carolina Ponce

### What should you know before the end of the year?

President Biden's Inflation Reduction Act not only seeks to combat climate change, but also to give Americans the opportunity to reduce their carbon footprint through financial incentives to improve energy efficiency in their homes. This is a key time to take advantage of tax rebates and credits before the change of administration and the close of fiscal year 2024, which will take place on December 31.

### Rebates and Tax Credits for Energy Improvements

Homeowners can qualify for up to \$14,000 in rebates and tax credits, which can cover a wide range of energy improvements, from installing heat pumps to purchasing efficient electric appliances such as stoves and dryers. Not only does this contribute to reducing energy consumption and carbon emissions, but it can also help households save on costs in the long run.

### What types of rebates and credits exist?

- **Energy Efficient Home Improvement Credit:** This credit covers up to 30% of the costs of energy improvements, with an annual limit of \$1,200. Eligible improvements include installing insulation, efficient windows, and more efficient heating and cooling systems.
- **HOMES Rebate Program:** Through this program, homeowners can receive rebates for making changes to their home that reduce energy use by at least 35%. Low- and middle-income households can qualify for up to \$8,000 in rebates, while higher-

income households can receive up to \$4,000.

- **HEEHRA (High-Efficiency Electric Home Rebate Act) Program:** This program offers rebates specifically for households that want to electrify their systems. For example, installing heat pumps or electric dryers can qualify for a rebate of up to \$14,000, depending on household income.

### What improvements are covered?

- **Heat pumps:** An efficient device that offers both heating and cooling. They can help reduce electricity use by up to 50% compared to traditional heaters.
- **Electric appliances:** Replacing gas stoves with electric stoves, for example, can qualify for a rebate of up to \$840.
- **Electrical infrastructure improvements:** Up to \$4,000 can be obtained to update the home's electrical service, ensuring that it is ready for new technologies.
- **Insulation and ventilation:** Homes can receive up to \$1,600 to improve insulation and reduce energy loss.

Please note that it is advisable to make the improvements and claims before the end of the tax year.

If you want more information on how to qualify for these benefits and what improvements to make, you can consult the following link: [irs.gov](https://www.irs.gov).



IRS.GOV



## ¿Ha Cambiado tu Mundo de Repente?

Por Sheryl Boldt

¿Estás atravesando una crisis?  
¿Sientes que tu vida nunca volverá a ser la misma?

Si no hemos perdido un trabajo ni estamos en una situación financiera difícil, es probable que conozcamos a alguien que sí lo esté. Otros se ven afectados por la crisis del fentanilo y la oxiconona, una emergencia sanitaria, la muerte de un ser querido, un divorcio o algún otro dolor familiar.

Y se nos parte el corazón por aquellos que recientemente perdieron sus hogares o seres queridos a causa del huracán Helene o Kirk. La devastación con la que se despiertan cada mañana es mayor de lo que la mayoría de nosotros puede siquiera imaginar.

¿Qué hacemos cuando nuestro mundo cambia de repente o avanza en una dirección desalentadora?

Si no encuentro mi fuerza y consuelo en Dios, no puedo soportar el trauma, y mucho menos consolar a alguien más que esté pasando por su propio momento difícil.

Por favor, lea 2 Corintios 1:3-4 (ESV) y tome en serio su mensaje: “Bendito sea el Dios y Padre de nuestro Señor Jesucristo, Padre de misericordias y Dios de toda consolación, el cual nos consuela en todas nuestras tribulaciones, para que podamos también nosotros consolar a los que están en cualquier tribulación, por medio de la consolación con que nosotros somos consolados por Dios”.

¿Conocemos a Dios como un Padre compasivo, consolador y alentador?

Cuando nos sentimos desconsolados, devastados, abrumados o desanimados, acudamos a nuestro Padre celestial tan a menudo como lo necesitamos. Pidámosle que nos dé fe para confiar en Su amor por nosotros mientras le contamos nuestro dolor, enojo y miedo. Permitamos que el Dios de todo consuelo nos consuele y nos tranquilice como solo Él puede hacerlo.

Luego, pídale que nos ayude a compartir esa misma compasión con otras personas que también están sufriendo un dolor insoportable.

Ya sea que nuestra prueba provoque solo ajustes temporales, aunque no deseados, o si la vida cambia de repente de manera drástica y permanente, espero que experimentemos la presencia de Dios al meditar en 2 Corintios 1:3-4 y permitamos que el Espíritu Santo de Dios cambie la forma en que respondemos a nuestras pruebas.

La vida puede dar miedo, especialmente cuando da un giro devastador. Afortunadamente, Dios nunca cambiará. Siempre será el Padre de misericordias...

...y el Dios de todo consuelo.

**Sheryl H. Boldt escribe ficción y no ficción para niños y adultos. Sus devociones aparecen en más de 33 periódicos. También es autora del blog [www.TodayCanBeDifferent.net](http://www.TodayCanBeDifferent.net). Conéctese con ella en [SherylHBoldt@gmail.com](mailto:SherylHBoldt@gmail.com).**

## Has Your World Suddenly Changed?

By Sheryl Boldt

Are you experiencing a crisis? Do you feel as if your life will never be the same?

If we haven't personally lost a job or are financially underwater, we likely know someone who is. Others are affected by the fentanyl and oxycodone crisis, a healthcare emergency, the death of a loved one, a divorce or some other family heartache.

And our hearts absolutely break for those of you who recently lost your homes or loved ones to Hurricane Helene or Kirk. The devastation you're waking up to every morning is more than most of us can even begin to imagine.

What do we do when our world suddenly changes or progresses in a dismal direction?

If I don't find my strength and comfort from God, I'm unable to endure trauma, much less able to comfort anyone else who's going through their own difficult time.

Please read 2 Corinthians 1:3-4 (ESV) and take its message to heart: “Blessed be the God and Father of our Lord Jesus Christ, the Father of mercies and God of all comfort, who comforts us in all our affliction, so that we may be able to comfort those who are in any affliction, with the comfort with which we ourselves are comforted by God.”

Do we know God as a compassionate, comforting and encouraging Father?

When we feel heartbroken, devastated, overwhelmed or discouraged, let's go to our heavenly Father as often as we need to. Ask Him to give us faith to trust His love for us as we tell Him about our pain, anger and fear. Allow the God of all comfort to console and reassure us as only He can.



Then, ask Him to help us share that same compassion with others who are suffering unbearable pain too.

Whether our trial causes only temporary, albeit unwanted, adjustments, or if life suddenly changes in drastic, more permanent ways, I hope we'll experience God's presence as we meditate on 2 Corinthians 1:3-4 and allow God's Holy Spirit to change how we respond to our trials.

Life can be scary, especially when it takes a devastating turn. Thankfully, God will never change. He'll always be the Father of mercies ...

...and the God of all comfort.

**Sheryl H. Boldt writes fiction and non-fiction for children and adults. Her devotions appear in 33+ newspapers. She is also the author of the blog, [TodayCanBeDifferent.net](http://TodayCanBeDifferent.net). Connect with her at [SherylHBoldt@gmail.com](mailto:SherylHBoldt@gmail.com).**

**ATTENTION CRESTVIEW & NICEVILLE**

**¡ANUNCIATE EN CONEXIÓN! / ADVERTISE IN CONEXIÓN!**

**CAROLINA FIERRO: 850-225-4897**

[conexioncrestview@gmail.com](mailto:conexioncrestview@gmail.com) | [conexionflorida@gmail.com](mailto:conexionflorida@gmail.com)





## Cultivando Esperanza

Por Silvia Carcamo Z. | silviazcarcamo@gmail.com

Compartir en comunidad, en familia, en pareja,

asistir a quienes más lo necesitan, recrearnos, practicar lo que te relaja o simplemente estar; contemplar la naturaleza, cultivar la espiritualidad y estética, disfrutar de los bienes culturales y de otros dones recibidos son experiencias que le confieren más positivismo y sentido a la vida. Sin embargo, abrumados por la actividad de cada día pareciera que les dedicamos poca o casi ninguna atención a todas estas maravillas que nos regala Dios en nuestras vidas.

Buena parte de nuestros días se consumen en propósitos instrumentales: quehaceres domésticos, crianza, cuidados, traslados, productividad laboral, trámites, esperas y una larga lista de actividades. Asimismo, la invasión de pantallas, redes, espectáculos y ofertas de todo tipo no sólo han ido colmando los espacios físicos, visuales, sonoros y, por ende, nuestra vida mental, sino también parecieran estar asfixiándonos el alma y la capacidad de trascender más allá de la vorágine cotidiana.

Es evidente que los ritmos de vida se están acelerando vertiginosamente y que la existencia laboral, personal y social pareciera estar amenazada por demasiadas exigencias. Hemos ido perdiendo la capacidad de asombrarnos y de celebrar el privilegio de estar vivos y las posibilidades de explorar dimensiones fundamentales de la experiencia humana con Dios y nuestras familias.

Los años de pandemia, la emergencia climática, la irrupción de la inteligencia artificial y sus insospechadas consecuencias evidencian la fragilidad de la existencia y de las construcciones humanas. Nos enfrentamos a un futuro inmediato inquietante, un tanto desolador, marcado por la



incertidumbre y el escepticismo, la duda a que si nos ira bien oh no.

En este escenario, cabe preguntarse ¿qué espacio, qué tiempo estamos dando para cultivar la esperanza y la confianza en Dios para nuestras vidas?

En lo personal eh aprendido que confiar es mas que estar positivos, debemos dar un paso y activar nuestra mente de una manera tan positiva que activa nuestro cuerpo y podemos ser creativos, Cultivar la esperanza te permite tener capacidad para planear.

Esperanza no es solo confiar en que el mañana estará a nuestro favor. Es también permitirnos actuar trazando planes, ideando cambios con el fin de ser parte activa de ese cambio, de esa transformación venidera que será buena para todos, sin importar los cambios de climas, religión oh política alrededor de nuestra sociedad.

Cuando hay esperanza, la mente se orienta hacia un objetivo y le da sentido a la espera. En el momento en que nuestro cerebro activa dicho enfoque, fuerza y emoción dan forma a la capacidad para planear, para trazar estrategias y rutas con las que poder superar la situación presente. Mantener una visión realista pero positiva de las

cosas, amplía nuestras perspectivas vitales y esa es una habilidad que todos deberíamos mejorar.

La Biblia enseña que la esperanza es un don del Espíritu Santo que nos anima a vivir con confianza en Dios y en sus promesas. La esperanza es un fundamento de la fe, un ancla del alma y un principio de promesa que nos conduce a la paz, la misericordia, el gozo y la alegría

La esperanza nos anima y nos fortalece. Esto hace que nos alegremos. “También por medio de Jesús, y mediante la fe, tenemos acceso a esta gracia en la cual nos mantenemos firmes. Así que nos regocijamos en la esperanza de alcanzar la gloria de Dios”.<sup>47</sup> Nuestra esperanza nos anima a ser valientes y compartir nuestra fe; ¡los que tenemos esperanza no podemos evitar ofrecer esa misma esperanza a aquellos que la necesitan!

## Cultivating Hope

By Silvia Carcamo Z. | silviazcarcamo@gmail.com

Sharing in community, with family, as a couple, assisting those who need it most, recreating, practicing what relaxes you or simply being; contemplating nature, cultivating spirituality and aesthetics, enjoying cultural goods and other gifts received are experiences that give more positivity and meaning to life. However, overwhelmed by the activity of each day, it seems that we devote little or almost no attention to all these wonders that God gives us in our lives.

A good part of our days is spent in instrumental purposes: household chores, upbringing, care, transfers, work productivity, paperwork, waiting and a long list of activities. Likewise, the invasion of screens, networks, shows and offers of all kinds have not only been filling the physical, visual, sound spaces and, therefore, our mental lives, but also seem to be suffocating our soul and the ability to transcend beyond the daily maelstrom.

Así que hoy usted y yo podemos aprender más a tener fe y esperanza y ayudar a otros a obtener esa esperanza “48 El salmista también escribió, “Sean mi protección la integridad y la rectitud, porque en ti he puesto mi esperanza”.<sup>4</sup> seamos justos, ayudemos, animemos y sobre todo amemos para que también podamos recibir de las bendiciones que Dios tiene para cada uno de nosotros por medio de la fe y la esperanza, este es el modelo que Dios ha establecido en su Palabra.

