Sigmund Freud (1856 – 1939) • por / by Craig Davis • Ilustración por Emilio Rodríguez Jiménez

Sigmund Freud fue un neurólogo austríaco, conocido como el padre del psicoanálisis. Nació en el pueblo de Pribor, en el Imperio Astro-Húngaro, el cual actualmente es parte de la República Checa. Los Freud eran judíos jasídicos. Su padre era comerciante de lana.

Sigmund Freud ingresó a la Universidad de Viena cuando tenía diecisiete años de edad. Pensando al principio que buscaría obtener un título en Leyes, pero se cambió a medicina. Después de haberse graduado en 1882, inició su carrera profesional en el Hospital General de Viena. Su trabajo sobre afasia (un tipo de problema de lenguaje) se convirtió en la base para crear su primer libro. Freud impartió clases en la Universidad de Neurología.

Dejó este puesto para iniciar en la práctica privada en 1886, donde se especializó en desórdenes nerviosos. El mismo año contrajo nupcias. Su teoría sobre el psicoanálisis surgió a través del uso que hizo del hipnotismo y su trabajo clínico. Freud concluyó que podía obtener mejores resultados al alentar a sus pacientes a que hablar con libertad, un procedimiento al que él llamó "libre asociación". Para el año de 1896, Freud comenzó a usar el término "psicoanálisis" como un término clínico para lo que él estaba haciendo.

En 1930, Freud fue reconocido con el Premio Goethe por sus contribuciones a la Psicología y a la cultura literaria alemana. Pero en 1933, los nazis tomaron los libros de Freud y fueron de los primeros en ser quemados. "*Qué clase progreso estamos realizando*", remarcó Freud en esa época. "*En la edad media me hubieran quemado*".

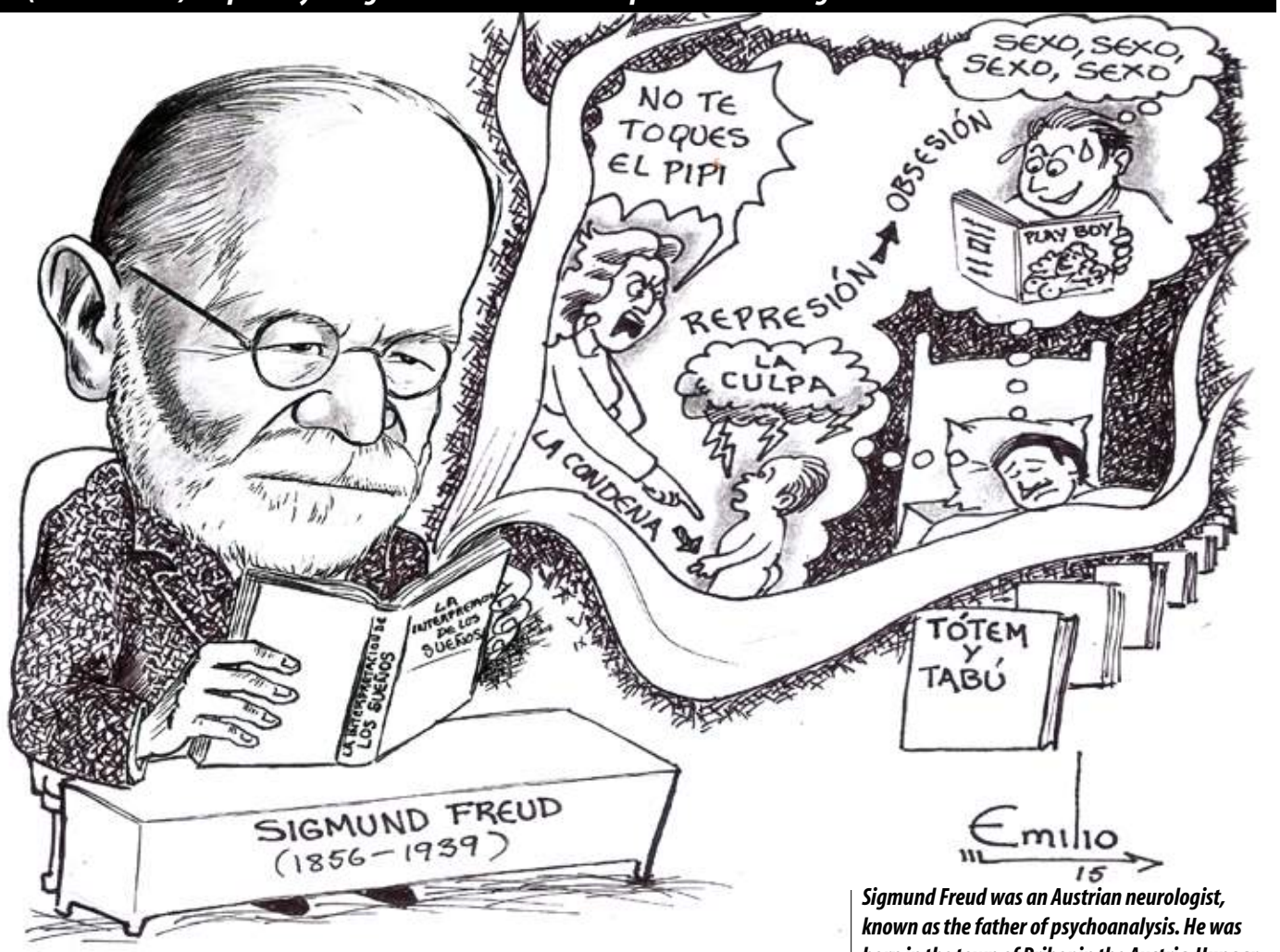
En 1938, Freud y su familia escaparon a Paris. Freud murió el siguiente año de cáncer de garganta debido a su adicción al cigarro.

