

CONEXIÓN

Vol. 11 • Issue 1 • Jan. 2025

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

**SI VES ALGO,
DI ALGO.**

**CRIME STOPPERS
ES 100% ANÓNIMO**

Recompensas en
efectivo disponibles
HASTA \$3,000

Tres formas seguras de enviar
sugerencias

Llame al 863-TIPS

Envíe una denuncia móvil
a través de la aplicación
móvil P3 Tips, envíe una
denuncia web!



PD BY CSTF

CRIME SCENE DO NOT CROSS

**SEE SOMETHING
SAY SOMETHING**

**CRIME STOPPERS IS
100% ANONYMOUS**

Cash Rewards Available
UP TO \$3,000

Three secure ways to submit tips;

Call 863-TIPS

Submit mobile tip via
P3 Tips Mobile App,
or submit web tip!

EmeraldCoastCrimeStoppers.com

TLH 200: El rostro cambiante de la herencia latina en Tallahassee y el norte de Florida

‘Les gusta estar aquí porque les recuerda a su hogar, las granjas, los árboles.’

Por Ana Goñi-Lessan – State Watchdog Reporter, USA TODAY Florida

NOTA DEL EDITOR: El siguiente artículo se publica con el permiso de William Hatfield, editor del Tallahassee Democrat. Se publicó originalmente en su edición del 29

de noviembre de 2024.

En 1984, Daniel Maldonado escapó de El Salvador y finalmente encontró ver “TLH 200” en la página 3

TLH 200: The changing face of Latino heritage in Tallahassee and North Florida

‘They like it here because it reminds them of home, the farms, the trees.’

By Ana Goñi-Lessan – State Watchdog Reporter, USA TODAY Florida

EDITOR’S NOTE: The following article is published with permission from William Hatfield, Editor, Tallahassee Democrat. It was originally published in their

November 29, 2024 edition.

In 1984, Daniel Maldonado escaped El Salvador and eventually found see “TLH 200” on page 4



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 - Gabriel Vargas
Account Executive Leader, Tallahassee - Erika Rojas
Account Executive, Mobile/Southern, AL - Kismeth Meléndez
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

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

4,000 copias impresas por mes/ 4,000 copies printed per month
Más de 100 centros de distribución - Over 100 distribution spots

The BRIDGE that CONNECTS businesses and other entities to the growing Hispanic Market. El PUENTE que CONECTA a las empresas y otras entidades con el creciente mercado Hispano

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

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

CONEXIÓN MEDIA GROUP

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

TLH 200 cont.

su camino al condado de Gadsden, su nuevo hogar.

“Salir del país fue la decisión más difícil que tuve que tomar, y creo que una de las mejores al mismo tiempo”, dijo Maldonado, ahora residente de Tallahassee.

A lo largo de los años 80, aproximadamente 75.000 personas murieron en una guerra civil entre el gobierno salvadoreño y el Frente Farabundo Martí para la Liberación Nacional, un movimiento de izquierda que tenía como objetivo reestructurar el gobierno para beneficiar a la mayoría pobre.

Las fuerzas armadas salvadoreñas fueron responsables de más del 80% de esas muertes, la mayoría de las cuales fueron civiles, según las Naciones Unidas.

Mudarse a los Estados Unidos no fue fácil, dijo. Aprendió inglés. Fue a la escuela nocturna y obtuvo su GED. Cuarenta años después, es analista de proyectos en el estado de Florida y sus tres hijas se graduaron de la Universidad Estatal de Florida.

Maldonado vive ahora en Tallahassee y dijo que la comunidad latina de la zona es totalmente diferente a lo que era cuando llegó por primera vez.

En 1985, no había tiendas de comestibles ni comercios latinos. Tampoco había servicios en español. La mayoría de los latinos eran trabajadores migrantes que trabajaban en las granjas de tomates y llegaban y se iban según la temporada. Muy pocos se quedaron en Quincy.

Entre los que se quedaron estaban Maldonado y su hermano, que trabajaban en Quincy Farms, una granja de hongos que cerró en 2009.

Hoy, la comunidad local de inmigrantes latinos de clase trabajadora está creciendo. De 1990 a 2022, la cantidad de personas hispanas y latinas en el condado de Leon casi se ha triplicado, del 2,5% al 7,3%.

En el condado de Gadsden, la comunidad hispana y latina fue la que más creció entre 1990 y 2022, aumentando 9,3 puntos porcentuales hasta el 11,7%.

“Creo que Estados Unidos ha sido increíble para mí. Sea lo que sea lo que busco, he trabajado por ello y lo he logrado”, dijo Maldonado.



Keychains representing different latino countries hang at a cash register at La Escondida Tienda Mexicana in Tallahassee. Ana Goñi-Lessan/
Tallahassee Democrat

La comunidad de pequeñas empresas latinas está creciendo en el Panhandle de Florida

Al conducir por Tennessee Street, una vez pasado Capital Circle Southwest, hay señales de que Tallahassee tiene una comunidad latina establecida. Primero está Taquería Miranda a la izquierda, luego Chile & Chilis' a la derecha. Si continúa hasta la intersección con Aeon Church Road, está La Escondida.

Es una tienda de conveniencia familiar que lleva abierta 12 años.

Kevin Magaña, que trabaja en la caja registradora, dijo que su abuelo llegó a Quincy en los años 90 y sus padres siguieron su ejemplo.

Al principio, sus padres trabajaban en la agricultura. Luego, su madre empezó a preparar comida y a venderla de casa en casa, de un lugar de trabajo a otro.

“Recuerdo que cuando empezó, otros le decían que no podía hacer lo que estaba haciendo, o llamaban a inmigración, a la policía”, dijo Magaña, quien viaja de Quincy a Tallahassee.

Pero “el sueño americano todavía es posible”, agregó. Vender comida le permitió a sus padres comprar la tienda de conveniencia, que se ha convertido en un lugar indispensable para que los trabajadores cobren sus cheques y envíen dinero a sus familias.

“Mucha gente dice que la economía es esto, la economía es lo otro, pero creo que si te lo propones, todo es posible”, dijo Magaña.

Hace veinte años, los mexicanos constituían el grupo más grande de latinos en

TLH 200 cont.



A woman named Antonia stocks the shelves at a convenience store in the Florida Panhandle on June 8, 2023. Alicia Devine/Tallahassee Democrat

his way to Gadsden County, his new home.

“Leaving the country was the hardest decision I had to make, and I think one of the best at the same time,” said Maldonado, now a Tallahassee resident.

Throughout the 80s, approximately 75,000 people were killed in a civil war between the Salvadoran government and the Farabundo Martí National Liberation Front, a leftist movement that aimed to restructure the government to benefit the poor majority.

The Salvadoran armed forces were responsible for over 80% of those deaths, most of which were civilians, according to the United Nations.

Moving to the United States wasn't easy, he said. He learned English. He went to night school and got his GED. Forty years later, he's a project analyst with the state of Florida, and his three daughters all graduated from Florida State University.

Maldonado lives in Tallahassee now, and he said the area's Latino community is totally different than what it was when he first arrived.

In 1985, there were no Latino grocery stores or shops. There were

no services in Spanish, either. Most of the Latinos were migrant workers who worked on the tomato farms and came and went with the season. Very few stayed in Quincy.

Those who did included Maldonado and his brother, who worked for Quincy Farms, a mushroom farm that closed in 2009.

Today, the local community of working class Latino immigrants is growing. From 1990 to 2022, the number of Hispanic and Latino persons in Leon County has almost tripled, from 2.5% to 7.3%.

In Gadsden County, the Hispanic and Latino community grew the most between 1990 and 2022, increasing 9.3 percentage points to 11.7%.

“I think the United States has been awesome for me. Whatever I look for, I have worked for and I have achieved,” Maldonado said.

Latino small business community is growing in the Florida Panhandle

Driving down Tennessee Street, once past Capital Circle Southwest, there are signs that Tallahassee has an established Latino community. First there's Taqueria Miranda on the

left, then Chile & Chilis' on the right. If you continue to the intersection with Aeon Church Road, there's La Escondida.

It's a family-owned convenience store that's been open for 12 years. Kevin Magana, who works the register, said his grandfather came to Quincy in the 90s, and his parents followed suit.

At first, his parents worked in agriculture. Then his mother started making food and selling it house to house, job site to job site.

“I remember when she first started, others would tell her that she couldn't do what she was doing, or they would call immigration on her, the police on her,” said Magana, who commutes in from Quincy to Tallahassee.

But “the American dream is still possible,” he added. Selling food allowed his parents to buy the convenience store, which has become an indispensable venue for workers to cash their checks and send money back to their families.

“A lot of people say the economy this, the economy that, but I think if you put your mind to it, anything's possible,” Magana said.

Twenty years ago, Mexicans made up the biggest group of Latinos in the Florida Panhandle, said David Triana, the owner of Conexión Media Group.

Now, Central American Latino immigrants are the majority in Northwest Florida, from countries like Honduras, El Salvador and Guatemala, unlike Florida as a whole, where Cubans make up most of the demographic.

The majority of the Latino immigrant population in the area doesn't just work in construction and agriculture anymore, Triana said. There's been growth in the small business sector, especially in cleaning services and medical support staff.

There's also been a bump in the number of Latino and Tex-Mex restaurants, said Nora and Sid Getz, the owners of La Tiendita restaurants since 2017.

When they first move to Tallahassee

in 2013, “you didn't hear Spanish,” Sid said, noting that now you'll hear Latino voices in the aisles of Publix.

“The Hispanic community is more than just a few workers,” said Triana, who is Mexican. “There are all stripes and colors and careers.”

Most recently, both Triana and Magana have seen an increase in immigrants from Venezuela as the country suffers a “repression and a humanitarian crisis,” according to Human Rights Watch.

Almost 8 million people have fled Venezuela, as approximately 82% of the country lives in poverty and 53% live in extreme poverty, according to a UN expert.

“They like it here because it reminds them of home, the farms, the trees,” Magana said.

“I think it's calm, I think it's nice. It's like a rural, city-type vibe, and I think that's what a lot of people like,” he added.



A chance to get to know the Latino community in the

From 1990 – 2022, the number of Hispanic and Latino persons in Leon County has almost tripled, from 2.5% to 7.3%. Alicia Devine/Tallahassee Democrat

Panhandle

When Maldonado first moved to Quincy, he and his wife started a small group of five or six families within the local Catholic church and began to gather in their own homes.

“When you're in a different country with different people, you don't know anybody, you remember your roots, your faith more, and that's what I was looking for,” Maldonado said.

continued next page

That small community grew, and now, almost 40 years later, St. Thomas the Apostle Catholic Church, now has mass in Spanish every day.

On Dec. 8 between 10 a.m. and 10 p.m., the church will celebrate Our Lady of Guadalupe with a festival that will include music, food, dancing, games for kids, soccer, prizes and more. All are welcome to enjoy the celebration at the church at 27 N. Shadow Street in Quincy.

It's a good opportunity to get to know the area's Latino community, Maldonado said.

"By not knowing other people, sometimes you presume things," he said.

"Get to know the people, see their values, their good hearts," he added. "They're hard working. They have all the good things that people have to offer."

Arianna Otero contributed to this report. This story is part of TLH 200: the Gerald Ensley Bicentennial Memorial Project. Throughout our city's 200th birthday, we'll be drawing on the Tallahassee Democrat columnist and historian's research as we re-examine Tallahassee history. Read more at tallahassee.com/tlh200. Ana Goñi-Lessan can be reached at agonilessan@gannett.com.

ANUNCIATE EN CONEXIÓN - ADVERTISE WITH US! LLÁMANOS:

Gabriel Vargas: (850) 261-2358

Erika Rojas: (305) 878-5573 - Tallahassee

Yenisleidy Rodriguez: (786) 262-0698 - Panama City

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

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

FLYING NEEDLES QUILT GUILD of Niceville, Florida, presents

Emerald Coast Quilt Show 2025

Exposición de Colchas de la Costa Esmeralda 2025

NORTHWEST FLORIDA FAIRGROUNDS

1958 Lewis Turner Blvd. ♦ Ft. Walton Beach, FL 32547

Gulf of Dreams / Golfo de Sueños

FEATURES:

- Quilter's Walk
- Mini-Demonstrations
- Quilt of Valor Block Party
- Vendors ♦ Boutique



Diseño por Michele VanGraan, Coastal Stitchers, Destin, Florida. Creado y acabado por Linda Weiss



MARCH 7 - 8, 2025

HOURS: Friday 9 am-5 pm ♦ Saturday 9 am-4 pm
ADMISSION: 1 Day \$10.00 ♦ 2 Days \$15.00

MARZO 7 - 8, 2025

HORAS: Viernes 9 am-5 pm ♦ Sabado 9 am-4 pm
ADMISIÓN: 1 Día \$10.00 ♦ 2 Días \$15.00

VISIT WEBSITE FOR MORE INFORMATION

Flying Needles Quilt Guild ♦ P.O. Box 1652 ♦ Niceville, Florida 32588 ♦ www.flyingneedlesquiltguild.org

TLH 200 cont.

el Panhandle de Florida, dijo David Triana, el propietario de Conexión Media Group.