El principio de la esperanza se extiende por todas las eternidades, pero también puede sostenernos a lo largo de los desafíos cotidianos de la vida. “Bienaventurado es aquel”, dijo el salmista, “cuya ayuda es el Dios de Jacob, cuya esperanza está en Jehová su Dios” (Salmos 146:5).

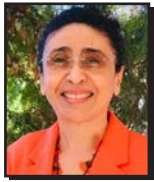
Cultivemos nuestra esperanza y fe para una vida mejor. Bendiciones.

It is clear that the rhythms of life are accelerating at a dizzying pace and that work, personal and social existence, seems to be threatened by too many demands. We have been losing the ability to be amazed and to celebrate the privilege of being alive and the possibilities of exploring fundamental dimensions of the human experience with God and our families.

The years of pandemic, the climate emergency, the eruption of artificial intelligence and its unsuspected consequences show the fragility of human existence and constructions. We are facing a disturbing immediate future, somewhat bleak, marked by uncertainty and skepticism, the doubt that it will go well for us oh no.

In this scenario, it is worth asking ourselves, what space, what time are we giving to cultivate hope and trust in God for our lives?

see “CULTIVATING HOPE” on page 29



# Una Demostración De Amor

Por: Nelsi Rossi | sanidadespiritual.com

¿Acaso nunca han oído? ¿Nunca han entendido? El Señor es el Dios eterno, el Creador de toda la tierra. Él nunca se debilita ni se cansa; nadie puede medir la profundidad de su entendimiento. 29 Él da poder a los indefensos y fortaleza a los débiles. (Isaías 40:28-29) NTV

Los seres humanos podemos ayudar a otros, pero siempre será a expensas de nuestras limitaciones. Sin embargo, en medio de nuestro propio cansancio, ¿Cuántas veces no nos hemos sentado a escuchar a alguien? ¡Eso es una gran labor! ¡Claro que sí! Pero hasta tanto no hayamos oído atentamente (con el corazón) y orado por sus problemas, no estaríamos dando cumplimiento a la ley de Cristo. ¿Y cuál es la ley de Cristo? Veámoslo en los siguientes versículos:

El amor no hace mal al prójimo; así que el cumplimiento de la ley es el amor.” (Romanos 13:10)

Sobrellevad los unos las cargas de los otros, y cumplid así la ley de Cristo.” (Gálatas 6:2)

Cuando Dios dice “sobrellevad los unos las cargas de los otros”, está indicando de manera imperativa que juntos debemos hacerlo. De manera que no hay otra alternativa, sino tomar las cargas para poder obedecer el otro mandato citado en (Mateo 11:28-29) “Venid a mí todos los que estáis trabajados y cargados, y yo os haré descansar.” “Llevad mi yugo sobre vosotros, y aprended de mí, que soy manso y humilde de corazón; y hallaréis descanso para vuestras almas...”

Algo es bien claro. La mejor manera de sobrellevar los unos las cargas de los otros es a través de la oración, porque tomamos las cargas y las entregamos al Señor, al único que nos hace descansar.

Dar palmaditas en la espalda. Decir “¡Lo siento!”. Plantear soluciones usando la sabiduría humana. ¡O lo peor! Hacer juicios acusatorios e ignorar la condición del otro no es la solución. Reiterativamente decimos que la única solución es ir a JESÚS. Al que se ofreció a sí mismo en la cruz. Al que murió por ti y por mí. Al que resucitó al tercer día con gran poder y autoridad. ¡Al único que puede llevar nuestras cargas y hacerlas como nada!

*¿Ya has escuchado al que te está hablando? ¿Al Rey de reyes, Nuestro Señor Jesucristo? Entrégale tus cargas, Él te está esperando, Es el único que da descanso en esto insisto.*

*Él da fuerzas al cansado y a quien no tiene ninguna, Él no se fatiga con cansancio ni tampoco desfallece. Ven ahora, recurre a Jesucristo porque él te asegura, Que puede llevar tus cargas y también te fortalece.*

*Temible eres, Oh Dios, desde tus Santuarios, El Dios de Israel, quien nos da nuevas fuerzas. Imprimes el vigor que no habíamos alcanzado, ¡Gracias por impedir que nuestra alma perezca!*

## ANUNCIATE EN CONEXIÓN - ADVERTISE WITH US! LLÁMANOS:

Gabriel Vargas: (850) 261-2358 • Erika Rojas: (305) 878-5573 - Tallahassee  
Kelly Santiago: (850) 687-8486 - Pensacola  
Yenisleidy Rodriguez: (786) 262-0698 - Panama City  
Carolina Fierro: (850) 225-4897 - Crestview/Niceville  
Kismeth Meléndez - (787) 922-5081 - Mobile/Southern, Alabama  
Conexión: (850) 368-3505 • conexionflorida@gmail.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

## 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

## PAEC Migrant Education Program



### Quincy/Mariana Area

315 N. Key Street, Quincy, FL 32351  
Tel: 850-364-1430 • Fax: 850-627-9489

### Chipley/DeFuniak Springs Area

753 West Boulevard, Chipley, FL 32428  
Tel: 850-638-6131 • Ext. 3201



## IGLESIAS CON SERVICIOS EN ESPAÑOL:

**Centro Familiar Tabernáculo de Adoración - 403 Green Acres Road | F.W.B., FL, 32547**  
 850-598-1917 | iglesiasfcta@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  
 iglesiasallahassee.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**  
 Sabado 6:00pm servicio bilingue

**Ministerio Internacional "Kabod" 405 Racetrack Rd., Suite # 107 | F.W.B., 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 | 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**

Miércoles, 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

# MidSouth Bank

The friendliest  
and most helpful  
bank in town.

Invites Everyone

CHRISTMAS CUSTOMER - COMMUNITY  
CELEBRATION AND TOY DRIVE!

to benefit

United for a Good Cause Inc's

20TH ANNUAL

EMERALD COAST

Christmas Miracle Children's Fiesta

NEW TOYS - BIKES - MONETARY DONATIONS WELCOMED

HORS D'OEUVRES - COOKIES - SOFT DRINKS

December 13 | 11AM - 2PM

768 Beal Pkwy Ft. Walton Beach, FL

Info: Lynn: 414-254-3141

or David: 850-368-3505



LIVE REMOTE BY Z-96




# BOSS PAVERS

of Destin

(850)-855-0464

Brick Pavers (Driveways, Pools, Decks, Patios, & Retaining Walls)  
 New & Repair - Free Estimates

 @bosspaversofdestin



# Celebre la Florida Española esta Navidad

Por Ben Gunter | Traducido por Alejandra Gutiérrez

Esta Navidad tendrá una oportunidad única de celebrar la Florida española. Theater with a Mission (TWAM) está organizando una celebración llamada Bicentennial Birthday Bash para el condado de la capital de Florida los días 27, 28 y 29 de diciembre, lo que le dará algo espectacular que hacer entre la Navidad y el Año Nuevo. La fiesta es gratuita y está repleta de actividades que lo pondrán cara a cara con héroes hispanos de la historia de Florida, bailes, música, comidas e ideas. Y también tradiciones de la Navidad hispana profundamente arraigadas en la identidad de Florida.

José Mariona Hernández es uno de los héroes hispanos que se presentarán. El primer delegado de Florida ante la Cámara de Representantes de los EE. UU., el primer hispano en servir en el Congreso y la primera persona en la historia en presidir una reunión legislativa en Tallahassee, Hernández estará presente todo el fin de semana, interpretado por el actor argentino de Theater with a Mission Matías Diurno. Hernández jugó un papel fundamental en la transición de Florida de colonia española a territorio estadounidense hace 200 años. El viernes 27 de diciembre por la noche, el presidente Hernández lo guiará a través de dos siglos de música, baile y logros históricos en Florida, mientras preside una fiesta llamada Dance & Drama Through the Decades.

Más bailes, teatro, comidas e ideas de la Florida española marcarán todo el fin de semana. El sábado 28 de diciembre, los nativos americanos recrearán el juego de stickball que los apalaches jugaban en las misiones españolas en el siglo XVII. Después de una conferencia y demostración de expertos, los nativos lo invitarán

a unírseles en el césped para jugar una ronda de stickball. Los rancheros le permitirán ver, tocar y alimentar al ganado y a los caballos galiceños, descendientes del ganado que los colonos españoles trajeron a Florida en el siglo XVIII. Los vendedores le explicarán las recetas que nuestros antepasados perfeccionaron en la Florida española durante el siglo XIX, los narradores de cuentos le llevarán a vivir aventuras con cuentos populares nativos, africanos y españoles, y la instructora de danza de renombre internacional Susan de Guardioli le enseñará los sencillos y animados pasos de la danza española, una contradanza que llegó a Florida desde Cuba hace 200 años y que hizo famosa a Tallahassee por sus bailes. De hecho, la noche del sábado 28 de diciembre los invitamos a disfrazarse y adentrarse en 1824 con la celebración Territorial Ball for All, acentuada con historias, canciones, peleas y romances recreados por TWAM.

Las Posadas añaden una tradición navideña de la Florida española a la fiesta Bicentennial Birthday Bash. Iniciada por San Juan de la Cruz a fines del siglo XVI, Las Posadas lo llevarán en un viaje con María y José de puerta en puerta por Goodwood Museum & Gardens, un auténtico sitio histórico del Territorio de Florida, en busca de refugio para el nacimiento de Cristo. La historia recreada por TWAM proviene de San Agustín, lugar de nacimiento de José Mariona Hernández, y permite que todos se unan a la procesión, lleven una vela, canten la antigua letanía “¿A dónde vamos a descansar?” y aplaudan la bienvenida tan esperada que el último posadero finalmente les extiende a María y a José. Las velas juegan un papel central y unificador en el último



día de la fiesta. Los fabricantes de velas entrenarán a niños de todas las edades en la decoración de velas para Las Posadas y para el pastel del 200 aniversario del condado de Leon. Las velas envueltas en verdes hojas serán centros de mesa para la fiesta familiar

donde se enseñarán fáciles bailes del pasado hispano de Florida el domingo 29 de diciembre por la tarde. Las velas iluminarán las escenas nocturnas de la obra Tales from the Log Cabin Capitol de TWAM, donde el presidente Hernández preside la recreación de tres debates históricos de la primera legislatura de Florida que se reunió en Tallahassee, en 1824. Y 202 velas estarán sobre el pastel que dará a la fiesta una deliciosa conclusión.

Este diciembre, dé a su familia el regalo de reconectarse con sus raíces. Traiga a toda la familia a la fiesta de TWAM llamada Bicentennial Birthday Bash para disfrutar de encuentros familiares y gratuitos con la Florida española. Visite theaterwithamission.com para obtener más detalles y siga a TWAM en Facebook, Instagram y X para obtener actualizaciones sobre cómo registrarse para las actividades y ganar premios. ¡Feliz bicentenario!

English version next page

FOLLOW US ON facebook

chachacha payaso chileno

20 Años De Experiencia

**CHACHACHA**

¡TU PAYASITO FAVORITO YA ESTA EN FLORIDA!

¡SHOWS UNICOS Y DIVERTIDOS!

Fiestas Infantiles - Festivales - Eventos Especiales - Baby Showers - Fiestas de Adultos

Sonido Profesional y Luces para Fiestas

702-517-1263 | samyr1252@gmail.com



# Celebrate Spanish Florida This Christmas

By Ben Gunter

This Christmas, you'll be getting a once-in-a-lifetime opportunity to celebrate Spanish Florida. Theater with a Mission (TWAM) is throwing a Bicentennial Birthday Bash for Florida's Capital County on December 27, 28, and 29, giving you something spectacular to do in that what-now weekend right between Nativity and the New Year. The party is free, and it's stuffed with activities that bring you face to face with Hispanic heroes from Florida's history, Spanish-Florida dances, music, foods, and ideas, and Hispanic Christmas traditions woven deep into Florida's identity.

José Mariona Hernández is one of the Hispanic heroes who will be showcased. Florida's first delegate to the US House of Representatives, the first Hispanic ever to serve in Congress, and the first person in history to preside over a legislative meeting in Tallahassee, Hernández will be present all weekend, played by Theater with a Mission actor Matias Diurno from Argentina. Hernández was pivotal in guiding Florida's transition from Spanish colony to US territory 200 years ago. On Friday evening, December 27, President Hernández will guide you through two centuries of music, dance, and milestone achievements in Florida, as he presides over a party called Dance & Drama Through the Decades.