HECHOS FAMOSOS DE FREUD:

- A la edad de 20 años, ya como estudiante de medicina, Freud trabajó en un estudio donde desmembró cientos de anguilas en una búsqueda inconclusa de ubicar los órganos sexuales masculinos de esta especie.
- Durante el inicio de su carrera médica, Freud escribió un documento sobre los efectos de la cocaína en el cerebro.
- Su segundo nombre era Schlomo.

FRASES FAMOSAS DE FREUD:

- "*Los hombres son únicamente fuertes cuando representan una idea fuerte. Pierden el poder cuando se oponen a ella*".
- "*La primera persona que lanzó un insulto, en vez de una piedra, fue el fundador de la civilización*".
- "*El tiempo que se pasa con los gatos nunca se desperdicia*".



*El conocido caricaturista mexicano, **Emilio Rodríguez Jiménez,** creó esta ilustración en exclusiva para La Voz Bilingual Newspaper. Rodríguez pretende promover la cultura artística y literaria entre hemisferios a través de los medios impresos bilingües.*

*Mexico's renowned cartoonist, **Emilio Rodríguez Jiménez**, created this feature exclusively for La Voz Bilingual Newspaper. Rodríguez' goal is to promote hemispheric artistic and literary culture through the bilingual print media.*

Sigmund Freud was an Austrian neurologist, known as the father of psychoanalysis. He was born in the town of Pribor in the Austria-Hungarian Empire, which is now part of the Czech Republic. The Freuds were Hassidic Jews. His father was a wool merchant.

Sigmund Freud entered the University of Vienna when he was seventeen. Thinking at first that he would pursue a law degree, he changed to medicine. After graduating in 1882, he began his career at Vienna General Hospital. His work on aphasia (language disorders) became the basis for his first book. Freud went on to lecture at the university on neurology.

He left his post to enter private practice in 1886 where he specialized in nervous disorders. That same year he married. His theory of psychoanalysis came from his use of hypnotism in his clinical work. He concluded that he could get better results by encouraging his patients to talk freely, a procedure he called "free association". By 1896 he began using the term "psychoanalysis" as a clinical term for what he was doing.

In 1930 Freud was awarded the Goethe Prize for his contributions to psychology and German literary culture. But in 1933 the Nazis took over and Sigmund Freud's books were among the first to be burned. "What progress we are making," he remarked at that time. "In the middle ages they would have burned me."

In 1938 he and his family fled to Paris. The following year he died of throat cancer brought on by his incessant cigar smoking.

FAMOUS FREUD FACTOIDS:

- At age 20 as a med student he worked in a study where he dissected hundreds of eels in an inconclusive search to locate the specie's male sex organs.
- During the beginning of his medical career he wrote a paper on the effects of cocaine on the brain.
- His middle name was Schlomo

FAMOUS FREUD QUOTES:

- "Men are strong only when they represent a strong idea. They become powerless when they oppose it."
- The first person who hurled an insult, instead of a stone, was the founder of civilization."
- "Time spent with cats is never wasted."

COURTYARD® Marriott®

NOW HIRING

Apply online at
www.greatjobs.marriott.com
· Competitive Wages
· Great Benefits
· Flexible Schedule

CONTRATAR AHORA
Aplicar enlinea a
www.greatjobs.marriott.com
· Salarios Competitivos
· Grandes Beneficios
· Horario Flexible

La Voz trae una oportunidad a nuestra comunidad para aprender sobre nuestros actuales problemas cívicos y nos permite tener una voz en estos temas… Gracias por cubrir una amplia diversidad de temas para nuestra comunidad ¡tanto en inglés como en español! Ustedes son La Voz de nuestra comunidad. Gracias.

***Lucy Gudiel,** Directora de Operaciones y Desarrollo Sociedad para la Acción Comunitaria del Condado de Sonoma (CAP)*

La Voz brings an opportunity for our community to learn about our current civic issues and allows us to have a voice/stance in such matters… Thank you for covering a diverse array of topics for our community in both English and Spanish! You are La Voz of our community Gracias.

***Lucy Gudiel,** Director of Operations & Development Community Action Partnership of Sonoma County*

Cuando se trata de vivienda,

las cosas pequeñitas no deberían convertirse en barreras.

Si tiene niños y le niegan un apartamento, le piden un depósito mayor, le limitan el uso de las comodidades, o le dicen que sólo puede vivir en ciertas partes del complejo de apartamentos... eso puede ser discriminación. La discriminación en la vivienda es contra la ley.