Ahora, los inmigrantes latinos centroamericanos son mayoría en el noroeste de Florida, de países como Honduras, El Salvador y Guatemala, a diferencia de Florida en general, donde los cubanos constituyen la mayor parte de la demografía.

La mayoría de la población inmigrante latina en la zona ya no solo trabaja en la construcción y la agricultura, dijo Triana. Ha habido un crecimiento en el sector de las pequeñas empresas, especialmente en servicios de limpieza y personal de apoyo médico.

También ha habido un aumento en la cantidad de restaurantes latinos y tex-mex, dijeron Nora y Sid Getz, los propietarios de los restaurantes La Tiendita desde 2017.

Cuando se mudaron por primera vez a Tallahassee en 2013, "no se escuchaba español", dijo Sid, y señaló que ahora se escuchan voces latinas en los pasillos de Publix.

"La comunidad hispana es más que unos pocos trabajadores", dijo Triana, que es mexicano. "Hay de todo tipo, color y carrera".

Más recientemente, tanto Triana como Magaña han visto un aumento en la cantidad de inmigrantes de Venezuela, ya que el país sufre una "represión y una crisis humanitaria", según Human Rights Watch.

Casi 8 millones de personas han huido de Venezuela, ya que aproximadamente el 82% del país vive en la pobreza y el 53% en la pobreza extrema, según un experto de la ONU.

"Les gusta estar aquí porque les recuerda a su hogar, las granjas, los árboles", dijo Magaña.

"Creo que es tranquilo, creo que es agradable. Es como un ambiente rural, de ciudad, y creo que eso es lo que le gusta a mucha gente", agregó.

Una oportunidad de conocer a la comunidad latina en el Panhandle

Cuando Maldonado se mudó por primera vez a Quincy, él y su esposa comenzaron un pequeño grupo de cinco o seis familias dentro de la iglesia católica local y comenzaron a reunirse en sus propias casas.

"Cuando estás en un país diferente con gente diferente, no conoces a nadie, recuerdas más tus raíces, tu fe, y eso es lo que estaba buscando", dijo Maldonado.

Esa pequeña comunidad creció y ahora, casi 40 años después, la Iglesia Católica Santo Tomás Apóstol tiene misa en español todos los días.

El 8 de diciembre, entre las 10 a. m. y las 10 p. m., la iglesia celebrará a Nuestra Señora de Guadalupe con un festival que incluirá música, comida, baile, juegos para niños, fútbol, premios y más. Todos están invitados a disfrutar de la celebración en la iglesia ubicada en 27 N. Shadow Street en Quincy.

Es una buena oportunidad para conocer a la comunidad latina de la zona, dijo Maldonado.

"Al no conocer a otras personas, a veces se dan por sentados algunas cosas", dijo.

"Conoce a la gente, ve sus valores, su buen corazón", agregó. "Son muy trabajadores. Tienen todas las cosas buenas que la gente tiene para ofrecer".

Arianna Otero contribuyó a este informe. Esta historia es parte de TLH 200: el Proyecto Conmemorativo del Bicentenario de Gerald Ensley. Durante el 200.º aniversario de nuestra ciudad, nos basaremos en la investigación del columnista e historiador del Tallahassee Democrat para reexaminar la historia de Tallahassee. Lea más en tallahassee.com/tlh200. Puede comunicarse con Ana Goñi-Lessan en agonilessan@gannett.com.



¿Damos por sentado que tenemos una Biblia?

Por Sheryl Boldt

¿Cuál fue tu regalo de Navidad favorito? Pero, ¿qué pasaría si alguien te dijera que tienes un regalo mucho más grande, un verdadero tesoro, escondido en tu casa o en el patio trasero? ¿No lo buscarías? ¿Y seguirías buscando hasta encontrarlo?

Considera Proverbios 2:3-5 (ESV): “Si clamas a la inteligencia y a la prudencia alzas tu voz, si la buscas como a la plata y la rebuscas como a tesoros escondidos, entonces entenderás el temor del Señor y hallarás el conocimiento de Dios”.

¿Qué sucedería si, especialmente al comenzar un nuevo año, valoráramos la sabiduría (el entendimiento) de Dios tanto como valoramos la plata o el tesoro escondido? ¿Qué tan diferentes serían nuestras vidas si buscáramos regularmente en la Palabra de Dios pepitas de sabiduría con tanta energía y entusiasmo como si buscáramos pepitas de plata en nuestro patio trasero? ¿Con la misma anticipación que teníamos al abrir nuestros regalos de Navidad?

Una de las formas más fáciles de obtener sabiduría es leer la Biblia. Sin embargo, muchos de nosotros damos por sentado el uso de la Palabra de Dios. No nos damos cuenta de lo mucho que necesitamos el consejo de nuestro Padre celestial para cada área de nuestra vida.

Asimismo, ¿hemos considerado lo valioso que es temer a Dios? ¿Y qué tesoro es conocer a nuestro Padre celestial? Si realmente valoráramos la Palabra de Dios, pasaríamos cada minuto posible buscando entre sus páginas, como si en verdad

estuviéramos buscando el mayor tesoro de todos.

Imaginemos lo que sucedería si de repente la posesión de una Biblia fuera ilegal. ¿Nos arrepentiríamos al instante de dar por sentado el uso de la Palabra de Dios?

¿Será que estamos malcriados por el fácil acceso a las Escrituras? ¿Es por eso que la Biblia no tiene el mismo atractivo para nosotros que en las naciones oprimidas?

¿Qué pasaría si pudiéramos obtener solo una página de la Biblia a la vez y tuviéramos que memorizarla antes de pasarla a otros? Esto es lo que hacen los creyentes chinos en prisión. Memorizan libros enteros de la Biblia de esta manera.

¿Anhelandos entender “el temor del SEÑOR” y “el conocimiento de Dios” tanto como los creyentes chinos?

¿Estaríamos dispuestos a dedicar tanto tiempo y esfuerzo, incluso a riesgo de nuestras vidas?

Afortunadamente, no tenemos que hacerlo, al menos no todavía.

No esperemos hasta que sea demasiado tarde para atesorar la Palabra de Dios. En cambio, aprovechemos el don que ya tenemos y busquemos Su sabiduría con alegría y diligencia este nuevo año y más allá.

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. Conéctese con ella en SherylHBoldt@gmail.com.

Do we take owning a Bible for granted?

By Sheryl Boldt

What was your favorite Christmas present ever? But what if someone informed you that you had a far greater gift, a true treasure, hidden in your home or backyard? Wouldn't you search for it? And keep searching until you found it?

Consider Proverbs 2:3-5 (ESV): “If you call out for insight and raise your voice for understanding, if you seek it like silver and search for it as for hidden treasures, then you will understand the fear of the LORD and find the knowledge of God.”

What would happen if, especially as we enter a new year, we valued God's wisdom (understanding) as much as we value silver or hidden treasure? How much different would our lives look if we regularly searched God's Word for nuggets of wisdom with as much energy and excitement as if we were searching our backyard for nuggets of silver? With the same anticipation we had while opening our Christmas presents?

One of the easiest ways to obtain wisdom is to read the Bible. Yet many of us take God's Word for granted. We don't realize how much we need our heavenly Father's counsel for every area of our lives.

Likewise, have we considered how valuable it is to fear God? And what a treasure it is to know our heavenly Father? If we truly valued God's Word, we'd spend every possible minute searching through its pages – as if we were indeed seeking the greatest treasure of all.

Imagine what would happen if owning a Bible were suddenly against the law. Would we instantly regret taking God's Word for granted?



Could it be that we're spoiled by easy access to Scripture? Is this why the Bible doesn't have the same appeal for us as it does in oppressed nations?

What if we could obtain only one page of the Bible at a time and had to memorize it before passing it along? This is what Chinese believers do in prison. They memorize entire books of the Bible this way.

Do we crave to understand “the fear of the LORD” and “the knowledge of God” as much as the Chinese believers? Would we be willing to spend as much time and effort – even at the risk of our lives?

Thankfully, we don't have to – at least not yet.

Let's not wait until it's too late to treasure God's Word. Instead, let's seize the gift we already have and seek His wisdom with joy and diligence this new year and beyond.

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. Connect with her at SherylHBoldt@gmail.com.

visit conexionflorida.com

Hialeah está entre las ciudades menos sostenibles de Estados Unidos

La afirmación proviene de un informe que evaluó indicadores como las emisiones de gases de efecto invernadero per cápita o la calidad del agua

Por Andreína Barreto Jové, Huella Zero



La ciudad de Hialeah en Florida figura en la lista de las localidades menos sostenibles de Estados Unidos, de acuerdo con un informe publicado recientemente por WalletHub, que se basa en reseñar las ciudades que priorizan el cuidado del medio ambiente y las que menos invierten en sostenibilidad.



Sumado a esto, ninguna ciudad de Florida ingresó en el top 35 de los sitios con mayor cuidado ambiental del país.

Se conoció que para comparar las ciudades se utilizaron 28 indicadores, entre ellos la medición de las emisiones de gases de efecto invernadero per cápita y la calidad del agua.

El informe de WalletHub determinó que Hialeah, en el condado de Miami-Dade, ocupa el segundo lugar como la localidad menos ecológica del país, luego de sumar 94 puntos sobre 100.

De acuerdo con los analistas, Hialeah destacó por el mal uso de recursos energéticos y su sistema de transporte que utiliza combustibles

fósiles; sin embargo, sí se posicionó entre las ciudades con mejor estilo de vida.

La única ciudad que está por encima de Hialeah en la lista de las ciudades menos sostenibles y ecológicas de EE. UU. es Glendale, en Arizona. En el top 10 también aparece Houston (Texas), Mesa (Arizona), Baton Rouge (Luisiana), Gilbert (Arizona), Chandler (Arizona), Newark (Nueva Jersey), Detroit (Michigan) y Louisville (Kentucky).

Por su parte, entre las ciudades más sostenibles destaca San Diego (California), Washington D.C., Honolulu (Hawái), San Francisco (California), San José (California), Seattle (Washington), Oakland (California), Portland (Oregon), Fremont (California) e Irvine (California).

¿Qué hacer para que una ciudad sea más sostenible?

Para DePaolis y Chip Lupo, analistas de WalletHub, existen varias maneras en las que se puede contribuir para que una ciudad mejore su sostenibilidad y relación con el medio ambiente. Para ello es clave la participación de los residentes de forma positiva.

Algunas de las recomendaciones son compartir viajes en los mismos vehículos, utilizar cada vez más el transporte público o bicicletas; y emplear la caminata si se dirige a ubicaciones cercanas, para reducir las emisiones de carbono.

Asimismo, las personas pueden contribuir a hacer de su ciudad un lugar más verde si reducen cada vez más el

uso de plásticos y separan la basura para su reciclado.

“Usar la ropa solo un 20% más de tiempo puede contribuir enormemente a reducir la extracción de materias primas, el consumo de energía y agua en la fabricación y el impacto del

transporte”, aseguró DePaolis en el informe de WalletHub.

Otro aporte que está al alcance de los residentes es comprar productos locales, esta acción ayudará a disminuir la necesidad de transporte desde largas distancias.

Hialeah is among the least sustainable cities in the United States

The statement comes from a report that evaluated indicators such as greenhouse gas emissions per capita or water quality

By Andreína Barreto Jové, Huella Zero

The city of Hialeah in Florida appears on the list of the least sustainable localities in the United States, according to a report recently published by WalletHub, which is based on reviewing the cities that prioritize environmental care and those that invest the least in sustainability.

In addition to this, no city in Florida entered the top 35 of the places with the greatest environmental care in the country.

It was learned that 28 indicators were used to compare the cities, including the measurement of greenhouse gas emissions per capita and water quality.

The WalletHub report found Hialeah, in Miami-Dade County, to be the second most ungreen city in the country, scoring 94 out of 100.

According to analysts, Hialeah stood out for its poor use of energy resources and its transportation system that uses fossil fuels; however, it did rank among the cities with the best lifestyle.

The only city above Hialeah on the list of the least sustainable and green cities in the U.S. is Glendale, Arizona. Also in the top 10 are Houston (Texas), Mesa (Arizona), Baton Rouge (Louisiana), Gilbert (Arizona), Chandler (Arizona), Newark (New Jersey), Detroit (Michigan) and Louisville (Kentucky).

Among the most sustainable cities are San Diego (California), Washington

D.C., Honolulu (Hawaii), San Francisco (California), San Jose (California), Seattle (Washington), Oakland (California), Portland (Oregon), Fremont (California) and Irvine (California).

What can be done to make a city more sustainable?

According to DePaolis and Chip Lupo, WalletHub analysts, there are several ways in which a city can contribute to improving its sustainability and relationship with the environment. The positive participation of residents is key to this.

Some of the recommendations are to share trips in the same vehicles, to increasingly use public transport or bicycles; and to walk to nearby locations, to reduce carbon emissions.

Likewise, people can contribute to making their city a greener place by increasingly reducing the use of plastics and separating garbage for recycling.

“Wearing clothes just 20% longer can go a long way toward reducing raw material extraction, energy and water consumption in manufacturing, and transportation impacts,” DePaolis said in the WalletHub report.

Another thing residents can do is buy local products, which will help reduce the need for long-distance transportation.

