

50% INGLÉS – 50% ESPAÑOL,
un periódico comunitario
producido y operado en la región.

¡Nueva galería de fotos de La Voz!
¿Aparece ahí?

New La Voz photo gallery!
Are you there?

www.lavoz.us.com

50% ENGLISH – 50% SPANISH
locally owned and operated
community newspaper.



© 2012 • La Voz • 50¢

BILINGUAL NEWSPAPER



50% IN ENGLISH!

BILINGUAL
The Voice
NEWSPAPER

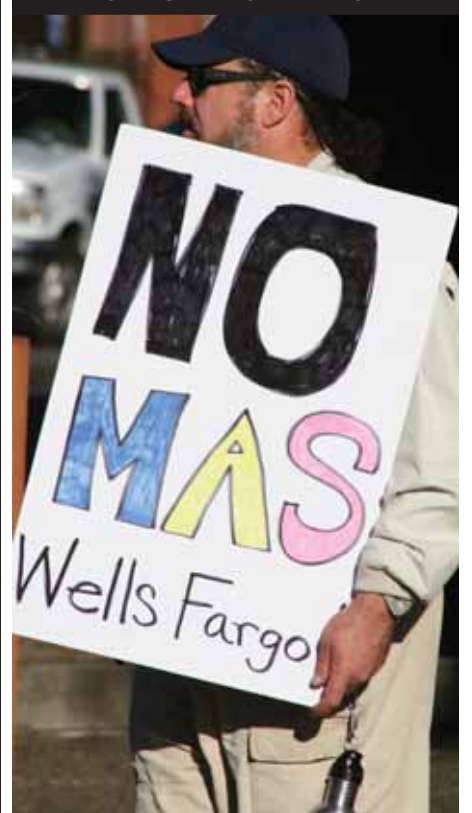
¡50% EN ESPAÑOL!

El Mejor Periódico Bilingüe del Norte de California NORTHERN CALIFORNIA'S FOREMOST BILINGUAL NEWSPAPER

DOS IDIOMAS, DOS CULTURAS,
UN ENTENDIMIENTO

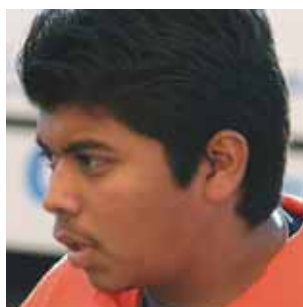
TWO LANGUAGES, TWO CULTURES,
ONE UNDERSTANDING

¡Unidos no seremos vencidos! United we will not be defeated!



Los participantes del movimiento de los indignados marcharon en apoyo de los derechos de los inmigrantes y forzaron el cierre de una sucursal del banco Wells Fargo en Santa Rosa.

Occupy Protesters recently marched on behalf of immigrant rights and forced the closure of Wells Fargo Bank in Santa Rosa.



LA ADMINISTRACIÓN DE OBAMA ANUNCIA UN GRAN CAMBIO EN LOS PROCEDIMIENTOS DE INMIGRACIÓN

por christopher kerosky esq. www.yourabogado.net

En enero de este año, la administración de Obama anunció un cambio importante en la política migratoria que beneficiaría a muchos inmigrantes en la comunidad del norte de la Bahía y en general en todo el país. La regulación propuesta permitiría a los cónyuges de ciudadanos estadounidenses solicitar sus residencias permanentes (conocida como "green card") exentar la penalidad de los 10 años desde dentro de los EEUU, inclusive si vinieron sin visa. Esta penalidad de 10 años se refiere al castigo al que se está sujeto por haber permanecido de manera ilegal en el país. Este cambio significaría que estas personas que previamente estaban esperando en las sombras sin poder cambiar su estatus migratorio, y que además estaban en constante miedo de tener que dirigirse al consulado de los EEUU en su país de origen para solicitar la excepción, aparentemente tendrán muy pronto la posibilidad de solicitar sin correr el mismo riesgo.

Bajo el procedimiento actual los cónyuges indocumentados que entraron al país sin una visa se arriesgan a tener prohibida la entrada a los EEUU por diez años en caso tal de que la exención sea negada. Naturalmente, este riesgo previno que muchos de ellos solicitaran la exención. Ahora bien, si esta regulación propuesta sigue adelante, estos inmigrantes aún tendrán que salir del país para poder conseguir la residencia permanente, pero sólo lo harían sabiendo de antemano que ésta será aprobada después de unas semanas en su país de origen, totalmente diferente a las largas esperas, llenas de incertidumbre que existen hasta ahora. Para los ciudadanos mexicanos, esto probablemente significaría un viaje a Ciudad Juárez por una semana o no, en vez de estar allí esperando hasta un año, separados de su familia y de su trabajo en los EEUU.

LA LEY PROPUESTA AFECTA LA PROHIBICIÓN DE LOS 10 AÑOS PARA REGRESAR A LOS EEUU

La actual ley migratoria estadounidense aplica una severa penalidad a aquellos que vienen

VEA SER EL CAMBIO QUE QUIERES VER EN EL MUNDO EN LA PÁGINA 5

OBAMA ADMINISTRATION ANNOUNCES MAJOR CHANGE IN IMMIGRATION PROCEDURE

by christopher a. kerosky, esq. www.youradvocate.net

In January, the Obama Administration announced a major immigration policy change that would benefit many in the North Bay immigrant community and across the country. The proposed regulation allows spouses of US citizens to apply for permanent residence and waivers of the 10-year penalty for unlawful presence inside the US, even if they came here without a visa. Those persons who previously were waiting here unable to change status and afraid to risk going to the US Consulate in their home country to apply for a waiver apparently will soon be able to apply without the same danger.

Under the current procedure, undocumented spouses who came here without a visa risk being barred for 10 years from the US if their waiver was denied. Naturally, this risk kept many from applying at all.

If this proposed regulation goes forward, these immigrants still have to leave to get their green card, but they will know beforehand that it will be approved after a few weeks in their home country— not the long and uncertain waits that have existed until now.

For Mexican citizens, it will likely mean a trip to Ciudad Juárez for a week or two, instead of waiting there up to one year separated from family and work in the US.

PROPOSED LAW AFFECTS THE TEN YEAR BAR FROM COMING BACK TO THE US

Current American immigration law applies a severe penalty for those who come here without a visa. If an immigrant comes illegally to the US and stays more than one year, they are barred from coming back to the US for ten years — even if they came as a child. The ten year wait begins from the date the person leaves the US.

The penalty applies even if the immigrant marries a US citizen. The law permits a person subject to the penalty to apply for a waiver if they have either a spouse or parents that are US residents or citizens. A child who is a US citizen or resident does not qualify the parent for a waiver.

SEE CHANGE IN IMMIGRATION ON PAGE 5



Divididos fracasaremos y seremos olvidados. Unidos no seremos vencidos. Divided we fall and are forgotten. United we will not be defeated. Fotos de / Photos by Mathew Canniff

AVISO DE REUNIÓN Y AUDIENCIA ABIERTA AL PÚBLICO EN GENERAL

para recibir sus comentarios sobre una propuesta para incrementar la tarifa de la tarjeta Golden Gate Ferry Clipper.

Para incrementar la tarifa de la tarjeta Golden Gate Ferry Clipper en un 5% a partir del 1 de julio de 2012, y con incrementos posteriores de un 5% cada 1 de julio hasta el año de 2015.

FECHA Y LUGAR PARA LAS REUNIONES ABIERTAS AL PÚBLICO

Martes 7 de febrero de 2012, de 3:00 a 6:00 P.M. y miércoles 15 de febrero de 2012, de 5:00 a 7:00 P.M. en San Francisco Ferry Terminal One Ferry Plaza, ubicada en San Francisco, California.

Jueves 9 de febrero de 2012, de 6:15 a 8:30 A.M. en Larkspur Ferry Terminal 101 E. Sir Francis Drake Blvd. Larkspur, CA

FECHA Y LUGAR PARA LA AUDIENCIA PÚBLICA

Jueves 22 de marzo de 2012, a las 9:30 A.M. en el salón de juntas (Board Room) del Edificio Administrativo (Building Administration) del Golden Gate Bridge Toll Plaza, en San Francisco, California

Los comentarios oficiales serán recibidos para ser tratados durante las Reuniones Abiertas al Público. Los comentarios del público serán recibidos en la Audiencia Pública, puede enviarlos vía correo electrónico a publichearing@goldengate.org, o bien envíe sus comentarios escritos en una carta (estos comentarios serán recibidos al el 22 de marzo de 2012, a las 4:30 P.M.), puede enviar la carta con sus comentarios a: **Jan Tarantino**, Secretary of the District, GGBHTD, P.O. Box 9000, Presidio Station, San Francisco, CA 94129-0601.

NOTICE OF OPEN HOUSES AND PUBLIC HEARING to Receive Public Comment on a Proposed Golden Gate Ferry Clipper™ Fare Increase

To increase Golden Gate Ferry Clipper fares by 5% on July 1, 2012, with 5% increases each July 1 through 2015.

Public Open Houses

Tuesday, February 7, 2012, 3:00 – 6:00 p.m. and Wednesday, February 15, 2012, 5:00 – 7:00 p.m. San Francisco Ferry Terminal One Ferry Plaza San Francisco, CA

Thursday, February 9, 2012, 6:15 – 8:30 a.m. Larkspur Ferry Terminal 101 E. Sir Francis Drake Blvd. Larkspur, CA

Public Hearing

Thursday, March 22, 2012 9:30 a.m. Board Room, Administration Building Golden Gate Bridge Toll Plaza San Francisco, CA

Official comments will be received at the Open Houses. Public comment will be received at the Public Hearing, by email at publichearing@goldengate.org or in writing (no later than 4:30 p.m., March 22, 2012) to: Jan Tarantino, Secretary of the District, GGBHTD, P.O. Box 9000, Presidio Station, San Francisco, CA 94129-0601.

For complete information, call toll-free **511** (TDD 711) or visit www.goldengate.org



Para obtener mayor información, comuníquese a la línea gratuita **511** (TDD 711) o visite www.goldengate.org

Formerly known as Multicultural Tae Kwon DO Institute. Cali Kicks Martial Arts Academy Has been providing Services in our community for the past 11 years. Promoting Education, Physical Fitness and building Champions in Life. www.calikickstkd.com

Our Tae Kwon Do classes help students learn how to focus on something fun and exciting... Taekwondo! Our instructors are experts at getting students to transfer this focus to their school work resulting in better grades. Call today to schedule your first class and see how we make learning fun. \$75/month or \$95 Special includes 1 month membership, 2 private lessons. Free Uniform, a \$250 value. Present this ad to receive special.

707 535 0368

U-JAM Fitness 3 month Special \$150.00 Unlimited Classes

Morning Classes Monday through Thursday 9:15 am

Night Classes Monday-Wednesday-Friday 7:15pm

\$10.00 Drop in \$70.00 for 10 class Card. \$65.00 month

Location: Calikicks Martial Arts Academy 3445 Sebastopol Rd Santa Rosa, CA 94507 (707) 535 0368

U-Jam Fitness™ unites World beats with urban flavor and takes you around the world from Hip-Hop to Bollywood, with an intense cardio vascular workout!

