

*Sunday Edition*

Noticiero Bilingüe  
**LAWNDALE**  
WEST SIDE TIMES *NEWS*

2022

HAPPY NEW YEAR

# Illinoisans Remain Focused on Health as New Year Arrives



A new year often inspires people to reprioritize their health and well-being. But New Year's resolutions won't be the only reason people may be focused on their health. The ongoing COVID-19 pandemic has played a large role in keeping overall health at the forefront of people's minds. More than 3 in 4 Illinois residents (77 percent) say the COVID-19 pandemic has made them more aware of their overall health, according to a recent survey by Delta Dental of Illinois.

## Oral health key to overall health

The Delta Dental of Illinois survey showed that almost all Illinois adults (95%) agree that oral health is very important to overall health. Yet, about 3 in 10 said they didn't realize there is a connection between their oral health and conditions such as dementia, stroke, high blood pressure, diabetes and respiratory issues. Visiting your dentist and physician for regular preventive checkups can identify issues with your health before they worsen. During a routine exam of your mouth and jaw, your dentist can potentially

detect early warning signs of more than 120 diseases. "Taking care of your teeth and gums can play a significant role in ensuring the health of your whole body," said Dr. Sheila Strock, vice president of dental services and chief science officer at Delta Dental of Illinois.

## Making oral health a priority

More than 7 in 10 Illinoisans (72 percent) said they are paying closer attention to their oral health care habits at home as a result of COVID-19, according to the Delta Dental of Illinois survey. Good

home oral health habits include brushing twice a day for two full minutes each time and flossing daily. A strong oral health regimen also includes routine dental checkups. While some Illinoisans said

they weren't comfortable visiting the dentist during the COVID-19 pandemic, the vast majority (92 percent) had planned to visit the dentist in 2021. Regular dental checkups are important for both

adults and children. As noted, they can help detect issues early, prevent problems from getting worse and avoid the need for more costly and complex treatments.

## Los Residentes de Illinois Siguen Enfocados en la Salud al Llegar el Año Nuevo

Un nuevo año muchas veces inspira a la gente a hacer prioridades en su salud y bienestar. Pero las resoluciones de Año Nuevo no serán la única razón por la que la gente puede estar enfocada en su salud. La continua pandemia del COVID-19 ha jugado un importante papel en mantener la salud en general al frente del pensamiento de todos. Más de 3 de cada 4 residentes de Illinois (77 por ciento) dicen que la pandemia del COVID-19 los ha hecho más conscientes de su salud en general, de acuerdo a un reciente estudio de Delta Dental de Illinois.

## La Salud Oral Clave para Mantener la Salud en General

Un estudio de Delta Dental of Illinois muestra que casi todos los adultos de Illinois (95%) están de acuerdo en que la salud oral es muy importante para la salud en general. Sin embargo, aproximadamente 3 de cada 10 dicen que no se habían dado cuenta que existe una conexión entre su salud oral y condiciones como la demencia, la embolia, alta presión arterial, diabetes y problemas respiratorios. Visitar a su dentista para revisiones preventivas regulares puede identificar problemas de salud antes de que estos empeoren. Durante un examen de rutina de su boca y quijada, su dentista puede potencialmente detectar los primeros sín-

tomas de más de 120 enfermedades. "El cuidar de sus dientes y encías puede jugar un importante papel en garantizar la salud de su cuerpo entero", dijo la Dra. Sheila Strock, vicepresidente de servicios dentales y directora científica en Delta Dental of Illinois. **Hacer de la Salud Dental una Prioridad** Más de 7 de cada 10 residentes de Illinois (72 por ciento) dijeron que están poniendo más atención a sus hábitos de cuidado de salud oral en casa como resultado del COVID-19, de acuerdo al estudio de Delta Dental of Illinois. Unos buenos hábitos de salud oral en casa incluye cepillarse dos veces al día, por

dos minutos cada vez y usar el hilo dental diariamente. Un fuerte régimen de salud oral incluye también revisiones dentales de rutina. Aunque algunos residentes de Illinois dijeron que no se sentían cómodos visitando al dentista durante la pandemia del COVID-19, la vasta mayoría (92 por ciento) ha planeado visitar al dentista en el 2021. Las revisiones dentales regulares son importantes tanto para adultos como para niños. Como se dijo pueden ayudar a detectar problemas temprano, prevenir que los problemas empeoren y evitar la necesidad de tratamientos más costosos y complejos.

**Hola, Vecino.**

¡OFRECEMOS SEGURO DE VIVIENDA!

**Para averiguar cuanto puedes ahorrar en tu seguro de auto y recibir una cotización ponte en contacto con Kevin Ware.**

**¡Es un gran día para ahorrar dinero junto a tu oficina local de GEICO!**

**GEICO** LOCAL OFFICE

**773-582-8888**

Chicago, IL 60652  
¡Hablamos Español!