More dances, drama, foods, and ideas from Spanish Florida will shape the whole weekend. On Saturday, December 28, Native Americans will recreate the stickball game that Apalachee people played at Spanish Missions in the 1600s. After an expert lecture-demonstration, Natives will invite you to join them on the lawn and try playing a round of stick-ball yourself. Ranchers will let you see, touch, pet, and feed cracker cattle and Galiceño horses, descended from livestock that Spanish

settlers brought to Florida in the 1700s. Vendors will talk you through recipes that our foremothers perfected in Spanish La Florida during the 1800s, storytellers will take you adventuring with Native, African, and Spanish folktales, and internationally renowned dance preceptor Susan de Guardiola will teach you the simple, swinging steps to The Spanish Dance – a contradance that came to Florida from Cuba 200 years ago and made Tallahassee famous for its Territorial Balls. In fact, Saturday night, December 28, invites you to dress up and step into 1824 with a Territorial Ball for All, punctuated by stories, songs, fights, and romances reenacted by TWAM.

Las Posadas add a Christmas tradition from Spanish Florida to the Bicentennial Birthday Bash. Initiated by St. John of the Cross in the late 1500s, Las Posadas takes you on a journey with Mary and Joseph from door to door around Goodwood Museum & Gardens, an authentic Territorial Florida historic site, seeking shelter for the birth of Christ. TWAM's reenactment script comes from St. Augustine – birthplace of José Mariona Hernández – and makes space for everyone to join the procession, carry a candle, sing along on the ancient response “¿Dónde vamos a descansar?” and cheer the long-awaited welcome that the final innkeeper finally extends to Mary and Joseph. Candles play a central, unifying role in the Bash's final day. Candlemakers will coach kids of all ages in decorating candles for Las Posadas and for Leon County's 200th birthday cake. Candles wreathed in evergreen will provide centerpieces for the Family Frolic that teaches easy dances from Florida's Hispanic past on Sunday afternoon. Candles will light the night scenes in TWAM's play Tales from the Log Cabin Capitol, where President Hernández



presides over the reenactment of three history-making debates from the first Florida legislature ever to convene in Tallahassee, in 1824. And 202 candles will stand on the cake that brings the Bash to a delicious conclusion.

This December, give your family the gift of reconnecting with your roots. Bring the whole family to

TWAM's Bicentennial Birthday Bash for free, family-friendly firsthand encounters with Spanish Florida. Visit [theaterwithamission.com](http://theaterwithamission.com) for details, and follow TWAM on Facebook, Instagram, and X for updates on how to register for activities and win prizes. ¡Feliz bicentenario!

BUYING OR SELLING A HOUSE?  
LET'S WORK TOGETHER!

Monica Davey  
REALTOR®  
REAL ESTATE EMPOWERED LLC  
407.247.4134



# EVENTOS EN EL WIREGRASS REGION

## WINTER WONDERLAND: A FESTIVAL JOURNEY OF LIGHTS

Nov 28 – Ene 1

5622 US Hwy 231 South Dothan, AL

Experience the magic of the Holidays as the National Peanut Festival celebrates Christmas with over 1 mile of drive through Christmas lights synced to music!

A JOURNEY OF LIGHTS AT THE FAIRGROUNDS.



EXPERIENCE THE MAGIC OF THE HOLIDAYS WITH OUR LIGHT SHOW.



## STUDIO 126: AN AFTER SCHOOL ART PROGRAM

Martes, 4:00pm – 5:30pm | Edad: 13 – 16 años

\$5 por semana: \$15 por mes

126 Museum AV, Dothan, AL

¿Quieres un espacio para pasar el rato con amigos y crear arte juntos? ¿Buscas un lugar para trabajar en tus propios proyectos de arte? Con nuestro nuevo programa extraescolar, Studio 126 les permitirá a los adolescentes el espacio para explorar el arte a su propio ritmo. Los adolescentes podrán crear y experimentar con diferentes materiales de arte mientras aprenden nuevas técnicas y conocen nuevos amigos (o pasan el rato con viejos amigos). Ya sea que traigas tus propias obras en proceso o crees algo completamente nuevo, ¡te proporcionaremos todos los materiales de arte que necesitarás! No se requiere experiencia previa en arte.

[wiregrassmuseum.org/happenings/studio126](http://wiregrassmuseum.org/happenings/studio126)

[facebook.com/events/1211858709933489/?event\\_time\\_id=1211858753266818](https://facebook.com/events/1211858709933489/?event_time_id=1211858753266818)



## JIMMY JOHN'S

Ya puedes recoger CONEXION en Jimmy John's de Enterprise!

# ATTENTION WIREGRASS REGION ATENCIÓN REGIÓN WIREGRASS!

Busca CONEXION en estos establecimientos  
Find CONEXION in these establishments

### DOTHAN:

Luxury Barber Shop - 1450 Westgate Pkwy.

La Leyenda Authentic Mexican Restaurant  
3085 Ross Clark Cir.

Intertax, LLC – Tax Preparation Service  
2246 Montgomery Hwy. Suite #2

Supermercado y Restaurante El Torito  
3753 Ross Clark Cir.

El Rincon Mexican Restaurant - 141 Kelley Dr.

Misky Peruvian Latin Restaurant and Bar  
2695 S Oates St.

La Bamba Mexican Café - 3039 Ross Clark Cir.

### DALEVILLE:

Don't Stay Hungry Restaurant  
697 N. Daleville Ave.

D'Mariz Lassalle Esthetics  
451 N. Daleville Ave., Suite 110B  
Brows by Faith - 220 Donnell Blvd.

### ENTERPRISE:

Taco Mitch - 1919 E. Park Ave., Suite E  
Schutz Insurance - 222 S. Main St.

Enterprise Staffing Solutions  
209 Bowden Dr., Enterprise, AL

Jimmy John's Sandwich Shop  
913 Rucker Blvd, Suite 38, Enterprise





**CONTÁCTANOS**

- ☎ 251-979-5475
- ✉ fullserviceimmigrants2009@gmail.com
- 📍 Fullservicetoimmigrants

**NUESTROS SERVICIOS:**

- Placas
- Títulos de Autos
- Renovación de Placas
- Citas en la Corte
- Pago de Tickets
- Traducción de Documentos
- Trámite de Número ITIN
- Casos de DUI
- Limpiar su Record
- Busca de Abogado
- Citas con el Doctor
- Pasajes de Avión
- Traducción de Actas de Nacimiento
- Abrimos su compañía en Alabama

**¡Hacemos muchos servicios más!**

**OFICINAS: 853 Dauphin St., Mobile, AL 36602**  
**21797 Highway 59, Robertsdale, AL**  
**HORARIO: 11am - 7pm | 9am - 7pm (por telefono)**

edwardjones.com/findyourrich | Member SIPC

SE HABLA ESPAÑOL

**Let's find your rich**

**Edward Jones**

**What does it mean to be rich?**

The key to being rich is knowing what counts — living life your way and having someone who can help you get there.

Contact me today, and let's find your rich.



**Janet M Marshall**  
 Financial Advisor  
 137 N St Andrews St, Ste 2  
 Dothan, AL 36303  
 334-446-3976

CAT-16762-A-A1-AD © 2024 EDWARD D. JONES CO. ALL RIGHTS RESERVED. AECSPAD 22333059



**STORM SEASON IS HERE**  
**ARE YOU PREPARED?**

When a storm hits, JNB Services is ready to step in! Whether it's roofing repairs, land clearing, or home restoration after a hurricane, we've got you covered with our full range of storm management services. Don't wait until it's too late—protect your home and business from potential damage and get the professional help you need.

**Our Storm-Related Services Include: WHY JNB SERVICES?**

- ✓ Roof Repair & Replacement
- ✓ Land Clearing & Debris Removal
- ✓ Post-Storm Home Repairs & Restoration
- ✓ We work with all insurance companies
- ✓ Mobilization within 24 Hours.
- ✓ Free Estimates

With years of experience in storm recovery, we'll get your property back in shape quickly, efficiently, and safely. Our experts are just a call away, offering fast response times and affordable pricing.

**Act now! Call us today to schedule your free consultation before the storm hits. Be ready, stay safe, and let JNB Services handle the aftermath.**

**Contact Us**

**334-447-3362**  
**334-202-6277**

Email: jnbervices.al@gmail.com  
 Address: 467 S Daleville Ave, Daleville, AL 36322



**www.jnbervicesllc.com**



# Dress for Success® Worldwide va más allá de la vestimenta de negocios con el lanzamiento del nuevo podcast “More Than the Dress”

Fuente: Dress for Success Worldwide®

NUEVA YORK, 6 de noviembre de 2024 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- Dress for Success Worldwide anunció hoy el lanzamiento de su podcast oficial, “More Than the Dress”, presentado por la directora ejecutiva Michele C. Meyer-Shipp. Centrado en el liderazgo, el empoderamiento y las historias de trayectorias personales y profesionales extraordinarias, el nuevo podcast presenta conversaciones dinámicas con ejecutivos de negocios, líderes de opinión, personas influyentes y celebridades de una amplia gama de industrias y orígenes.

Durante los últimos 26 años, Dress for Success ha sido la organización sin fines de lucro líder en el mundo que ayuda a las mujeres desempleadas y subempleadas a lograr la independencia económica. Si bien es más conocida por muchos por brindarles a las mujeres vestimenta profesional, Dress for Success tiene una rica historia de asesoramiento profesional e iniciativas de preparación laboral, así como grupos de redes y programas de enriquecimiento con un objetivo en mente: ayudar a las mujeres a adquirir las habilidades y herramientas necesarias para tener éxito en el trabajo y en la vida.

“Así como Dress for Success es multidimensional en su misión e iniciativas globales, nuestro objetivo es ir más allá de la superficie con nuestro podcast ‘More Than the Dress’, donde profundizaremos en temas como: estrategias para el crecimiento profesional, el bienestar y la superación de los desafíos de la vida

laboral; la superación del síndrome del impostor; y la traducción de la experiencia y el talento en una marca profesional”, dijo Michele C. Meyer-Shipp. “Estamos entusiasmados de adoptar esta nueva plataforma que nos ayudará a llegar, apoyar e impactar mejor las vidas de las mujeres que están avanzando en sus carreras”.

Disponible en todas las plataformas de podcast, “More Than the Dress” ayudará a expandir el alcance de la organización sin fines de lucro a una audiencia más joven, así como a atraer e involucrar a patrocinadores actuales y nuevos que deseen apoyar episodios de podcast en curso a través de publicidad.

**Escuche en Spotify:** “More Than the Dress” en Spotify

**Escuche en Apple Podcasts:** “More Than the Dress” en Apple Podcasts

### Acerca de Dress for Success:

Dress for Success es el recurso de empleo sin fines de lucro líder en el mundo para mujeres desempleadas y subempleadas. Dress for Success ayuda a las mujeres a triunfar en el trabajo y en la vida, brindándoles orientación profesional y preparación para el trabajo, mejora y aprendizaje de habilidades, creación de redes y comunidad, o estilismo y vestuario profesionales. Dress for Success genera confianza y determinación desde adentro. Durante más de 26 años, la organización ha prestado servicios a más de 1,3 millones de mujeres a través de 135 filiales en más de 20 países.



**YOUR PASSPORT TO ADVENTURE**



# November 23, 2024

## The Grounds

1035 Cody Rd. N. | Mobile, AL 36608  
10:00AM - 4:00PM

**BUY TICKETS HERE**

[WWW.MOBILEINTERNATIONALFESTIVAL.ORG](http://WWW.MOBILEINTERNATIONALFESTIVAL.ORG)



### Special Thanks To Our Sponsors!







# 20TH ANNUAL



EMERALD COAST

## Christmas Miracle Children's Fiesta

"UNITING THE COMMUNITY... FOR THE CHILDREN!"

**SUNDAY, DECEMBER 22 - 12PM - 6PM**

### THE NORTHWEST FLORIDA FAIRGROUNDS

1958 LEWIS TURNER BOULEVARD | FORT WALTON BEACH, FL 32547

The Fiesta is for financially challenged families.  
La Fiesta es pro-familias de bajos recursos.