EL FUTURO ESTÁ CODIFICADO: La IA como la alineación de sus dedos y su voz

Por Deborah DeSilets, RA, VVAA Inc., Miami Beach FL

¿Cuál es la identidad de la Inteligencia Artificial (IA)? Tal como existe ahora, es un marco multifacético.

Ya sean políticos, educadores, organizaciones tecnológicas, empresarios u organizaciones militares, cada grupo ve la IA a través de su lente único, pero todos coinciden en que el futuro está codificado. Y con este código viene un nuevo lenguaje y el acceso a este nuevo lenguaje, la comprensión de esta nueva forma de comunicación no es ampliamente accesible. Habrá pocos que lideren a muchos. Existe un impacto generalizado y transformador de las tecnologías de IA en varios aspectos de la sociedad, pero existe una falta de diversidad en el campo de la IA y una creciente “brecha de IA”, una brecha entre quienes tienen acceso a las tecnologías de IA y quienes no, lo que potencialmente exagera las desigualdades existentes.

El campo de la IA sufre una falta de diversidad entre sus creadores, investigadores y educadores. Esta homogeneidad puede conducir a sesgos en el diseño e implementación de la IA, lo que afecta negativamente a diferentes poblaciones y sociedades.

La identidad de la IA está entrelazada con dinámicas sociales que dan forma a la formación de la identidad e influyen en las percepciones. Comprender estas dinámicas es crucial para superar la brecha de la IA y promover la inclusión. La identidad de la IA está entrelazada con dinámicas sociales que dan forma a la formación de la identidad e influyen en las percepciones. Comprender estas dinámicas es crucial para superar la brecha de la IA y promover la inclusión. Los líderes de la industria y los investigadores han expresado su preocupación por el potencial de la IA para exagerar las desigualdades sociales, hasta el punto de sugerir la necesidad de regulación y una

pausa en ciertos avances de la IA.

¿No deberíamos preguntar? ¿Quién está desarrollando la IA? ¿Qué valores se reflejan en su diseño? ¿Qué tecnologías de IA se están produciendo? ¿Cómo abordará la IA las diversas necesidades? ¿Cuáles son las implicaciones sociales, éticas y psicológicas de la implementación de la IA?

Un ejemplo de la omnipresencia de la IA es su capacidad de “facilitar” nuestras elecciones de vida.

Richard Shotton, en su libro “La ilusión de la elección”, explora la psicología conductual que afecta nuestra impresión de los anuncios y los hábitos de compra. Los humanos estamos programados para la persuasión y tenemos nuestros sesgos. La temporada navideña fue “realmente interesante porque no solo hay un gran volumen de publicidad, sino que también hay marcas que comienzan a adoptar tropos particulares y [los anuncios] se vuelven intercambiables”, dice Shotton. “Si muchas marcas convergen en un enfoque similar, eso es una oportunidad increíble para otras”, ya que nosotros, los consumidores, sentimos el carrete revelado en las líneas publicitarias que nos enganchan a comprar y que la IA nos ha persuadido a comprar.

Junto con las opciones en cada pulsación de tecla, la Universidad de Stanford acaba de experimentar con el reconocimiento de voz y personalidad mediante IA con un 85% de precisión. Sí, nuestras inflexiones de voz y nuestras simples pulsaciones del teclado son el acceso de la IA a ti. Más allá de la pantalla hay un espejo oscuro de ti. Ten cuidado de que no te posea; y como precaución, asegúrate de usar buenos modales: sé preciso y educado, te está aprendiendo con cada pulsación de tecla y tono. Al final, ¿es el chico bueno el que termina primero en IA? Sí, si hacemos IA ahora mismo.

THE FUTURE IS CODED: AI as Your Fingertips and Voice Align

By Deborah DeSilets, RA, VVAA Inc., Miami Beach FL

What is the artificial intelligence (AI) identity? As it exists now it is a multifaceted framework.

Whether it is politicians, educators, tech organizations, businessmen or military organizations each group views AI through its unique lens, but each agree the future is coded. And with this code comes a new language and access to this new language, understanding this new way of communicating is not widely accessible. There will be few leading the many. There exists a pervasive, transformative impact of AI technologies on various aspects of society yet there exists a lack of diversity in the AI field and a growing “AI divide”- a divide between those who have access to AI technologies and those who do not, potentially exacerbating existing inequalities.

The AI field suffers from a lack of diversity among its creators, researchers, and educators. This homogeneity can lead to biases in AI design and implementation, negatively affecting different populations and societies.

The identity of AI is intertwined with societal dynamics that shape identity formation and influence perceptions. Understanding these dynamics is crucial for bridging the AI divide and promoting inclusivity. The identity of AI is intertwined with societal dynamics that shape identity formation and influence perceptions. Understanding these dynamics is crucial for bridging the AI divide and promoting inclusivity. Industry leaders and researchers have raised concerns about AI’s potential to exacerbate social inequities, to the point of suggesting the need for regulation and a pause in certain AI advancements.

Shouldn’t we ask? Who is developing AI? Whose values are reflected in its design? What AI technologies are being produced? How

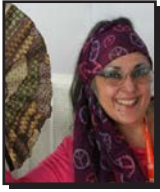


will AI address diverse needs? What are the social, ethical, and psychological implications of AI deployment?

One example of the pervasiveness of AI is in its ability to “ease” our life choices.

Richard Shotton in his book “The Illusion of Choice”, explores the behavioral psychology that affects our impression of ads and buying habits. Humans are hard wired for persuasion - and - we have our biases. The holiday season was “really interesting because not only do you have a huge volume of advertising, but you also have brands starting to adopt particular tropes, and [the ads] become interchangeable,” says Shotton. “If many brands are converging on a similar approach, that is an amazing opportunity for others” as we - consumers - feel the reel as revealed in the ad lines by which we are hooked to shop, and that AI has persuaded us to buy.

Along with choices in every key stroke, Stanford University has just experimented on voice to personality recognition using AI with 85% accuracy. Yes, our voice inflections and our simple keyboard strokes are AI’s access to you. Beyond the screen is a dark mirror of you. Be careful it doesn’t own you. And as a precaution be sure to use good manners - be accurate and polite its learning you by every keystroke and tone. In the end, is it that the nice guy finishes first in AI? Yes, if we do AI right now.



Feliz New Year 2025!

By Bohemian Babushka

Hola, Hola, Hola Beautifuls!
It's been awhile hasn't it?
Babushka's been busy chasing dreams and daily dances. Looking back, it wasn't a bad year, pero this one, the plan is for pleasure. In the malo and lo bueno, to look for the pleasure of being alive, of being here to feel, learn, love, live. And this dear ones is the tarea from now on. Moments are memories to be vivido and cherished. Let's be present, porque that truly is our gift de la vida.

2025 is the year to slow down on the "gotta does" and speed up on the wanna does. The more time passes, the more BB realizes the less of it she has. So, what are your wishes for this year? Not goals, not gotta dos, but the wishes? How about we strive for those

Beautifuls? Let's strive for our wishes, our bucket lists. A seguir los sueños, Vivir la Vida. Viviendo, no corriendo. Let's let go of the little things that at the end, really don't matter. The world will continue to revolve, whether you're running on it or not. So truly, what is on your "gonna do one day" when I get older, when I have more money, when I have more time? Beautifuls, we never know how much time.

Cuando te tocó, te tocó.

So make sure you touch your heart, and try to follow it more often this year.

Wishing all of you a very Blessed y Beautiful, and emotionally enlightening, fulfilling Año Nuevo.

Cuidensen. Babushka Besos to All

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

LIFE BORING WITH BABUSHKA? JU SO FONII!

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

CONEXIÓN

MEDIA GROUP

Invites You to a

WOMEN'S HISTORY MONTH

Celebration

CONFERENCE AND BUSINESS EXPO!

- DYNAMIC SPEAKERS
- BREAKOUT SEMINARS AND WORKSHOPS
- VENDORS

- INTERNATIONAL FOOD VENDORS, CULTURAL ENTERTAINMENT AND MORE!

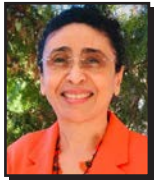


CORPORATE SPONSORS WELCOMED!

22 March, 10AM - 7PM | Ft. Walton Beach, FL

For more information call David at 850-368-3505 or e-mail us at: conexionflorida@gmail.com

conexionflorida.com



Los Que Esperan En El Señor

Por: Nelsi Rossi | sanidadespiritual.com

Aún los muchachos se fatigan y se cansan; los jóvenes tropiezan y caen. Pero los que esperan en el Señor renovarán sus fuerzas; levantarán alas como águilas. Correrán y no se cansarán; caminarán y no se fatigarán. *Isaías 40:30-31* (RVA-2015)

¡"No tengo fuerzas, ¡Siento que ya no puedo más"! Estas son expresiones de alguien que se ha agotado esperando el cumplimiento de una promesa, especialmente si le ha causado gran dolor. Razón tuvo el sabio Salomón para escribir inspirado por el Espíritu Santo diciendo: La esperanza que se demora es tormento del corazón; Pero árbol de vida es el deseo cumplido. *Proverbios 13:12*

También está escrito: Y ahora permanecen la fe, la esperanza y el amor, estos tres; pero el mayor de ellos es el amor. *1 Corintios 13:13*

Tres cosas permanecen: La fe (Confianza en Dios).

La esperanza (Seguridad de que Dios cumplirá sus promesas).

El amor (Una entrega sacrificial).

A propósito de la "Esperanza", yo pienso a manera personal, que a veces se usa popularmente esta palabra traducido en términos de recibir algo bueno con relación a los anhelos personales; pero al leer las Sagradas Escrituras nos damos cuenta que la esperanza no está apoyada en mis propios deseos o en circunstancias fortuitas, es decir, en algo que sucede inesperadamente o por casualidad, sino en lo que Dios ha prometido dar cuando

se obedece su palabra.

Siendo La esperanza la seguridad de que Dios cumplirá sus promesas, ¿Cómo podríamos orar y esperar el cumplimiento de ellas sin apoyarnos en su palabra? ¡Por supuesto que no! Pues, nuestras oraciones son basadas en las declaraciones fidedignas del Dios justo.

Hoy el valor de esperar se me ha hecho más evidente. He entendido que mientras espero, mi amor crece y se purifica. Por eso el mayor de todos es el amor, que permanece para siempre.

Tiene sentido esperar creyendo en la fidelidad de un Dios de amor, para que también la paciencia crezca en nosotros, tal como leemos a continuación:

Porque en esperanza fuimos salvos; pero la esperanza que se ve, no es esperanza; porque lo que alguno ve, ¿a qué esperarlo? Pero si esperamos lo que no vemos, con paciencia lo aguardamos. *Romanos 8:24-25*

Ven, entonemos un cántico con gratitud y gozo, Al que nuevas fuerzas nos ha prometido dar. Elevemos nuestras voces al Dios todopoderoso, Démosle la Gloria por sus bendiciones sin par.

Señor, las fuerzas que vienen de ti quiero, Es una de las razones para orar sin cesar. Porque, aunque se hayan reducido a cero, Has prometido que me las vas a multiplicar. Por eso cuando pienso que ya más no puedo, Tu gran amor me impulsa a creer y a esperar.

ANUNCIATE EN CONEXIÓN - ADVERTISE WITH US! LLÁMANOS:

Gabriel Vargas: (850) 261-2358

Erika Rojas: (305) 878-5573 - Tallahassee

Yenisleidy Rodriguez: (786) 262-0698 - Panama City

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:

AMAR
a Dios

HACER
el bien

CONTAR
Su historia



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

 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

**BUYING
OR SELLING
A HOUSE?**

LET'S WORK TOGETHER!



Monica Davey
REALTOR®

REAL ESTATE EMPOWERED LLC
407.247.4134

Gary Smith


Hole in One Sponsor
2025 \$65K Ford F-150



**KNIGHTS
OF COLUMBUS**
St. Mary Council 4444
CHARITY GOLF TOURNAMENT

BENEFITS:

ASHA
Coats for Kids
Special Olympics
Catholic Charities
St Mary School
United Way
Food for Families
Hurricane Relief
Soup Kitchens
St Jude's Children's Hospital,
and many more

SPONSORS NEEDED:

- Main Event Sponsor
- Three Hole-in-One Sponsors
- Four Prize Hole Sponsors
- Golf Cart Sponsor
- Golf Ball Sponsor
- Course Sign Sponsors
- Vendor Tables

FWB Golf Club, Pines Course
28 February 2025
10:30 Registration & Lunch
12:00 Shotgun Start
5pm Awards
Register, Sponsor or Donate here:



<http://www.charitygolftoday.com/KC4444>



Course Sign Sponsor



Goody Bags

Sachamama y Aliados Lanzas la Campaña “Proteger los Cayos, fortalecer la economía y la salud de Florida” para Fortalecer el Santuario Marino Nacional de los Cayos de Florida

Un santuario más fuerte para un futuro más fuerte

Fuente: Nota de Prensa

Miami, FL 6 de enero del 2025 – Sachamama y aliados se complacen en anunciar el lanzamiento de una nueva campaña de comunicaciones destinada a generar apoyo para el fortalecimiento del Santuario Marino Nacional de los Cayos de Florida. Bajo el lema “Proteger los Cayos, fortalecer la economía y la salud de Florida,” esta campaña amplifica las voces de los habitantes del sur de Florida cuyo sustento depende del océano, mostrando el papel vital que desempeña el océano en el apoyo a las comunidades, las economías y los ecosistemas de la región.