VIVIENDA JUSTA ES LA LEY

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.

Igualdad de Oportunidad en la Vivienda

Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los EE.UU. • 1-800-669-9777 • TDD 1-800-927-9275

When it comes to housing, little things shouldn't make a difference

If you have children and a landlord refuses to rent to you, requires a higher security deposit, limits the use of facilities, or says you can only live in certain areas of a housing complex. ...that could be discrimination. And housing discrimination is against the law.

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

La Voz Bilingual Magazine Photo Gallery @ www.lavoz.us.com • Photos by Jeff Kan lee and Ani Weaver

Over half a million: 602,216 views and 13,850 photos of community events posted online since 2010. Are you there?

LA VOZ ESTÁ A LA VANGUARDIA CON LA TECNOLOGÍA DE PUNTA DE LA ERA DIGITAL

Visite el sitio Web de La Voz en *www.lavoz.us.com*. Ahora los lectores no tienen que darse a la tarea de buscar una copia impresa de *La Voz* en la calle. Con todos los números de *La Voz* en internet, ahora usted puede encontrar *La Voz* en cualquier lugar. A través de *Flickr*, *La Voz* abrió su propia galería de fotografías por internet en el año de 2010. En esta galería, cualquier persona puede ver su fotografía de algún evento en *La Voz*.

Hasta ahora *La Voz* ha publicado más de 13,850 fotografías en *Flickr* y han sido vistas en 602,216 ocasiones. Lo único que necesita hacer es visitar *www.lavoz.us.com* y dar clic en la liga ubicada en la columna superior izquierda ¡Véala! ¡Pudiera aparecer ahí!

La Voz también tiene su sección de seguidores. Las estadísticas indican que entre 6,500 y 9,000 seguidores de Facebook leen las publicaciones sociales de *La Voz*. La página de Facebook publica puestos vacantes, los más populares son los puestos bilingües en el condado de Sonoma, Napa y Mendocino, asimismo del Distrito Escolar de Santa Rosa y otras agencias y compañías. Los lectores reciben sus "*News UPDATES*" sobre eventos comunitarios y musicales. La página de Facebook de *La Voz* también se conecta a otros grupos y organizaciones. "*Es como una red gigante en la comunidad latina. La mayoría de nuestros lectores en internet son jóvenes. Es un área demográfica muy importante*", dijo Ani Weaver, Jefa de Redacción de *La Voz*.

Generalmente las publicaciones en las redes sociales son en inglés, aunque las publicaciones bilingües se están convirtiendo muy populares. (English, p. 7)

A late submission from Efren Carrillo!

My guess is you've gone out to print at this point. In the District 5 office we love La Voz and all it represents in the community. Sorry if we missed the opportunity to comment and Happy Birthday! Would love to bring forward a Gold Resolution next year in recognition of your 15th anniversary or Quinceanera.

Kindly, Efren

Supervisor Efren Carrillo, Fifth District County of Sonoma

La Voz es un excelente recurso bilingüe para nuestra comunidad.

Dr. Steve Herrington, *Superintendente de las Escuelas del Condado de Sonoma*

Durante el tiempo que trabajé en La Voz contribuí con información relativa al Club de Boxeo "Double Punches" y el compromiso que ellos tienen para tener una mejor comunidad. La Voz es una publicación única dedicada a presentar el sensacionalismo de la grandeza del ser humano que en ocasiones no es publicado en los medios de comunicación local ¡Ésa es mi interpretación personal del Periódico Bilingüe La Voz!

Derrick M. Castillo

La Voz is a great bilingual resource for our community.

Dr. Steve Herrington, *Superintendent , Sonoma County Schools.*

During my tenure with La Voz I contributed my hands-on experience with Double Punches Boxing Club and the committed impact they have for the better good of our community. La Voz is a one of a kind publication dedicated to publishing the sensationalism of human/humane greatness that is at times not published in your local media, that's my own personal interpretation of LA Voz Bilingual Newspaper!

Derrick M. Castillo

The Roseland Library *opened for business at 10 AM on November 3, 2015 with patrons waiting at the door. Photos by* ***Jeff Kan Lee,*** *La Voz Bilingual Newspaper*

EVENT! DECEMBER 12: MUSIC STUDENTS PERFORM AT ROSELAND COMMUNITY LIBRARY: 779 SEBASTOPOL ROAD SANTA ROSA.

Simply Strings Honor Ensemble 1 p.m. *Simply Strings is based at Sheppard Accelerated Elementary School in Roseland. Honor Ensemble, fourth grade students have been in the program for three years.* ***Sempre Strings will play at 2 p.m.*** *The musicians of the Sempre Strings are members of the Santa Rosa Symphony Youth Orchestra.*

WINTER FOOD & FUNDS DRIVE

Together we can help the 82,000 people in Sonoma County who turn to us for food.

✓ donate food
✓ donate funds
✓ host a drive

REDWOOD EMPIRE FOOD BANK
707.523.7900 WWW.REFB.ORG

$1 = 2 MEALS

Evan Livingstone
Abogado Habla Español
• Bancarrota – Borrar Deudas
• Lesiónes de Trabajo
• Manejar Sin Licencia

740 4th Street, Santa Rosa, CA 95404
Tel (707) 206-6570
Fax (707) 676-9112
www.abogadoevan.com
evanmlivingstone@gmail.com

Habla su idioma. No se precupe. Llámalo al (707) 206-6570

Ayudamos a la gente hacer la bancarrota bajo las leyes de Los Estados Unidos.