[geico.com/chicago-ware](http://geico.com/chicago-ware)

"Escanee para llamar ahora"

Algunos descuentos, coberturas, planes de pago y funciones no estan disponibles en todos los estados, en todas las compañías de GEICO o en todas las situaciones. GEICO es una marca de servicio registrada de Government Employees Insurance Company, Washington, DC 20076; una subsidiaria de Berkshire Hathaway Inc. © 2020 GEICO

# Know Before You Go Winter Weather Could Impact Holiday Travel



The Illinois Emergency Management Agency (IEMA) is encouraging those who plan to travel this weekend to Know Before You Go as winter weather

takes aim on Illinois. According to the National Weather Service (NWS), rain and snow is likely over portions of the state, and throughout the Midwest, making travel dangerous at times. State and local emergency officials urge the public to take time now to prepare your family, home and vehicle for everything from a dusting of snow to a major winter storm. "This forecasted winter storm is slated to arrive in the Midwest at a time when holiday travel is at a peak. It is with that in mind that we remind all

travelers to monitor road conditions and only travel during a winter storm if it is absolutely necessary," said IEMA Director Alicia Tate-Nadeau.

### Winter Preparedness include:

- Familiarize yourself with the various weather alert definitions, so you know how to keep your family safe;
- Build a home emergency kit with items such as a food, water, medications, NOAA weather radio, flashlight and spare batteries;

emergency items such as a first aid kit, phone charger, blankets, extra clothes, jumper cables, kitty litter or sand, a flashlight and snow scraper in the event you must travel;

- Charge your mobile devices before any storm;
- Don't wait. Communicate. Create and discuss emergency plans for you and your family;
- Winterize your home and take steps to prevent frozen water pipes;
- Check and monitor road conditions by visiting [www.gettingaroundIllinois.com](http://www.gettingaroundIllinois.com)

# Recovery Grant Open to Applicants



Chicago Recovery Plan community development grants are being made available to Chicago entrepreneurs, small businesses and developers, with the initial round open through January 2022, City of Chicago announced. The community development grants are part of the Chicago Recovery Plan's ambitious \$1.2 billion strategy for equitable economic recovery and support for thriving and safe communities. To be

administered by DPD, the application process will consider a diverse array of improvement projects, including storefront upgrades; large development proposals with entertainment, retail and dining options; and projects that create spaces with public amenities. Projects may apply for the small grant program up to \$250,000 or the large grant program up to \$5 million. Preferred applications will seek to create:

- Catalytic projects with a strong local impact.
- Projects in historically disinvested areas that build upon existing efforts such as Mayor Lightfoot's INVEST South/West Initiative and community safety initiatives.
- Commercial, mixed-use, and light manufacturing projects that create jobs and services. Applications will be accepted on a rolling basis. The first-round application

deadline is Jan. 31, 2022, followed by a second-round application deadline of March 10, 2022. Applicants who are not prepared to apply for either round are encouraged to review all relevant materials and prepare to apply for a third application round in the summer. For more information on the Chicago Recovery Plan community development grant application, go to Chicago.



gov/ChiRecoveryGrant. An informational webinar will be held on Thursday,

January 6 at 12pm CT, and a recording of the webinar will be posted to this site.

**CLAFICIADOS 708-656-6400**

## UNABLE TO WORK?

HAVE YOUR SOCIAL SECURITY BENEFITS BEEN DENIED?



# LET US HELP

## SOCIAL SECURITY DISABILITY

"NO FEE UNLESS WE WIN YOUR CASE" SE COBRA SOLO SI GANAMOS SU CASO

### THE LAW OFFICE OF STEVEN COURSEY

1718 S. ASHLAND AVENUE, 2ND FLOOR. CHICAGO, IL 60608

HABLAMOS ESPAÑOL

# 312-563-1001

HABLAMOS ESPAÑOL

# City Hosts Youth Financial Empowerment Summit



Chicago City Treasurer Melissa Conyears-Ervin closed out her office's two-day **"Whole Lotta Money: Youth Financial Empowerment Summit,"** which featured financial literacy workshops and a financial resource fair geared towards young people to help them plan for their financial futures. The summit, held at the ComEd Recreation Center, also included basketball clinics hosted by Humphrey Hoops, Best

Basketball, and Darren Group Basketball Camp to provide an engaging activity for young people to participate in while they are on school break. Research shows that teaching young people financial literacy skills is critical to their financial futures. A report from the Brookings Institution found that financial literacy for teenagers has a positive correlation to accumulation of assets and an increased net worth by age 25, and

the Financial Industry Regulatory Authority's Investor Education Foundation found that those with a financial education have lower debt delinquency rates and higher credit scores. But currently, Black and Brown communities lag behind in financial literacy, with the TIAA Institute finding that 55 percent of White adults answered the TIAA Institute-GFLEC Personal Finance Index correctly, compared to only 37 percent of Black adults and 41 percent of Hispanics. Equipping all young people with financial literacy tools can help close the racial wealth gap in our city and our country. Treasurer Conyears-Ervin closed out the two-day summit today by thanking partner organizations, including BMO Harris, the Economic Awareness Council, the Chicago Park District, and the Chicago Housing Authority. She also spoke with young people participating in the BMO Harris-led financial literacy workshops and the financial resource fair where participants were able to learn about money management, financial education, and other important tools.