Los Cayos de Florida, conocidos por su vibrante vida marina y sus arrecifes de coral, enfrentan amenazas debido al cambio climático y la actividad humana. La ampliación del santuario preservaría el medio ambiente y promovería el desarrollo económico sostenible. Octavio Aburto, profesor de la Institución Scripps de Oceanografía, destacó el impacto positivo que tienen estas medidas, tanto en los ecosistemas marinos como en los beneficios sociales y económicos. Jesús Gudiño, copropietario de The Dive Shop en Key Largo, enfatizó la dependencia económica de la región y su relación con la salud de las Áreas Marinas

Protegidas: “La comunidad de los Cayos depende enormemente del santuario”.

“El océano no sólo es una fuente de alimentos y medios de vida para los residentes de Florida, es la columna vertebral de nuestra economía y forma de vida. Protegerlo no es sólo una prioridad medioambiental; es esencial para nuestro futuro económico”, dijo Carlos Zegarra, Director Ejecutivo de Sachamama. La campaña busca la participación activa de la comunidad, instando a los floridanos a pedir a los líderes del estado que apoyen la ampliación propuesta por la Administración Nacional Oceánica y Atmosférica (NOAA), que se encuentra en su etapa final de aprobación.

Para obtener más información, compartir su historia y participar, visite www.oceanos.sachamama.org, o siganos en @sachamaorg – Instagram, Facebook y X.

Acerca de Sachamama: Sachamama es una organización sin fines de lucro fundada en 2014 que trabaja para promover una economía de energía limpia para todos, al tiempo que fomenta actitudes, comportamientos y estilos de vida sostenibles en las comunidades latinas.

Sachamama and Partners Launch “Protect the Keys, Strengthen Florida’s Economy and Health Campaign” to Strengthen Florida Keys National Marine Sanctuary

A Stronger Sanctuary for a Stronger Future

Source: Press Release

Miami - FL Jan 6, 2025 – Sachamama and partners are excited to announce the launch of a new communications campaign aimed at building support for the strengthening of the Florida Keys National Marine Sanctuary. Under the banner “Protect the Keys, Strengthen Florida’s Economy and Health,” this campaign amplifies the voices of South Floridians whose livelihoods depend on the ocean, showcasing the vital role the ocean plays in supporting communities, economies, and ecosystems in the region.

The Florida Keys, known for their vibrant marine life and unique coral reefs, face growing threats from climate change and human activity. Expanding the sanctuary would preserve the environment and promote sustainable economic development. Octavio Aburto, a professor at the Scripps Institution of Oceanography, highlighted the positive impact such measures have, both on marine ecosystems and as social and economic benefits. Jesús Gudiño, co-owner of The Dive Shop in Key Largo, emphasized the region’s economic reliance on the health of Marine Protected Areas: “The Keys



community is immensely dependent on the sanctuary.”
“The ocean is not only a source of food and livelihoods for Florida’s

residents - it is the backbone of our economy and way of life. Protecting it is not just an environmental priority; it’s essential for our economic future,” says Carlos Zegarra, Executive Director of Sachamama. The campaign seeks active community participation, urging Floridians to call on the state’s leadership to support the expansion proposed by the National Oceanic and Atmospheric Administration (NOAA), which is in its final approval stage.

For more information, to share your story and get involved, visit www.oceanos.sachamama.org, or follow us at @sachamamaorg – in Instagram, Facebook and X.

About Sachamama: Sachamama is a non-profit organization founded in 2014 that works to promote a clean energy economy for all, while fostering sustainable attitudes, behaviors, and lifestyles in Latino communities.

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



BOSS PAVERS

of Destin

(850)-855-0464

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

 @bosspaversofdestin

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



NETWORKING EVENT

LUXE MASTERMIND
 INSPIRE-CONNECT-TRANSFORM

Join us for an inspiring evening featuring David Triana, the visionary owner of Conexión Media Group. With years of experience in media, business, and community engagement, David will share insights into leadership, innovation, and building meaningful connections.



February 20, 2025
5.30 PM

DAVID TRIANA
 GUEST SPEAKER

467 S Daleville Ave,
 Daleville, AL 36322

RESERVE YOUR SPOT

CONTACT US

 +1 334-447-3362
 Luxemastermind@gmail.com

CONEXIÓN

This is your chance to learn from a dynamic leader transforming the media landscape.

Empower Your Journey with LUXE!
www.bevluxe.com



LUXE MASTERMIND: SHAPING THE FUTURE OF BUSINESS

Who We Are
 LUXE Mastermind Business Economic Ventures is a vibrant network of professionals, entrepreneurs, and innovators focused on growth and meaningful connections. We foster success through collaboration, education, and empowerment.

Our Mission
 Our mission is to unite like-minded individuals to exchange ideas, inspire innovation, and create opportunities. By fostering collaboration, we empower businesses to thrive and communities to flourish.

What We Do

- Networking Seminars: Connect with industry leaders in engaging discussions.
- Guest Speaker Events: Learn from inspiring experts and their success stories.
- Skill Development: Boost your skills with actionable strategies.

Our Impact
 LUXE transforms lives and businesses by:

- Hosting inspiring guest speakers
- Promoting professional collaborations
- Building a growth-focused community

Looking Ahead
 Our journey continues with innovative events, engaging seminars, and new opportunities to grow your network and business.

Get Involved
 Join us in redefining how professionals connect and succeed.

LUXE Mastermind—Building Bridges, Empowering Success

CONTACT US  +1 334-447-3362  Luxemastermind@gmail.com www.bevluxe.com

La autora Lisbeth FG alienta a las personas a cambiar los patrones mentales que las frenan en su camino al éxito para el 2025

Fuente: EB Public Relations | Miami, 3 de enero de 2025

“Millones de nosotros hemos sido entrenados para pensar dentro de un molde, pero la vida no es un molde, sino un mar, y solo triunfan aquellos que saben nadar contra cualquier corriente”, afirma la experta.

De cara al Año Nuevo 2025, la autora y conferencista Lisbeth FG alienta a las personas a cambiar los patrones mentales que las estancan sin siquiera darse cuenta.

“Pasamos la vida siendo programados por nuestra familia, amigos, compañeros, sistemas, opiniones colectivas, costumbres, pero, como tenemos nuestras propias experiencias de vida, es inevitable cuestionarnos si la programación que hemos recibido es correcta”, explica la experta en liderazgo y mentoría.

Sin embargo, agrega, desprendernos irracionalmente de todo lo que la vida, la tradición y la familia nos han enseñado es erróneo.

“Soy un ejemplo de lo que significa utilizar motivos culturales y religiosos para forzar algo. No soy la única que fue programada de esta manera. Millones de nosotros hemos sido entrenados para pensar dentro de un molde, pero la vida no es un molde, sino un mar, y “solo triunfan quienes saben nadar contra cualquier corriente”, afirma.

Por eso, de cara al nuevo año, Lisbeth FG nos invita a reflexionar sobre las siguientes afirmaciones, que “nos ayudarán a encontrar rumbo y a revisar si los motivos que conforman nuestro esquema mental son sanos o no”:

1. No fuerces un matrimonio solo para tener a tu pareja “atada” a ti. Tampoco te sientas obligado a ir al altar, solo porque la iglesia o tu familia



quieren verte casado. El matrimonio no te dará automáticamente un matrimonio, ni asegurará la durabilidad de la relación. Cualquier intento de forzar la unión para complacer a tu ego o a terceros, a la larga te hará sentir muy frustrado.

2. No critiques ni ridiculices a los demás, ya que esto solo revela tus fallas internas. Muchas veces hacemos sentir mal a los demás porque hay algo mal dentro de nosotros mismos. Hay hombres que atacan constantemente a las mujeres que no cubren su cuerpo de pies a cabeza, sin darse cuenta de que eso solo revela su propia lascivia. Así como hay mujeres que hacen sentir mal a los demás si suben o bajan de peso. En el fondo, lo hacen porque no tienen la suficiente autoestima para aceptar su físico. En lugar de caer en ello, constantemente en estas prácticas, trata de usarlas como un espejo.

Cada vez que pienses en ridiculizar a alguien, busca la raíz del sentimiento que está desencadenando el malestar en ti, y trabaja en ello.

3. No te aproveches del éxito de los demás para ganar estatus y reconocimiento. Todos tenemos un diseño diferente, y a veces, cuanto más único sea tu diseño, más difícil será llegar a tu cima. Pero ten por seguro que si estás haciendo el trabajo, tu momento llegará.

4. No formes una relación solo para demostrarle a la gente que no eres el “soltero” del grupo. En cambio, haz que tu relación contigo mismo sea tan atractiva como la de la mejor pareja poderosa. Si te enfocas en tu crecimiento integral, en alcanzar tus metas y aceptar nuevas oportunidades, la gente verá que tu vida es tan completa que no necesita de nadie más que la llene. La persona que llegue será un complemento, no un relleno.

5. No uses el nombre de Dios para promover una cosmovisión personal. La naturaleza de Dios trasciende muchas creencias, tradiciones e incluso ideologías. Su esencia es el amor, y su trato es personal con cada uno de nosotros. A veces, el Dios del amor es algo personal. Nos enseñaron que el Dios que realmente es no es el Dios que realmente es. Establece una conexión personal con Él invitándolo a ser parte de cada plan que tengas para tu vida en el 2025, y verás cómo tu vida cambiará en todos los aspectos.

“Podemos mantener una mentalidad saludable si analizamos las razones que hay detrás de cualquier decisión. Las razones tienen más peso que la acción en sí, porque la acción es neutra, pero las razones no. Las razones llevan energía, ya sea pura o contaminada. Y aunque la acción en sí sea ‘correcta’, si el motivo detrás de la acción es incorrecto, todo terminará en caos”, aclaró Lisbeth FG.

Para la coach y escritora, la espiritualidad es parte integral de su vida, pues todo lo que hace está relacionado con su fe, directa o indirectamente. “Mi relación con Dios ha ido más allá del molde religioso y del papel que juega en mi vida”. Actualmente en mi vida es plena, sana y trascendental”, comenta.

Su mensaje principal es de transformación personal y crecimiento espiritual a través del verdadero conocimiento de Dios, e inspirando a las personas a realizar cambios desde el exterior (cómo se ven) hacia el interior (quiénes son y cómo se proyectan).

Lisbeth estudió Diseño de Interiores en la Universidad de Miami y Teología en el Seminario Bautista de Nueva Orleans. Ha dirigido proyectos para empresas como Christian Dior, Bottega Veneta, Disney, Starbucks, Mango, Puma y Macy’s, entre muchas otras. Es autora del libro “El lado oculto de la transformación”.

JOIN OUR TEAM!

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

WE ARE YOUR PUBLICATION!

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

FOR MORE INFO: (850) 368-3505
conexionflorida@gmail.com

CONEXIÓN is distributed in over 100 distribution spots in the
NW Florida and border towns of Alabama area.
Call us if you would like to be one of our distribution locations!

Visit us at: www.conexionflorida.com

Author Lisbeth FG encourages people to change the mental patterns that hold them back on their path to success by 2025

Source: EB Public Relations | Miami, January 3, 2025

“Millions of us have been trained to think within a mold, but life is not a mold, but a sea, and only those who know how to swim against any current succeed,” says the expert.

In anticipation of the New Year 2025, author and speaker Lisbeth FG encourages people to change the mental patterns that stagnate them without even realizing it.

“We spend our lives being programmed by our family, friends, colleagues, systems, collective opinions, customs, but, as we have our own life experiences, it is inevitable to question whether the programming we have received is correct,” explains the leadership and mentoring expert.

However, he adds, irrationally detaching ourselves from everything that life, tradition, and family have taught us is wrong.

“I am an example of what it means to use cultural and religious motives to force something. I am not the only one who was programmed this way. Millions of us have been trained to think within a mold, but life is not a mold, but a sea, and “Only those who know how to swim against any current succeed,” he says.

For this reason, in the face of the new year, Lisbeth FG invites us to reflect on the following statements, which “will help us find direction and check whether the motives that make up our mental scheme are healthy or not”:

1- Don't force a marriage just to have your partner “tied” to you. Don't feel forced to go to the altar either, just because the church or your family wants to see you married. Marriage will not automatically give

you a marriage, nor will it will ensure the durability of the relationship. Any attempt to force the union to please your ego or third parties will eventually make you feel very frustrated.

2- Do not criticize or ridicule others, as this only reveals your inner faults. Many times we make others feel bad because there is something wrong within ourselves. There are men who constantly attack women who do not cover their bodies with from head to toe, not realizing that this only reveals their own lasciviousness. Just as there are women who make others feel bad if they gain or lose weight. Deep down, they do it because they do not have enough self-esteem to accept their physique. Instead of falling for it, constantly in these practices, try to use them as a mirror. Every time you think about ridiculing someone, look for the root of the feeling that is triggering discomfort in you, and work on it.

3- Don't take advantage of the success of others to gain status and recognition. We all have a different design, and sometimes the more unique your design is, the harder it is to reach your top. But be assured that if you are doing the work, your time will come.