VIP Special Card 3 months for \$150.00 access to 84 classes that's less then \$1.80 per class.

U-Jam Fitness is Universal, Unique and eUphoric! So put on your High-tops and let the music drive you!

Visit us at [www.calikickstkd.com!](http://www.calikickstkd.com)



DISCIPLINE, RESPECT, FOCUS, POSITIVE ATTITUDE, SELF ESTEEM, FRIENDSHIP! ¡DISCIPLINA, RESPETO, ENFOQUE, ACTITUD POSITIVA, AUTO ESTIMA, AMISTAD! CALI KICKS MARTIAL ARTS ACADEMY • OLYMPIC STYLE TAE KWON DO • BUILDING A STRONG BODY, MIND AND SPIRIT

¿Le Gustaría Empezar Su Propio Negocio Como Granjero o Agricultor? Are You a Beginning Farmer or Rancher Seeking to Start Your Own Business?

El proyecto de desarrollo para nuevos granjeros y agricultores identifica, informa y apoya a personas con interés de establecer su propio negocio en el condado de Sonoma.

The Beginning Farmers and Ranchers Development Program (BFRDP) will identify, train, and offer a full range of supportive tools and resources for beginning farmers and ranchers in Sonoma County.



El Programa Incluye:

- ✓ Nueve meses de entrenamiento intensivo personalizado sobre cómo empezar y manejar su negocio exitosamente.
- ✓ Creación de plan de negocio.
- ✓ Oportunidades de tutoría con granjeros y agricultores ya establecidos.
- ✓ Acceso a tierras agrícolas en el condado de Sonoma.

The BFRD Program Includes:

- ✓ Nine months of customized business training for beginning farmers and ranchers.
- ✓ Development of a successful business plan.
- ✓ Opportunities for hands on mentorship training with established Master farmers & ranchers in Sonoma County.
- ✓ Access to affordable farmland and other resources

¡¡Regístrese Hoy!! ¡Becas Disponibles y limitadas!

Las clases empiezan el 30 de Marzo y se llevarán a cabo el último viernes del mes. de 9 a 5 de la tarde en La Granja Shone del Colegio de Santa Rosa.

Sign Up Today!! Limited Scholarships Available!

Classes start March 30th and are usually held the last Friday of the month from 9am to 5pm at Santa Rosa Junior College's Shone Farm.



Para más información en Español contacte a Fabiola Espinosa, coordinadora: 707-799-2577 admin@latinoserviceproviders.org

For more information contact Linda Peterson, UCCE BFRDP Coordinator: 707-565-2648 Email: ljpeterson@ucdavis.edu

ANTONIA E. GARZA 707 542-1400

Divorcio ~ Custodia ~ Cartas Poderes Cambios de Nombre ~ Permisos de Viajar Demandas Pequeñas ~ Casos Civiles Desalojo ~ Notary Public

Divorce ~ Custody ~ Powers of Attorney Name Changes ~ Authorizations for Travel ~ Small claims ~ Civil Cases ~ Evictions ~ Notary Public

No soy abogada. Solamente proveo servicios de auto ayuda a su especifica discreción. I am not an attorney. I only provide self-help services at your specific discretion. LDA-34, Sonoma County

FEBRERO/ FEBRUARY 2012:

Publisher / Editorial / Art Director: **Ani Weaver**

CIRCULATION: Bob Henry, 707.206.0393 Santa Rosa, Petaluma, Cotati/Rohnert Park, Sebastopol, Russian River, Calistoga, Sonoma, Windsor, Healdsburg, Cloverdale, Napa, Hopland, Ukiah, Willits, Fort Bragg, Lake & Marin Counties.

Teresa Foster, 707.255.8666 Napa, Fairfield.

Schools / agencies and other areas, 707.538.1812.

EDITORIAL BOARD OF DIRECTORS:

Ani Weaver MA, MFT; Dr. Carl Wong; Francisco Vázquez PhD, SSU; Frank Pugh, VP, Board of Trustees, SRCS; Jane Escobedo, SCOE; Brian Shears PhD, SSU; Ruth A. González; Ellie Galvez-Hard EDD;

SALES: Please call La Voz at 707.538.1812.

Classified: ads@lavoza.com.

COMMUNITY RELATIONS: Gerardo Sánchez

EDITORIAL: Editor-in-Chief: Ani Weaver

Associate Editor: Ruth A. González; Assistant Editor:

Radha C. Weaver; Editor, Spanish: Chiquis L.; Proof Reading: Chiquis L., Spanish; Ani Weaver and Daniel Lambert, English.

TRANSLATORS: Chiquis L., Odacir Bolaño.

ART: Design, Layout, Typesetting: Ani Weaver; assisted by Ruth A. González.

PHOTOGRAPHY: Ani Weaver; Matt Canniff.

Historical Cartoonist: Emilio Rodríguez Jiménez, México;

CONTRIBUTORS: Ruth González; Craig Davis; Radha C. Weaver; Marisol Muñoz-Kiehne, PhD; Chris Kerosky;

Monica Anderson; Oscar Guardado; David Anglada-Figueroa, PsyD; Allen Nishikawa; Noris Binet. *Gracias!*

LA VOZ BILINGUAL NEWSPAPER

PO Box 3688 Santa Rosa, CA 95402 707.538.1812

www.lavoza.com • news@lavoza.com

La Voz is published on the first Monday of the month.

Please submit articles by the fifteenth of the month prior to publication. La Voz se publica el primer lunes de cada mes. Por favor envíe sus artículos antes del día 15 del mes de la publicación.

© Periódico Bilingüe La Voz 2012 Se reserva todos los derechos. Se prohíbe la reproducción total, parcial o electrónica del contenido de esta publicación sin previa autorización, por escrito, de la Dirección. © La Voz Bilingual Newspaper 2012 All Rights Reserved. No portion of this publication may be reproduced by any means electronic or otherwise without written permission of the publisher.

SUBSCRIPTIONS: For one year, please send \$35 check or money order made out to "La Voz" and your name and address to La Voz at PO Box 3688, Santa Rosa, CA 95402

La Conexión de la Compasión • Compassion Connection • Sonoma Humane Society

¿UN REGALO DE SAN VALENTÍN PARA SU MASCOTA?

Por Christi Camblor

sonoma humane society

Febrero es el mes del amor en el Día de San Valentín y el romance se siente en el aire. ¿Por qué no incluir a su perro o gato en esta celebración? Inclúyalos en sus buenos deseos para este Día de San Valentín.

• En primer lugar ¡mantenga a su mascota a salvo! El Día de San Valentín trae consigo una gran cantidad de chocolates, que son deliciosos para nosotros, pero potencialmente mortales para nuestras mascotas. Asegúrese de guardar sus regalos y ponerlos fuera del alcance de sus mascotas. Los ramos de flores de San Valentín son también muy populares, pero pueden ser venenosos, por lo que representan un gran peligro si son ingeridos por sus mascotas. Asegúrese de mantenerlos en un lugar seguro y no permita que sus mascotas estén cerca de ellos. También asegúrese de mantener los empaques, cintas, papel de regalo fuera del alcance de sus mascotas ya que pueden ser mordisqueados o comidos por los animales y causar enfermedades potencialmente graves.

• En segundo lugar ¡muestre a sus mascotas cuánto las ama! Tómese el tiempo para un paseo extra, una sesión de juego, o incluso sólo una noche con un poco de atención de calidad con su mascota. Al aprovechar esta oportunidad para mostrar cuánto ama a sus mascotas tiene la garantía que será recompensado con el cariño incondicional de ellas.

• Por último ¡désles un beso! febrero es el mes del animal doméstico y de la salud dental y qué mejor momento para asegurarse de que los dientes de su mascota están limpios. La higiene bucal es muy importante para la salud de su mascota además, literalmente, puede prolongar su vida y prevenir infecciones y molestias. Usted puede programar un examen dental en el consultorio de su veterinario local y también tenemos los servicios completos de salud dental para su animal doméstico en la Sociedad Protectora de Animales de Sonoma, para programar una cita llame al 707.284.1198.

SpayPal: Esterilización/Castración a bajo costo para el condado de Sonoma \$30 por cirugía para esterilizar/castrar un gato

También incluye vacuna para la rabia GRATIS Comuníquese al 707-636-1716 para establecer una cita

Patrocinado por los Fondos Salatako para el Bienestar Animal, una división de la Fundación Comunitaria del Condado de Sonoma y la Sociedad Protectora de Animales de Sonoma

A VALENTINE FOR YOUR PET?

By Christi Camblor sonoma humane society

February is the month of love with Valentine's day and romance in the air. Why not include your cat or dog in the fun by including him in your Valentine's wishes?

• First and foremost, keep them safe! Valentine's day brings along with it lots of chocolates, which are delicious for us, but potentially life-threatening for our pets. Be sure to keep your goodies out of reach. Valentine bouquets are also very popular, but can contain flowers and plants that are poisonous if eaten by your pets. Be sure to keep them in a safe location and to not allow your pets anywhere near them. Also be sure to keep packaging, ribbons, and other gift wrap out of reach as it can be nibbled on or eaten by pets causing potentially serious illness.

• Second of all, show them that you love them! Take the time for an extra walk, some one-on-one play-time, or even just a night in with some quality TLC with your pet. Take this opportunity to show them how much you love them and you are guaranteed to be rewarded with their unwavering affection.

• Finally, give them a kiss! February is pet dental health month and what better time to make sure your pet's teeth are clean. Oral hygiene is very important to your pet's health and can literally prolong their life and prevent infection and discomfort. You can schedule a dental exam and cleaning at your local veterinarian's office and we also have complete pet dental health services at the Sonoma Humane Society, just call 707.284.1198 to schedule an appointment.

SpayPal: Low Cost Cat Spay/Neuter for Sonoma County

\$30 for Cat Spay/Neuter Surgery Also included, FREE Rabies Vaccine

Call 707 636-1716 to schedule an appointment

Sponsored by The Salatako Animal Welfare Fund at The Community Foundation Sonoma County and The Sonoma Humane Society



The Fix-it Clinic

Monthly Clinics

Cats Fixed for FREE* - Dogs only \$60

- Space is limited - must call for an appointment
- Pets must be healthy - minimum age: cats 4 months, dogs 6 months old
- Pets must be fasted* from midnight the night before (confine inside)
- Pets from low-income residents of Rohnert Park & Cotati (city limits)
- Proof of residency required

*no food



- Benefits of Altering:
- Fewer lost animals
 - Lower vet bills
 - Reduces spraying
 - Reduces the risk of many cancers
 - Reduces the surplus of kittens
 - Fixed pets are more affectionate!