FROM 12PM - 1PM: ONLY FAMILIES WITH SPECIAL NEEDS KIDS ALLOWED! 1PM - 6PM General Public Allowed  
12PM - 1PM: ¡SOLO FAMILIAS DE NIÑOS CON NECESIDADES ESPECIALES SERÁN ADMITIDAS!  
1PM - 6PM: Abierto al público en general

**FREE! NEW TOYS, BIKES & PRIZES!**

**¡GRATIS: JUGUETES NUEVOS,  
BICICLETAS Y PREMIOS!**

**¡PATROCINADORES Y DONANTES BIENVENIDOS!  
Business Sponsorships and Donations Welcomed!**

GRACIAS TO OUR SPONSORS/SUPPORTERS



Gulf Coast Immediate  
Care Center, Inc.  
"See Someone Who Can See You."



TierOne Media  
www.TierOneBillboards.com

Life MEDIA  
BAY LIFE | FWB LIFE | DESTIN LIFE

WP

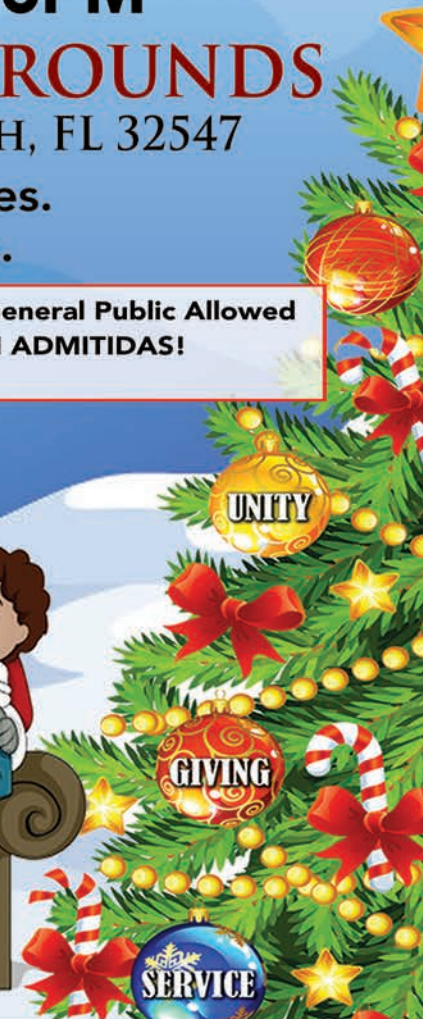
The Shops At  
Wright Plaza



COX

Shauna

OMNI BROADCASTING



UNITY

GIVING

SERVICE

For Details: 850.368.3505 | [united4agoodcause@gmail.com](mailto:united4agoodcause@gmail.com)  
[www.unitedforagoodcause.org](http://www.unitedforagoodcause.org) | UnitedForAGoodCauseInc





## La historia de Juan - Diabetes tipo 1 (Puerto Rico)

Por Marcos Otero - Gulf Coast Immediate Care Center



### Nuestro paciente:

- Paciente: Juan, 15 años
- Ubicación: San Juan, Puerto Rico
- Tipo de diabetes: Tipo 1
- Antecedentes:

Juan siempre había sido un adolescente activo, apasionado por jugar al fútbol con sus amigos después de la escuela. Nacido y criado en San Juan, Puerto Rico, su familia vivió una vida vibrante y culturalmente rica, llena de reuniones familiares, cocina puertorriqueña y amor por la vida al aire libre. A los 15 años, estaba en la flor de su adolescencia cuando de repente las cosas dieron un giro drástico.

La familia de Juan comenzó a notar cambios sutiles en él. En unos pocos meses, tenía sed constantemente y bebía agua todo el tiempo, incluso durante las comidas. Comenzó a despertarse en medio de la noche para ir al baño con más frecuencia. A pesar de comer mucho, Juan perdió peso significativamente y comenzó a sentirse más cansado de lo habitual, incluso después de una noche de sueño completo.

### Presentación de los síntomas:

Un día, durante la práctica de fútbol, Juan se desplomó. Se sintió débil, mareado e incapaz de mantenerse en pie. Sus padres lo llevaron rápidamente a urgencias, donde los médicos le realizaron una serie de pruebas, sospechando que se trataba de deshidratación o de una enfermedad viral. Cuando los niveles de azúcar en sangre de Juan volvieron a ser peligrosamente altos, el diagnóstico fue claro: diabetes tipo 1.

### Síntomas clave:

- Sed excesiva (polidipsia)
- Micción frecuente (poliuria)
- Pérdida de peso inexplicable
- Fatiga extrema
- Visión borrosa
- Mareos y desmayos durante la actividad física

La familia de Juan estaba conmocionada. No tenían antecedentes de diabetes y les llevó tiempo comprender lo que significaba el diagnóstico. Los médicos explicaron que en la diabetes tipo 1, el sistema inmunológico del cuerpo ataca por error a las células productoras de insulina en el páncreas. Sin insulina, el cuerpo de Juan no podía regular los niveles de azúcar en sangre, lo que provocaba picos peligrosos.

### Diagnóstico y tratamiento:

La prueba inicial de A1c de Juan mostró una lectura de 11,5 %, lo que indica que su nivel de azúcar en sangre había estado descontrolado durante algún tiempo. Su tratamiento comenzó con una terapia intensiva con insulina, en la que tuvo que aprender a administrarse inyecciones de insulina

ver "LA HISTORIA DE JUAN" en la página 28



**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 • Pruebas de Drogas y Alcohol  
Tratamiento Post Accidente Automovilístico  
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**





# Juan's Story – Type 1 Diabetes (Puerto Rico)

By Marcos Otero - Gulf Coast Immediate Care Center

## Our Patient:

- Patient: Juan, 15 years old
- Location: San Juan, Puerto Rico
- Diabetes Type: Type 1
- Background:

Juan had always been an active teenager, passionate about playing soccer with his friends after school. Born and raised in San Juan, Puerto Rico, his family lived a vibrant and culturally rich life, filled with family gatherings, Puerto Rican cuisine, and a love for the outdoors. At 15, he was in the prime of his adolescence when things suddenly took a drastic turn.

Juan's family began to notice subtle changes in him. Over a few months, he was constantly thirsty, drinking water all the time, even during meals. He started waking up in the middle of the night to use the bathroom more frequently. Despite eating a lot, Juan lost significant weight and started feeling more tired than usual, even after a full night's sleep.

## Presentation of Symptoms:

One day during soccer practice, Juan collapsed. He felt weak, dizzy, and unable to stand. His parents rushed him to the emergency room, where doctors ran a series of tests, suspecting dehydration or a viral illness. When Juan's blood sugar levels came back dangerously high, the diagnosis was clear: type 1 diabetes.

## Key Symptoms:

- Excessive thirst (polydipsia)
- Frequent urination (polyuria)
- Unexplained weight loss
- Extreme fatigue
- Blurred vision
- Dizziness and fainting during physical activity

Juan's family was shocked. They had no history of diabetes, and it took time to understand what the diagnosis meant. The doctors explained that in type 1 diabetes, the body's immune system mistakenly attacks insulin-producing cells in the pancreas. Without insulin, Juan's body couldn't regulate blood sugar levels, leading to dangerous spikes.

## Diagnosis & Treatment:

Juan's initial A1C test showed a reading of 11.5%, indicating that his blood sugar had been uncontrolled for some time. His treatment began with intensive insulin therapy, where he had to learn to administer insulin injections before meals and check his blood sugar multiple times a day. The transition was tough—emotionally and physically.

## Treatment Plan:

- Daily insulin injections (basal and bolus)
- Blood sugar monitoring before meals and bedtime
- Adjusting his diet to avoid foods that cause blood sugar spikes
- Regular check-ups with an endocrinologist to monitor his progress

## Complications:

In the first year, Juan experienced several hypoglycemic episodes, where his blood sugar levels dropped too low due to miscalculating his insulin dosage. These episodes left him feeling shaky, confused, and scared. His family helped him adjust his lifestyle, but the journey wasn't without challenges.

Three years after his diagnosis, Juan began to develop signs of diabetic retinopathy, a complication

see "JUANS STORY" on page 28

## ¿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 aseguración 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)

## Ready to Buy Your First Home?

Ask about our Down Payment Assistance!



For Eligible First Time Homebuyers!

Down Payment and Closing Cost Assistance\*

Not Owned a Home in the Last 3 Years? You May Qualify!

800-388-1970 • 850-432-7077



We are a governmental agency under FL Statutes §159. We are not a mortgage company.

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

Participating lenders will provide specific APR information as required by law. \*Down payment assistance is subject to change based on market conditions.







# TALLAHASSEE BICENTENNIAL WEEKEND SPECTACULAR

## ESPECTACULAR DEL BICENTENARIO DE TALLAHASSEE - Celebrando 200 años de herencia hispana

**9 de noviembre de 2024** - Conexión Media Group (CMG), junto con varios patrocinadores, organizó un evento especial a la hora del almuerzo durante el Espectacular del Fin de Semana del Bicentenario de Tallahassee. El salón de baile Parkview at Cascades estaba lleno y todos disfrutaron de una deliciosa comida, bailes folclóricos de Un Poquito de México y The Gypsy Rhythm Dancers, un breve acto de Theater with a Mission y canto del talentoso Elio Delgado. Una conferencia sobre la conexión de los

hispanos con la historia de Tallahassee y el condado de Leon también fue parte de la actividad y estuvo a cargo del presidente de CMG, David Triana y Deborah DeSilets.

Agradecemos a todos los patrocinadores que hicieron esto posible, incluidos: Florida Blue, Tally Arepas, Pepper's Mexican Grill and Cantina, Mama's House en Quincy, Le Point Pastry and Bakery, Yvon's Peruvian Cuisine, Habana's Boardwalk Cuban Restaurant y Minnie's Cakes.

## TALLAHASSEE BICENTENNIAL SPECTACULAR - Celebrating 200 years of Hispanic Heritage

**Nov 9, 2024** - Conexión Media Group (CMG), along with several sponsors, hosted a special lunch time event during the Tallahassee Bicentennial Weekend Spectacular. The Parkview at Cascades ballroom was full and everyone enjoyed a delicious meal, folkloric dances by Un Poquito de Mexico and The Gypsy Rhythm Dancers, a short act by Theater with a Mission, and singing from the talented Elio Delgado. A lecture on the connection of Hispanics to the history

of Tallahassee and Leon County was also part of the activity and was given by CMG President, David Triana and Deborah DeSilets.

We thank all the sponsors who made this happen including: Florida Blue, Tally Arepas, Pepper's Mexican Grill and Cantina, Mama's House in Quincy, Le Point Pastry and Bakery, Yvon's Peruvian Cuisine, Habana's Boardwalk Cuban Restaurant, and Minnie's Cakes.

**Building community**

 **Eglin Federal**  
CREDIT UNION

**70 YEARS**

[eglinfcu.org](http://eglinfcu.org) | Insured by NCUA

**Where Members Matter Most**



## Manari cont.

knowledge of the world, integrating the teachings he has received from the ancestral wisdom of the earth, of the trees and of the world of dreams. In the middle of the interview, after a retrospective question about his childhood, he recalled: "My father had a mission for me. I went on that mission, but I felt like a rejected child, who was not with them. I asked myself: why are they sending me? Why aren't

they sending other people?" He shares it with serenity on his face.

Among so many things that Manari would have to learn, there was something that his aunt made him know: "The Sapara world, what Piatza said, is that when cultures from another world arrive, the Sapara culture disappears." He recognizes that changing that was his responsibility, but admits that "fighting against a

prophecy is very complicated." For this reason, he had to mature quickly, going from child to adult without living his youth.