HAVE YOU BEEN INJURED IN AN ACCIDENT THAT WAS NOT YOUR FAULT?

DO YOU NEED HELP DEALING WITH THE INSURANCE COMPANY?

CALL THE LAW OFFICES OF RICHARD WAHNG FOR YOUR FREE CONSULTATION

*WE CHARGE YOU NO FEES UNLESS WE RECOVER MONEY FOR YOU!

¿SE HA LASTIMADO EN UN ACCIDENTE DONDE USTED NO TUVO LA CULPA?

¿NECESITA AYUDA CON LA COMPAÑÍA DE SEGUROS?

LLAME A LAS OFICINAS LEGALES DE RICHARD WAHNG PARA UNA CONSULTA GRATIS

*¡NO COBRAMOS HONORARIOS AL MENOS QUE RECUPEREMOS DINERO PARA USTED!

RICHARD WAHNG
SAN RAFAEL (415) 521-5175
SAN FRANCISCO (415) 742-4358

Celebrando la Virgen de Guadalupe • Celebrating Our Lady of Guadalupe • por/by Yolanda Vera Martinez

¡PROTÉGENOS, VIRGEN DE GUADALUPE!

Por Yolanda Vera Martínez

Virgen de Guadalupe, gran Señora,
de dulce mirada compasiva y tierna.
Protectora de la gente trabajadora,
y de muchos Latinos Madre y Reina.

"Soy la siempre Virgen María," dijiste,
aquel día que a Juan Diego apareciste.
Que un templo querías en nuestro suelo,
donde escucharas penas y nos dieras consuelo.

Viniste justamente cuando nos oprimían,
aquellos extranjeros que todo nos quitaron,
cuando, tristemente, como esclavos nos tenían
y rudamente, sin compasión, nos trataron.

Tu imagen anduvo en las batallas, al frente,
en las manos de nuestros heroes valientes.
Tu protección con fe sincera pidieron
y su libertad bajo tu mano obtuvieron.

Nos hemos dispersado hacia otras tierras,
y seguimos luchando en otras guerras.
Por ser de raza humilde nos humillan
y nuestra dignidad quebrantan, trillan.

Nos animas, Virgen de Guadalupe,
cuando recordamos tus palabras de alarde:
"Que nada los turbe y les preocupe.
¿No estoy yo aquí que soy su Madre?"

Ven, por favor, nunca nos desampares;
protégenos en estos lejanos lugares.
Que andemos como Juan Diego, con
pasos fijos.
¡Somos los más pequeños de tus hijos!

PROTECT US, OUR LADY OF GUADALUPE!

By Yolanda Vera Martinez

Virgin of Guadalupe, our great Lady
of sweet look compassionate and tender.
Protector of the hard-working, the simple,
and Mother and Queen of most Latino people.

"I'm the ever Virgin Mary," you said,
when to Juan Diego you appeared that day.
That a temple you wanted in our land,
where you'd listen to our cries and lend us a hand.

You came justly when we were oppressed
by those who took everything away;
at the time when we became their salves, sadly,
and, without compassion, we were treated badly.

Your image was front line, in battles,
in the hands of our courageous heroes.
Your protection with sincere faith they implored
and their freedom, with your help, was restored.

We have dispersed ourselves to other lands,
and we are still fighting other battles at hand.
We're humiliated for being a humble race,
and our dignity they shatter, they thresh.

You inspire us, Lady of Guadalupe,
upon remembering your encouraging words:
"Let nothing disturb you and nothing worry you.
Am I not here, your Mother who cares?"

Come to us! Please never forsake us.
In these far-away places protect us.
May we walk with firm steps, like Juan Diego,
always.
Of all your children, we are the smallest!

La Voz es de gran valor en nuestra comunidad. Para empezar, es un puente fuerte entre las comunidades de habla hispana y habla inglesa porque es bilingüe. También, provee noticias e información acerca de programas y eventos locales. Además, La Voz presenta reportes y fotografías de prácticas y tradiciones culturales de nuestra comunidad diversa. Tenemos suerte de que La Voz esté con nosotros. Feliz cumpleaños a La Voz y felicidades a las personas que hicieron posible su creación y su éxito.

Yolanda V. Martínez, *Poeta y Profesora retirada de la Esc. Prep. de Santa Rosa*

Feliz Cumpleaños para el que periódico que siempre me ha tratado con gran igualdad en todas mis campañas de elección para ocupar un puesto en el Concilio de la Ciudad de Santa Rosa y en el Consejo para el Fideicomiso de SRJC. El poder llegar a los habitantes de Santa Rosa en inglés y en español siempre ha sido de gran importancia para mí. La Voz ha hecho esto en forma consistente para la concientización y la obtención de información precisa para nuestra comunidad ¡Que tengan muchos más años llenos de éxito!