For more info and appointments call:

Spay/Neuter Message Line (707) 588-3531

Sponsored by: The Rohnert Park Animal Shelter and the City of Rohnert Park

*donations greatly appreciated

SONOMA Humane Society

- Pet Adoptions
- Veterinary Hospital
- Dog Training
- Pet Supplies

SonomaHumane.org

- Adopciones de mascotas.
- Hospital veterinario.
- Entrenamiento para perros.
- Todo para sus mascotas.

(707) 542-0882
5345 Highway 12
Santa Rosa, CA 95407

Find out about volunteer opportunities at the Sonoma Humane Society, visit www.sonomahumane.org or 707.542.0882.

¡Esterilice a su gato GRATIS* ... Los perros sólo \$60



CLÍNICAS MENSUALES

Para residentes de Rohnert Park/Cotati de bajos recursos (Mostrar prueba de domicilio).

- El espacio es limitado — debe llamar antes para hacer una cita.
- Las mascotas deben estar saludables — edad mínima: gatos 4 meses, perros 6 meses.
- Los gatos deben encerrarse y no ingerir alimento desde las 12 de la noche anterior.

Beneficios que se obtienen por la esterilización:

- Menos animales extraviados.
- Reducción en gastos de veterinario.
- Reducción de sprays.
- Reduce el riesgo de padecer diferentes tipos de cáncer.
- Reduce el exceso de crías.
- ¡Las mascotas esterilizadas son más cariñosas!

*donations greatly appreciated

Para información y citas comuníquese al

Spay/Neuter Message Line 707 588-3531

WIZARD OF ID

BY PARKER AND HART



¿YA TE DISTE CUENTA QUE EL DÍA DE SAN VALENTÍN ES ESTA SEMANA?

PREPÁRATE PARA UNA SALIDA NOCTURNA INOLVIDABLE.



PARKER.

Salud y Nutrición • Health and Nutrition

EL ESTRÉS DURANTE LA INFANCIA AFECTA LA SALUD A LARGO PLAZO

Por Allen Nishikawa

departamento de servicios de salud, división de salud pública

La mayoría de nosotros tenemos la idea de que el estrés es un problema único y exclusivo de las personas adultas pero los niños también sienten el estrés. El estrés puede crear problemas inmediatos tales como la pérdida del sueño o ansiedad, pero estudios recientes sugieren que el estrés también puede afectar la salud a largo plazo. Los niños, aquellos que sufren de un estrés severo por diversos tipos de abuso tales como el abuso físico o emocional, tienen una mayor probabilidad de tener problemas posteriores durante su vida. El aprender sobre este aspecto ha ayudado a profesores, enfermeros y otros profesionistas a comprender mejor la relación que existe entre el estrés, también conocido como Experiencias Adversas durante la Infancia (ACES, por sus siglas en inglés), y la salud física y emocional en la vida futura de los niños. También puede ayudar a reconocer y solucionar problemas que pudieran afectar la salud de sus hijos a largo plazo.

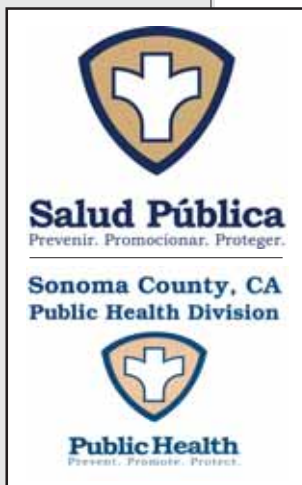
Cuando estamos estresados, nuestros cuerpos liberan altos niveles de hormonas. Después de un largo tiempo, estas hormonas pueden debilitar nuestro sistema de inmunidad y las funciones normales del cerebro. El tener estrés por largos periodos de tiempo también puede conducir a algunas personas a cambiar sus hábitos tales como comer grandes cantidades de alimentos o fumar, por mencionar algunos. Estos hábitos pudieran hacer sentir mejor a las personas por un tiempo, pero también pueden crearles problemas de salud a largo plazo.

Si algún miembro de la familia tiene adicción a las drogas, es encarcelado, tiende a abusar de los demás o muestra actitudes violentas, esto afecta a toda la familia. Los niños que son expuestos a ambientes con altos niveles de estrés se encuentran en uno de los riesgos más altos de tener una salud pobre y una muerte temprana. El estrés padecido durante las primeras etapas de la infancia ha sido relacionado fuertemente con enfermedades del corazón, diabetes, enfermedades pulmonares, violencia familiar, depresión y abuso en el consumo de alcohol y diversas drogas. Cuando estos niños se convierten en adultos, estos mismos niveles de estrés también pueden afectar a sus futuros hijos. Las personas que sintieron estrés tóxico durante su infancia pueden tener dificultades para enfrentar problemas familiares comunes. Estas personas pudieran reaccionar en forma exagerada o actuar violentamente cuando los niños hacen cosas normales tales como llorar o bien cometer errores simples o comunes.

Por supuesto, cada niño padece de cierto nivel de estrés. Los niños deben aprender a enfrentar los problemas como parte de aprender a ser adultos. Sin embargo, si el estrés es severo y tiene una larga duración, pudiera afectar la salud física y emocional de las personas durante toda su vida. Esto afecta la capacidad del cerebro para funcionar y desarrollarse en forma normal. Los niños no saben cómo manejar el estrés cuando es severo y por un largo tiempo. Existen personas adultas que tampoco cuentan con estas habilidades, quizás debido al estrés que padecieron durante su infancia.

¿Cómo saber si el estrés está causando problemas en su familia? Una forma es observar si están sucediendo cambios en la forma en la que su hijo actúa, tales como falta de sueño, cambios en las relaciones con sus amigos o muestra un aumento en sus niveles de ansiedad. Si siente que el estrés que su hijo ha padecido o actualmente padece está afectándolo a usted o a su hijo, hable con su doctor para que le proporcione ayuda.

Para conocer más sobre el estudio de ACES y tomar un sencillo test que mida su nivel de exposición al estrés tóxico, visite el sitio web del estudio de ACES en: www.acesstudy.org/



CHILDHOOD STRESS AFFECTS LONG-TERM HEALTH

By Allen Nishikawa

sonoma county department of health services

Most of us think of stress as an adult problem but children also feel stress. Stress may result in immediate problems like loss of sleep or anxiety, but recent studies suggest that it can affect long term health as well. Children, who feel severe stress, like physical or emotional abuse, are much more likely to have problems later in life. Learning about this has helped teachers, nurses and other professionals to better understand these links between stress (called Adverse Childhood Experiences or ACES) and the future emotional and physical health of children. It may also help you recognize and address problems that could affect your children's long term health.

When we are stressed, our bodies release high levels of hormones. Over a long time, those hormones can weaken our immune systems and normal brain functions. Stress over long periods can also lead some people to do things like overeat and smoke. This might make a person feel better for a while, but it can also lead to long term health problems.

If someone in the household is using drugs, goes to jail, or is abusive or violent, it affects the entire family. Children exposed to the most stress were found to

be at highest risk for poor health and early death later in life. Early childhood stress was strongly linked with heart disease, diabetes, lung disease, family violence, depression and abuse of alcohol and other drugs. When they become adults, that stress can also affect their children. Persons who felt toxic stress as children may have difficulty dealing with common family issues. They may overreact or act violently when children do normal things like cry or make simple mistakes.

Of course, every child has some stress. Children must learn how to deal with problems as part of learning to be an adult. However, if the stress is severe and long lasting, it can affect a person's emotional and physical health throughout his or her life. It affects the brain's ability to function and develop normally. Children do not know how to handle severe and long term stress. There are adults who lack those skills as well, perhaps due to stresses from their childhood.

How do you know if stress is causing problems in your family? One way is to look for major changes in how your child acts, such as poor sleep, changes in friendships or increased anxiety. If you feel that past or present stress is affecting you or your children, talk with your health care provider about how to get help.

To learn more about the ACES Study and to take a simple test to measure your exposure to toxic stress, visit the ACES study website: www.acesstudy.org/



¡Servicios totalmente GRATIS para clientes sin seguro médico!

Drop-in Clinic hours are:
9:30–11:30 am Mondays
5:30–7:30 pm Mondays
3–5 pm Tuesdays / Children
6–8 pm Thursdays

For info call us at: 707 585-7780
www.jewishfreeclinic.org

490 City Center Drive, Rohnert Park
(behind the Public Library)

LA MAGIA DE LOS HULA HOOPS

Por Chef Le Cilantro

¡Bon Jour amigos! Quiero contarles algo de mi reciente clase de cocina para los niños del área de Canal. De repente estos niños me dijeron que querían hacer ejercicio y divertirse al mismo tiempo. Pero no sabía qué hacer y los padres tampoco, no teníamos dinero para pagar un gimnasio.

Fue así como apareció de la nada montado en su gran motocicleta el Mago Harley. Al principio nos asustó con su gran estruendo, pero al conocerlo supimos que era nuestro amigo. De su manga saco unos aros de colores que se hicieron más grandes y nos los presentó: estos son los aros hula hoops, son mágicos pues dan vueltas sin parar alrededor de uno mismo ¡Sacre Blue! Nos dejó maravillados, y lo mejor de todo es que nos dijo que los aros hula hoops no son caros y podemos jugar con ellos en cualquier lugar. Mientras decía eso todos los niños ya estaban girando los aros de hula hoop alrededor de ellos y no me dejaron ni uno para mí. Le pregunté al Mago Harley de dónde habían salido, me dijo que nadie sabía pero los niños han jugado con los aros desde hace mucho tiempo, probablemente desde la era de las cavernas.

El récord mundial de mantener los aros hula hoops girando pertenece a Bric Sorenson, en abril de 1987 (USA) ¡y es de 90 horas! Increíble... el récord de girar más aros hula hoops simultáneamente es de 132, atribuido a Paul Blair en noviembre de 2009. Yo no podría mantenerlos tanto tiempo, ni girar tantos aros hula hoops simultáneamente... Pero les aseguro que es divertido intentarlo... Así que sigan el consejo del Mago Harley y obtengan sus aros hula hoop y a girar se ha dicho!

SALSA DE MANGO Y TOMATE

3 tomates picados.
1/2 cebolla en cubitos.
1 mango verde picado.
2 cucharaditas de cilantro fresco picado.
Sal y jugo de limón al gusto.

Mezcle todos los ingredientes en un tazón. Mezcle bien los ingredientes para que se incorporen y deje que se enfríe antes de servir. ¡Bon Appetit!

MAGICAL HULA HOOPS
By Chef le Cilantro

Bon Jour my friends! I was teaching some children to cook in the Canal area of San Rafael, when they decided they wanted to exercise and have fun at the same time. I didn't know what to do and neither did their parents. We had no money to join a gym.

Suddenly, from nowhere

Harley the magician appeared on his big motorcycle. He brought to us some strange rings, that grew before our own eyes. He said that those were magical rings called Hula Hoops because they twirl around our body and make us happy. Sacre Blue! Soon all the children were playing and having fun. I was left without mine to practice. But I asked Harley the Magician where those hoops come from. He replied, "Nobody knows, it's a mystery, but they are affordable and who cares where they come from as long as they make us happy!"