4- Don't form a relationship just to prove to people that you are not the “bachelor” of the group. Instead, make your relationship with yourself as attractive as that of the best power-couple. If you focus on your integral growth, in achieving your goals and accepting new opportunities, people will see that your life is so complete that it doesn't need anyone else to fill it. The person who comes will be a

compliment, not a filler.

5- Do not use God's name to promote a personal worldview. God's nature transcends many beliefs, traditions, and even ideologies. His essence is love, and his dealings are personal with each of us. Sometimes, the God of love is a personal thing. We were taught that the God He really is is not the God He really is. Establish a personal connection with Him by inviting Him to be part of every plan you have for your life in 2025, and you will see how your life will change in every aspect.

“We can maintain a healthy mindset if we analyze the reasons behind any decision. The reasons have more weight than the action itself, because the action is neutral, but the reasons are not. The reasons carry energy, whether pure or contaminated. And although the “Even if the action itself is ‘correct’, if the motive behind the action is incorrect, everything will end in chaos,” Lisbeth FG clarified.

For the coach and writer, spirituality is an integral part of her life, as everything she does is related to her faith, directly or indirectly. “My relationship with God has gone beyond the religious mold and the role it plays in my life.” Currently in my life it is full, healthy and transcendental,” he says.

Its main message is one of personal transformation and spiritual growth through true knowledge of God, and inspiring people to make changes from the outside (how they look) to the inside (who they are and how they project themselves).

Lisbeth studied Interior Design at the University of Miami and Theology at the New Orleans Baptist Seminary. She has directed projects for companies such as Christian Dior, Bottega Veneta, Disney, Starbucks, Mango, Puma and Macy's, among many others. She is the author of the book “The Hidden Side of Transformation”.

Daniela BROWS
• Permanent Makeup Studio •

DANIELA PAYARES
PERMANENT MAKEUP ARTIST

- Microblading
- Powder Brows
- Lip Blush
- Henna Brows

850-485-6575
1813 CREIGHTON RD.
SUITE A
PENSACOLA, FL 32504

Mafer Studio
NAILS AND LASHES

FERNANDA ALARCÓN
LASH ARTIST & NAILS TECH

850-977-8998
1813 CREIGHTON RD.
SUITE A
PENSACOLA, FL 32504



Enero es el Mes de la Salud Cervical

Por Marcos Otero,
Médico Asociado Jubilado

¿Sabías que hay muchas cosas que puedes hacer para prevenir el cáncer de cuello uterino?

Cada año, más de 11,000 mujeres en los Estados Unidos contraen cáncer de cuello uterino.

VPH (virus del papiloma humano)

El VPH (virus del papiloma humano) es una infección muy común que se propaga a través de la actividad sexual y causa casi todos los casos de cáncer de cuello uterino. Alrededor de 79 millones de estadounidenses tienen actualmente el VPH, pero muchas personas con VPH no saben que están infectadas.

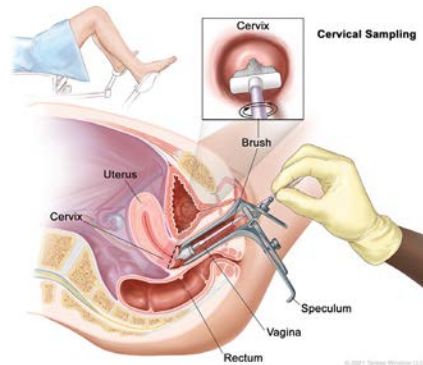
¿La buena noticia?

- La vacuna contra el VPH (virus del papiloma humano) puede prevenir el VPH.
- El cáncer de cuello uterino a menudo se puede prevenir con pruebas de detección regulares. Con atención programada regularmente (PAP) y de seguimiento.

En honor al Mes Nacional de Concientización sobre la Salud Cervical, alentamos:

- Las mujeres comienzan a hacerse pruebas periódicas de detección de cáncer de cuello uterino a los 21 años.
- Los padres deben asegurarse de que los preadolescentes reciban la vacuna contra el VPH a los 11 o 12 años
- Los adolescentes y los adultos jóvenes también deben recibir la vacuna contra el VPH si no la reciben en la preadolescencia.
- Las mujeres de hasta 26 años y los hombres de hasta 21 años aún pueden recibir la vacuna.

La mayoría de los planes de seguro cubren las visitas de rutina para la mujer y las pruebas de detección de



cáncer de cuello uterino. Esto significa que, dependiendo de su seguro, las mujeres pueden obtener estos servicios sin costo alguno.

Conciencia cervical: Dar pequeños pasos puede ayudarte a mantenerte segura y saludable.

Las pruebas de detección del cáncer de cuello uterino pueden ayudar a detectar células anormales (cambiadas) temprano antes de que se conviertan en cáncer. La mayoría de las muertes por cáncer de cuello uterino podrían prevenirse mediante exámenes de detección regulares y atención de seguimiento.

Por favor, programe su visita de bienestar para la mujer este año.

Para más información puedes visitar las siguientes páginas web:

- Patrocinador del Mes de Concientización sobre la Salud Cervical
- La Coalición Nacional contra el Cáncer de Cuello Uterino - www.nccc-online.org
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
- Virus del Papiloma Humano (VPH) - www.cdc.gov/hpv
- Instituto Nacional del Cáncer
- Prevención del cáncer de cuello uterino - www.cancer.gov

continúa en la página siguiente



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



- Oficina para la Salud de la Mujer - Hoja informativa sobre el cáncer de cuello uterino - www.womenshealth.gov/cancer/cervical-cancer
- Oficina para la Salud de la Mujer - Hoja informativa sobre el VPH - www.womenshealth.gov/a-z-topics/human-papillomavirus
- Hoja informativa de la prueba de Papanicolaou de la Oficina de Salud de la Mujer - www.womenshealth.gov/a-z-topics/pap-hpv-tests

- Coalición Nacional de Cáncer de Cuello Uterino - VPH y Cáncer de Cuello Uterino - www.nccc-online.org/hpvcervical-cancer
- Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU. - Hoja informativa sobre la vacuna contra el VPH - www.hhs.gov/immunization/diseases/index.html

January is Cervical Health Awareness Month

By Marcos Otero, Retired Physician Associate

Did you know there's a lot you can do to prevent cervical cancer?

Each year, more than 11,000 women in the United States get cervical cancer.

HPV (human papillomavirus)

HPV (human papillomavirus) is a very common infection that spreads through sexual activity, and it causes almost all cases of cervical cancer. About 79 million Americans currently have HPV, but many people with HPV don't know they are infected.

The good news?

- The HPV (human papillomavirus) vaccine (shot) can prevent HPV.
- Cervical cancer can often be prevented with regular screening. With regularly scheduled (PAPs) and follow-up care.

In honor of National Cervical Health Awareness Month, we encourage:

- Women start getting regular cervical cancer screenings at age 21.
 - Parents to make sure pre-teens get the HPV vaccine at age 11 or 12
 - Teens and young adults also need to get the HPV vaccine if they don't get it as pre-teens.
 - Women up to age 26 and men up to 21 can still get the vaccine.
- Most insurance plans cover well-woman visits and cervical cancer

screening. This means that, depending on their insurance, women can get these services at no cost.

Cervical awareness: Taking small steps can help keep you safe and healthy.

Cervical cancer screenings can help detect abnormal (changed) cells early before they turn into cancer. Most deaths from cervical cancer could be prevented by regular screenings and follow-up care.

Please schedule your well-woman visit this year.

Find More Information you can visit the following webpages:

- Cervical Health Awareness Month Sponsor - The National Cervical Cancer Coalition - www.nccc-online.org.

Have you scheduled your cervical cancer screening?

Regular screenings are important to detect any changes in the cervix that could become cancerous. This can prevent you from getting cervical cancer.

GET INFORMED. GET SCREENED. GET VACCINATED.

World Health Organization

see "CERVICAL HEALTH" on page 27

¿Preguntas Sobre Medicare?

Nuestro equipo de personal capacitado y voluntarios están listos para:

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



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

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

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



¡El Comité de Negocios Multiculturales completa un 2024 enormemente exitoso!

Por David Triana

¡El Comité de Negocios Multiculturales de la Cámara de Comercio de Greater Fort Walton Beach cerró el año con una divertida celebración “La vuelta al mundo” celebrada en el hermoso Home2 Suites by Hilton en Fort Walton Beach!

Más de 40 miembros activos y sus invitados disfrutaron de un delicioso menú multicultural, cortesía de los restaurantes miembros de la cámara y de miembros individuales.

La velada incluyó una presentación informativa sobre salud mental y bienestar a cargo de la Dra. Kameko McGuire de New Hope Mental Health and Wellness, un divertido juego de “Kahoot.it” ganado por Pancho Claus (también conocido como David Triana) y karaoke.

También tuvo lugar una aparición especial de ChaChaCha, un payaso y mago infantil recién llegado que vive en Destin, que sorprendió a los asistentes con varios trucos de magia.

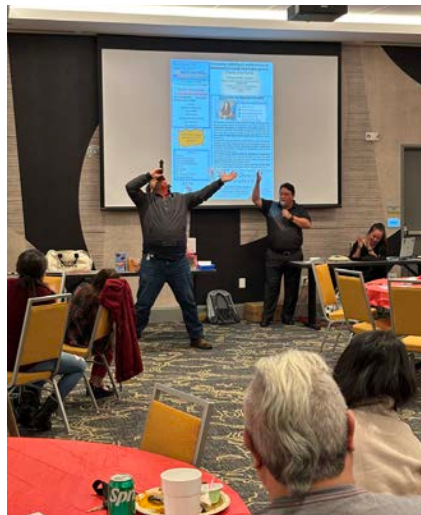
Debbie Dodge, especialista en membresía de la Cámara de FWB, agradeció a la presidenta del comité saliente, Julie Webb y a su equipo de Advanced Sacred Hope Academy, por liderar el mejor y más exitoso año desde que se creó el comité.

Debbie también agradeció a las empresas que proporcionaron la deliciosa comida y las bebidas, entre ellas: Kalai’s Hawaiian Kitchen y El Paso Mexican Grill and Cantina, Holi Indian Cuisine,



McAlister’s Deli, Sonny’s Real Pit Bar-B-Q y GS Gelato.

El comité se reúne el segundo jueves de cada mes en la sala de conferencias de la Cámara, de 5:30 a 7:00 p. m., y estará dirigido por Gelin Ducati de PenFed Credit Union en 2025. Los miembros que no sean miembros de la Cámara pueden asistir a las reuniones mensuales.



Multicultural Business Committee Completes a Hugely Successful 2024!

By David Triana

The Greater Fort Walton Beach Chamber of Commerce’s Multicultural Business Committee closed out the year with a fun “Around the World” celebration held at the beautiful Home2 Suites by Hilton in Fort Walton Beach!

A delicious multicultural menu, courtesy of chamber member restaurants and individual members, was enjoyed by the more than 40 active members and their guests.

The evening included an informative presentation on Mental Health and Wellness by Dr. Kameko McGuire of New Hope Mental Health and Wellness, a fun game of “Kahoot.it” won by Pancho Claus (aka David Triana), and Karaoke.

A special appearance by ChaChaCha, a newly arrived kids’ Clown and Magician based in Destin, also took place as he wowed the attendees with several magic tricks.

Debbie Dodge, FWB Chamber Membership Specialist, thanked



the outgoing committee Chair, Julie Webb and her team at Advanced Sacred Hope Academy, for leading the best and most successful year since the committee was created!

Debbie also thanked businesses that provided the delicious food and beverages, including: Kalai’s Hawaiian Kitchen and El Paso Mexican Grill and Cantina, Holi Indian Cuisine, McAlister’s Deli, Sonny’s Real Pit Bar-B-Q, and GS Gelato.

The committee meets on the second Thursday of each month at the Chamber Conference room, 5:30 - 7pm and will be led by Gelin Ducati of PenFed Credit Union in 2025. Non-Chamber members are welcomed to attend the monthly meetings.

Celebración de los Tres Reyes Magos

Enero 5, 2025, Mobile, Alabama: Más de 200 niños y familias estuvieron presentes en la gran celebración organizada por Kismeth Meléndez. El evento, donde hubo entretenimiento, comida y muchos juguetes gratis, se llevó a cabo en las instalaciones de Dwell. Este es un evento anual y una vez más, fue un éxito rotundo. Si quieres saber más acerca de este evento anual y se



parte de él, contacta a Kismeth vía melendezkismeth@gmail.com.

English version next page

Three Wise Men Celebration

January 5, 2025, Mobile, Alabama: More than 200 children and families were present at the grand celebration organized by Kismeth Melendez. The event, which included entertainment, food, and lots of free toys, was held at the Dwell facility. This is an annual event and once again, it was a resounding success. If you want to know more about this annual event and be a part of it, contact Kismeth at melendezkismeth@gmail.com.