## La Ciudad es Anfitriona de la Cumbre de Empoderamiento Juvenil

La Tesorera de la ciudad de Chicago, Melissa Conyears-Ervin, cerró los dos días "Whole Lotta Money: Youth Financial Empowerment Summit" de su oficina, que presentaba talleres de alfabetización financiera y un recurso financiero justo dirigido hacia los jóvenes para ayudarlos a planear su futuro financiero. La cumbre, que tuvo lugar en ComEd Recreation Center, incluyó también clínicas de baloncesto presentadas por Humphrey Hoops, Best Basketball y Darren Group Basketball Camp para presentar una actividad atrayente para que los jóvenes participen mientras están en las vacaciones escolares.

Las investigaciones muestran que enseñar a los jóvenes destrezas de literatura financiera es in-

dispensable para su futuro financiero. Un reporte de Brookings Institution encontró que la alfabetización financiera para los adolescentes tiene una correlación positiva a la acumulación de bienes y un aumento del patrimonio neto a los 25 años y la Fundación de Educación para Inversores de la Autoridad Reguladora de la Industria Financiera encontró que quienes tienen educación financiera tienen tasas de deudas más bajas y puntajes crediticios más altos. Pero actualmente, las comunidades negras y latinas están atrasadas en alfabetización financiera, y el TIAA Institute encuentra que el 55 por ciento de adultos blancos respondieron el Índice Financiero Personal de TIAA Institute-GFLEC correctamente, comparado con solo el 37 por ciento de adultos negros y 41 por

ciento de hispanos. El equipar a todos los jóvenes con medios de enseñanza financiera puede ayudar a cerrar la brecha racial de riqueza en nuestra ciudad y en nuestro país.

La Tesorera Conyear-Erving cerró hoy la cumbre de dos días, agradeciendo a las organizaciones afiliadas, incluyendo a BMO Harris, Economic Awareness Council, el Distrito de Parques de Chicago y la Autoridad de la Vivienda de Chicago. También habló con jóvenes que participaron en los talleres de enseñanza financiera conducidos por BMO-Harris y la feria de recursos financieros donde los participantes pudieron aprender sobre el manejo del dinero, la educación financiera y otras herramientas importantes.

## Pacifico Spa

We offer relaxing anti stress massages. Light massages more than just a massage. Given by professionals who will attend you with pleasure.



Ofrecemos masajes relajantes anti estrés. Masajes ligeros más que un simple masaje. Dada por profesionales que te atenderán con gusto.

We are located at:

**2851 W. Belmont Ave.**

Open from 9am to 8pm

**773-245-8915**

**RELAXING  
YOUR  
BODY**



**Happy  
New Year!**

# Gov. Pritzker Signs Legislation to Further Protect Reproductive Rights



Recently, Governor JB Pritzker signed House Bill 370, repealing the Parental Notification Act (PNA). Rescinding the PNA guarantees that while a pregnant minor can choose to involve a family member or legal guardian in their

decision to have or not have an abortion, vulnerable youth – such as victims of rape, incest, and domestic abuse – are not compelled to do so under the law. “With reproductive rights under attack across the nation, Illinois is once

again establishing itself as a leader in ensuring access to healthcare services,” said Governor JB Pritzker. “This repeal was essential, because it was the most vulnerable pregnant minors who were punished by this law: victims of rape

and physical abuse in unsafe homes. I thank Representative Anna Moeller, Senator Elgie Sims and the lawmakers and advocates who have fiercely fought to repeal this law and keep vulnerable young people safe. I’m proud that Illinois continues to be a national leader in protecting reproductive rights.” The Parental Notification Act of 1995 required doctors to notify a pregnant minor’s parent within 48 hours prior to an abortion procedure. To ensure lasting change, the bill also creates the Youth Health and Safety Advisory Working Group to identify laws and policies that impact parenting and pregnant youth.