The world record in Hula Hooping belongs to Bric Sorenson in April 1987 (USA). You won't believe how long it lasted! 90 hours!!! The most hula hoops twirled simultaneously are 132 by Paul Blair in November 2009. Well, I couldn't keep it up that long nor twirl that many hoops but for sure I can have fun. Follow Harley the Magician's advice and get your hoop to have fun...

MANGO TOMATO SALSA

3 tomatoes, chopped
1/2 onion, diced
1 green mango, chopped
2 tablespoons fresh cilantro, chopped
salt and lime juice to taste

Mix all ingredients together in a bowl. Toss well to blend and allow to chill before serving. Bon Appetit!

Para más información sobre el programa y horarios llame al (415)234-6254 o al correo electrónico lecilantro@gmail.com

For more information about the program and schedules call (415)234-6254 or email lecilantro@gmail.com

SERVICIOS DENTALES A PRECIOS BAJOS! La Clínica Dental Comunitaria de Santa Rosa está proporcionando los siguientes servicios dentales a precios bajos: limpiezas dentales \$40, radiografías de toda la dentadura \$30; o cuatro espacios de mordida \$10 y tratamientos de fluoruro sin costo adicional. Llame ahora para establecer una cita al 707 951.0836.

LOW COST DENTAL SERVICES! Community Dental Clinic in Santa Rosa currently provides the following low cost services: dental cleanings; \$40, full mouth dental x-rays, \$30; or four bitewings, \$10; and fluoride treatments at no additional cost. 707 951.0836. Call now to schedule an appointment.

¡Vuelos sin escalas en Alaska Airlines

desde el Sonoma County a Las Vegas, Los Ángeles, Portland y Seattle! Vuelos en conexión que lo llevarán a muchas ciudades tales como Cancún, Guadalajara, La Paz y Mazatlán. Estacionamiento a muy bajo costo y líneas más pequeñas que hacen un viaje fácil y conveniente del Sonoma County Airport (STS). Visite nuestro sitio Web alaskaair.com o comuníquese al 1-800-252-7522 para obtener mayor información sobre horarios y boletos.

Fly Nonstop on Alaska Airlines

from Sonoma County to Las Vegas, Los Angeles, Portland, and Seattle! Connecting flights will take you to many cities including Cancun, Guadalajara, La Paz, and Mazatlan. Low-cost parking and shorter lines make traveling from STS convenient and easy. Visit alaskaair.com or call 1-800-252-7522 for schedules and tickets.



Charles M. Schulz - Sonoma County Airport (STS)
Santa Rosa, CA • (707) 565-7243
sonomacountyairport.org



Inmigración • Immigration

CAMBIO EN INMIGRACIÓN VIENE DE LA PÁGINA 1

sin una visa. Si un inmigrante viene ilegalmente a los EEUU y se queda por más de un año, también está sujeto a una prohibición de regresar a los EEUU 10 años— inclusive si entró al país siendo un niño. Esta espera de 10 años empieza solamente el día en que la persona deja los EEUU. La penalidad aplica inclusive si el inmigrante se casa con un ciudadano estadounidense.

La ley permite solicitar un perdón a aquellas personas que están sujetas a la penalidad si sus padres o cónyuge son ciudadanos estadounidenses. El tener un hijo ciudadano de los EEUU no significa que el padre pueda solicitar la exención. Para obtener esta exención o perdón se necesita probar que los padres o cónyuge estarán en "dificultad extraordinaria" si al inmigrante no se le es permitido regresar a los EEUU.

Alrededor del 30% de las solicitudes para esta exención son negadas. Aquellas personas a quienes se les niega, deben permanecer fuera de los EEUU por lo menos 10 años.

Para aquellas familias involucradas, una negativa de este perdón bajo estas circunstancias puede significar muchos años de separación de una persona de sus hijos y su cónyuge. En algunos casos, esto significa que el matrimonio y la familia pueden separarse antes de que se cumpla el plazo establecido.

PROCEDIMIENTO ACTUAL Y CAMBIO PROPUESTO

Para empezar el proceso de la exención, el cónyuge de un ciudadano estadounidense tiene que presentar una petición de visa por el inmigrante sujeto a la penalidad. Este proceso de petición de visa toma de 6 a 12 meses y es el primer paso en la petición de una visa de inmigrante para el cónyuge. Después de que todo este trámite esté completo y todas las tarifas y documentos hayan sido presentados, el inmigrante debe presentarse a una entrevista en el puesto consular de los EEUU más cercano a su lugar de residencia en el extranjero.

En México, este proceso es hecho solamente en el consulado estadounidense ubicado en Ciudad Juárez, una de las ciudades más peligrosas del país. Bajo el procedimiento actual, el inmigrante puede solicitar la exención en el consulado únicamente después de haber salido de los EEUU. El inmigrante no puede presentar la solicitud de exención antes. Las solicitudes para la exención usualmente tienen una espera de más de un año, tiempo durante el cual el inmigrante está separado de su familia en el extranjero. Lo peor de todo es que el inmigrante debe dejar el país sin saber si le permitirán regresar al país.

Bajo el nuevo cambio propuesto, al inmigrante presentar se le permitirá la solicitud para el permiso en los EEUU y obtener una decisión *antes* de dejar los EEUU.

EL CAMBIO PROPUESTO PROBABLEMENTE SE CONVERTIRÁ EN LEY A FINALES DE PRIMAVERA O EN VERANO

La regulación propuesta no cobra vigencia inmediatamente, sino hasta después de un período de comentario público. Esto es un procedimiento formal de revisión que sigue a cada propuesta de nuevas regulaciones hecha por el gobierno federal. Se espera que esto tome alrededor de cuatro meses. El cambio en la norma no requiere la aprobación del Congreso.

Muchos republicanos en el Congreso han atacado la propuesta llamandola una "amnistía por la puerta trasera".

Sin embargo, es poco probable que la administración de Obama retire la propuesta, inclusive con una gran oposición de los republicanos. En un año de elecciones, éste sería un logro específico que la administración de Obama puede ofrecerle a la comunidad inmigrante, mientras que la reforma migratoria sigue siendo un logro imposible en el actual clima político.

Aunque el cambio en el procedimiento beneficia a un pequeño grupo de inmigrantes, el beneficio para aquellos que no se tendrían que enfrentar a las demoras, a la separación y a los riesgos a los que se enfrentan bajo la ley actual, es incalculable.

CHANGE IN IMMIGRATION CONTINUED FROM PAGE 1

To obtain the waiver, one needs to prove that "extraordinary hardship" would occur to the spouse or parents if the immigrant is not allowed to come back to the US. About 30% of these waiver applications are denied. Those denied are stuck outside the US for at least 10 years. For those families involved, a denial of a waiver under these circumstances can mean many years of separation of a parent from their children and their spouse. In some cases, it means the marriage and the family fall apart.

CURRENT PROCEDURE AND PROPOSED CHANGE

To start the waiver process, a US Citizen spouse has to file a relative visa petition for the immigrant subject to the bar. This visa petition process takes about 6-12 months and is the first step in asking for an immigrant visa for a spouse. After all this paperwork is completed and all fees and documents have been submitted, then the immigrant is required to attend an interview at the US Consular post nearest their residence abroad.

In Mexico, this procedure is only done at the Consulate in Ciudad Juárez, one of the most dangerous cities in Mexico. Under the current procedure, the immigrant can apply for a waiver at the Consulate, once they leave the US. The immigrant cannot present the application for the waiver before leaving. The waiver applications are often pending over one year, while the immigrant is separated from his family overseas. Worst of all, the immigrant must leave the country not knowing whether they will be allowed to come back.

Under the proposed change, the immigrant will be permitted to present a waiver application in the US and obtain a decision on the waiver *before* they leave the US.

PROPOSED CHANGE MAY BECOME LAW IN LATE SPRING OR SUMMER

The proposed regulation will not take effect immediately, only after a period of public comment. A formal procedure of review is followed whenever the federal government proposes a new regulation. It is expected this will take approximately four months. The rule change does not require the approval of Congress.

Many Republicans in Congress have attacked the proposed law as "backdoor amnesty". But, it is unlikely that the Obama Administration will withdraw the proposal, even if there is heated opposition from Republicans. In an election year, this is one thing the Obama Administration can offer the immigrant community, while immigration reform remains impossible under the current political climate.

Although the change in the procedure benefits only a small group of immigrants, the benefit to those few in not facing the delays, separation and risks under current law is incalculable.



Si tiene preguntas sobre temas de inmigración, llame o pase a nuestras oficinas ubicadas en / If you have questions about immigration matters, call or stop by our office:
 2180 Jefferson Street, #103, Napa, California 94559
707.255.8666
TERESA FOSTER
 IMMIGRATION AND NATURALIZATION CONSULTANT
 Call for free appointment • Llama para una cita gratis
 I'm not an attorney • No soy abogada
 Experience makes the difference! ¡La experiencia hace la diferencia!
 Visa Petition • Solicitud de Visa / Citizenship • Ciudadanía • Adjustments • Ajustes Inmigratorios

RE-INSCRIPCION DEL TPS PARA EL SALVADOR

Fecha límite: 12 de marzo 2012

Por Teresa Foster

El Departamento de Seguridad Nacional anunció recientemente que ha extendido el periodo de Estatus de Protección Temporal (TPS) para salvadoreños elegibles por un plazo adicional de 18 meses, comenzando el 10 de marzo de 2012 y terminando el 9 de septiembre de 2013. **IMPORTANTE: Se tiene que inscribir para recibir un nuevo permiso de trabajo.**

Los beneficiarios salvadoreños actuales de TPS que procuran extender su estatus de TPS deben de reinscribirse durante el periodo de 60 días de reinscripción que finaliza el 12 de marzo de 2012. El Servicio de Ciudadanía e Inmigración (USCIS) recomienda que los beneficiarios se inscriban tan pronto sea posible dentro de este periodo de 60 días. USCIS aceptará las solicitudes enviadas del 9 de enero de 2012 hasta el 12 de marzo de 2012.

La extensión de 18 meses también permite que los re-inscritos del TPS soliciten un nuevo documento de autorización para trabajar (EAD) con fecha de vencimiento de septiembre 9 de 2013. USCIS sabe que no todas las personas reinscritas recibirán un nuevo EAD hasta que no se venza su documento actual. Por eso, USCIS extenderá el EAD actual de TPS para salvadoreños con fecha de vencimiento de marzo 9 de 2012 por unos seis meses adicionales, hasta el 9 de septiembre de 2012.

Los solicitantes que buscan información sobre el estado de su caso individual pueden llamar al Centro Nacional de Servicio al Cliente de USCIS al 1-800-375-5283 (TTY 1-800-767-1833). Para poder seguir trabajando, puede mostrar la siguiente documentación a su empleador y/o a las agencias del gobierno:

- Su EAD de TPS con fecha de vencimiento de marzo 9, 2012
- Una copia del aviso: **77 Federal Register Notice 1710**

Puede que su empleador se confíe en el aviso del *Federal Register* como prueba de la validez actual de su EAD. También cheque: "*Documentation Employers May Accept and Temporary Protected Status Beneficiaries May Present as Evidence of Employment Eligibility.*" Si su empleador requiere verificación, o si queda usted despedido, marque al 1.800.255.7688.