ProHealth

— Labs + Medical Care —

Ubicaciones de las clínicas

Pensacola
6005 College Pkwy, Ste 2

Gulf Breeze
1157 Gulf Breeze Pkwy

Ft Walton Beach
224 Eglin Pkwy

Ubicaciones de los laboratorios

Pensacola
3298 Summit Blvd, Ste 33

Santa Rosa Beach
4942 Hwy 98, Ste 23

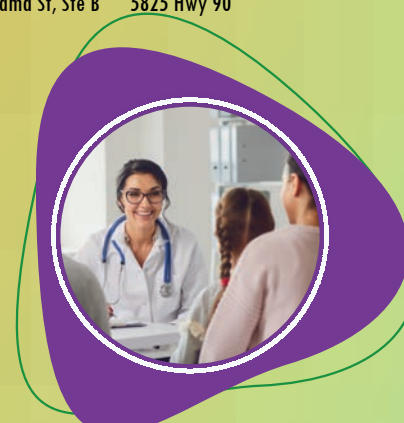
Crestview
102 Alabama St, Ste B

Milton
5825 Hwy 90

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

Visitas sin cita previa

RESERVA YA



NUESTROS SERVICIOS

Enfermedad

- Dolor de garganta
- Fiebre
- Otolgia

Vacunas

- T-dap
- TB test
- Gripe
- Mucho más


Atención de urgencia

- Laceración
- Quemaduras
- Esguinces



No conectado a la Base de Datos Nacional

CONTÁCTENOS:

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

 **ProHealthFL.com**



CIRQUE ITALIA

Tallahassee, FL

Jan 31 - Feb 3

Governor's Square

An Aquatic Delight



WATER CIRCUS

GET TICKETS

Additional locations:

Panama City Beach, FL : Feb 7 -10

Frank Brown Park

Fort Walton Beach, FL : Feb 14 - 17

Destin - Fort Walton Fairgrounds



WWW.CIRQUEITALIA.COM

941.704.8572





FINANCIAL FOCUS®

Time to consider a business retirement plan?

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 a business owner, you're always thinking about the days ahead. What can I do to boost sales in the next year? What trends should I be watching? What's the forecast for my industry? But there's one element of the future you might be overlooking: your retirement plan.

Consider these advantages of establishing a retirement plan for your business:

- You'll build resources for your retirement. You might sell your business one day, but can you count on that to fund your retirement? By investing in a retirement plan for many years, you can help accumulate the resources you will need to enjoy life as a retiree.
- You can help your business attract and retain employees. In a tight labor market, you'll want to employ all the advantages you can to attract and keep good employees — and a retirement plan can help.
- You can gain tax benefits. Your contributions to a retirement plan — on behalf of yourself and your employees — can be tax deductible. Plus, you can get tax credits for starting a new plan.

Here are some retirement plans to consider:

- Owner-only 401(k) — This plan is available to self-employed individuals and business owners with no full-time employees other than themselves or a spouse. You may even be able to choose a Roth option for your 401(k), which allows you to make after-tax contributions that can grow tax free.

In 2024, the combined employee and employer contribution limit was \$69,000, or \$76,500 for those 50 or older. These limits are likely to rise in 2025.

- Personal defined benefit plan — You can establish a pension plan, also known as a defined benefit plan, for yourself if you're self-employed or own your own business. For 2024, the annual defined pension benefit for a business owner cannot exceed the lesser of \$275,000 or 100% of their average compensation for the previous three highest consecutive calendar years.
- SEP IRA — If you have just a few employees or are self-employed with no employees, you may want to consider an SEP IRA. In 2024, your contribution limit was 25% of your salary or \$69,000, whichever was less. The percentage of your salary you contribute to your SEP IRA is the same percentage of your eligible employees' salaries you must contribute to their SEP IRAs.
- SIMPLE IRA — A SIMPLE IRA is easy to set up and maintain, but while it may be advantageous for your employees, it's less generous to you, in terms of allowable contributions, than an owner-only 401(k) or a SEP-IRA. In 2024, you could contribute up to \$16,000 to a SIMPLE IRA, or \$19,500 if you are 50 or older. You must put in 2% of your employees' salaries, regardless of whether they contribute, or match their

contributions dollar for dollar, up to 3% of their salaries.

And keep this in mind: The SECURE 2.0 legislation has made it possible for you to offer a Roth version of a SEP or SIMPLE IRA. Although contributions to either Roth account are not deductible, earnings and withdrawals are tax free, provided you (and your employees) are at least

59½ and have had your account at least five years.

To learn more about these and other business retirement plans, you might want to contact a financial professional. But don't wait too long — the sooner you start preparing for your retirement — and helping your employees plan for theirs — the better.

JOIN OUR TEAM!
LOOKING FOR SALES REPRESENTATIVES "PAID BY COMMISSION!"
REPRESENTATIVES NEEDED IN: TALLAHASSEE/QUINCY, FORT WALTON BEACH/DESTIN, CRESTVIEW AREA, PANAMA CITY, PENSACOLA, SOUTHEAST ALABAMA AND MOBILE AREAS!
BE PART OF US BY COLLABORATING WITH ARTICLES!

WE ARE YOUR PUBLICATION!
Help us develop and grow our "city sections":
¿Que Pasa Tally? - ¡Hola Pensacola! - "Aquí en Panama City"

FOR MORE INFO: (850) 368-3505
conexionflorida@gmail.com

CONEXIÓN is distributed in over 100 distribution spots in the NW Florida and border towns of Alabama area.
Call us if you would like to be one of our distribution locations!

Visit us at: www.conexionflorida.com

f t i

SABOR A MEXICO
A Taste of México

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

Try our **NEW** Hawaiian Fajita!

2 X 1 MARGARITAS FRIDAYS

OPEN 7 DAYS A WEEK!
Sun. - Thurs. 11am - 9pm
Fri. & Sat. 11am - 10pm

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

¡Al servicio de nuestra COMUNIDAD!

Por David Triana

United for a Good Cause Inc. finalizó un año de gran éxito con el 20° Aniversario de la Fiesta El Milagro Navideño en la Costa Esmeralda el 22 de diciembre, seguido de su 12° Paseo Anual en Trineo de Santa Claus por 4 condados el 24 de diciembre.

Estos dos eventos emblemáticos de caridad se han vuelto muy populares y volvieron a ser un gran éxito este año al atender a más de 1500 niños y familias de toda la región.

El liderazgo de United for a Good Cause Inc. agradece a todos los patrocinadores y seguidores (ver logotipos) que también incluyeron a Integrity Chiropractic, Vilma Bawkin, Sabor a México, Culver's y GS Gelato.

Los niños y las familias se divertieron mucho disfrutando del entretenimiento musical y los concursos de baile para ganar bicicletas nuevas. Un enorme agradecimiento a Toys for Tots de la Costa Esmeralda por donar más de 700 juguetes para la Fiesta.

El objetivo principal de la organización es "Unir a la COMUNIDAD... ¡por los niños!" Una vez más, se cumplió con la participación de 15 agencias asociadas a través de mesas de actividades para que los niños disfrutaran y la gran cantidad de voluntarios de la comunidad militar y civil, y animadores de toda la región.

Durante la Carrera de Santa, los voluntarios de la organización se

aseguraron de que las familias que no pudieron asistir a la Fiesta, o las que llamaron tarde, aún pudieran ser atendidas, ya que se entregaron juguetes a varios hogares tan lejanos como Crestview, Milton y Pensacola.

La organización también pudo apoyar a una organización benéfica en Mobile con una donación de juguetes que se entregaron durante su evento del 5 de enero y también donó juguetes y bicicletas a una iglesia local para ayudarlos a servir a las familias necesitadas a través de uno de sus ministerios de extensión.

Durante el año, la organización también coorganizó una Cumbre de liderazgo juvenil de gran éxito y apoyó actividades para beneficiar a los estudiantes y familias de inglés (ELL) en el Distrito Escolar del Condado de Okaloosa. Como parte del apoyo al programa ELL, la organización patrocinó la visita de la autora Juanita Gándara, quien habló en tres escuelas del área local sobre el acoso escolar y con los estudiantes y padres hispanos de ELL.

La organización espera con ansias el año 2025 con el objetivo principal de seguir colaborando con otras organizaciones que apoyan a los jóvenes de la región.

Para obtener más información sobre la organización o para ofrecerse como voluntario, visite: unitedforagoodcause.org



GRACIAS TO OUR SPONSORS/SUPPORTERS



Serving our CommUNITY!

By David Triana

United for a Good Cause Inc. finished a hugely successful year with the 20th Anniversary of the Emerald Coast Christmas Miracle Fiesta on 22 December followed by their 12th Annual Santa's 4-County Sleigh Ride on 24 December.

These two charity signature events have become hugely popular and were a huge success again this year by serving over 1,500 children and families from throughout the region. The leadership of United for a Good Cause Inc. thanks all the sponsors and supporters (see logos) that also included Integrity Chiropractic, Vilma Bawkin, Sabor a Mexico, Culver's and GS Gelato.

The children and families had a wonderful time enjoying the musical entertainment, dance contests for brand new bikes. A huge thanks to Toys for Tots of the Emerald Coast for donating more than 700 toys towards the Fiesta.

The organization's primary objective of "Uniting the CommUNITY...for the Children!" was once again met via the participation of 15 partner agencies via activity tables for the children to enjoy and the large number of military and civilian community volunteers, and entertainers from throughout the region.

During the Santa Run, organization volunteers ensured that the families that could not attend the Fiesta, or those that called late, were still able to be served as toys were delivered to various homes as far away as Crestview, Milton, and Pensacola.

The organization was also able to support a charity organization in Mobile with a donation of toys given away during their event of 5 January and also donated toys and bikes to a local church to help them serve the needy families via one of their outreach ministries.

www.conexionflorida.com



During the year, the organization also co-organized a hugely successful Youth Leadership Summit and supported activities to benefit the English Language Learner (ELL) students and families in the Okaloosa County School District. As part of the support to the ELL program, the organization sponsored the visit of author Juanita Gandara, who spoke to three local area schools about bullying and to the Hispanic ELL students and parents.

The organization looks forward to 2025 with a primary objective of continuing to partner with other organizations that support the region's youth.

For more information on the organization or to volunteer, go to: unitedforgoodcause.org



**EMERALD
COAST
SCIENCE
CENTER**



9 de febrero de 1-4 p.m.

Visite el museo durante este evento gratuito para estudiantes ELL y sus familias. Dispondremos de varios traductores (la lista completa de idiomas está disponible en nuestro sitio web) para traducir a los visitantes y que todos puedan disfrutar y experimentar juntos las maravillas de la ciencia.

En partenariat
con:
**ELL
CommUNITY
CONNECTIONS
Committee**

ecscience.org | 850-664-1261

Aetna agrega funcionalidad en español a su aplicación de salud para brindar un mejor servicio a poblaciones diversas

Fuente: CVS Health

HARTFORD, Connecticut, 19 de diciembre de 2024 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- Aetna, una compañía de CVS Health, ha ampliado la funcionalidad de la aplicación Aetna HealthSM para incluir opciones en español para todos los miembros elegibles del plan de salud, independientemente de cómo o dónde tengan cobertura.

Las páginas de la aplicación estarán completamente disponibles en español para que a los miembros hispanohablantes les resulte más fácil navegar, acceder a la atención y comprender la información de salud. Esto incluye tarjetas de identificación, detalles de beneficios, deducibles, reclamos, estimaciones de costos y proveedores de atención médica.

Con esta expansión de los servicios de idiomas en la aplicación, Aetna mejora su capacidad de ofrecer un acceso más personalizado y simple a la atención médica para los miembros de todos los planes de salud en todo el país. “Estoy orgulloso de ser parte de la comunidad latina, donde el español es nuestra primera lengua. Por eso estoy encantado de anunciar las nuevas capacidades lingüísticas de la aplicación Aetna Health. Una mejor salud comienza con una mayor participación de los miembros, y esta iniciativa refleja nuestro esfuerzo por conectar a cada miembro con su atención de la manera más accesible”, dijo Gus Giraldo, vicepresidente sénior de Planes Individuales y Familiares de Aetna. “Esta actualización nos permite ser más eficaces en la comunicación con nuestros miembros y en el apoyo que les damos, creando oportunidades para obtener los mejores resultados de salud. Confiamos en que esta mejora



no solo ampliará nuestro alcance, sino que también profundizará nuestro impacto, y esperamos seguir expandiéndonos para satisfacer plenamente las diversas necesidades de nuestros miembros”.

Además de la aplicación, los miembros de Aetna también cuentan con el apoyo de administradores de atención y representantes de Servicio al Cliente que pueden brindar asistencia en español. A través de eventos y entrevistas en comunidades locales, Aetna también apoya al público hispanohablante compartiendo información de salud pública y consejos prácticos en ese idioma sobre temas relevantes, como vacunas, atención preventiva y salud mental. Aetna se compromete a poner el plan de salud de cada miembro al alcance de su mano. Para satisfacer las necesidades de nuestras dinámicas poblaciones de miembros, Aetna continúa explorando la posibilidad de ampliar las capacidades de la aplicación de salud para incluir idiomas adicionales.

Actualmente, los miembros pueden solicitar asistencia con el idioma en la página de asistencia con el idioma del sitio web de Aetna.

Las instrucciones para habilitar el español en la aplicación de salud se pueden encontrar en el sitio web de Aetna: www.es.aetna.com/individuals-families/using-your-aetna-benefits/aetna-mobile.html

Acerca de CVS Health: CVS Health[®] es la empresa líder en soluciones de salud que brinda atención como nadie más puede hacerlo. Llegamos a más

personas y mejoramos la salud de las comunidades de todo Estados Unidos con nuestra presencia local, canales

digitales y más de 300,000 colegas dedicados. Siga a @CVSHealth en las redes sociales.