However, members in the Republican Party vocalized their concern over HB 370, calling it an “extreme measure.” State Representatives Brad

Halbrook (R-Shelbyville); Dan Caulkins (R-Decatur); Blaine Wilhour (R-Beecher City); Adam Niemerg (R-Dieterich) and Chris Miller (R-Oakland) are issuing the following statement on the extreme abortion measure Governor JB Pritzker has signed into law. “There is no pretense of abortion being ‘Safe, Legal and Rare’ into today’s Democrat party. The ‘Shout Your Abortion’ party has no acknowledgement or care about the humanity of unborn children. But it really should not be surprising that the same far-left extremists who deny innocent, unborn babies the right to life would have no qualms about denying

parents the right to know when their minor children are seeking an abortion. As a society, we need to get back to promoting and supporting families and that begins with supporting parental rights. But sadly, the political elites in our government have declared a war on parents. From radicalism being infused in school curriculum to mask and vaccine mandates to now a ban on parental notification, the rights of parents are under assault. We urge parents across the state to join with us in our efforts to end Gov. Pritzker’s war on families.” HB 370 is effective January 1, 2024.



## Establezca Hábitos de Salud que se Mantengan este Año Nuevo



**Cambia tu Forma de Pensar.** Estar más saludable no significa una nueva dieta. Significa un cambio de estilo de vida. **Enfócate en la nutrición** comiendo una dieta variada de alimentos integrales y sin procesar y creando hábitos alimenticios realistas que puedas seguir a largo plazo, no solo a planes de comidas a corto plazo. **Escucha las señales de hambre de tu cuerpo** comiendo de manera consciente en vez de hacerlo emocionalmente. Puede ser útil registrar lo

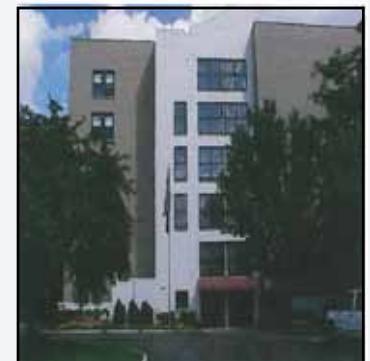
que comes diariamente en un diario de alimentos. **Encuentra un ejercicio** que disfrutes para romper el vínculo entre el estrés y una alimentación poco saludable. Trata los bolos, la jardinería, el vóleibol, el baloncesto, caminar o nadar – lo que sea que te levante del sofá y te haga moverte. **Un sueño de calidad** es esencial para una salud mental óptima, tener energía para hacer ejercicio y controlar el deseo del azúcar. Siete horas es lo recomendado como mínimo para adultos de más de

18 años. **Establece metas personales** para responsabilizarte y poder seguir tu progreso. Alcanzar esa meta semana tras semana tendrá efectos positivos en tu pique. **Crea un plan de acción** para entender específicamente como lograr cada meta. **Ten paciencia y no renuncies.** Un cambio de estilo de vida sostenible comienza con algo pequeño y crece gradualmente a medida que se formen hábitos con el tiempo.

## THE OAKS



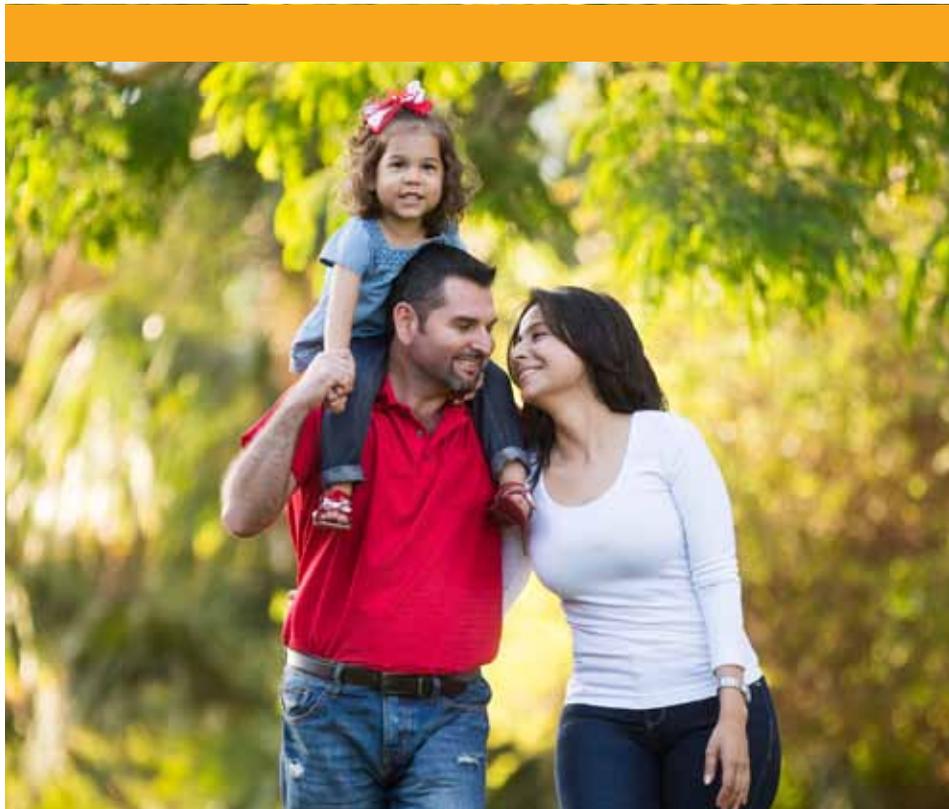
Apartment living with congregate services  
114 South Humphrey  
Oak Park, IL, 60302



This property with its architecturally award winning atrium provides seniors and disabled individuals with parking, library, laundry room, Wellness Center and other conveniences.