RECUERDE : Si no envía su paquete a tiempo junto con el pago de las tarifas, eso implicará el rechazo de la solicitud de reinscripción y no recibirá su nuevo permiso de trabajo.

Estos artículos son de información general y en ningún momento pretenden ofrecer consejos legales sobre un caso en particular. Teresa Foster es consultora en inmigración, no es abogada.

RE-REGISTRATION OF TPS FOR EL SALVADOR

Deadline: March 12, 2012

Por Teresa Foster

The Department of Homeland Security recently announced that it has extended Temporary Protected Status (TPS) for eligible nationals of El Salvador for an additional 18 months, commencing 3/10/2012, and ending 9/9/2013. **IMPORTANT: You need to register to obtain your new work permit.**

Current Salvadoran TPS beneficiaries seeking to extend their TPS status must re-register during the 60-day re-registration period that runs through 3/9/2012. US Citizenship and Immigration Services (USCIS) encourage beneficiaries to register as soon as possible within the 60-day re-registration period. US Citizenship and Immigration Service (USCIS) will accept applications filed from 1/9/2012 through 3/9/2012.

The 18-month extension also allows TPS re-registrants to apply for a new Employment Authorization Document (EAD). Eligible Salvadoran TPS beneficiaries who re-register on time will receive a new EAD with an expiration date of 9/9/2013. USCIS recognizes that all re-registrants may not receive their new EADs until after their current EADs expires. Therefore, USCIS is extending the current TPS El Salvador EAD bearing a 3/9/2012, expiration date for an additional six months, through 9/9/2012.

Applicants seeking information about the status of their individual cases can call the USCIS National Customer Service Center at 800-375-5283 (TTY 800-767-1833). To continue to work, you may show the following documentation to your employer and government agencies:

- Your TPS-related EAD with 3/9/2012 expiration date
- A copy of the **77 Federal Register Notice 1710**

Your employer may rely on the Federal Register notice as evidence of the continuing validity of your EAD. Go to the "*Documentation Employers May Accept and Temporary Protected Status Beneficiaries May Present as Evidence of Employment Eligibility.*" If your employer needs verification, or if you are fired, call **1.800.255.7688**.

REMEMBER: If you don't submit your package along with fees, your application for re-registration will be rejected and you won't receive your new work permit.

These articles are for general information and do not pretend to offer legal advice on any particular case. Teresa Foster is an immigration consultant; she is not an attorney.



Representamos asuntos de INMIGRACIÓN

All IMMIGRATION Matters

Law Offices of Kerosky, Purves & Bogue

131 A Stony Circle, Ste 500 Santa Rosa, 95401
 Con oficinas en cuatro ciudades del Norte de California
 Attorney Christopher Kerosky was named Top Northern California lawyer for last 5 years by Super Lawyer Magazine
 Santa Rosa • 707.433.2060
 San Francisco • 415.777.4445
 www.YourAdvocate / www.yourabogado.net
 SE HABLE ESPAÑOL



Christopher Kerosky




Wilson Purves

Si no lucha contra la discriminación en la vivienda por usted mismo, hágalo por sus hijos.

No busque simplemente otro apartamento, o llame a otro prestamista hipotecario o hable con otro agente de seguros de casa. Ignorar la discriminación en la vivienda no hará que ésta desaparezca. Hay que reportarla. Es ilegal tomar en cuenta la raza, color, religión, origen nacional, sexo, incapacidades o el estado civil de una persona al tomar decisiones sobre seguros y préstamos de casa o el alquiler de apartamentos.

If you won't fight against housing discrimination for yourself, do it for your children.



La única forma de ponerle un alto a la discriminación es luchando contra ella. Si sospecha de prácticas de vivienda injustas, llame al Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano (HUD) o a su centro local para la vivienda justa.

VIVIENDA JUSTA EN MARIN • FAIR HOUSING OF MARIN 415 457-5025
 Noí tiếng Việt Nam, xin gọi (415) 491-9677 TDD: 800 735-2922 Se habla español

Educación • Education

LA IMPORTANCIA DE LA ASISTENCIA Y PUNTUALIDAD EN LA ESCUELA

Por Reina Salgado

especialista en educación para padres de la oficina de educación del condado de sonoma (scoe)

Actualmente estamos pasando por tiempos de dificultades económicas en las escuelas de la localidad. Recientemente, a mediados de este año fiscal el gobernador Brown promulgó una serie de recortes al presupuesto estatal, asimismo ha informado que los fondos destinados a las escuelas pudieran verse todavía más reducidos.

En vista de estas condiciones económicas, la asistencia y puntualidad en la escuela es más importante que nunca antes. Las escuelas reciben fondos del estado basados en el número de estudiantes que asisten a clases cada día, por lo que tiene crítica importancia que los padres de familia estén conscientes de que sus hijos deben asistir a la escuela todos los días.

Recuerde, cuando los estudiantes asisten a la escuela en forma regular, todos resultan beneficiados — el estudiante mismo, la familia, la escuela y la comunidad. Como padres de familia, debemos asegurarnos que nuestros hijos asistan a clases *todos los días*, para que de esta forma puedan obtener los beneficios ofrecidos por la educación pública y gratuita proporcionada en este país.

REQUERIMIENTOS LEGALES

La ley del estado de California establece que es necesario que todos los estudiantes cuyas edades están comprendidas entre los seis y dieciocho años (o que estén por concluir la escuela preparatoria) deben asistir a la escuela. Si un estudiante no asiste por al menos 30 minutos a la escuela sin excusa alguna en tres ocasiones durante todo el año escolar, ese estudiante pudiera ser clasificado como ausente por hacer la pinta. Asimismo la ley establece procedimientos que las escuelas deben seguir cuando los estudiantes tienen un número significativo de ausencias. El primer paso es notificar a los padres de familia sobre la ausencia del estudiante. Aquí se proporciona información específica sobre las ausencias no justificadas del estudiante a los padres de familia, así como también se discuten diversas soluciones para resolver esta situación. Además, la familia pudiera ser remitida al Consejo de Revisión de Asistencia Escolar (SARB, por sus siglas en inglés). Este panel está compuesto de diversos oficiales de la escuela y representantes de diversas agencias que prestan sus servicios a los jóvenes, los miembros de este consejo trabajan con las familias de estos estudiantes para ayudar a resolver los problemas de asistencia. Este consejo también revisa y discute los aspectos específicos de los casos de ausentismo de cada

uno de los estudiantes y ofrece ideas sobre cómo puede remediarse este problema. Pudiera ser que se le requiera a los estudiantes el cubrir los ausentismos, ya sea asistiendo a programas ofrecidos después del horario de la escuela o bien realizando servicios comunitarios.

En algunos casos, los padres de familia pudieran ser multados o bien ser acusados por no adherirse a lo establecido por la ley.

Cuando los estudiantes se ausentan de la escuela en forma persistente, esto puede resultar en problemas costosos a largo plazo. Si, la escuela sufre pérdidas financieras cuando los estudiantes se ausentan por hacer la pinta, pero la consecuencia negativa más importante es la forma en que el ausentismo afecta a los estudiantes mismos. Cuando sus hijos pierden días en la escuela, no están recibiendo la educación que necesitan y merecen. Esto, además, afecta a toda la comunidad, la cual se ve dañada cuando los jóvenes no adquieren las habilidades, las destrezas y la educación que necesitan para convertirse en miembros activos y contribuyentes en su comunidad.

Afortunadamente, los problemas de asistencia pueden ser evitados cuando los padres de familia colaboran con el personal de la escuela asegurándose que sus hijos asisten a la escuela todos los días. Sus hijos pueden faltar a la escuela siempre y cuando estén enfermos, asistan a algún servicio funeral de un familiar cercano, o bien tengan una cita médica que definitivamente no pudo ser establecida después de salir de la escuela (es ampliamente recomendado que los padres de familia hagan todos sus esfuerzos para establecer citas fuera del horario escolar, para de esta forma no afectar el desarrollo académico de sus hijos).

AUSENCIAS EXTENDIDAS

para algunas familias, el pasar las vacaciones de invierno en México es una tradición. Debido a que estos estudiantes que van a viajar a México reciben paquetes que permiten ser estudiados en forma independiente, mientras están de viaje, los padres de familia pudieran tener la idea incorrecta de que la ausencia extendida en la escuela no daña la educación de sus hijos. Pero cuando los estudiantes no están presentes en el momento en que el profesor imparte su clase, frecuentemente no comprenden el trabajo contenido en los paquetes de estudio por lo que se retrasan en su trabajo escolar, lo cual puede crear situaciones nada favorables.

¿Qué deben hacer los padres de familia cuando sus hijos se encuentran en esta situación? Si recientemente su hijo estuvo ausente de la escuela durante un largo periodo de tiempo, asegúrese que todas las tareas y/o el paquete de estudio ha sido completado y regresado al profesor. Esto ayuda a asegurarse que la escuela no pierda fondos estatales debido a la ausencia de su hijo. También es una buena idea el checar con su profesor en el salón de clase sobre cómo va el avance o retraso de su hijo. Si su hijo se ha retrasado debido al viaje, investigue qué es lo que pueden hacer en casa para ayudarlo a ponerse al día en los trabajos escolares.

Para aquellas familias que deben realizar sus viajes durante el invierno, consideren hacerlo tan sólo cada dos años y planeen su viaje alrededor de los días de vacaciones proporcionados por la escuela, de tal forma que tan sólo se pierda una cantidad mínima de clases. Por supuesto, siempre lo mejor es que realicen su viaje durante las vacaciones establecidas en el calendario escolar, para que de esta forma no existan ausencias escolares.

Ahora que estamos iniciando la segunda mitad del año escolar, debemos recordar que es sumamente importante enviar a nuestros hijos a la escuela y asegurarnos constantemente que están terminando sus tareas escolares y están estudiando para sus exámenes, de esta forma aseguramos su futuro. El futuro de nuestros hijos es, sin duda alguna, una inversión en la que vale la pena proporcionar nuestro tiempo y esfuerzo!

THE IMPORTANCE OF SCHOOL ATTENDANCE

By Reina Salgado

parent education specialist, sonoma county office of education

These are difficult financial times for our local schools. Governor Brown recently enacted mid-year budget cuts and has said that school funding could be reduced even further next year.

In light of these economic conditions, school attendance is more important than ever before. Schools receive state funding based on the number of students in class each day, so it's critical that parents understand that all children should attend school daily.

Remember, when students go to school regularly, everyone benefits—the student, family, school, and community. As parents, we should make sure our children are in class *every day*, so they can reap the benefits offered by the free public education in this country.

LEGAL REQUIREMENTS

California law requires all students between the ages of 6 and 18 (or high school completion) to attend school. If a student misses 30 minutes of school without an excuse three times during the school year, that student may be classified as truant.