His father, his mentor and greatest advisor, left him facing an uncertain future. However, Manari believes that his father's wisdom and teachings continued to manifest themselves through the world of dreams, even after his death, when Manari was 22 years

old. During his years as a leader, he shares that his greatest achievements were the recognition of the country, achieving that his community be named "Sapara Nationality" in 2022, and added: "Seeing that, the other nationalities in the country began to write their statutes using that word, so it was a very big impact." In addition, his territory became an Oral and

*see "MANARI" on page 27*



# ProHealth

## Labs + Medical Care

**Ubicaciones de las clínicas**

<b>Pensacola</b> 6005 College Pkwy, Ste 2	<b>Gulf Breeze</b> 1157 Gulf Breeze Pkwy	<b>Ft Walton Beach</b> 224 Eglin Pkwy
--	---	--

**Ubicaciones de los laboratorios**

<b>Pensacola</b> 3298 Summit Blvd, Ste 33	<b>Santa Rosa Beach</b> 4942 Hwy 98, Ste 23	<b>Crestview</b> 102 Alabama St, Ste B	<b>Milton</b> 5825 Hwy 90
--	--	---	------------------------------

**¿SIN SEGURO?  
¿ALTO DEDUCIBLE?  
¡NO HAY PROBLEMA!**

Visitas sin cita previa

**RESERVA YA**



**NUESTROS SERVICIOS**

<b>Enfermedad</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Dolor de garganta</li><li>Fiebre</li><li>Otalgia</li></ul>	<b>Vacunas</b> <ul style="list-style-type: none"><li>T-dap</li><li>TB test</li><li>Gripe</li><li>Mucho más</li></ul>	<b>Atención de urgencia</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Laceración</li><li>Quemaduras</li><li>Esguinces</li></ul>
--	--	---

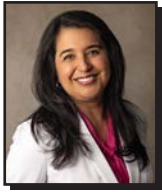
**CONTÁCTENOS:**

**(448)444-HEAL (4325)**

**ProHealthFL.com**

**No conectado a la Base de Datos Nacional**





# FINANCIAL FOCUS®

## Younger Workers Face Financial Gaps

This article was written by Edward Jones for use by Janet Marshall your Edward Jones Financial Advisor at 137 N St. Andrews St. Dothan, AL 36350. Ph: 334-446-3976, Edward Jones, Member SIPC

If you're starting out in your career, you have many of the same financial needs as older workers — but you might be lacking some of their resources. How big of a concern is this?

It could be significant. While you have the advantage of time, you'll want to avoid falling into one or more of the “gaps” faced by people in your age group. Consider some of the findings of a study of 18-to-34-year-olds from Edward Jones and research groups NEXT360 Partners and MarketCast:

- Only 31% currently have a retirement account.



- Just 57% have health insurance.
- Less than a third have life insurance.
- Just 12% go to a financial advisor to discuss their finances.

These issues could cause problems in building the financial foundation you'll need to achieve your goals and enjoy the lifestyle you've envisioned. Let's look at each of these issues to see how they might affect you and what you can do to fill in the gaps.

- Retirement account – Depending on where you work, you may have access



to a 401(k) or similar tax-advantaged retirement account. Early in your working life, you may only be able to contribute small amounts to your 401(k) or other plan, but gradually, as your salary rises, you can contribute more. In any case, try to contribute enough to earn your employer's matching contribution, if one is offered. If your employer offers a Roth

401(k), you may want to discuss this option with a financial professional. Even if you don't have a 401(k) available, you can still contribute to an IRA.

- Health insurance – It only takes a protracted illness or a hospital stay for medical bills to become overwhelming.

*see “YOUNGER WORKERS” next page*



## WHAT MOVES YOU?

BIKE • WALK • PUBLIC TRANSIT • CARPOOL

With RideOn Commuter Services, you can:

- Find New Commute Options
- Save Time
- Find 'Green' Commutes
- Make New Friends and More...
- Save Money

We believe transportation is about connecting people with places and experiences, and how we get there matters — **now and in the future.**



[www.RideOnTogether.org](http://www.RideOnTogether.org)

For more information, contact Katie Fults at [katie@rideontogogether.org](mailto:katie@rideontogogether.org) or 1-800-342-5557



Scan the QR Code to learn more!

The RideOn Commuter Assistance Program is funded by the Florida Department of Transportation, District 3 — as a free program available to individuals and organizations across northwest Florida.





# Debt.com ofrece orientación financiera fundamental para las víctimas de los huracanes Helene y Milton

Fuente: Debt.com

**FORT LAUDERDALE, Florida, 11 de octubre de 2024 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/** -- A raíz de los huracanes Helene y Milton, miles de familias e individuos enfrentan no solo daños físicos en sus hogares y propiedades, sino también graves dificultades financieras. Debt.com, un proveedor líder de educación financiera y soluciones de alivio de deudas, está intensificando sus esfuerzos para ayudar a los afectados a superar el impacto económico de estas devastadoras tormentas.

“Con dos poderosos huracanes azotando uno tras otro, muchas personas están lidiando con costos inesperados, pérdida de ingresos y un aumento de la deuda”, dice Don Silvestri, presidente de Debt.com. “Es fácil que estas tensiones financieras se salgan de control si las personas no saben a dónde acudir en busca de ayuda. Queremos brindar recursos y orientación para ayudar a estas familias a estabilizar sus finanzas y evitar dificultades a largo plazo”.

Debt.com ofrece recursos gratuitos, asesoramiento financiero y asesoramiento de expertos a las víctimas de la tormenta para ayudarlas a comprender sus opciones, reconstruirse y recuperarse. La organización también ha compartido una lista de consejos sobre finanzas personales y agencias gubernamentales que pueden ayudar durante este momento difícil.

## Asesoramiento financiero personal para víctimas de huracanes

1. Documente todos los daños y gastos: mantenga registros detallados de los daños causados por la tormenta, las reparaciones y los gastos de vida temporales. Esto será crucial para las



reclamaciones de seguros y cualquier posible asistencia de FEMA.

2. Comuníquese primero con su proveedor de seguros: llame a su compañía de seguros para averiguar qué está cubierto y cómo presentar una reclamación. Las pólizas de seguro para propietarios de viviendas, inquilinos y automóviles pueden tener disposiciones para daños causados por tormentas.

3. Comuníquese con nosotros si no puede pagar sus facturas: muchos acreedores y empresas de servicios públicos ofrecen asistencia temporal para el pago en tiempos de desastre. Comuníquese con sus prestamistas y proveedores de servicios para preguntar sobre las opciones de aplazamiento y las tarifas exentas.

4. Tenga cuidado al usar el crédito: si tiene que usar tarjetas de crédito para cubrir gastos de emergencia, sea estratégico. Use la tarjeta con la tasa de interés más baja y priorice el pago de esos saldos lo antes posible.

5. Cree un presupuesto de emergencia: si sus ingresos se han visto afectados o enfrenta mayores gastos, cree un presupuesto temporal que priorice los elementos esenciales como la vivienda, la alimentación y la atención médica. Reduzca los gastos en artículos no esenciales hasta que tenga una idea más clara de su situación financiera.

6. Evite los préstamos de alto costo y las estafas: después de los desastres naturales, los estafadores suelen dirigirse a las víctimas con préstamos con intereses altos o

servicios fraudulentos. Apéguese a fuentes de asistencia confiables y evite los préstamos de día de pago o los préstamos abusivos.

7. Busque asesoramiento profesional: si se siente abrumado por su situación financiera, comuníquese con Debt.com para una consulta gratuita. Pueden ayudarlo a desarrollar un plan de recuperación y brindarle orientación sobre la gestión de la deuda.

## Recursos gubernamentales disponibles para las víctimas de huracanes

### 1. Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA):

FEMA brinda asistencia financiera para vivienda temporal, reparaciones del hogar y otros gastos relacionados con desastres. Visite [www.disasterassistance.gov](http://www.disasterassistance.gov) o llame al 1-800-621-FEMA (3362) para obtener ayuda.

### 2. Préstamos para desastres de la Administración de Pequeñas Empresas (SBA):

La SBA ofrece préstamos para desastres a bajo interés a propietarios de viviendas, inquilinos y empresas para ayudar a cubrir pérdidas que no estén totalmente cubiertas por el seguro. Visite [www.sba.gov](http://www.sba.gov) o llame al 1-800-659-2955 para obtener más información.

### 3. Cruz Roja Americana:

La Cruz Roja proporciona refugio de emergencia, alimentos y asistencia financiera. Visite [www.redcross.org](http://www.redcross.org) o llame al 1-800-RED-CROSS.

### 4. Recursos para desastres del Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano (HUD):

El HUD ofrece ayuda para ejecuciones hipotecarias y otra asistencia para la vivienda para quienes se encuentran en áreas de desastre. Comuníquese con un asesor de vivienda aprobado por el HUD al 1-800-569-4287 o visite [www.hud.gov](http://www.hud.gov).

ver “DEBT.COM” en la página 28

## younger workers cont.

If you're fortunate, you can get health insurance from your employer, but if it's not offered, you may need to find your own. It can be expensive, but you might be able to get some help in choosing an affordable plan by visiting the [healthcare.gov](http://healthcare.gov) website. If your employer provides a high deductible health insurance plan, you might have access to a Health Savings Account (HSA), which can be used during your working years and into retirement.

• Life insurance – If you're single with no dependents and no one in your family depends on your income — for example, you're not helping support older relatives — you may not need life insurance. But that changes the minute you get married or otherwise maintain a long-term, stable relationship, and especially once you have children. If you have anyone depending on your income, you need life insurance. You might get

some coverage from your employer, but if it's insufficient, you may need to purchase private coverage.

• Financial advice – You're still in the early stages of your working years, so you'll have many financial goals ahead of you, both short term (down payment on a house, travel, etc.) and longer term (college for your children), not to mention retirement. It can be challenging, but, when possible, it's a good idea to fund short- and long-term goals simultaneously. To achieve these goals, you'll need to follow the appropriate financial and investment strategies — and you'll find it easier to do just that with the help of a qualified financial professional.

By filling in any gaps, from retirement savings to insurance to financial advice, you can help yourself feel more secure about where you are today — and where you'll be tomorrow.

# ¡La temporada del SERVICIO, de DAR y de UNIDAD!

Por David Triana

Durante esta época del año, mi espíritu siempre se refresca y especialmente cuando pienso en mi amigo Ramón Gonzales. De todas las personas que he conocido en mi vida, Ramón ejemplificó el ejemplo de SERVIR, DAR, y promover UNIDAD durante todo el año, y durante la temporada navideña especialmente, ¡de hecho se convirtió en Papá Noel!

Hace cuatro años, Santa Ramón sucumbió a complicaciones del COVID, pero no tengo ninguna duda de que está en el cielo cuidando a su familia. Ramón también vela por cada niño y niña necesitado que, si no fuera por la gente generosa que hay en todo el mundo, no tendrían ni un juguete para Navidad.

La Navidad se describe de muchas maneras diferentes, pero para mí representa esas tres palabras en el título de este artículo. ¡Son tres palabras poderosas, y que al participar en actividades donde uno sirve, regala y promueve la unidad, normalmente las otras personas participantes, se motivan a hacer lo mismo más y más!

Ramón Gonzales vivía en el sur de Tucson, Arizona. En 1970, cuando los padres de los niños donde vivía no tenían dinero para comprar regalos en Navidad, a Ramón se le ocurrió que podía hacer algo al respecto.

Ramón tampoco tenía mucho dinero, pero con lo que tenía compró hot dogs y otras cosas y organizó una fiesta de Navidad e invitó a todas las familias de su barrio. Además de comida, se aseguró de comprar algunos juguetes para cada niño. Fue así como Santa Ramón fundó lo que hoy se conoce como “El Milagro de Ramón en la Calle 31” también conocido como Navidad en el Barrio.

Desde hace muchos años, a la fiesta de Ramón asisten más de 10,000 niños cada diciembre y Santa Ramón y su



pequeña familia han sido la fuerza que motiva a esa zona de Arizona a UNIRSE para asegurar que los niños de escasos recursos reciban algo en Navidad. Aunque Ramón ya no está físicamente con ellos, sus hijos, su esposa y los verdaderos amigos de Santa Ramón y sus patrocinadores y donantes, se han asegurado de continuar con su fiesta y así continuar con el legado que dejó.

En 2005, junto con varios hispanos y no hispanos de buen corazón, fundamos lo que originalmente llamamos “LUCES NAVIDENAS” y que se convirtió en la Fiesta del Milagro Navideño de la Costa Esmeralda aquí en Fort Walton Beach. Todavía recuerdo cuando Ramón me dijo que la Fiesta de FWB es “hija de la suya de Tucson”.