A service coordinator is on staff to assist tenants who may need additional services. The units are studio and one bedroom, each with electric appliances, tile bath, and wall to wall carpeting. Modern fire and safety systems are installed in each apartment and common areas of the building. There are also 8 accessible one bedroom units for the mobility impaired. The Oaks is owned and operated by The Oak Park Residence Corporation and is funded by the Department of Housing and Urban Development through the 202/section 8 Program. Residents pay approximately 30% of their monthly income for rent. For additional information please visit our website at [www.oakparkha.org](http://www.oakparkha.org) or contact us at 708-386-5812.





## Las soluciones climáticas requieren un esfuerzo colectivo

Hoy en día, nuestra creciente población necesita de una gran cantidad de fuentes de energía para satisfacer nuestras necesidades diarias.

Necesitaremos mayor acceso al transporte, más opciones de vivienda y de trabajo y más electricidad.

## Los estadounidenses podemos alcanzar estas metas y, a la vez, hacer frente al cambio climático.

Necesitaremos que las mentes más brillantes de todo Estados Unidos colaboren, con diversas opiniones e ideas, para satisfacer nuestra creciente demanda de energía, mientras reducimos las emisiones de carbono en el país.

Las comunidades de todo Estados Unidos pueden ayudar a emprender el camino.

Para obtener más información sobre cómo el suministro de energía ayuda a su comunidad, visite [CommunityEnergyCenter.org](http://CommunityEnergyCenter.org)



El Community Energy Center es una cooperativa con la National Newspaper Publishers Association y la National Association of Hispanic Publications Media, que brindará información y perspectivas sobre el papel integral que juega el sector energético en la vida cotidiana de las familias estadounidenses en una gran variedad de comunidades.

# IEA Calls on School Districts, Lawmakers to Make Schools Safer



Illinois Education Association (IEA) President Kathi Griffin is calling on school districts that are not adhering to Illinois school safety laws to immediately comply. Griffin made the announcement at a news conference earlier today. Griffin also announced Rep. Fred Crespo (Hoffman Estates-D) and Rep. Tony McCombie (Savanna-R) are working with the IEA on legislation to track which school districts are not in compliance with Illinois' laws. In 2019, the Illinois Education Association initiated, and the state legislature passed, the School Threat Assessment Bill, House

Bill 1561 (HB 1561). The law does several things:

- Instructs schools to develop a threat assessment team and a threat assessment protocol.
- Expands the use of the 1-cent county sales tax to include school safety improvements, school resource officers or mental health professionals, or allow a district to issue bonds, borrow money or find other ways to pay for the similar needs.
- Requires school districts to implement a threat assessment procedure that may be part of a school board policy on targeted school violence and prevention, which must

include the creation of a threat assessment team made up of specific people. •Calls for each district to review each school building's emergency and crisis response plans, protocols and procedures and the make-up of its team. •Requires each district's assessment team to include mental health professionals as well as representatives from state, county and local law enforcement agencies. The IEA is now partnering with Crespo and McCombie to sponsor new legislation that will ensure school districts are complying with the requirements in the School Threat Assessment law.



# El Gobernador Pritzker Firma una Legislación Para Proteger aún más los Derechos Reproductivos



Recientemente, el Gobernador JB Pritzker firmó el Proyecto 370 de la Cámara, revocando el Acta de Notificación Parental (PNA). Anular la ANP garantiza que, si bien una menor embarazada puede optar por involucrar a un miembro de la familia o tutor legal en su decisión

de tener o no un aborto, los jóvenes vulnerables, como las víctimas de violación, incesto y abuso doméstico, no están obligados a hacerlo bajo la ley. "Con los derechos reproductivos bajo ataque en la nación, Illinois una vez más se establece como líder, asegurando el acceso a servicios

de cuidado de salud", dijo el Gobernador JB Pritzker. "Esta derogación era esencial, porque son las más vulnerables menores embarazadas quienes resultaban castigadas por esta ley: víctimas de violación y abuso físico en hogares peligrosos. Agradezco a la representante Anna