Marsha Vas Dupre, Ph.D., *Ex Vicealcaldesa del Concilio de la Ciudad de Santa y miembro del Consejo para el Fideicomiso de SRJC*

Burbank Housing felicita a La Voz por sus catorce años de servicio comunitario. Apreciamos todo lo que hace para promover la diversidad en nuestra comunidad y en apoyar la vivienda a precios bajos ¡Feliz Cumpleaños!

Tom Kuhn, *Adminsitrador de Proyectos, Burbank Housing*

La Voz is a great asset in our community. To start, it is a strong bridge between the English-speaking and Spanish-speaking communities because of its bilingual publication. Then, it provides news and information about local programs and events. In addition, La Voz depicts reports and photographs of cultural practices and traditions of our diverse community. We are lucky to have La Voz in our midst. Happy birthday to La Voz, and congratulations to those who made its creation and success possible!

Yolanda V. Martínez, *Poet and Retired teacher, Santa Rosa High School*

Happy Birthday to the periodical that has always treated me very fairly in each of my elected races for Santa Rosa City Council and SRJC Board of Trustees. Reaching Santa Rosans in Spanish and English has always been very important to me. La Voz has done this consistently for our community's awareness and accurate information. May you have many more successful years!

Marsha Vas Dupre, Ph.D., *Former Santa Rosa City Council Vice Mayor, SRJC Trustee*

Burbank Housing congratulates La Voz on celebrating 14 years of community service. We appreciate all you do to promote diversity in our community and in support of affordable housing. Feliz cumpleaños!

Tom Kuhn, *Project Manager, Burbank Housing*

La Voz es un recurso invaluable para todos los residentes del condado de Sonoma. No sólo informa y educa sino que también construye una fuerte conexión entre culturas y lenguas".

Jenn Guerrero, *Coordinadora del Proyecto TALLK, Oficina de Educación del Condado de Sonoma*

La Voz is an invaluable resource for all residents of Sonoma County. It not only informs and educates, but builds a powerful connection across cultures and languages.

Jenn Guerrero, *TALLK Project Coordinator, Sonoma County Office of Education*

CALIFORNIA WIC WOMEN, INFANTS & CHILDREN

Main Office:
2344 Old Sonoma Rd. Bldg. G
Napa, CA 94559

Services also offered in:
American Canyon
St. Helena
Calistoga

You may be eligible to receive our services if you:

- Are Pregnant
- Recently had a baby
- Have children under 5 years old
- Are a child cared for by a single parent, grandparent, foster parent, step-parent or guardian

AND....

- Live in California
- Meet income requirement (low to moderate income)
- Are a working or migrant family
- Receive **Medi-Cal** or **CalFresh**

WIC Services Include:

Nutrition Education

Breastfeeding Information and Support

Referrals

Anemia Prevention

Checks for Healthy Foods

(707) 253-4853

Oficina Central:
2344 Old Sonoma Rd. Edif. G
Napa, CA 94559

Servicios también se ofrecen en:
American Canyon
St. Helena
Calistoga

This institution is an equal opportunity provider.
Esta institución es un proveedor que ofrece Igualdad de oportunidades.

Usted puede calificar para recibir servicios si usted:

- Está Embarazada
- Acaba de tener un bebé.
- Tiene niños menores de 5 años
- Eres un niño cuidado por padres solteros, abuelo/a, padre o madre de crianza, madrastra/padrastro o tutor

Y...

- Vive en California
- Cumple con los requisitos de ingresos (ingreso bajo o moderado)
- Familia con empleo o migrante
- Recibe **Medi-Cal** o **CalFresh**

Servicios de WIC Incluyen:

Educación de Nutrición

Información y Apoyo para la Lactancia

Referencias

Prevención del Anemia

Cheques para Comidas Saludables

SEAN WILSON DDS
Tomando nuevos pacientes
Exámenes y extracciones de emergencia el mismo día

Taking new patients
Same day emergency exams and extractions

98 Montogomery Dr, Santa Rosa 95404
Por favor llame / Please Call **707-578-7424**

Previniendo la violencia antes de que inicie en el condado de Sonoma

Preventing Violence Before it Begins in Sonoma County

sonoma county DEPARTMENT OF HEALTH SERVICES

"Mi padre era un hombre violento. Su abuso físico y verbal aterrorizaba a mi madre y a sus cinco hijos. Ya tenía cincuenta y tantos años antes de verdaderamente darme cuenta qué tanto impacto en mi personalidad y mis relaciones esta experiencia. Pero el ciclo puede ser roto. Debemos enseñar a nuestros muchachos a través de nuestras palabras y acciones para que respeten a las mujeres y comprendan que la violencia nunca es una solución. Es el trabajo de entrenamiento más importante que he hecho en mi vida".

– Joe Torre – Antiguo Manager de los Yanquis de Nueva York y los Dodgers de Los Ángeles

LA VIOLENCIA ES PREVENIBLE

Durante la infancia nuestras familias nos enseñan muchas cosas. Participamos en las maravillosas tradiciones festivas, por ejemplo, y aprendemos a cómo dar y recibir amor y apoyo. Pero, no todos los niños tienen buenas experiencias. Tal como lo muestra la historia de Joe Torre, la conducta de abuso puede ser heredada de generación a generación, a menos sea detenida. Esto es verdad, que las personas no nacen siendo abusadores y que la violencia es una conducta aprendida, es importante comprender que si, como comunidad, vamos a prevenir la violencia.