El próximo 22 de diciembre, United for a Good Cause Inc., compuesta por un grupo diverso y multicultural de personas, celebrará el VIGESIMO ANIVERSARIO de la Fiesta Anual del Milagro Navideño de la Costa Esmeralda. Será en el NWF Fairgrounds de 12pm a 6 pm. Lo invitamos a ingresar a nuestro sitio

web para obtener más detalles sobre la Fiesta e invitamos a las familias que atraviesan dificultades financieras esta Navidad a registrarse a través del sitio web.

Nuestra Fiesta del Milagro de Navidad se inspiró en el poderoso ejemplo de servicio, de dar y de unidad de Ramón. Hay miles de niños en nuestra zona a los que les vendría bien la ayuda de personas de corazón generoso, familias que simplemente no tienen los medios para darles regalos a sus hijos durante la Navidad. Nuestra organización, a través de la fiesta, nos brinda y te brinda la oportunidad de hacer que el Espíritu de la Navidad esté vivo, ¡una oportunidad para que tú también seas PAPÁ NOEL!

## The Season of SERVICE, GIVING, and UNITY!

By David Triana

During this time of the year, my spirit is always refreshed and especially when I think about my friend Ramon Gonzales. Of all the people I have met in my lifetime, Ramon exemplified GENEROSITY throughout the year, and during the Christmas season especially, he indeed became Santa Claus!

Three years ago, Santa Ramon succumbed to complications from COVID, but I have no doubt in my mind that he is in heaven watching over his family. Ramon is also watching over every needy little girl and boy that, if it was not for the generous people throughout the world, would otherwise not have even a little toy for Christmas.

Christmas is described in many different ways, but for me it represents those three words in the title of this article. They are three powerful words, and by participating in activities where one serves, gives, and promotes unity, usually the other people participating are motivated to do the same more and more!

Tu corazón generoso al apoyar eventos como el Milagro de Navidad u otros que se llevan a cabo en nuestra región no solo garantizará que los niños necesitados tengan la oportunidad de tener una Navidad este año, ¡sino que ser generoso también es algo bueno para tu salud!

Te invitamos a ser parte de este gran evento y unirte a nosotros como voluntario o donando un juguete o haciendo una contribución monetaria por ello. Entra a Facebook o al sitio web de la fundación para obtener más información. [www.unitedforagoodcause.org](http://www.unitedforagoodcause.org).

¡Dios los bendiga y que tengan una muy Feliz Navidad!



Ramón Gonzales lived in South Tucson, Arizona. In 1970, when the parents of the children where he lived did not have money to buy gifts at Christmas, it occurred to Ramón that he could do something about it.

Ramón didn't have much money either, but with what he had he bought hot dogs and other things and organized a Christmas party and invited all the families in his

*continued next page*



neighborhood. In addition to food, he made sure to buy some toys for each child. This is how Santa Ramon founded what is now known as “Ramon’s Miracle on 31st Street” also known as Christmas in the Barrio.

For many years now, Ramon’s party is attended by more than 10,000 children every December and Santa Ramón and his small family have been the force that motivates that area of Arizona to UNITE to ensure that children of scarce resources receive something at Christmas. Although Ramon is no longer physically with them, his children, his wife and the true friends of Santa Ramon and his sponsors and donors, have made sure to continue his party and thus continue the legacy he left behind.

In 2005, together with several kind hearted Hispanics and non-Hispanics, we founded what we originally called “LUCES NAVIDENAS” and that became the Emerald Coast Christmas Miracle Fiesta here in Fort Walton Beach. I still remember when Ramon



told me, the FWB Fiesta is “the daughter of his Tucson one.”

On December 22nd, United for a Good Cause Inc., a diverse and multicultural group of people, will celebrate the 20TH ANNIVERSARY of the Annual Emerald Coast Christmas Miracle Party. It will be at the NWF Fairgrounds from



12pm to 6pm. We invite you to visit our website for more details about the Party and encourage families experiencing financial hardship this Christmas to register through the website.

Our Christmas Miracle Party was inspired by Ramon’s powerful example of service, giving, and unity.

There are thousands of children in our area who could use the help from people with generous hearts, families who simply do not have the means to give their children gifts during Christmas. Our organization, through the party, gives us and gives you the opportunity to make sure that the Spirit of Christmas is alive, an opportunity for you to be SANTA CLAUS too!

Your generous heart in supporting events like the Christmas Miracle or others taking place in our region will not only ensure that needy children get a chance to have a Christmas this year, but being generous is also a good thing for your health!

We invite you to be part of this great event and join us as a volunteer or by donating a toy or making a monetary contribution for it. Go to Facebook or the foundation’s website for more information. [www.unitedforagoodcause.org](http://www.unitedforagoodcause.org).

God bless you and have a very Merry Christmas!

# 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 PKWY | FT. WALTON BEACH, FL 32547 | 850-314-0007

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



## Pida una pizza de Domino's® y ayude a recaudar dinero para St. Jude Children's Research Hospital®

Fuente: Domino's Pizza

ANN ARBOR, Michigan, 21 de octubre de 2024 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- Durante la próxima temporada de Acción de Gracias, Domino's Pizza Inc. (NYSE: DPZ), la empresa de pizza más grande del mundo, a través de sus franquicias y tiendas corporativas en los Estados Unidos, les pide a los clientes que piensen en los niños del St. Jude Children's Research Hospital® en la noche de la pizza. Desde ahora y hasta el 5 de enero de 2025, los clientes pueden donar con su pedido y ayudar a St. Jude en su misión: Encontrar curas. Salvar a los niños.®

“A través de su campaña Thanks and Giving, St. Jude alienta a los equipos de franquicias y tiendas corporativas de Domino's y a los clientes a vivir con la generosidad todos los días”, dijo Jenny Fouracre, portavoz de Domino's. “Es un privilegio recaudar fondos para St. Jude y su misión de salvar vidas, y estamos agradecidos de que los clientes se sientan igualmente inspirados a donar”.

Los clientes pueden hacer una donación a St. Jude al pedir su pizza favorita por teléfono, en las pizzerías o en línea en su tienda Domino's local. Gracias a los generosos donantes, las familias nunca reciben una factura de St. Jude por tratamiento, viaje, alojamiento o comida.

Desde 2004, Domino's ha recaudado más de \$125 millones para St. Jude, principalmente a través de 21 años de Thanks and Giving. A principios de este año, Domino's hizo el anuncio histórico de que extenderá



su compromiso de recaudación de fondos para St. Jude de 2030 a 2034, marcando 30 años de asociación. Gracias a la larga tradición de la campaña y la generosidad de los clientes, Domino's se esfuerza por alcanzar los \$300 millones recaudados para St. Jude en ese tiempo.

Cuando St. Jude abrió sus puertas en 1962, el cáncer infantil se consideraba en gran medida incurable. Desde entonces, St. Jude ha ayudado a aumentar la tasa de supervivencia mundial del 20 % a más del 80 %, y no se detendrá hasta que no mueran más niños por cáncer. St. Jude comparte los avances que realiza para ayudar a los médicos e investigadores de los hospitales locales y centros oncológicos de todo el mundo a mejorar la calidad del tratamiento y la atención para más niños.

### Acerca de Domino's Pizza®

Fundada en 1960, Domino's Pizza es la empresa de pizza más grande del mundo, con un importante negocio de entrega y comida para llevar. Se encuentra entre las principales marcas de restaurantes públicos del mundo,

con una empresa global de más de 21 000 locales en más de 90 mercados.

### Acerca de St. Jude Children's Research Hospital®

St. Jude Children's Research Hospital lidera la forma en que el mundo comprende, trata y vence el cáncer infantil y otras enfermedades potencialmente mortales. Su propósito es claro: encontrar curas. Saving children.® es el único Centro

Oncológico Integral designado por el Instituto Nacional del Cáncer dedicado exclusivamente a los niños. Cuando St. Jude abrió en 1962, el cáncer infantil se consideraba en gran medida incurable. Desde entonces, St. Jude ha ayudado a aumentar la tasa de supervivencia mundial del 20 % a más del 80 % y no se detendrá hasta que no mueran más niños por cáncer. Visite St. Jude en: [stjude.org](http://stjude.org)

## Order a Domino's® pizza and help raise money for St. Jude Children's Research Hospital®

Source: Domino's Pizza

ANN ARBOR, Mich., Oct. 21, 2024 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- During the upcoming Thanksgiving season, Domino's Pizza Inc. (NYSE: DPZ), the world's largest pizza company, through its franchise and corporate-owned stores across the United States, is asking customers to think of the children at St. Jude Children's Research Hospital® on pizza night. From now through January 5, 2025, customers can donate with their order and help St. Jude in its mission: Finding cures. Saving children.®

“Through its Thanks and Giving campaign, St. Jude encourages Domino's franchise and corporate store teams and customers to live with giving every day,” said Jenny Fouracre, Domino's spokeswoman. “It's a privilege to raise funds for St. Jude and its life-saving mission, and we're grateful that customers are equally inspired to donate.”

Customers can make a donation to St. Jude while ordering their favorite pizza over the phone, at pizza restaurants or online at their local Domino's store. Thanks to generous donors, families never receive a bill from St. Jude for treatment, travel, lodging or food.



**Domino's®**

Since 2004, Domino's has raised more than \$125 million for St. Jude, primarily through 21 years of Thanks and Giving. Earlier this year, Domino's made the historic announcement that it will extend its fundraising commitment to St. Jude from 2030 to 2034, marking 30 years of partnership. Thanks to the long-standing heritage of the campaign and the generosity of customers, Domino's is striving to reach \$300 million raised for St. Jude in that time.

When St. Jude opened its doors in 1962, childhood cancer was largely considered incurable. Since then, St. Jude has helped raise the global survival rate from 20% to more than 80%, and will not stop until no more

see “DOMINO'S” on page 27



**seguros de salud** cont.

Cada año, durante el período de Open Enrollment (noviembre a enero), millones de personas necesitan a alguien que les ayude a navegar el complejo mundo del seguro médico. ¡Esa persona podrías ser tú! Con solo dar el primer paso y certificarte, estarás listo para acompañar a quienes más lo necesitan, ayudándolos a proteger lo más valioso que tienen: su salud y la de sus seres queridos.

**¿Por qué ser agente de seguros de salud?**

Porque es mucho más que un empleo. Es la oportunidad de ser tu propio jefe, de trabajar a tu propio ritmo, de tener la libertad de decidir cuándo y cómo trabajar. Es una carrera donde tú pones los límites, donde tus esfuerzos se traducen en éxito y en la satisfacción de saber que estás marcando la diferencia.

Podrías estar construyendo algo más grande para ti y para tu familia. Algo que te permita sentirte orgulloso de tu trabajo, de lo que has logrado. Y lo mejor de todo es que no necesitas años de estudios ni inversiones descomunales. Con el curso de certificación necesario, que es accesible y al alcance de todos, podrías estar en el camino a un futuro brillante en cuestión de meses.

**Una oportunidad que habla tu idioma**

Para muchos migrantes latinos, esta es más que una opción laboral. Es la oportunidad de construir algo propio, algo que te permita salir adelante en un país que, aunque nuevo, está lleno de posibilidades. Además, tu habilidad



para comunicarte en español te hace un recurso invaluable para quienes buscan a alguien en quien confiar, alguien que entienda sus necesidades y hable su idioma.

Tú puedes ser esa persona que brinde a su comunidad el apoyo que muchas veces es tan difícil de encontrar, el que llega con respuestas, con soluciones, con tranquilidad en medio de la incertidumbre. Ser agente de seguros de salud te permite no solo ganar dinero, sino también ayudar a tu gente, a otros latinos que, como tú, están construyendo su camino en este país.

**No dejes pasar esta oportunidad**

Este noviembre, con el inicio del Open Enrollment, comienza también tu oportunidad de entrar en una industria en crecimiento, donde las personas necesitan lo que tú puedes ofrecer. Con la certificación en la mano, estarás listo para dar ese salto. No esperes más, no dejes que el miedo o las dudas te detengan. Este es tu momento.

Tu futuro, y el de tu familia, puede cambiar. Todo empieza con un simple paso. ¡Atrévete a ser agente de seguros de salud y descubre el poder de construir una vida mejor para ti y para los que amas!