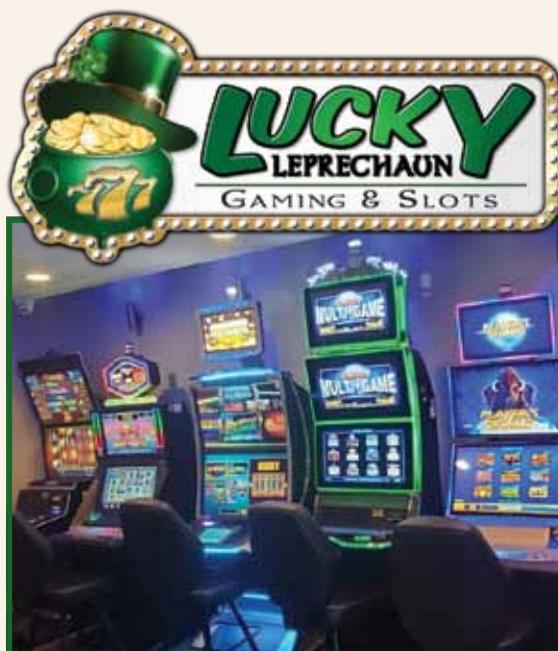
Moeller, al Senador Elgie Sims y a los legisladores y abogados que han luchado fieramente para abolir esta ley y mantener a salvo a jóvenes vulnerables. Me siento orgulloso de que Illinois continúe siendo un líder nacional en proteger los derechos reproductivos". El Acta de Notificación Parental de 1995 requiere que los doctores notifiquen a los padres de una menor embarazada dentro de 48 horas antes de un procedimiento de aborto. Para garantizar un cambio duradero, el proyecto crea también el Grupo de Trabajo Asesor Sobre la Salud y Seguridad de los Jóvenes, para identificar leyes y políticas que impacten la paternidad y el embarazo juvenil.

Sin embargo, miembros del Partido Republicano hizo oír su preo-

cupación por la HB 370, llamándola una "medida extrema". Los representantes Estatales Brad Halbrook (R-Shelbyville); Dan Caulkins (R-Decatur); Blaine Wilhour (R-Beecher City); Adam Niemerg (R-Dietterich) y Chris Miller (R-Oakland) están expidiendo las siguientes declaraciones sobre la medida de aborto extrema que el Gobernador JB Pritzker convirtió en ley. "No se pretende que el aborto sea 'seguro, legal y poco común' en el partido demócrata de hoy. El partido 'Shout Your Abortion' no reconoce ni se preocupa por la humanidad de los niños por nacer. Pero realmente no debería sorprender que igualmente -Los extremistas de izquierda que niegan a los bebés inocentes y no nacidos el derecho a la vida no tendrían reparos en negar a los

padres el derecho a saber cuándo sus hijos menores buscan un aborto. Como sociedad necesitamos volver a promover y apoyar a las familias que comienzan con apoyar los derechos de los padres. Pero tristemente, las elites políticas en nuestro gobierno han declarado una guerra a los padres. Desde el radicalismo que se infunde en el plan de estudios de la escuela hasta los mandatos de máscaras y vacunas y hasta ahora la prohibición de la notificación a los padres, los derechos de los padres están bajo ataque. Instamos a los padres de todo el estado a que se unan a nosotros en nuestros esfuerzos para poner fin a la guerra del Gobernador Pritzker contra las familias". La Ley HB 370 entra en vigencia el 1° de enero de 2024.

## GET \$10 MATCH PLAY!



Visit us inside the Shell Station at  
3150 S. Cicero Ave. and SHOW THIS AD to receive  
**\$10 JANUARY FREE PLAY!**

No cash value. Valid only at 3150 S. Cicero Avenue, Cicero, IL.  
Valid 1/1/22 - 1/31/22

Some restrictions apply. One redemption per patron. Must be 21 to play or redeem offers. No purchase necessary. May require proof of identification. Promotional rules available on request. Promotion subject to change. Free food and offers provided strictly by the establishment. Make, model and color may vary. If you or someone you know has a gambling problem, crisis counseling and referral services can be accessed by calling 1-800-GAMBLER (1-800-426-2537).



**BEST IN TOWN**

PLAY TODAY AT: SHELL • 3150 SOUTH CICERO AVENUE • CICERO, IL



# RENTAL ASSISTANCE IS AVAILABLE!

Has COVID-19 impacted your ability to pay rent? Assistance is available through the Illinois Rental Payment Program.

You could receive up to

**\$25,000**



Check eligibility and apply:  
**IllinoisHousingHelp.org**

Need help applying? Contact NHS:  
800-831-7949

**EmergencyAssistance@NHSChicago.org**

# Theatre School at DePaul University Announces Creative Root's Canopy Project for Children



The Theatre School at DePaul University is pleased to announce Creative Root's Canopy Project, offering holistic theatre arts programming at no cost to the community. Drop-in

classes and workshops for both youth and adults will focus on creative movement, imaginative play, storytelling, and more. Creative Root works to build responsive spaces to empower young

people, educators, and intergenerational learners with the tools necessary to believe in the power of their creative voice to build strong communities. All attendees must have

a negative COVID test result within 72 hours of a class or be fully vaccinated in order to participate. Additionally, face masks

are required regardless of vaccination status. All classes take place at The Theatre School at DePaul University - 2350 N. Racine

Ave., Chicago, IL 60614. For more information or to register for classes, visit [www.theatre.depaul.edu](http://www.theatre.depaul.edu).