The law also outlines procedures that schools must follow when students have significant absences. The first step is parent notification. Specific information about the student's unexcused absences is provided and solutions are discussed. The family may also be referred to a School Attendance Review Board (SARB). This is a panel of school officials and representatives from youth-serving agencies who work with families to help solve attendance problems. They review and discuss the specifics of each student's absenteeism and offer ideas about how the issue can be addressed. Students may be required to make up classes, attend an after-school program, or perform community service.

In some cases, parents may also be fined or otherwise held accountable for not adhering to the law.

When students are persistently absent from school, it can result in costly long-term problems. Yes, schools suffer financially when students are truant, but the real consequence is in how absenteeism affects the students themselves. When children miss school, they aren't receiving the education they need and deserve. This, in turn, affects

the larger community, which suffers when young people don't acquire the skill and education they need to become active, contributing community members.

Fortunately, attendance problems can be avoided when parents collaborate with school personnel to ensure that their children are in school every day. Your children should miss school only if they are ill, attending a funeral service for a close relative, or going to a medical appointment that can't be scheduled after school. (It's recommended that parents make every effort to schedule appointments at times when school is not in session.)

EXTENDED ABSENCES

For some families, winter vacations in Mexico are a tradition. Because children traveling to Mexico generally receive independent study packets for the trip, their parents may feel that the extended school absence doesn't compromise their children's education. But when students miss the teacher's presentation of lessons, they often don't understand the work in the study packet and fall dangerously behind in their schoolwork.

What should parents in this situation do? If your child was recently away from school for an extended period, make sure that the entire homework/study packet has been turned in. This helps ensure that the school doesn't lose state funding because of your child's absence. It's also a good idea to check in with the classroom teacher. If your child has fallen behind because of the trip, find out what you can do at home to help him/her get caught up academically.

For families that must take winter trips, consider doing so only every couple of years and plan your travel around existing school breaks so that the least amount of class time possible is missed. Of course, it's always best if vacations are planned in accordance with the school calendar, so that no school absences occur.

As we begin the second half of the school year, we should remember that every day we send our children to school and every moment we spend making sure they complete homework assignments and study for tests, we are investing in their future. Our children's future is definitely an investment that's worth our time and effort!

EL PROGRAMA LOCAL TRIO INICIA SU PERIODO DE RECLUTAMIENTO PARA EL ÉXITO EN LA UNIVERSIDAD

El reclutamiento anual del programa Búsqueda de Talentos Académicos (ATS, por sus siglas en inglés) es presentado por el programa TRIO, el cual es ofrecido en la Universidad Estatal de Sonoma. El programa de ATS prepara a estudiantes que desean ir a la universidad, que son de bajos ingresos o primera generación. Los estudiantes son preparados para inscribirse en la universidad y tener éxito en sus estudios. Los representantes de ATS presentarán información y proporcionarán solicitudes a estudiantes de sexto y séptimo grado en algunas escuelas del condado de Sonoma durante los meses de enero y febrero.

El propósito de ATS es motivar y asistir a los estudiantes al proveerles servicios como talleres informativos, viajes culturales y educativos, visitas a universidades de en todo California y asistencia en las solicitudes para la universidad y la asistencia financiera ¡**Todos los servicios son absolutamente gratis!** Los solicitantes deben satisfacer los requisitos de ciudadanía y tendrán que enviar su solicitud a más tardar el 2 de marzo. Para saber cuándo ATS vendrá a la escuela de su hijo llame al **707 664.2359** o envíe un correo electrónico a oliverac@sonoma.edu.

Si no es posible estar durante la presentación puede pedir una solicitud.



LOCAL TRIO PROGRAM BEGINS RECRUITMENT FOR COLLEGE SUCCESS

Annual recruitment is underway for Academic Talent Search (ATS), a TRIO program hosted at Sonoma State University that prepares low-income and/or first-generation college-bound students for enrollment and success in college. ATS representatives will present information and provide applications to sixth and seventh graders enrolled in selected Sonoma County schools in January and February.

ATS aims to motivate and assist young people by providing services which include special topic workshops, cultural and educational field trips, college campus tours throughout California and assistance with applications for financial aid and college admission. **All services are free!** Applicants must meet U.S. citizenship requirements and submit a complete application by March 2. To find out when ATS will visit your child's school, call **707 664.2359** or email oliverac@sonoma.edu. If you miss the school presentation you may also call to request an application.



RENTA DE INSTALACIONES PARA EVENTOS

Para todo tipo de ocasión.

Gimnasio Huerta • Centro Comunitario de Windsor
Centro para Personas de la Tercera Edad de Windsor
Graduaciones • Recepciones • Quinceañeras
Fiestas de cumpleaños • Eventos especiales

Para presupuestos y disponibilidad de los salones, favor de comunicarse a la Ciudad de Windsor al **707 838-1260** o visite nuestro sitio Web en www.townofwindsor.com



Departamento de Parks y Recreation
9291 Old Redwood Hwy.
Bldg. 300D
Windsor, CA 95492

El Bongo

The Bongo

La pintura por / Painting by Hal Weber



LOS BONGOS JÓVENES NO TIENEN CUERNOS. YOUNG BONGOS DON'T HAVE HORNS.

BINGO, BANGO, BONGO*

Por Radha Weaver, Periódico Bilingüe La Voz

Traducción de Odacir Bolaño

Un gato británico es rizado y de garras afiladas
 Un patito de Kentucky tiene las patas palmeadas
 ¿Un corderito siamés? En verdad no suena bien
 Mas "el bongo del Congo", eso sí que rima bien

Un bongo es un antilope, no un tambor para tocar
 Se pasa el día durmiendo, no es fácil de observar
 Del sur, centro y oeste africanos es un habitante
 Se encuentra en el Congo, en un hábitat agobiante

Hace sesenta años, los biólogos lo descubrieron
 Con sus cuernos enroscados merodeando lo vieron
 Entre junglas de bambú y bosques exuberantes
 Siendo de los antilopes el miembro más grande

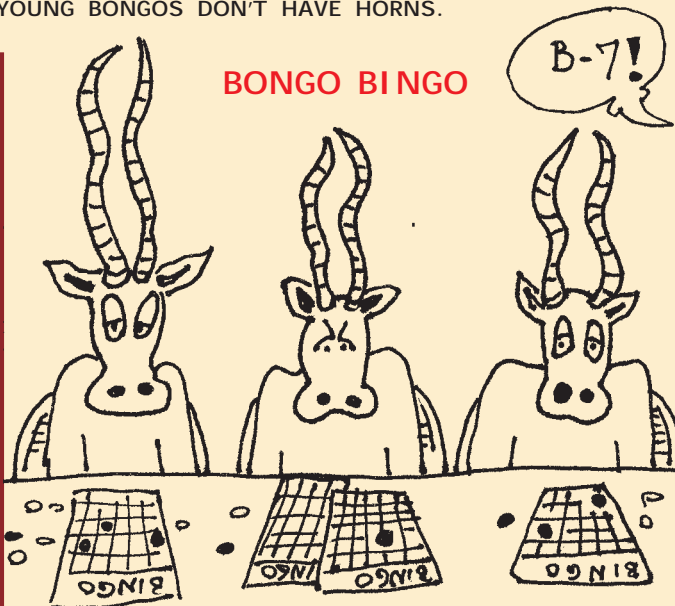
Manchas amarillas y blancas hay en su castaño pelaje
 Cuando se pone el sol, busca comida entre el forraje
 Se alimenta de brotes y hojas igual que el oso panda
 No gusta mucho de compartir, siempre solo anda

Con sus seiscientas libras nadie llega a pensar
 Que el bongo grandes saltos y brincos pueda dar
 Buscando el abrigo del árbol, hace sus "arrancadas"
 Porque son su especialidad, las grandes escapadas

Hienas y leopardos cazan bongos para comer
 Pero los nativos africanos ni los quieren ver
 Son supersticiosos, creen que tocarlos no más
 Les causará espasmos con ataques y demás

Una nación – la República Democrática del Congo
 Es uno de los países donde encontrarás el bongo
 Una vez se llamó Zaire, pero ahora hay devastación
 La Segunda Guerra del Congo le hizo mal a la nación

* Desde la *Civilización (Bongo, Bongo, Bongo)* excelente tema de una melodía escrita por Bob Hilliard y Carl Sigman - la cual fue grabada el 27 de septiembre de 1947, en Los Ángeles con "Las Hermanas Andrews", Danny Kaye y Vic Schoen y su Orquesta.



LA SECCIÓN DEL CUERNO

Probablemente usted esté familiarizado con los instrumentos musicales llamados "cuernos o trompetas". En una banda u orquesta, estos están hechos de cobre, tiene un pequeño orificio en una punta por donde usted puede soplar y uno más grande en el otro extremo. Las trompetas de la orquesta moderna son descendientes de los primeros instrumentos hechos con verdaderos cuernos de animal. El "shofar" (instrumento hecho de un cuerno de animal) usualmente es un cuerno de un borrego maduro, aún es utilizado en ceremonias religiosas judías

¿Qué son los cuernos y qué los hace diferentes de otras estructuras, por ejemplo las antenas?

Observe los graciosos cuernos de estos antilopes bongo. Observe la forma en que aparecen sobre la cabeza del animal. En los seres vivos, los cuernos reales son encontrados sólo en animales que tienen pezuñas separadas – los artiodáctilos. Estos animales mantienen su peso en dos pezuñas las cuales son la del medio y la "anular". En realidad la mayoría de lo que está sobre el suelo es la pezuña, la cual es como sus uñas, sólo que más gruesas. Sus uñas están compuestas de una proteína fibrosa llamada queratina. Los cuernos están cubiertos del mismo material.

¿Acaso los cuernos crecen como las uñas? Casi. Imagine que en vez de que sus uñas cubran la parte superior de sus dedos; éstas crecieran alrededor de la punta de éstos! Los cuernos son huecos, pero en la base la queratina cubre un núcleo hecho de hueso. Este hueso inicialmente se desarrolla dentro de la piel, pero unido al cráneo. Los cuernos continúan creciendo durante la vida del animal. El crecimiento del cuerno es afectado por las hormonas, por lo que el grosor de la capa de queratina varía durante el año, en algunas especies pueden formarse anillos visibles.

BINGO, BANGO, BONGO*

By Radha Weaver, La Voz Bilingual Newspaper

A kitten in Britain is fuzzy, sharp claws
 A ducky in Kentucky has webbed feet not paws
 A lamb in Siam? Well that's just bizarre
 But a bongo in the Congo is the best rhyme so far

A bongo is an antelope, not a drum, not for tapping
 Seldom seen, out of sight, spends the day idly napping
 Found in Africa's south, central lands and the west
 In the Congo, it's a place full of strife and unrest

It was 60 years ago when biologists found
 This spiral-horned species just hanging around
 In dense rain forests and jungles of bamboo
 It's the largest member of the antelope crew

With chestnut brown hair, markings yellow and white
 They forage for food when the sun sets at night
 They eat shoots and leaves, just like the panda bear
 Solitary creatures, they don't like to share

Who would think that at 600 pounds
 The bongo could jump with great leaps and bounds
 They sprint through the bush, seek cover by a tree
 In fact running away is their specialty

Hyenas and leopards hunt bongos for eating
 But African natives will not chance a meeting
 Natives are superstitious, they believe that a touch
 Will cause them to spasm with seizures and such

A nation - the Democratic Republic of the Congo
 Is one of the countries where you'll find the bongo
 It once was Zaire, and now devastation
 The Second Congo War has damaged the nation

*From *Civilization (Bongo, Bongo, Bongo)* bizarre lyrics of a song written by Bob Hilliard and Carl Sigman — as recorded September 27, 1947 in Los Angeles by The Andrews Sisters with Danny Kaye and Vic Schoen and His Orchestra.