**health insurance** cont.

Every year, during the Open Enrollment period (November to January), millions of people need someone to guide them through the complex world of health insurance. That person could be you! By taking the first step and getting certified, you'll be ready to support those who need it most, helping them protect the most valuable thing they have: their health and the health of their loved ones.

**Why become a health insurance agent?**

Because it's much more than a job. It's the opportunity to be your own boss, work at your own pace, and have the freedom to decide when and how to work. It's a career where you set the limits, where your efforts translate into success and the satisfaction of knowing you're making a difference.

You could be building something bigger for yourself and your family. Something that allows you to feel proud of your work and your accomplishments. And the best part is, you don't need years of studies or huge investments. With the necessary certification course, which is accessible and within reach for everyone, you could be on the path to a bright future in just a few months.

**An opportunity that speaks your language**

For many Latino immigrants, this is more than just a job option. It's the opportunity to build something of your own, something that helps you move forward in a new country full of possibilities. Plus, your ability to communicate in Spanish makes you an invaluable resource for those seeking someone they can trust, someone who



understands their needs and speaks their language.

You could be that person who provides your community with the support that's often so hard to find—the one who brings answers, solutions, and peace of mind amid uncertainty. Becoming a health insurance agent allows you to not only earn money but also help your people—other Latinos who, like you, are building their path in this country.

**Don't miss this opportunity**

This November, with the start of Open Enrollment, your opportunity to enter a growing industry begins—one where people need what you have to offer. With certification in hand, you'll be ready to take that leap. Don't wait, and don't let fear or doubt hold you back. This is your moment.

Your future, and that of your family, can change. It all starts with a single step. Take the leap and become a health insurance agent and discover the power of building a better life for yourself and those you love!

**¡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**  
**kismethinfluencermarketing@gmail.com**

**visit [conexionflorida.com](http://conexionflorida.com) for current and back issues**



## Productividad impresionante... ¿o es falsa productividad?

Por Jessica Burns, Express Employment Professionals, The Express Blog

La productividad de los empleados, que es fundamental para impactar en los resultados de la empresa y cumplir con las cuotas de producción, es alta, según los gerentes de contratación en los EE. UU. y Canadá.

Una encuesta reciente de Express Employment Professionals-Harris Poll revela que el 95 % de los gerentes de contratación de EE. UU. y el 92 % de los gerentes de contratación de Canadá dicen que la productividad de sus empleados es alta. Y el 54 % de los gerentes de contratación de EE. UU. y el 40 % de los gerentes de contratación de Canadá dicen que los empleados de su empresa son muy productivos.

A pesar del informe positivo de los gerentes de contratación, los empleados pasan el tiempo luciendo ocupados con falsa productividad y teatro de productividad. Las tareas de teatro de productividad ocupan más de 10 horas a la semana para el 43 % de los empleados de EE. UU. y se practican independientemente de trabajar desde casa, en un entorno híbrido o en la oficina, según una encuesta de Visier.

### Las empresas impulsan la productividad.

Los responsables de contratación afirman que las tendencias de las redes sociales como los “trabajos para chicas perezosas” y los “lunes con mínimos” tienen un gran impacto en la productividad (31 % en EE. UU.; 18 % en Canadá), según la encuesta de Express-Harris. Es posible que las empresas busquen combatir estas tendencias y esforzarse por seguir aumentando la productividad de los

empleados con estas tácticas:

- Fomentar pequeños descansos a lo largo de la jornada laboral: 49 % en EE. UU.; 46 % en Canadá
- Ofrecer recursos de salud mental: 44 % en EE. UU.; 42 % en Canadá
- Ofrecer capacitaciones y talleres de bienestar: 38 % en EE. UU.; 34 % en Canadá

Los líderes de todos los niveles pueden ayudar a sus equipos a alcanzar métricas de productividad optimizando los flujos de trabajo para establecer objetivos y crear oportunidades de desarrollo profesional para perfeccionar las habilidades. Establezca las bases para la productividad de su equipo:

- Inspirando el deseo de alcanzar objetivos comunes
- Comunicando las expectativas sobre el tiempo de inactividad
- Asegurándose de que el equipo tenga todo lo que necesita para tener éxito, desde procesos consistentes hasta las decisiones necesarias
- Centrándose en los resultados
- Adaptando el tiempo asignado para las tareas y los proyectos según sea necesario
- Cultivando una cultura de confianza ganada a través de una productividad demostrada
- Evitando caer en la falsa productividad como el 37 % de los gerentes

Dado el impacto de la productividad de los empleados en los lugares de trabajo y los resultados de las empresas, fomentar una cultura de productividad mejora la eficiencia y el éxito a largo plazo.

## Impressive Productivity... or is it Fauxductivity?

By Jessica Burns, Express Employment Professionals, The Express Blog

Employee productivity, which is fundamental to impacting the business' bottom line and meeting output quotas, is high, according to hiring managers in the U.S. and Canada.

A recent Express Employment Professionals-Harris Poll survey reveals 95% of U.S. and 92% of Canadian hiring managers say their employees' productivity is high. And 54% of U.S. and 40% of Canadian hiring managers say their company's employees are very productive.

Despite the positive report from hiring managers, employees are spending time looking busy with fauxductivity and productivity theater. Productivity theater tasks take up more than 10 hours a week for 43% of U.S. employees and are practiced regardless of working from home, hybrid, or in office, according to a survey by Visier.

### Companies Push for Productivity

Hiring managers say social media trends like “Lazy Girl Jobs” and “Bare Minimum Mondays” have a big impact on productivity (31% U.S.; 18% Canada), according to the Express-Harris survey. Companies may be looking to combat these trends and strive to continue increasing employee productivity with these tactics:

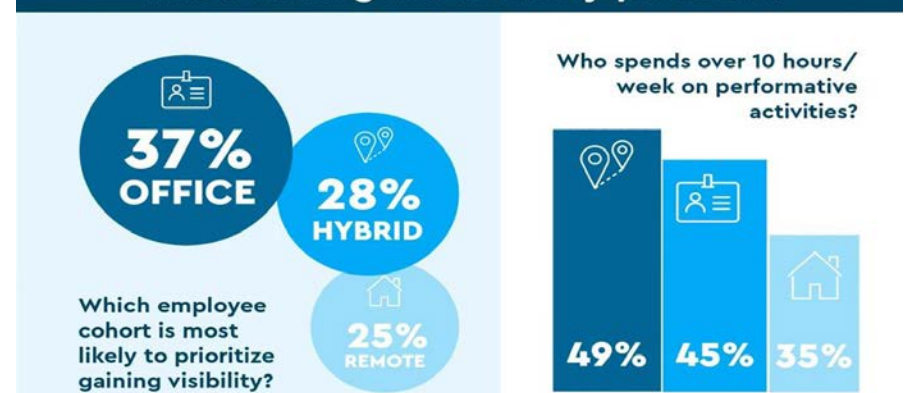
- Encouraging small breaks throughout the workday – 49% U.S.; 46% Canada
- Providing mental health resources – 44% U.S.; 42% Canada
- Offering wellness trainings/workshops – 38% U.S.; 34% Canada

Leaders at all levels can support their teams in achieving productivity metrics by optimizing workflows to setting goals and creating professional development opportunities to refine skills. Lay the groundwork for your team's productivity by:

- Inspiring a desire to achieve common goals
- Communicating expectations for downtime
- Ensuring the team has all they need to succeed from consistent processes to necessary decisions
- Focusing on outputs
- Adapting time allotted for tasks and projects as needed
- Cultivating a culture of trust earned through proven productivity
- Avoiding falling into fauxductivity like 37% of managers

With the impact of employee productivity on workplaces and companies' bottom lines, fostering a culture of productivity enhances efficiency and long-term success.

### Who's feeling the visibility paranoia?





# El Rincón de Jaime

## Jimmy's Corner



“La vida es una serie de cambios naturales y espontáneos. No te resistas a ellos, eso solo crea tristeza. Que la realidad sea la realidad. Que las cosas fluyan naturalmente hacia adelante como quieran”

“Life is a series of natural and spontaneous changes. Don't resist them—that only creates sorrow. Let reality be reality. Let things flow naturally forward however they like.” —Lao Tzu

### Manari cont.

Intangible Heritage of Humanity by UNESCO.

Manari is a resilient leader who has found in his aunt's prophecy not an end, but an opportunity to share Sapara wisdom with the world. He maintains that: “Even if we disappear in this world, wisdom will never disappear. It will remain in the global archive of the world, which is the jungle on the one hand, and, on the other hand, it will remain in the memory of the people.” In addition, he summarizes the mission of the human being, including himself: “Our mission for each being that has been born on this planet is to leave a good story and, with that, the earth is nourished and its energy is renewed; new lives continue to emerge on planet Earth. I want to leave a good story for the Earth.”

After more than two hours of a fascinating conversation, many questions remained in my mind. To conclude, we talked about love, Manari said: “My advice, as Manari, is that when people want to fall in love, they must first fall deeply in love with their own life and, from there, learn to love themselves. That self-love is the medicine for our emotions.” Then, he added: “Simply, I am going to be loving myself, and another person is going to connect with that energy and say: ‘What this person does begins to transform them into someone very special to me, because they are giving me a lot of life.’” In the end, he concluded: “They realize, they value, and the union continues.”

# 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.

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

### Domino's cont.

children die from cancer. St. Jude shares the advancements it makes to help doctors and researchers at local hospitals and cancer centers around the world improve the quality of treatment and care for more children.

#### About Domino's Pizza®

Founded in 1960, Domino's Pizza is the world's largest pizza company, with a substantial delivery and carryout business. It is among the world's leading public restaurant brands, with a global enterprise of more than 21,000 locations in over 90 markets.

#### About St. Jude Children's Research Hospital®

St. Jude Children's Research Hospital leads the way the world understands, treats and conquers childhood cancer and other life-threatening diseases. Its purpose is clear: finding cures. Saving children.® is the only National Cancer Institute-designated Comprehensive Cancer Center dedicated solely to children. When St. Jude opened in 1962, childhood cancer was largely considered incurable. Since then, St. Jude has helped raise the global survival rate from 20% to more than 80% - and won't stop until no more children die from cancer. Visit St. Jude at: stjude.org

## la historia de Juan cont.

antes de las comidas y controlar su nivel de azúcar en sangre varias veces al día. La transición fue difícil, emocional y físicamente.

### Plan de tratamiento:

- Inyecciones diarias de insulina (basal y bolo)
- Control del nivel de azúcar en sangre antes de las comidas y antes de acostarse
- Ajuste de su dieta para evitar alimentos que provoquen picos de azúcar en sangre
- Controles regulares con un endocrinólogo para controlar su progreso

### Complicaciones:

En el primer año, Juan experimentó varios episodios de hipoglucemia, en los que sus niveles de azúcar en sangre bajaron demasiado debido a un cálculo incorrecto de su dosis de insulina. Estos episodios lo dejaron sintiéndose tembloroso, confundido y asustado. Su familia lo ayudó a adaptar su estilo de vida, pero el camino no estuvo exento de desafíos.

Tres años después de su diagnóstico, Juan comenzó a desarrollar signos de retinopatía diabética, una complicación que afecta los vasos sanguíneos de la retina. Afortunadamente, los exámenes oculares regulares detectaron el problema a tiempo y, con un mejor control del azúcar en sangre, su visión se estabilizó.

### Apoyo cultural y familiar:

La familia de Juan desempeñó un papel vital para ayudarlo a controlar su diabetes. Adaptaron sus comidas puertorriqueñas tradicionales para que fueran más amigables con la diabetes, reemplazando el arroz blanco por arroz de quinoa o coliflor y reduciendo la cantidad de alimentos fritos y postres azucarados como el tembleque y el flan. Su madre encontró formas de

hacer que sus platos favoritos fueran más saludables sin perder la esencia de su cultura.

Por ejemplo, comenzaron a usar granos integrales e incorporar más vegetales en comidas como el mofongo (un plato hecho con plátanos machacados), asegurándose de que tuviera menos aceite y menos carbohidratos. Juan aprendió a contar sus carbohidratos, asegurándose de equilibrar su insulina con sus comidas. La vida hoy:

Ahora, con 18 años, Juan se ha convertido en un defensor de la concienciación sobre la diabetes en su comunidad local. Juan comparte su experiencia con otras personas, especialmente con adolescentes, ayudándoles a entender la importancia del control del azúcar en sangre y cómo vivir una vida plena con diabetes. Se ha adaptado a la vida con bombas de insulina, lo que hace que controlar su diabetes sea más fácil que las inyecciones constantes.