Frecuentemente la violencia es vista como un problema que la policía debe de manejar. Pero, más recientemente, estamos viendo una fuerte conexión entre la violencia y la salud, además esta perspectiva permitir analizar el problema hacia mejores soluciones. Piense en la violencia como una enfermedad infecciosa, cómo es transmitida de persona a persona y cómo se disemina en todo el vecindario. Nuestra mejor vacuna para prevenir la violencia es empezar a cambiar el pensamiento y las actitudes que son la base de los actos de violencia.

PREVINIENDO LA VIOLENCIA EN EL CONDADO DE SONOMA

Romper el ciclo de violencia y enseñar a los jóvenes conductas saludables desde temprana edad es la base de un exitoso programa escolar realizado aquí en el condado de Sonoma. Entrenando a los Muchachos para Convertirse en Hombres (CBIM, por sus siglas en inglés) es un programa, financiado por el Departamento de Servicios de Salud del Condado de Sonoma y está siendo implementado en colaboración con Verity y YWCA del Condado de Sonoma, el cual está teniendo un gran éxito al prevenir la violencia doméstica y en relaciones de pareja, así como el asalto sexual. En los últimos tres años, casi 30 equipos de atletismo han participado en doce escuelas secundarias y preparatorias del condado de Sonoma. Este programa basado en evidencia forma una estrecha relación entre los entrenadores y los atletas, asimismo enseña a los jóvenes varones a ser personas saludables y respetuosas que son responsables entre sí. CBIM está ayudando a los jóvenes a reconocer las conductas de abuso y el programa está incrementando la probabilidad de que intervendrán cuando sean testigos de conductas de abuso.

Los datos: Casi 54,000 adultos, 1 de cada 5 habitantes del condado de Sonoma reportan haber experimentado violencia física o sexual por un compañero íntimo. Más aún, frecuentemente los niños son expuestos a esta conducta, existen datos que muestran que los niños se encuentran presentes en más del 60% de los asaltos cometidos por compañeros cada año en los Estados Unidos. Además, tal como Joe Torre lo experimentó, estas experiencias forman la forma en que se aprende a llevar una relación en la etapa adulta. Al enseñar a los jóvenes lo que significa estar en una relación saludable y cómo defender lo que es correcto, CBIM impactará esta generación de jóvenes, además de muchas nuevas generaciones que están por venir.

Para conocer más sobre CBIM o para ver en qué puede usted participar, favor de comunicarse con Alea Tantarelli en Alea.Tantarelli@sonoma-county.org o (707) 565-5364.

Coaching Boys INTO MEN®
CoachesCorner.org

"My father was a violent man. His physical and verbal abuse terrorized my mother and all five of his kids. I was in my 50's before I truly realized how much this experience has impacted my personality and relationships. But the cycle can be broken. We must teach our boys through our words and actions to respect women and to understand that violence is never a solution. It's the most important coaching job I'll ever do."

– Joe Torre – Former manager of the New York Yankees and Los Angeles Dodgers

VIOLENCE IS PREVENTABLE

During childhood our families teach us many things. We participate in wonderful holiday traditions, for example, and learn how to give and receive love and support. But, not all children have good experiences. As Joe Torre's story shows, abusive behavior can also be passed down from generation to generation, unless it is stopped. This truth, that people are not born abusers and that violence is a learned behavior, is important to understand if, as a community, we are going to prevent violence.

Violence is often seen as a problem for law enforcement to manage. But, more recently, we are seeing the strong connection between violence and health, and this view opens up the problem to more solutions. Think about violence as an infectious disease, how it is transmitted from person-to-person and how it spreads throughout a neighborhood. Our best vaccine to prevent violence is to start by changing the thinking and attitudes that lie beneath acts of violence.

PREVENTING VIOLENCE IN SONOMA COUNTY

Breaking the cycle of violence and teaching young people healthy behaviors early in their life is at the heart of a successful school-based program here in Sonoma County. Coaching Boys Into Men (CBIM) is a program, funded by the Sonoma County Department of Health Services and jointly implemented by Verity and YWCA Sonoma County, that is making great strides in preventing dating/domestic violence and sexual assault. In the last three years, nearly 30 athletic teams have participated in the program at 12 different Sonoma County middle and high schools. This evidenced-based program builds off the bond between coaches and athletes, and teaches young men to be healthy, respectful individuals who hold each other accountable. CBIM is helping young men recognize abusive behaviors and the program is increasing the likelihood that they will intervene when witnessing abusive behaviors.

What's at stake: Nearly 54,000 adults, or 1 in 5 Sonoma County residents report experiencing physical or sexual violence by an intimate partner. Furthermore, children are often exposed to this behavior, with data showing that children are present in more than 60% of intimate partner assaults each year in the United States. And, like Joe Torre, these experiences shape how they learn to be in adult relationships. By teaching young people what it means to be in a healthy relationship and how to stand up for what is right, CBIM will impact this generation of youth, and many more generations to come.