## ¡OBTENGA \$10 EN MATCH PLAY!



Visítenos dentro de la Shell Station en 3150 S. Cicero Ave.  
y MUESTRE ESTE ANUNCIO para recibir  
**UN JUEGO GRATIS POR VALOR DE  
\$10 EN ENERO.**

Sin valor en efectivo. Válido únicamente en 3150 S. Cicero Avenue,  
Cicero, IL. Válido desde el 1 de enero hasta el 31 de enero de 2022.

Rigen determinadas restricciones. Un canje por cliente. Debe ser mayor de 21 años para jugar o canjear las ofertas. Sin obligación de compra. Puede solicitarse prueba de identidad. Reglas de la promoción disponibles a solicitud. Promoción sujeta a cambios. Comidas y ofertas gratuitas proporcionadas estrictamente por el establecimiento. La marca, el modelo y el color pueden variar. Si usted o alguien que conoce tiene problemas con el juego, puede acceder a servicios de consejería y consulta en caso de crisis llamando al 1-800-GAMBLER (1-800-426-2537).



**BEST IN TOWN**

JUEGUE HOY EN: SHELL • 3150 SOUTH CICERO AVENUE • CICERO, IL

# Chicago Brings in the New Year



Mayor Lori E. Lightfoot, Arena Partners, Choose Chicago, and Navy Pier announced plans to welcome in the New Year with a 1.5-mile-long midnight fireworks display along the lakefront and Chicago River. These will be the largest fireworks display the City's ever had and will be accompanied by a live simulcast from WGN. This year, with the COVID-19 pandemic still threatening the health and

safety of Chicago residents, the City has introduced health guidelines that will encourage visitors and residents alike to celebrate safely. Promptly at midnight, a fireworks display choreographed to a special music soundtrack will light up the sky synchronized across eight separate launch sites along the Chicago River and in Lake Michigan near Navy Pier. The display will be free to view, courtesy of

the City, Choose Chicago, and participating partners from across the hospitality community. The event is made possible by support from the City of Chicago and partners from the hospitality industry, which employs more than 90,000 workers. To learn more about the Chicago New Year's Eve River Fireworks Celebration and view a full list of all official partners and event options, please visit [www.NYEBlast.com](http://www.NYEBlast.com).



# Chicago Recibe el Año Nuevo

La Alcaldesa Lori E. Lightfoot, Arena Partners, Choose Chicago y Navy Pier anunciaron planes para dar a bienvenida al Año Nuevo con una exhibición de 1.5 millas de fuegos pirotécnicos a la media noche a lo largo del frente del lago y del Río Chicago. Esta será la mayor exhibición de fuegos pirotécnicos que la ciudad ha tenido y estará acompañado por una transmisión simultánea en vivo de WGN. Este año, con la pandemia del COVID-19 aún amena-

zando la seguridad de salud y seguridad de los residentes de Chicago, la Ciudad ha introducido guías de salud que animarán a los visitantes y residentes por igual a celebrar con seguridad. A la media noche, una exhibición de fuegos pirotécnicos coreografiados con una música especial iluminarán el firmamento, sincronizados en ocho sitios de lanzamiento por separado a lo largo del Río Chicago y el Lago Michigan cerca del Navy Pier. La exhibición será gratis, cor-

tesía de la Ciudad, Choose Chicago y afiliados participantes de toda la comunidad hospitalaria. El evento fue posible con el apoyo de la Ciudad de Chicago y afiliados de la industria hospitalaria que emplea a más de 90,000 trabajadores. Para más información sobre la Celebración de los Fuegos Pirotécnicos de la Víspera de Nueva York en Chicago y para ver una lista completa de los socios oficiales y opciones del evento, visite [www.NYEBlast.com](http://www.NYEBlast.com).

# Create Healthy Habits that Stick this New Year



**Shift your mindset.** Being healthier does not mean a new diet. It means a lifestyle change.

**Focus on nutrition** by

eating a varied diet of whole, unprocessed foods and creating realistic eating habits that you can stick with for the long-term, not

just short-term meal plans. **Listen to your body's hunger signals** by eating mindfully instead of emotionally. Logging

your daily intake in a food journal can help.

**Find a movement** you enjoy to break the link between stress and unhealthy eating. Try bowling, gardening, volleyball, basketball, walking, or swimming – whatever gets you off the couch and moving.

**Quality sleep** is essential for optimal mental health, energy to exercise, and managing sugar cravings. Seven hours is the recommended minimum for adults over age 18.