THE HORN SECTION

You are probably familiar with musical instruments called "horns." In a band or orchestra, horns are made out of brass, have a small hole at one end that you blow into, and a large flared bell at the other end. In between is a long tube. Modern orchestral horns are the descendants of earlier instruments made from real animal horns. The shofar, usually made from a ram's horn, is still used today in Jewish religious ceremonies. **What are horns and how are they different from other structures that grow out of animals' heads, for example antlers?** Check out the gracefully curved horns on these bongo antelopes. Notice how smoothly they seem to grow out of the head. In living species, true horns are found only in animals that have split hooves — the Artiodactyla. These hooved animals keep their weight on the two middle toes — corresponding to your middle and ring fingers. Actually most of what is on the ground is the hoof, which is like your fingernails, only much thicker. Your fingernails are made out of a strong fibrous protein called keratin. The covering of horns is made from the same material. **Do horns grow out just the way that fingernails do?** Almost. Imagine that instead of your fingernail only covering the top of your finger, it grew out all away around the tip! Horns are hollow, but at the base, the keratin covers a core made out of bone. This bony core initially develops within the skin, but then becomes fused to the skull. Horns grow continuously throughout the animal's life.

Personajes del Mes

People of the Month



Un grupo de 60 estudiantes de la **Escuela Preparatoria Elsie Allen**, quienes están inscritos en el curso de Seguridad Pública organizado por ROP, una división de la Oficina de Educación del Condado de Sonoma (SCOE, por sus siglas en inglés), están llevando esta preparación un paso adelante al convertirse en miembros del Equipo Certificado de ADOLESCENTES para Respuesta en casos de Emergencia (CERT, por sus siglas en inglés).

A group of 60 **Elsie Allen High School** students enrolled in Sonoma County of Education's ROP Public Safety course are taking disaster preparation a step further by becoming TEEN-Certified Emergency Response Team (CERT) members.

STATE FARM REALIZA DONACIÓN PARA LA PREPARACIÓN PARA DESASTRES

Otorga \$50,000 como fondo para el programa CERT de una escuela preparatoria de la localidad

Por Ruth González periódico bilingüe la voz
fotos de/photos by mathew canniff

Fuego, nieve, viento y lluvia; California tiene todos estos fenómenos y además la constante amenaza de los terremotos y tsunamis repentinos. La mayoría de las personas que no residen en California probablemente pensarían que los californianos se encuentran bien entrenados, equipados y listos para cualquiera de estos eventos. La verdad es que a pesar de que valoramos nuestra calidad de vida en extremo, la mayoría de nosotros pasamos los días con una idea mínima de cómo debemos prepararnos o proceder en caso de una emergencia y que estuviéramos en nuestra casa, en nuestro centro de trabajo o bien en la escuela. Preferiríamos esperar lo mejor en vez de planear por lo peor. Realmente es muy poco placentero el pensar sobre situaciones que nos aterrizan, aun cuando las presentamos en forma hipotética, sin embargo el prepararnos es vital para minimizar nuestras pérdidas y para preservar nuestra calidad de vida y potencialmente salvar vidas.

Un grupo de 60 estudiantes de la Escuela Preparatoria Elsie Allen, quienes están inscritos en el curso de Seguridad Pública organizado por ROP, una división de la Oficina de Educación del Condado de Sonoma (SCOE, por sus siglas en inglés), están llevando esta preparación un paso adelante al convertirse en miembros del Equipo Certificado de ADOLESCENTES para Respuesta en casos de Emergencia (CERT, por sus siglas en inglés). Este curso fue posible a través de una beca de \$50,000 que fue otorgada a las escuelas de los condados de Sonoma y Mendocino por *State Farm Insurance Company*. Sesenta escuelas preparatorias públicas y privadas de los condados de Sonoma y Mendocino se verán directamente impactadas y miles de estudiantes y sus familias se podrán ver beneficiadas a través de este programa.

LOS CERTS AL RESCATE

Después de que sucede un desastre de consideración, los equipos de rescate que responden en estos casos no pueden satisfacer las demandas surgidas como consecuencia de los incendios y de servicios médicos. Los miembros de la comunidad no son atendidos y tienen que resolver sus necesidades por sí solos debido a una infraestructura comprometida y a las fallas en la comunicación. Aquí es donde los Equipos Certificados para Respuestas en Caso de Emergencia son de vital importancia. Los CERTs ayudan en ese preciso momento que surge entre el tiempo en que ocurren las emergencias y el tiempo en que los equipos de rescate profesionales para respuesta llegan al lugar de la escena. Los miembros de CERT son entrenados para manejar los servicios públicos, apagar pequeños incendios, proporcionar auxilios médicos básicos, dentro de

los que se incluyen permitir el paso de aire en el cuerpo, controlar sangrados y tratar a personas en estado de choque. Asimismo pueden realizar la búsqueda y rescate de víctimas en forma segura, organizar equipos de voluntarios en forma efectiva, entre otros. Los CERTs no remplazan el lugar de los profesionales que proporcionan las primeras respuestas, pero en vez de esto, facilitan su trabajo al evaluar los daños, los accidentes y al proporcionar auxilios médicos básicos, en caso de ser necesario. Los CERTs proporcionan información de gran utilidad y apoyan los esfuerzos que realizan los profesionales que proporcionan las primeras respuestas, en caso de ser necesario. Debido a que los miembros de CERT son entrenados para reconocer los peligros y riesgos potenciales antes de que se declare la emergencia, pueden ofrecer beneficios agregados al mantener los hogares, los vecindarios, los centros de trabajo y las escuelas seguras. Los CERTs también ayudan durante los proyectos que no son de emergencia y que involucran el mejoramiento de esfuerzos para la seguridad tales como mantener o instalar alarmas de incendios y proporcionando servicios en eventos especiales.

El concepto de Equipos Certificados de Respuesta en Casos de Emergencia fue originalmente desarrollado a través del Departamento de Incendios de la Ciudad de Los Ángeles hace más de 25 años y desde entonces ha sido expandido hasta hacerlo disponible a través de la Agencia Federal para Administración de Emergencias (FEMA, por sus siglas en inglés). Su lema dice apropiadamente **"Haciendo el bien más grande para ayudar al número más grande de personas"**

"Las personas no siempre piensan que California se encuentra en un alto riesgo de que sucedan desastres, pero la realidad es que la probabilidad de que sucedan desastres en California es mucho más alta que la mayoría de los estados de este país. Aquí pueden suceder un sinnúmero de desastres, inundaciones, terremotos, huracanes y hasta tornados", dice Lonny Haskins, quien trabaja para *State Farm Insurance Company*.

CREANDO HÉROES

La clase de Seguridad Pública proporcionada en la Escuela Preparatoria Elsie Allen (EAHS, por sus siglas en inglés) es impartida por oficiales de policía retirados quienes ahora se han convertido en educadores, **Dan Bartholome** y **Larry Maitre**. Bartholome dejó las fuerzas policíacas después de haber sufrido un accidente, lo cual lo hizo regresar a la escuela y obtener su licencia para la enseñanza. Ha estado impartiendo clases de matemáticas y también ha sido entrenador en EAHS por alrededor de quince años. "Cuando llegué a enseñar a esta ...continúa en la página 9

La clase de Seguridad Pública proporcionada en la Escuela Preparatoria Elsie Allen (EAHS, por sus siglas en inglés) es impartida por oficiales de policía retirados quienes ahora se han convertido en educadores, **Larry Maitre** (arriba) y **Dan Bartholome**.



The Public Safety class at Elsie Allen High School (EAHS) is taught by retired police officers-turned-educators **Larry Maitre** (top) and **Dan Bartholome**.



Vanessa Mandujano (estudiante del segundo año de preparatoria): "Quiero ser una oficial de libertad bajo palabra para jóvenes y tal parece que este curso es una buena forma de aprender más antes de decidirme a ir a la escuela y estudiar para obtener ese puesto. Me siento muy interesada en esta carrera a través de las experiencias que han tenido diversos miembros de mi familia y amigos. Creo que me gustaría trabajar con jóvenes."

Vanessa Mandujano (Sophomore): "I want to be a probation officer for juveniles and this seems like a good way to learn more before deciding to go to school for it. I got interested in this career through personal experience from family and friends. I think I'd like working with young adults."



Miguel Castillo (estudiante de segundo año) "Durante todo el tiempo que he estado en este curso, he aprendido mucho. Todo lo que tiene que hacerse atrapa mi mente y me hace pensar sobre la seguridad pública. Pienso que sería muy interesante aprender más sobre la ley o ser un oficial de libertad bajo palabra o bien un verdadero oficial de policía. La mejor parte de la clase es cuando los bomberos o los policías vienen a hablar con nosotros."

Miguel Castillo (Sophomore) "In the time I've been here, I've learned a lot. All the stuff we've done gets my mind thinking about public safety. I think it would be interesting to learn more about law or being a probation officer or a police officer. The best part of class is when firemen or policemen come in to speak."



Jasmine Serrano (estudiante del cuarto año de preparatoria): "Quiero asistir al programa de Técnico en Medicina para Emergencias (EMT, por sus siglas en inglés) en el SRJC y pienso que este curso es fundamental para lo que yo quiero estudiar. Quiero trabajar en el campo de la medicina y ayudar a las personas. He tenido algunas experiencias personales al estar presente en una ambulancia y he visto lo importante que son los EMT. Me hubiera gustado que esta clase hubiera sido ofrecida cuando estaba más joven. Probablemente la hubiera tomado como mi camino a la carrera. Esta clase no tiene mucha demanda. Al ver las fotografías del departamento de policía estaba realmente emocionada. Lo que estaba viendo era real. No era parte de la televisión. Eran accidentes reales. Actualmente estamos asistiendo a la única escuela preparatoria que ahora ofrece este programa de CERT. Creo que es muy importante que las personas se percaten de que los CERTs no remplazan a ningún profesional de primeras respuestas ¡pero aun así lo que hacen es de gran ayuda!"

Jasmine Serrano (Senior): "I want to go into the Junior College EMT program and I think this is a good stepping stone. I want to go into a medical field and help people. I've had personal experience being in an ambulance and I've seen how important EMT's are. I wish this class had been offered when I was younger. It probably would have been my path. This class isn't too demanding. Looking at photos from the police department was crazy. They were real. It wasn't television. Those were real injuries. We're the only high school right now offering this CERT program. I think it's important for people to realize that CERTs do not take the place of professional first responders but that they can still be helpful."