To learn more about CBIM or to see how you can get involved, please contact Alea Tantarelli at Alea.Tantarelli@sonoma-county.org or (707) 565-5364.

¡Vuelos sin escalas en Alaska Airlines

desde el Sonoma County a Los Ángeles, Portland, San Diego 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 Los Angeles, Portland, San Diego 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

Alaska Airlines

Violence against women is a tragic reality. We must teach our sons early and often what it means to be a man – that women deserve honor and respect, and that violence never equals strength. A safer world is in their hands. Help them grasp it.

www.FuturesWithoutViolence.org

FUTURES WITHOUT VIOLENCE®

©2013 Futures Without Violence. All rights reserved.

Cuerpo Corazón Comunidad: ¡A su salud! • por/by Chelsey Richeson y/and Marisol Muñoz-Kiehne, PhD

DESGASTE EN EL TRABAJO

Cuando se acerca el fin del año, hay mucho en qué reflexionar. ¿Qué desearía haber hecho más o hecho menos? ¿Está satisfecho con los logros que ha realizado en su trabajo? Su trabajo, ¿le está estresando más de lo que está disfrutando? ¿Se despierta de madrugada preocupado por el día de trabajo que le espera?

Si reflexionar sobre su trabajo le deja sintiéndose estresado o insatisfecho, quizás está experimentando desgaste laboral. El desgaste laboral es un tipo de estrés laboral en el que se siente cansancio físico, emocional, y mental, con temores sobre sus habilidades y valor en el trabajo. El estrés prolongado y la presión constante de satisfacer las exigencias del trabajo pueden resultar en desgaste laboral.

¿Cómo saber si estamos a riesgo de un desgaste laboral? Podemos comenzar evaluando nuestra satisfacción en el trabajo y nuestra habilidad de manejar el estrés. Estos son algunos factores de riesgo:

- Poco control sobre sus responsabilidades laborales.
- Ambiente de trabajo caótico o negativo.
- Falta de apoyo dentro y fuera del trabajo.

¿Qué pasa si ya está sintiendo desgaste laboral? ¿Cuáles son los síntomas? Las siguientes experiencias son comunes cuando el desgaste está presente:

- No hay motivación para empezar el día.
- La mayoría de sus días en el trabajo son malos.
- Siente cansancio.
- No es productivo en el trabajo.
- Sentirse impaciente con los compañeros de trabajo o con los clientes.
- Sentir que sus talentos no son apreciados o reconocidos.
- Cambios en los hábitos de dormir o comer.
- Aislamiento de compañeros de trabajo, familiares, o amigos.

Cuando note estas experiencias, hay que tomar acción. Hay una variedad de pasos que se pueden tomar para aliviar el desgaste laboral. Considere los siguientes:

- Identificar las fuentes de estrés: ¿Cuáles son las causas de su estrés? ¿Puede hacer algo para cambiarlas? Por ejemplo, cambiar su horario, trabajar menos horas, o moverse de lugar de trabajo.
- Empiece el día con una perspectiva positiva: Cree una rutina para comenzar cada día. Levantarse con el pensamiento "hoy va ser un buen día" aumenta el bienestar y el punto de vista para el resto del día.
- Mejorar/desarrollar hábitos saludables: Asegúrese de que está durmiendo lo suficiente cada noche, trate de incluir la actividad física en su rutina diaria, e incluya más variedad en su dieta para una nutrición balanceada.
- Participe en actividades que no estén relacionadas con su trabajo: Salir a pasear, tomar clases de baile, aprender a tejer o a cocinar. Descubra una actividad que le interese y puede cultivar un pasión.
- Ponga límites en el trabajo: Evite llevar el trabajo a casa, reconozca cuando está estresado, lleve un ritmo más lento de trabajo, y sepa cuándo está haciendo de más. **El estrés, el no sentirse apreciado, y el perder interés en el trabajo no deben ser ignorados.** Reflexione sobre su nivel de satisfacción laboral y sobre cómo éste afecta otras áreas de su vida. Practique actividades de prevención del desgaste laboral, y conside-re intervenciones para el manejo del estrés.

*Escuche **Cuerpo Corazón Comunidad** en vivo **los miércoles** a las **11am** por la **KBBF, 89.1FM.** Para más información e inspiración, escriba a la **Dra Marisol** a **Marisolmunozk@gmail.com** y visite **cuerpo corazoncomunidad.org** y **www.nuestrosninos.com.***

La Voz es una publicación sin igual, al ser informativa e inspiradora, invitándonos a la reflexión y a la acción. Tanto en sus formatos impresos como en los electrónicos nuestra comunidad diversa puede confiar en lo que ofrecen sus páginas coloridas. En esta ocasión especial, en nombre de muchos envío felicitaciones alegres y apreciación sincera a La Voz, por su única y valiosa contribución a nuestra educación, iluminación, y diversión.

***Marisol Muñoz-Kiehne, PhD,** "Doctora Marisol"*

JOB BURNOUT

As the end of the year approaches, there is much on which to reflect. Is there something you wish you had done more or less of? Are you satisfied with the accomplishments you've made at work? Is work stressing you out more than making you happy? Do you wake up in the morning dreading another workday?