Aunque Juan tiene que permanecer alerta ante posibles complicaciones como la retinopatía y la neuropatía diabéticas, ha adoptado un enfoque proactivo para su salud. Su familia sigue siendo un fuerte sistema de apoyo y él sigue disfrutando del fútbol, con algunos ajustes en su estilo de vida.

**Obtenga más información sobre los otros tipos de diabetes: visite [conexionflorida.com](http://conexionflorida.com). Siga los enlaces a continuación.**

- **La historia de Juan:** diabetes tipo 1 (Puerto Rico)
- **La historia de María:** diabetes gestacional (México)
- **La historia de Rosa:** diabetes tipo 2 (México)
- **La historia de Carlos:** diabetes tipo 1.5 (LADA) (Honduras)

## Juans story cont.

that affects the blood vessels in the retina. Thankfully, regular eye exams caught the problem early, and with better blood sugar control, his vision stabilized.

### Cultural and Family Support:

Juan's family played a vital role in helping him manage his diabetes. They adjusted their traditional Puerto Rican meals to be more diabetes-friendly, swapping white rice for quinoa or cauliflower rice and reducing the amount of fried foods and sugary desserts like tembleque and flan. His mother found ways to make their favorite dishes healthier without losing the essence of their culture.

For example, they began using whole grains and incorporating more vegetables into meals like mofongo (a dish made with mashed plantains), ensuring it had less oil and fewer carbs. Juan learned to count his carbohydrates, making sure he balanced his insulin with his meals.

### Life Today:

Now 18, Juan has become an advocate for diabetes awareness in

his local community. He shares his experience with others, especially teens, helping them understand the importance of blood sugar control and how to live a fulfilling life with diabetes. He's adjusted to life with insulin pumps, which makes managing his diabetes easier than the constant injections.

Although Juan has to remain vigilant about potential complications like diabetic retinopathy and neuropathy, he's embraced a proactive approach to his health. His family remains a strong support system, and he continues to enjoy soccer, with some adjustments to his lifestyle.

**Learn about the other types of Diabetes go to [conexionflorida.com](http://conexionflorida.com) and follow the links below.**

- **Juan's Story** – Type 1 Diabetes (Puerto Rico)
- **María's Story** – Gestational Diabetes (Mexico)
- **Rosa's Story** – Type 2 Diabetes (Mexico)
- **Carlos' Story** – Type 1.5 Diabetes (LADA) (Honduras)

## Debt.com cont.

### 5. Agencias de gestión de emergencias estatales y locales:

Muchos estados y condados tienen recursos adicionales y programas de recuperación para víctimas de desastres. Consulte el sitio web de gestión de emergencias de su estado o localidad para obtener asistencia específica.

La reconstrucción lleva tiempo, pero no tiene por qué atravesarla solo. Debt.com alienta a cualquier persona que tenga dificultades económicas después de los huracanes Helene y Milton a buscar ayuda antes de que la deuda se vuelva inmanejable. "Estas tormentas pueden tener un impacto duradero no solo en su hogar, sino también en sus finanzas", agrega Silvestri. "Si toma las medidas adecuadas ahora, puede protegerse de tomar decisiones

financieras apresuradas que podrían generar deudas a largo plazo".

Para obtener asesoramiento personalizado o programar una sesión de asesoramiento gratuita, visite [www.debt.com](http://www.debt.com).

**Acerca de Debt.com:** Debt.com es un proveedor líder de educación financiera y soluciones de alivio de deudas, que ayuda a los estadounidenses a encontrar un camino hacia la estabilidad financiera. A través de orientación experta, recursos educativos y asesoramiento personalizado, Debt.com capacita a las personas para enfrentar sus desafíos de deuda y construir un futuro financiero más brillante.

*English version next page*

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



# Debt.com offers critical financial guidance for victims of Hurricanes Helene and Milton

Source: Debt.com

**FORT LAUDERDALE, Fla. , Oct. 11, 2024 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/** -- In the wake of Hurricanes Helene and Milton, thousands of families and individuals are facing not only physical damage to their homes and property, but also serious financial distress. Debt.com, a leading provider of financial education and debt relief solutions, is stepping up its efforts to help those affected overcome the economic impact of these devastating storms.

“With two powerful hurricanes hitting back-to-back, many people are dealing with unexpected costs, loss of income, and increasing debt,” says Don Silvestri, president of Debt.com. “It’s easy for these financial stresses to spiral out of control if people don’t know where to turn for help. We want to provide resources and guidance to help these families stabilize their finances and avoid long-term hardship.”

Debt.com is offering free resources, financial advice, and expert counseling to storm victims to help them understand their options, rebuild, and recover. The organization has also shared a list of tips on personal finance and government agencies that can help during this difficult time.

## Personal financial advice for hurricane victims

- Document all damage and expenses: Keep detailed records of storm damage, repairs, and temporary living expenses. This will be crucial for insurance claims and any potential FEMA assistance.
- Contact your insurance provider first: Call your insurance company to find out what is covered and how to file a claim. Homeowners, renters, and auto insurance policies may have provisions for storm damage.
- Contact us if you can’t pay your bills: Many creditors and utility companies offer temporary payment

assistance in times of disaster. Contact your lenders and service providers to ask about deferral options and waived fees.

- **Be careful when using credit:** If you have to use credit cards to cover emergency expenses, be strategic. Use the card with the lowest interest rate and prioritize paying off those balances as soon as possible.

- **Create an emergency budget:** If your income has been affected or you’re facing higher expenses, create a temporary budget that prioritizes essentials like housing, food, and healthcare. Cut back on non-essential items until you have a clearer picture of your financial situation.

- **Avoid high-cost loans and scams:** After natural disasters, scammers often target victims with high-interest loans or fraudulent services. Stick to reputable sources of assistance and avoid payday loans or predatory lending.

- **Seek professional advice:** If you feel overwhelmed by your financial situation, contact Debt.com for a free consultation. They can help you develop a recovery plan and provide guidance on debt management.

## Government resources available for hurricane victims

- **Federal Emergency Management Agency (FEMA):** FEMA provides financial assistance for temporary housing, home repairs and other disaster-related expenses. Visit [www.disasterassistance.gov](http://www.disasterassistance.gov) or call 1-800-621-FEMA (3362) for assistance.

- **Small Business Administration (SBA) Disaster Loans:** The SBA offers low-interest disaster loans to homeowners, renters and businesses to help cover losses not fully covered by insurance. Visit [www.sba.gov](http://www.sba.gov) or call 1-800-659-2955 for more information.

- **American Red Cross:** The Red Cross provides emergency shelter, food and financial assistance.

Visit [www.redcross.org](http://www.redcross.org) or call 1-800-RED-CROSS (733-2767).

- **Department of Housing and Urban Development (HUD) Disaster Resources:** HUD offers foreclosure relief and other housing assistance for those in disaster areas. Contact a HUD-approved housing counselor at 1-800-569-4287 or visit [www.hud.gov](http://www.hud.gov).
- **State and local emergency management agencies:** Many states and counties have additional resources and recovery programs for disaster victims. Check your state or local emergency management website for specific assistance.

Rebuilding takes time, but you don’t have to go through it alone. Debt.com encourages anyone struggling financially after Hurricanes Helene and

---

## cultivating hope cont.

Personally, I have learned that trust is more than being positive, we must take a step and activate our mind in such a positive way that it activates our body, and we can be creative, Cultivating hope allows you to have the ability to plan.

Hope is not just trusting that tomorrow will be in our favor. It is also allowing us to act by drawing up plans, devising changes in order to be an active part of that change, of that coming transformation that will be good for everyone, regardless of the changes in climate, religion or politics around our society.

When there is hope, the mind is oriented towards a goal and gives meaning to the waiting. The moment our brain activates this focus, strength and emotion shape the ability to plan, to draw strategies and routes with which to overcome the present situation. Maintaining a realistic but positive view of things broadens our perspectives on life and that is a skill we should all improve.

The Bible teaches that hope is a gift of the Holy Spirit that encourages us to live with confidence in God and his promises. Hope is a foundation of faith, an anchor of the soul, and a

Milton to seek help before debt becomes unmanageable. “These storms can have a lasting impact not only on your home, but also on your finances,” Silvestri adds. “By taking the right steps now, you can protect yourself from making hasty financial decisions that could lead to long-term debt.”

For personalized advice or to schedule a free counseling session, visit [www.debt.com](http://www.debt.com).

**About Debt.com:** Debt.com is a leading provider of financial education and debt relief solutions, helping Americans find a path to financial stability. Through expert guidance, educational resources, and personalized advice, Debt.com empowers people to tackle their debt challenges and build a brighter financial future.

principle of promise that leads us to peace, mercy, joy, and gladness.

Hope encourages and strengthens us. This makes us happy. “Through Jesus too, and through faith, we have access to this grace in which we stand firm. So we rejoice in the hope of attaining to the glory of God.”<sup>47</sup> Our hope encourages us to be courageous and share our faith; those of us who have hope cannot help but offer that same hope to those who need it!

So today you and I can learn more about having faith and hope and help others gain that hope.”<sup>48</sup> The psalmist also wrote, “Let integrity and righteousness be my protection, for I have put my hope in you.”<sup>4</sup> Let us be just, help, encourage, and above all love so that we may also receive of the blessings that God has for each of us through faith and hope, this is the pattern that God has set in His Word.

The principle of hope extends throughout all eternities, but it can also sustain us through life’s daily challenges. “Blessed is he,” said the psalmist, “whose help is the God of Jacob, whose hope is in the Lord his God” (Psalm 146:5).

Let’s cultivate our hope and faith for a better life. Best wishes.



FESTIVIDAD  
PARA CELEBRAR LOS  
200 AÑOS DE LA  
CAPITAL DE FLORIDA



BICENTENNIAL  
BIRTHDAY BASH

DIVERSIÓN GRATIS PARA TODA LA FAMILIA

27-29 DECEMBER 2024 - GOODWOOD MUSEUM & GARDENS  
1600 MICCOSUKEE ROAD, TALLAHASSEE

AVENTURAS CULTURALES  
CON LA FLORIDA DE 1824

- 🍎 Caballos
- 🍎 Comidas
- 🍎 Cuentos
- 🍎 Bailes
- 🍎 Juegos
- 🍎 Artesanías
- 🍎 Obras Teatrales



This project is sponsored in part by the Department of State, Division of Historical Resources, and the State of Florida.

# ¿ES USTED BILINGÜE?

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

FILL OUT OUR APPLICATION TO BE A POLL  
WORKER ONLINE OR CALL US TODAY!



WWW.VOTEOKALOOSA.GOV  
(850) 689-5600  
PLUX@MYOKALOOSA.COM



Paul Lux, Okaloosa County Supervisor of Elections



# PETER BOULWARE



Where Everyone Is An MVP! ¡Donde Todos son la Persona Mas Valiosa!  
¡TE ATENDEMOS EN ESPAÑOL!



AUTOS NUEVOS



AUTOS Y CAMIONES  
USADOS



JOHNATHAN  
GARCIA  
Vendedor de Autos



MARIO  
GONZALEZ  
Gerente de Negocios



CHRISTIAN  
GUZMAN  
Consultor de Servicio  
de Automóviles



JUAN  
PLOCH  
Vendedor de Autos



FERNANDO  
REYES-MUNOZ  
Vendedor de Autos



TOYOTA

PETER BOULWARE

3800 W Tennessee St., Tallahassee, FL 32304

Ventas: (850) 848-5292 • Servicio: (850) 558-2300

PeterBoulwareToyota.com

Hours of Operation: Mon - Fri 8:30 AM - 7:00 PM • Sat: 8:30 AM - 6:00 PM

→ Customer Parking  
→ Service & Parts  
→ Collision Center







# piggly wiggly



¡Tu cerveza hispana y americana favorita!

¡Victoria - Modelo - Corona y más! Budweiser, Miller & 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 2024 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**

**70% MILITARY DISCOUNT AND  
KIDS EAT FREE TUESDAYS**

(SHALIMAR LOCATION ONLY)



**2 For 1  
DRAFT BEERS &  
HOUSE MARGARTAS  
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