Irene Ruano (estudiante del cuarto año de preparatoria): "Mi meta es un día convertirme en Fiscal de Distrito (DA, por sus siglas en inglés) y encargada de seguridad pública, esa es mi meta. Me gusta la política y actualmente estoy muy involucrada en mi comunidad. Ser el presidente del Consejo Estudiantil significa estar involucrado. Ya he aprendido mucho sobre el programa CERT. Aprendimos cómo hacer y colocar una tabilla para un hueso fracturado, utilizando tan sólo piezas de cartón. La parte que más me gustó de la clase fue cuando nos llevaron al Departamento de Policía de Santa Rosa y escuchamos a los conferencistas invitados. Probablemente hubiera escogido este camino a la carrera en mi escuela si hubiera sido ofrecido cuando cursaba el primer año."

Irene Ruano (Senior): "My goal is to be a DA (District Attorney) and public safety is related to my goal. I'm like politics and being involved in my community. Being ASB president means being involved. I've already learned a lot from the CERT program. We learned how to make a splint for a broken bone out of cardboard pieces. My favorite part of the class was the field trip we took to the Santa Rosa Police Department and listening to guest speakers. I would have probably picked this as my pathway if it had been available when I was a freshman."



Yazmin Hurtado (estudiante del cuarto año de preparatoria): "Hablé con mi consejero y me sugirió que tomara esta clase después de que le dije que estaba interesada en el campo para vigilar el cumplimiento de la ley. Mi abuelo es policía en Santa Cruz y cuando viene a visitarnos habla sobre su trabajo y realmente suena muy interesante. Aun me siento indecisa pero me gusta lo que estoy aprendiendo en esta clase. Conoces mucha gente y aprendes sobre las diferentes profesiones ¡Eso es lo mejor!"

Yazmin Hurtado (Senior): "I talked to my counselor and they suggested this class after I said I was interested in law enforcement. My godfather is a cop for Santa Cruz and when he comes to visit he talks about his job and it sounds really interesting. I'm still indecisive but I like what I'm learning in this class. You meet new people and learn about different professions. That's the best part."



Lisset López (estudiante del tercer año de preparatoria): "Tomé esta clase debido a que me gusta ver los programas de televisión relativos a la seguridad pública ¡Me encanta esta clase! Es mejor de lo que esperaba. Casi todas las semanas contamos con la presencia de una persona que proviene de una profesión diferente y habla sobre su trabajo. No estoy segura de lo que quiero hacer cuando sea más grande pero me gustaría aprender más sobre este tema. Me gusta aprender sobre cómo manejarse en caso de emergencias y conocer sobre las carreras que existen."

Lisset Lopez (Junior): "I took this class because I like watching television shows related to public safety. I love this class! It's better than I expected. Almost every week we'd have a person from different professions talk about their work. I'm not sure what I want to do when I'm older but I'd like to learn more about this. I like learning about how to handle emergencies and learning what careers are out there."



Itzel Madriz (estudiante del primer año de preparatoria): "Quiero ser paramédico y tal parece que esta clase es un paso hacia lo que yo quiero hacer. Realmente es emocionante. He aprendido mucho y quiero aprender más. Mis hermanas ya están estudiando para convertirse en paramédico de incendios, fue por ellas que tuve la idea de seguir esta Carrera."

Itzel Madriz (Freshman): "I want to be a Fire Paramedic and this class seems like a step towards what I want to do. It's really exciting. I've learned a lot and want to learn more. My sisters are already studying to be Fire Paramedics so that's where I got the idea for a career."

STATE FARM DONATES BIG FOR DISASTER PREPAREDNESS

\$50,000 grant funds CERT program at local high school

By Ruth González periódico bilingüe la voz

Fire, snow, wind and rain; California has them all and in addition the constant threat of earthquakes and sudden tsunamis. Most outsiders would probably guess that Californians are well trained, equipped and ready for anything. The truth is that although we value our quality of life dearly, most of us maneuver through our days with a minimal idea of how we should prepare for or proceed in case of an emergency at home, our workplace or school. We'd rather hope for the best than plan for the worst. It's unpleasant to think about frightening situations, even in the hypothetical, yet preparing ourselves is vital to minimizing our losses, preserving our quality of life and potentially saving lives.

A group of 60 Elsie Allen High School students enrolled in Sonoma County of Education's ROP Public Safety course are taking this preparation a step further by becoming TEEN-Certified Emergency Response Team (CERT) members. These students will in turn train other students and family members in disaster response preparedness. This was made possible through a \$50,000 grant awarded to Sonoma and Mendocino schools by **State Farm Insurance Company**. Sixty public and private high schools in the counties of Sonoma and Mendocino will be directly impacted and thousands of students and their families can benefit from this program.

CERTS TO THE RESCUE

After a major disaster, first responders will be unable to meet the demand for fire and medical services. Community members will be left to fend for themselves due to a compromised infrastructure and communication failures. This is where Certified Emergency Response Teams will be vital. CERTs help fill the gap between the time when emergencies occur and when professional emergency responders arrive on the scene. CERT members are trained to manage utilities, put out small fires, provide basic medical aid including opening airways, controlling bleeding and treating for shock; search for and rescue victims safely; and organize teams of volunteers effectively. CERTs do not take the place of professional first responders but instead facilitate by assessing damages, injuries and providing basic medical aid if needed. They provide useful information and support the efforts of first responders if needed. Since CERT members are trained to recognize potential dangers before they warrant an emergency, they offer the added benefit of maintaining safer homes, neighborhoods, workplaces and schools. CERTs also help out during non-emergency projects involving safety improvement efforts such as maintaining or installing smoke alarms and providing services at special events.

The concept of Certified Emergency Response Teams was originally developed through the Los Angeles City Fire Department over 25 years ago and has since been expanded and even made available through FEMA (Federal Emergency Management Agency). Their slogan is fittingly **Doing the greatest good for the greatest number.**

"People don't always think of California as being at high risk for disasters but it is actually higher than most states. We have all kinds of natural disasters here; flooding, earthquakes, hurricanes and even tornadoes," says Lonny Haskins with State Farm Insurance Company.

CREATING HEROES

The Public Safety class at Elsie Allen High School (EAHS) is

taught by retired police officers-turned-educators Dan Bartholome and Larry Maitre. Bartholome left the force after an injury and returned to school to get his teaching credential. He's been teaching Math and coaching at EAHS for fifteen years. *"When I came here to teach, Larry (Maitre) was still on the force. He was our school resource officer. After he retired, he came back to teach and coach. We are both really dedicated to this school,"* says Bartholome.

Their dedication shows in the classroom. On my recent visit, the two teachers and their students were actively engaged in the subject of public safety. Everyone was friendly, cooperative and forthcoming. A quick scan of the two classes clearly showed a higher ratio of men to women. Not surprisingly though, it was the young women whom were more willing to be interviewed. There was however, one brave soul willing to join the ladies, a handsome young man named Miguel Castillo. His sensitive smile and twinkling eyes seemed enhanced somehow by his accent. All of the students also expressed enthusiasm about guest speakers.

It's clear that the young men and women taking the Public Safety and CERT training are not only learning important skills, they are becoming empowered through the process. These students are more likely to be responsible homeowners and safe employees. It's important to remember that the training these adolescents are receiving today not only makes them more valuable community members; it may save our lives someday.

LA PREPARACIÓN PARA DESASTRES VIENE DE LA PÁGINA 8

escuela, Larry (Maitre) todavía se encontraba trabajando para las fuerzas policíacas. Larry era nuestro oficial de recursos escolares. Después de que se retiró, regreso a enseñar y a entrenar. Ambos estamos realmente dedicados a esta escuela', dice Bartholome.

Su dedicación es mostrada dentro del salón de clases. En mi más reciente visita, los dos profesores y sus estudiantes estuvieron activamente comprometidos con la materia de Seguridad Pública. Todos se comportaron en forma amigable, cooperativa y comunicativa. Al realizar una rápida observación de las dos clases mostraban en forma clara una proporción equivalente de participantes del sexo masculino y femenino. No obstante, no es de sorprender que fueran las jovencitas quienes estuvieron más dispuestas a ser entrevistadas para este artículo. Sin embargo, hubo un alma valiente que estuvo dispuesta a unirse a estas jovencitas, un guapo jovencito llamado Miguel Castillo. Tal parecía que su acento complementaba su sonrisa sensible y ojos chispiados. Todos los estudiantes expresaron entusiasmo sobre los especiales conferencistas.

Fue obvio que los jóvenes que están tomando el entrenamiento de Seguridad Pública y CERT no sólo están aprendiendo habilidades y destrezas de gran importancia, cada vez están adquiriendo un mayor empoderamiento durante este proceso de enseñanza aprendizaje. Estos estudiantes tienen una mayor probabilidad de convertirse en propietarios de casas responsables y en empleados seguros. Es importante que recuerden que el entrenamiento que estos adolescentes están recibiendo actualmente no sólo los convierte en mejores miembros de la comunidad; también pueden salvar nuestras vidas alguna día.

SORTEO DE San Valentin AUTO & EFECTIVO



11 de febrero

8pm 3 x \$1,000

9pm 3 x \$1,000

10pm 3 x \$1,000

11pm Camaro



RIVER ROCK CASINO

www.riverrockcasino.com 707.857.2777 / 877.883.7777
Autopista 101 N hasta la salida de Geyserville.
Vuelta a la derecha sobre la autopista 128 E



Get up to \$4,000 for home energy improvements!

¡Obtenga hasta \$4,000 para mejorar del consumo de energía en el hogar!



Attend a FREE Home Energy Workshop!

Rohnert Park - 2/22
Santa Rosa - 2/25
Cloverdale - 2/25
Santa Rosa - 3/3
Sonoma - 3/10

¡Asista a un taller GRATIS sobre el consumo de energía en el hogar!

Space is limited, register online:
www.sonomacountyenergy.org
or call (707) 565-6470



El cupo es limitado, inscribese por internet en www.sonomacountyenergy.org o bien comuníquese al (707) 565-6470



BURYING OUR FATHER: A Biblical Debauch. Fred Curchack and Laura Jorgensen perform an outrageous, multimedia mix-up of the story of Abraham and his family. **Fri/Sat, 2/10 & 11 and Thurs/Fri, 2/16, 17 at 8 pm. Cinnabar Theater, 3333 Petaluma Blvd. North, Petaluma. 707 763-8920 www.cinnabartheater.org \$20. (general) / \$15. (under 30)** Isaac and Ishmael meet to bury their father Abraham in the cave that has become one of the most revered and violently contested holy sites in history. Jewish, Christian, and Muslim versions of this ancient story interweave and collide, as Fred and Laura perform all the roles in an outrageous, multimedia mix-up of drama, comedy, music, dance, and light and shadow magic. Read more on our website: www.lavoz.us.com...