**Set personal goals** to hold yourself accountable and track your progress. Hitting those milestones week after week will have positive effects on your psyche. **Create an action plan** to

how you will achieve each goal.

**Be patient and don't give up.** Sustainable lifestyle change will start small and grow incrementally as habits form over time.



# IEA Pide a los Distritos Escolares y a los Legisladores que Hagan las Escuelas más Seguras



La Presidente de Illinois Education Association (IEA), Kathi Griffin pide a los distritos escolares que no se están uniendo a las leyes de seguridad escolar de Illinois, que cumplan con ellas inmediatamente. Griffin hizo el anuncio en una conferencia de prensa hoy temprano. Griffin anunció también que el Rep. Fred Crespo (Hoffman Estates-D) y el Rep. Tony McCombie (Savanna-R) están trabajando con la IEA sobre la legislación, para ver cuales distritos escolares no están cumpliendo con las leyes de Illinois. En el 2019, Illinois Education Associa-

tion y la legislatura estatal aprobaron, el Proyecto de Evaluación de Amenazas Escolares Proyecto de la Cámara 1561 (HB 1561). La ley hace varias cosas:

- Instruye a las escuelas a desarrollar un equipo de evaluación de amenazas y un protocolo de evaluación de amenazas.
- Expande el uso del impuesto a las ventas del condado de 1 centavo para incluir mejoras de seguridad escolar, oficiales de recursos escolares o profesionales de salud mental, o permitir que un distrito emita bonos, pida dinero prestado o encuentre otras formas de pagar necesi-

dades similares. •Requiere que los distritos escolares implementen un procedimiento de evaluación de amenazas que puede ser parte de una política de la junta escolar sobre la prevención y la violencia escolar selectiva, que pu-

ede incluir la creación de un equipo de evaluación de amenazas compuesto por personas específicas. •Pide que cada distrito revise los planes, protocolos y procedimientos de respuesta a emergencias y crisis de cada edificio escolar y la

composición de su equipo. •Requiere que cada equipo de evaluación del distrito incluya profesionales de salud mental así como a representantes del estado, el condado y agencias de la ley de la localidad.

IEA se está ahora aso-

ciando con Crespo y McCombie para patrocinar una nueva legislación que garantizará que los distritos escolares cumplen con los requisitos de la ley de Evaluación de Amenazas Escolares.

## La Escuela de Teatro de la Universidad de DePaul Anuncia el Proyecto Canopy de Creative Root Para Niños



La Escuela de Teatro de la Universidad De Paul se complace en anunciar el Proyecto Canopy de Creative Root que ofrece una programación holística de artes teatrales sin costo para la comunidad. Las clases y talleres sin cita previa para jóvenes y adultos se centrarán en el movimiento creativo, la narración de juegos imaginativos y más. Creative Root trabaja para construir espacios de resonancia para empoderar a

los jóvenes, educadores y estudiantes intergeneracionales con las herramientas necesarias para creer en el poder de la voz creativa para construir comunidades sólidas. Todos los asistentes deben tener un resultado de prueba negativa de COVID dentro de 72 horas de una clase y estar totalmente vacunados para poder participar. Adicionalmente se requiere el uso de tapabocas, esté vacunado o no. Todas las clases tienen lugar en la Escuela de Teatro de la Universidad DePaul - 2350 N. Racine Ave., Chicago, IL 60614. Para más información o para inscribirse para las clases, visitar [www.theatre.depaul.edu](http://www.theatre.depaul.edu).

## THOUGHT ABOUT A CAREER CHANGE?

Lawndale Bilingual Newspaper is Seeking an

## ADVERTISING REPRESENTATIVE

If you enjoy meeting people, and growing your own income, this may be the perfect opportunity for you.

The Lawndale Bilingual Newspaper is seeking a professional sale rep who is organized, creative, reliable, and enthusiastic to join our team. Sales experience is encouraged, however training is provided to the candidate who displays a passion to learn and grow in a competitive, yet nurturing environment. Candidates should bring a basic knowledge of social media along with original ideas to increase our presence. Generous commission plus based salary will be offered.

Call at 708-656-6400 ext. 116

5533 W. 25th Street  
Cicero, IL 60804

708-656-6400

LAWNDALE NEWS

Noticiero Bilingüe

**LAWNDALE**  
news

# neighborhood newspapers

## WHY LOCAL NEWSPAPERS ARE SO IMPORTANT?



**LOCAL NEWSPAPERS  
HAVE LONG BEEN THE  
CONSCIENCE OF OUR  
COMMUNITIES.**

*Local Newspapers have the  
best access to the needs and  
opinions of our citizens*

*So pick up a copy of the Lawndale News... And put your  
hand on the pulse of Chicago's Hispanic Market*

# 708-656-6400