Aetna adds Spanish-language functionality to its health app to better serve diverse populations

Source: CVS Health

HARTFORD, Conn., Dec. 19, 2024 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- Aetna, a CVS Health company, has expanded the functionality of the Aetna HealthSM app to include Spanish-language options for all eligible health plan members, regardless of how or where they have coverage.

The app pages will be fully available in Spanish to make it easier for Spanish-speaking members to navigate, access care and understand health information. This includes ID cards, benefit details, deductibles, claims, cost estimates and health care providers.

With this expansion of language services in the app, Aetna enhances its ability to offer more personalized and simple access to care for members of all health plans nationwide.

“I’m proud to be part of the Latino community, where Spanish is our first language. That’s why I’m thrilled to announce the new language capabilities of the Aetna Health app. Better health starts with stronger member engagement, and this initiative reflects our effort to connect every member to their care in the most accessible way,” said Gus Giraldo, senior vice president, Individual and Family Plans at Aetna. “This update allows us to be more effective in communicating with and supporting our members, creating opportunities for the best health outcomes. We’re confident that this enhancement will not only expand our reach, but also deepen our impact, and we look

forward to continuing to expand to fully meet the diverse needs of our members.”

In addition to the app, Aetna members also have support from care managers and Customer Service representatives who can provide assistance in Spanish. Through events and interviews in local communities, Aetna also supports the Spanish-speaking public by sharing public health information and practical tips in that language on relevant topics, such as vaccines, preventive care and mental health.

Aetna is committed to putting every member’s health plan at their fingertips. To meet the needs of our dynamic member populations, Aetna continues to explore expanding the health app’s capabilities to include additional languages. Members can currently request language assistance on the language assistance page of the Aetna website.

Instructions for enabling Spanish in the health app can be found on the Aetna website: www.es.aetna.com/individuals-families/using-your-aetna-benefits/aetna-mobile.html

About CVS Health: CVS Health[®] is the leading health solutions company that delivers care like no one else can. We reach more people and improve the health of communities across America with our local presence, digital channels and more than 300,000 dedicated colleagues. Follow @CVSHealth on social media.

Cultivando Esperanza

Por Silvia de Zúñiga, Fundadora de Luz y Vida con Amor



Cuando Dios habré puertas es hermoso lo que él puede hacer con todo.

Luz y Vida con Amor:

Somos una organización sin fines de lucro, con el pleno objetivo de ayudar a los demás, queremos ayudar a la comunidad, que se pueda sentir unida, que si tienen una necesidad nosotros podemos llegar a ellos, con Luz & Vida traemos a las personas información sobre la salud mental y sobre el amor de Dios, porque sabemos y entendemos que estamos en un mundo muy difícil y Luz & Vida quiere hacer exactamente eso traer luz a las mentes y vida a los corazones, que pueda haber más sonrisas y más amor en cada corazón en cada vida y en las familia y aquí en Fort Walton y en el País de Honduras Centro América y sus alrededores, queremos ayudar Trayendo la palabra de Dios eh impulsando a que las personas puedan pensar con más claridad, puedan ser más sanas mentalmente y que sus emociones estén conectadas de manera positiva para poder cada día ser mejores y poner todo en manos de Dios.

Este 2025 En Luz y Vida, traemos sonrisas y mucha información – traemos alimento a los que necesitan adultos y niños, - durante el tiempo de frío se donan guantes, bufandas y Gorros a las personas que no tienen un

hogar- en tiempo de verano llegamos a casas que las iglesias de nuestra comunidad, nos dejen saber que están en necesidad- y en tiempo escolar traemos mochilas con lo más necesario para ayudar a su educación. Son nuestros proyectos que hemos hecho y queremos seguir haciendo, para este 2 de Febrero del 2025 se estarán entregando 55 mochilas equipadas con lo más necesario para niños de 6 años hasta 16 años, Si usted quiere ser parte de este gran Movimiento en traer Luz y Vida alguien, comuníquese con nosotros Dios le Multiplicará doblemente.! Sus oraciones son muy valiosas para nuestra Organización también. Muchas Bendiciones. Para más información, contáctame al 850-496-0790 o vía Silviazcarcamo@gmail.com



Together We Are Stronger

By Silvia de Zúñiga, Founder of Luz y Vida con Amor

When God opens doors, it is beautiful what he can do with everything.

Luz y Vida con Amor: We are a non-profit organization, with the full objective of helping others, we want to help the community, so that they can feel united,

that if they have a need we can reach them, with Luz & Vida we bring people information about mental health and about the love of God, because we know and understand that we are in a very difficult world and Luz & Vida wants to do exactly



that, bring light to minds and life to hearts, so that there can be more smiles and more love in each heart in each life and in the family and here in Fort Walton and in the country of Honduras Central America and its surroundings, we want to help by bringing the word of God and encouraging people to think more clearly, to be mentally healthier and for their emotions to be connected in a positive way so that they can be better every day and put everything in God's hands.

This 2025 via Luz y Vida, we bring smiles and a lot of information - we bring food to those who need adults and children, - during the cold weather, gloves, scarves and hats are donated to people who do not have a home - in summer time we go to

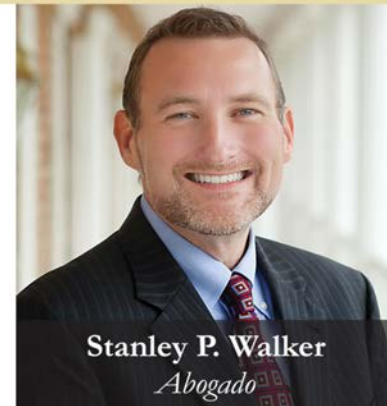
houses that the churches in our community let us know that they are in need - and during school time we bring backpacks with the most necessary to help their education. These are our projects that we have done and we want to continue doing, for this February 2, 2025, 55 backpacks equipped with the most necessary for children from 6 years old to 16 years old will be delivered. If you want to be part of this great Movement in bringing Luz y Vida to someone, contact us God will multiply you doubly! Your prayers are very valuable to our Organization as well. Many Blessings. For more information, contact me at 850-496-0790 or via Silviazcarcamo@gmail.com



SOUTHERN STAR
IMMIGRATION

TELÉFONO GRATUITO

866.925.5376



Stanley P. Walker
Abogado

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

WWW.SOUTHERNSTARIMMIGRATION.COM



La importancia de invertir en uno mismo

Por Jessica Burns, Express Employment Professionals, Express Blog

La influencia del desarrollo profesional en el crecimiento profesional y personal es innegable. Desde ampliar sus perspectivas laborales hasta convertirse en un mejor líder para su puesto actual, invertir en uno mismo ofrece el potencial de alcanzar sus metas y ampliar su perspectiva.

Como dijo el columnista de periódico George Matthew Adams: “Usted es su mayor inversión. Cuanto más almacene en esa mente suya, más enriquecerá su experiencia, más gente conocerá, más libros leerá y más lugares visitará, mayor será esa inversión en todo lo que usted es”.

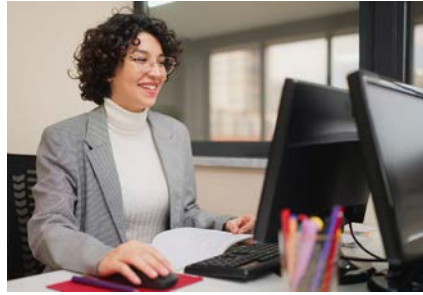
Por qué invertir en uno mismo

Puede ser fácil perder de vista sus objetivos entre ayudar a su equipo a tener éxito y contribuir a los objetivos de la empresa. Hacer del desarrollo profesional una prioridad significa dedicar tiempo a su avance y perfeccionamiento de habilidades, preparándolo para avanzar en su carrera y alcanzar nuevas alturas.

Los avances que da mientras aprende y crece intencionalmente son para algo más que su beneficio. El desarrollo profesional puede ayudarle a ser el líder más eficaz en su función actual. Siempre hay nuevas formas de triunfar y, mientras aprende continuamente, puede transmitir sus conocimientos a su equipo. A su vez, el equipo se beneficiará de sus nuevas habilidades.

Priorizar el desarrollo profesional

Uno de los mayores obstáculos para el desarrollo profesional es hacer



tiempo en su apretada agenda. El mejor método para superar este desafío variará en función de su empresa, sector y circunstancias personales, pero puede incluir:

- **Definir sus objetivos.** Sea claro sobre lo que pretende aprender, determine un cronograma y planifique cómo adquirirá los conocimientos y las habilidades.
- **Obtener la aceptación de su jefe.** Comunique sus objetivos y trabaje en equipo para superar los desafíos siempre que sea posible. Su empresa puede tener oportunidades para asistir a capacitaciones o conferencias, y puede haber apoyo disponible para cubrir sus responsabilidades y permitirle tiempo para el desarrollo profesional.
- **Involucrar a su equipo.** ¿Las habilidades que le gustaría aprender o mejorar también son aplicables a su equipo? Aproveche la oportunidad para organizar capacitaciones grupales o hacer que el desarrollo profesional sea una actividad regular para todos.

Invertir tiempo y esfuerzo en mejorar sus habilidades y ampliar sus conocimientos lo beneficiará como líder y profesional, y mejorará las experiencias de los demás con usted. Si bien el desarrollo profesional

puede impulsar aún más su carrera, también puede ser ventajoso para su vida personal a medida que continúa creciendo.

Acerca de Jessica Burns: Jessica es especialista en marketing de contenido en Express Employment International y crea contenido para empleadores, líderes y sobre el lugar

de trabajo actual. Es una ex profesional de las redes sociales con experiencia y escritora galardonada. Cuando Jessica no está escribiendo sobre las características clave de liderazgo o las mejores prácticas en el lugar de trabajo, pasa tiempo con su perro y planifica su próximo viaje por carretera.

The Importance of Investing in Yourself

By Jessica Burns, Express Employment Professionals, Express Blog

The influence of professional development on career and personal growth is undeniable. From expanding your job prospects to becoming a better leader for your current role, investing in yourself offers the potential to achieve your goals and broaden your outlook.

As newspaper columnist George Matthew Adams said, “You are your greatest investment. The more you store in that mind of yours, the more you enrich your experience, the more people you meet, the more books you read, and the more places you visit, the greater is that investment in all that you are.”

Why Invest in Yourself

It can be easy to lose sight of your goals between helping your team succeed and contributing toward the company’s objectives. Making

professional development a priority means dedicating time to your advancement and skill refinement, preparing you to further your career and achieve new heights.

The strides you make while intentionally learning and growing are for more than your benefit. Professional development can help you be the most effective leader in your current role. There are always new ways to succeed, and while you’re continuously learning, you can impart your knowledge to your team. In turn, the team will benefit from your newfound skills.

Prioritizing Professional Development

One of the biggest hurdles to professional development is making time in your busy schedule. The best method to overcome this challenge will

continued next page

Express Employment International supports the Express Employment Professionals franchise and affiliated brands, including Specialized Recruiting Group and Express Healthcare Staffing.

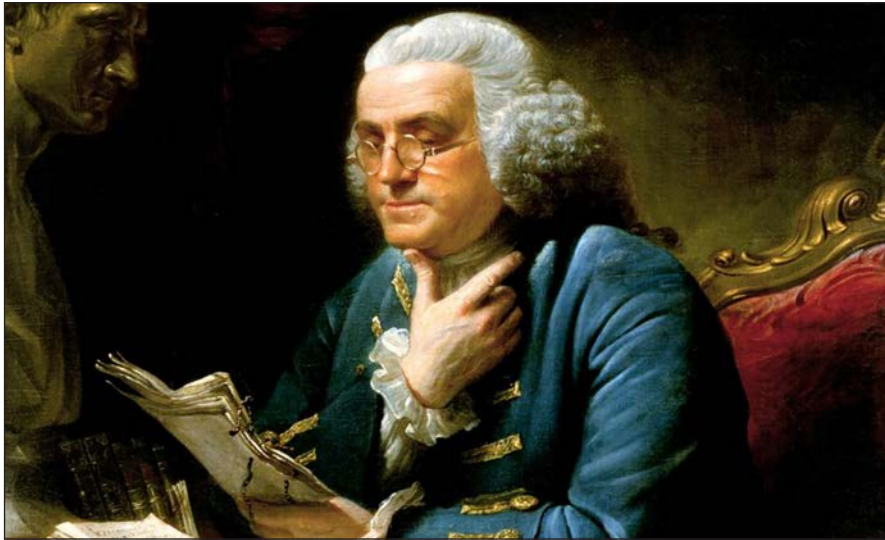






El Rincón de Jaime

Jimmy's Corner



“El nuevo año no se trata solo de un cambio en el calendario; se trata de establecer nuevas metas, aprovechar nuevas oportunidades y creer en tu propio potencial”.

“The new year is not just about a change in the calendar; it's about setting fresh goals, embracing new opportunities, and believing in your own potential.” – **Unknown**

“Mantente en guerra con tus vicios, en paz con tus vecinos, y deja que cada nuevo año te encuentre una persona mejor”.

“Be at war with your vices, at peace with your neighbors, and let every new year find you a better person.” – **Benjamin Franklin**

vary based on your company, industry, and personal circumstances, but can include:

- **Defining your goals.** Be clear on what you aim to learn, determine a timeline, and plan how you'll gain the knowledge and skills.
- **Getting buy-in from your boss.** Communicate your goals and work together to overcome challenges where possible. Your company may have opportunities to attend training or conferences, and support may be available to cover your responsibilities to allow time for professional development.
- **Involving your team.** Are the skills you'd like to learn or improve also applicable to your team? Take the opportunity to arrange group training or make professional development a regular occurrence for everyone.

Investing time and effort into improving your skills and expanding your knowledge will benefit you as a leader and professional and improve others' experiences with you. While professional development can propel your career further, it can also be advantageous for your personal life as you continue to grow.

About Jessica Burns: Jessica is a Content Marketing Specialist at Express Employment International creating content for employers, leaders, and about the workplace of today. She is an accomplished former social media professional and award-winning writer. When Jessica isn't writing about key leadership characteristics or best workplace practices, she's spending time with her dog and planning her next road trip.

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.

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

cervical health cont.

- Centers for Disease Control and Prevention - Human Papillomavirus (HPV) - www.cdc.gov/hpv
- National Cancer Institute - Cervical Cancer Prevention - www.cancer.gov
- Office on Women's Health - Cervical Cancer Fact Sheet - www.womenshealth.gov/cancer/cervical-cancer
- Office on Women's Health -HPV Fact Sheet - www.womenshealth.gov/a-z-topics/human-papillomavirus
- Office on Women's Health Pap Test Fact Sheet - www.womenshealth.gov/a-z-topics/pap-hpv-tests
- National Cervical Cancer Coalition -HPV and Cervical Cancer - www.nccc-online.org/hpvcervical-cancer/
- U.S. Department of Health and Human Services -HPV Vaccine Fact Sheet - www.hhs.gov/immunization/diseases/index.html

ANUNCIATE EN CONEXIÓN - ADVERTISE WITH US! LLÁMANOS:

Gabriel Vargas: (850) 261-2358 • Erika Rojas: (305) 878-5573 - Tallahassee
 Yenisleidy Rodriguez: (786) 262-0698 - Panama City
 Olga Correa: (571) 442-3027 - Panama City
 Kismeth Meléndez - (787) 922-5081 - Mobile/Southern, Alabama
 Conexión: (850) 368-3505 • conexionflorida@gmail.com

Un nuevo análisis de datos revela una generación en riesgo

Fuente: Healthy Americas Foundation (HAF)



WASHINGTON, 21 de noviembre de 2024 /PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- Un análisis realizado por el Healthy Americas Institute de datos recientemente publicados de la Encuesta Nacional de Escuelas Secundarias de los CDC demuestra que existe una generación en riesgo. El análisis de datos muestra riesgo en todos los grupos raciales y étnicos, y revela que 2 de cada 5 estudiantes de secundaria informan sentimientos persistentes de tristeza y desesperanza, mientras que 1 de cada 10 intentó suicidarse, 1 de cada 5 fue víctima de acoso escolar y 1 de cada 6 fue víctima de acoso electrónico.

“Estos hallazgos, presentados hoy, resaltan las experiencias de los jóvenes con su propio bienestar, con riesgos en todos los grupos raciales y étnicos. Estos datos deberían impulsar acciones significativas por parte de la nueva administración y el 119.º Congreso para garantizar que todos los jóvenes puedan prosperar”, dijo Jane L. Delgado, PhD, MS, presidenta y directora ejecutiva de la Alianza Nacional para la Salud Hispana. El informe, publicado hoy por el Healthy Americas Institute, el brazo de investigación y políticas de la Health Foundation of the Americas y la National Alliance for Hispanic Health, examinó los desafíos de salud mental, las preocupaciones sobre seguridad escolar y las conductas de

alto riesgo que enfrentan los jóvenes estadounidenses de 9.º a 12.º grado. Para respaldar la acción, el informe se distribuyó a educadores, profesionales de la salud y formuladores de políticas, incluidos miembros clave del equipo de transición de la nueva administración y miembros entrantes del nuevo Congreso.

El informe completo, disponible para descargar, ofrece datos clave sobre los desafíos de salud mental y seguridad que enfrentan los jóvenes estadounidenses en muchas comunidades. Las secciones clave incluyen:

- Tendencias de salud mental y bienestar, como sentimientos de tristeza, pensamientos suicidas e intentos de suicidio.
- Preocupaciones sobre la seguridad escolar, incluidas lesiones relacionadas con armas, acoso escolar y ausentismo debido a temores de seguridad.
- Datos sobre violencia sexual, centrándose en la coerción y la agresión.

Estos hallazgos sirven como un punto de partida esencial para diseñar intervenciones y programas de apoyo a los jóvenes que sean culturalmente significativos y lingüísticamente apropiados. Algunos hallazgos clave de este análisis especial del Conjunto de datos nacionales del Sistema de encuesta sobre conductas de riesgo juvenil (YRBS) de 2023 incluyen:

Jóvenes de secundaria en general

- 39,7 % se sintieron tristes o desesperados.
- 20,4 % consideró seriamente el

suicidio, mientras que el 9,5 % lo intentó.

- 19,2 % sufrieron acoso escolar, mientras que el 12,8 % faltó a la escuela por preocupaciones de seguridad.
- 16,3 % experimentó acoso cibernético, mientras que el 8,6 % fue obligado físicamente a tener relaciones sexuales.

Jóvenes afroamericanos o negros de secundaria

- 39,6 % se sintieron tristes o desesperados.
- 19,6 % consideró seriamente el suicidio, mientras que el 10,3 % lo intentó.
- 15,1 % faltó a la escuela porque se sentía inseguro, mientras que el 9,3 % experimentó violencia sexual.

Jóvenes asiáticos de secundaria

- 32,1 % se sintieron tristes o desesperados.
- 14,4 % consideró seriamente el suicidio, mientras que el 8,0 % lo intentó.
- 12,9% sufrió acoso cibernético, mientras que 6,3% fue obligado físicamente a tener relaciones sexuales.

Jóvenes blancos de secundaria

- 31,4% informó que su salud mental “no era buena” la mayor parte del tiempo o todo el tiempo.
- 22,1% consideró seriamente el suicidio, mientras que 8,3% lo intentó.
- 23,2% sufrió acoso escolar, la tasa más alta reportada.

Jóvenes hispanos o latinos de secundaria

- 42,4% se sintió triste o desesperanzado.
- 18,2% consideró seriamente el suicidio, y 10,8% lo intentó.
- 13,7% sufrió acoso cibernético, mientras que 15,8% sufrió acoso escolar.

Jóvenes indios americanos o nativos de Alaska de secundaria

- 44,8% se sintió triste o

desesperanzado, el porcentaje más alto entre todos los grupos.

- 24,5% consideró seriamente el suicidio, mientras que 11,5% lo intentó.
- 17,0% sufrió acoso escolar, mientras que 15,1% faltó a la escuela por preocupaciones de seguridad.

Jóvenes nativos de Hawái o de otras islas del Pacífico en la escuela secundaria

- 25,8% se sentían tristes o desesperanzados.
- 16,1% consideró seriamente el suicidio, mientras que 15,3% lo intentó, siendo este el porcentaje más alto entre todos los grupos.
- 21,9% no asistió a la escuela porque se sentía inseguro, lo que destaca importantes preocupaciones de seguridad.

Jóvenes multiculturales de la escuela secundaria

- 41,4% se sentían tristes o desesperanzados.
- 21,6% consideró seriamente el suicidio.
- 18,3% experimentó acoso cibernético.

Acerca de la Alianza Nacional para la Salud Hispana (la Alianza):

La Alianza es la principal fuente de información basada en la ciencia y defensora confiable de la salud hispana en los Estados Unidos, con la misión de lograr una mejor salud para todos. Para obtener más información, visítenos en healthyamericas.org.

Acerca de la Fundación de Salud de las Américas:

El Fondo de Salud de las Américas® (HAF) busca mejorar la salud de las personas y sus familias en las Américas. Los esfuerzos de HAF se basan en la experiencia de la Alianza Nacional para la Salud Hispana y sus numerosos contribuyentes. Para obtener más información, visítenos en healthyamericasfund.org.

New data analysis reveals a generation at risk

Source: Healthy Americas Foundation (HAF)

WASHINGTON, Nov. 21, 2024 / PRNewswire-HISPANIC PR WIRE/ -- An analysis by the Healthy Americas Institute of newly released data from the CDC's National High School Survey demonstrates a generation at risk. The data analysis shows risk across all racial and ethnic groups, revealing that 2 in 5 high school students report persistent feelings of sadness and hopelessness, while 1 in 10 attempted suicide, 1 in 5 was bullied on school property, and 1 in 6 was electronically bullied.

"These findings, presented today, highlight young people's experiences with their own well-being, with risks across all racial and ethnic groups. These data should prompt meaningful action by the new administration and the 119th Congress to ensure that all young people can thrive," said Jane L. Delgado, PhD, MS, president and CEO of the National Alliance for Hispanic Health.

The report, released today by the Healthy Americas Institute, the research and policy arm of the Health Foundation of the Americas and the National Alliance for Hispanic Health, examined the mental health challenges, school safety concerns, and high-risk behaviors facing U.S. youth in grades 9 through 12. To support action, the report was distributed to educators, health professionals, and policymakers, including key members of the new administration's transition team and incoming members of the new Congress.

The full report, available for download, offers key data on the mental health and safety challenges facing U.S. youth in many communities. Key sections include:

- Mental health and wellbeing trends, such as feelings of sadness, suicidal thoughts, and suicide attempts.
- Concerns about school safety, including weapon-related injuries,

bullying, and absenteeism due to safety fears.

- Data on sexual violence, focusing on coercion and assault.

These findings serve as an essential starting point for designing youth support interventions and programs that are culturally meaningful and linguistically appropriate. Some key findings from this special analysis of the Youth Risk Behavior Survey System (YRBS) 2023 National Data Set include:

General secondary school youth

- 39.7% felt sad or hopeless.
- 20.4% seriously considered suicide, while 9.5% attempted it.
- 19.2% were bullied at school, while
- 12.8% missed school due to safety concerns.
- 16.3% experienced cyberbullying, while 8.6% were physically forced to have sex.

African American or Black High School Youth

- 39.6% felt sad or hopeless.
- 19.6% seriously considered suicide, while 10.3% attempted it.
- 5.1% missed school because they felt unsafe, while 9.3% experienced sexual violence.

Asian high school youth

- 32.1% felt sad or hopeless.
- 14.4% seriously considered suicide, while 8.0% attempted it.
- 12.9% experienced cyberbullying, while 6.3% were physically forced to have sex.

White high school youth

- 31.4% reported that their mental health was "not good" most or all of the time.
- 22.1% seriously considered suicide, while 8.3% attempted it.

- 23.2% were bullied at school, the highest rate reported.

Hispanic or Latino high school youth

- 42.4% felt sad or hopeless.
- 18.2% seriously considered suicide, with 10.8% attempting it.
- 13.7% experienced cyberbullying, while 15.8% were bullied at school.

American Indian or Alaska Native High School Youth

- 44.8% felt sad or hopeless, the highest percentage among all groups.
- 24.5% seriously considered suicide, while 11.5% attempted it.
- 17.0% were bullied at school, while
- 15.1% missed school due to safety concerns.

Native Hawaiian or other Pacific Islander youth in secondary school

- 25.8% felt sad or hopeless.
- 16.1% seriously considered suicide, while 15.3% attempted it, this is the highest percentage among all groups.

- 21.9% did not attend school because they felt unsafe, highlighting important safety concerns.

Multicultural high school youth

- 41.4% felt sad or hopeless.
- 21.6% seriously considered suicide.
- 18.3% experienced cyberbullying.

About the National Alliance for Hispanic Health (the Alliance):

The Alliance is the leading source of science-based information and trusted advocate for Hispanic health in the United States, with the mission of achieving better health for all. For more information, visit us at healthyamericas.org.

About the Health Foundation of the Americas: The Health Americas Fund® (HAF) seeks to improve the health of individuals and their families in the Americas. HAF's efforts are based on the expertise of the National Alliance for Hispanic Health and its many contributors. For more information, visit us at athealthamericasfund.org.



Pepper's Mexican Grill and Cantina is now open in Destin!

Visit them at
14073 Emerald Coast Parkway to enjoy their DELICIOSO Menu!



More info: peppersmexicancantina.com

Seminario Educativo Educational Seminar

HERRAMIENTAS PARA EL CRECIMIENTO EMPRESARIAL

Empowering Your Business Growth.

CONOCERÁS SOBRE:

- ✓ Declaración de Impuestos
- ✓ Inversión en Bienes Raíces
- ✓ Procesos de Inmigración.
- ✓ Adquisición de seguros de salud.
- ✓ ACCOUNTING / TAXES
- ✓ IMMIGRATION PROCESSES
- ✓ REAL ESTATE INVESTMENT
- ✓ HEALTH INSURANCE

REGISTRATE /SCAN HERE



📅 Domingo 26
Enero 2024

🕒 1 pm - 4 pm

📍 My Space Downtown
97 Oak Ave, Panama City, FL

¿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



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 2025 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