If reflecting about your job has left you feeling stressed and dissatisfied, then you may be experiencing job burnout. Job burnout is a type of job stress in which physical, emotional, and mental exhaustion is present, with fears about one's ability and value at work. Prolonged stress and the constant pressure to meet work demands results in burnout.

How do we know if we may develop burnout? Becoming aware of one's satisfaction at work and one's ability to handle stress is a start. The following are some risk factors:

- Little control about workload responsibilities
- Chaotic or negative work environment
- Poor social support in and outside of work

What if you are already experiencing burnout? What do those symptoms look like? The following experiences are common when burnout is already present:

- No motivation to get the day started
- Most work days are bad days
- Feeling exhausted
- Being unproductive at work
- Becoming impatient with coworkers or clients
- Feeling your talents are unappreciated, unnoticed
- Changes in sleep or eating patterns
- Isolation from coworkers or family & friends

Once any number of these experiences are being observed, then action needs to be taken. There are a variety of steps that can be taken to alleviate and ease job burnout. Consider the following:

- Identify the stressors: What causes the stress? Is it something that can be changed? For example, change the start and end time of the workday, cut back hours, or transfer to a closer location.
- Start day off positively: Create a mantra to start each day. Simply waking up and having the first thought be "Today will be a great day" increases you wellbeing and outlook for the day.
- Improve/develop healthy living habits: Make sure you are receiving an adequate amount of sleep each night, try to include exercise into your daily schedule, and include more foods into your diet for a balanced nutrition.
- Create hobbies/interests that are unrelated to work: Go hiking, take dancing lessons, learn to knit or cook. Find an activity you enjoy that will cultivate a passion.
- Set boundaries at work: Do not take work home, know when you're overwhelmed, slow your pace, and know when too much is too much.

Feeling stressed, under appreciated, and uninterested in work should not be ignored. Reflect on your overall satisfaction at work and how this affects other areas of your life. Engage in burnout prevention activities and consider investing in stress management interventions.

*Cuerpo Corazón Comunidad live Wed's at 11am KBBF, 89.1FM and kwmr.org. Info and inspiration, write Dra. Marisol at **Marisolmunozk@gmail.com** and visit **www.cuerpocorazoncomunidad.org** and **www.nuestrosninos.com.***

La Voz is a one-of-a-kind publication, as it is informative and inspirational, thought-provoking and practical. On print and online, our diverse community can trust and use what is offered in its colorful pages. On this special occasion, on behalf of many I send joyful congratulations and sincere appreciation to La Voz, for its unique and valuable contribution to our education, enlightenment and entertainment.

***Marisol Muñoz-Kiehne, PhD,** "Doctora Marisol"*

Bay Area Discovery Museum

Make Family Memories!

Saturday, December 19
Dream Circle Performance

December 21 & 28
Open Mondays

Thursday, December 31
Noon Year's Eve Celebration

Free programs everyday!

Fort Baker, Sausalito • BayKidsMuseum.org

NEED FOOD?

¿NECESITA COMIDA?

Conectando la comunidad a alimentos saludables.

Connecting the community to healthy food.

FOOD CONNECTIONS
707.523.7903
8:30 am - 6:30 pm
Open Monday - Friday
Abierto Lunes - Viernes

Value Market

VALUE MARKET *is a new, full-service grocery store with friendly, bilingual clerks,* ***WIC accepted,*** *CalFresh EBT, cash, credit/debit cards, serves qualified low-income shoppers.* ***3990 Brickway Boulevard in Santa Rosa, 95403.***

Open Monday - Saturday: 10:30 am till 6:30 pm
www.refb.org/valuemarket
Get what you need!
Call us at: ***707.523.6500 se habla espanol***

ARE YOU LOOKING FOR A JOB? OR, A RECRUITER SEEKING BILINGUAL/ BICULTURAL/BILITERATE EMPLOYEES?

La Voz posts new job opportunities on the ***La Voz* Bilingual Newspaper Facebook page,** partnering with counties, companies and agencies to recruit bilingual and regular employment. **Each post receives at least 6,500-9,500 hits, 200-300+ likes** and can be targeted to different areas in the North Bay. In a recent WEEK, Facebook logged over 35,000 impressions at the *La Voz* Bilingual Newspaper Facebook page and Fans Group. Advertisers receive a Boosted Facebook post **PLUS** your message is on the front page of the La Voz website, **www.lavoz.us.com.** Join the Counties of Sonoma, Napa and Mendocino, the Santa Rosa School District and many businesses and nonprofits in the North Bay. **Advertise with the La Voz Social Media Network.**

Contact **info@lavoz.us.com** or call **707 538-1812** to advertise.

Current jobs with the

SANTA ROSA CITY SCHOOL DISTRICT

are now posted on the front page of **www.lavoz.us.com** and on the La Voz social media network: **La Voz Bilingual Newspaper Facebook page** and the **La Voz Bilingual Newspaper Fans Facebook group.** Take a look!

BUSCAMOS CONTRATAR A REPARTIDORES DE PERIÓDICOS
Actualmente tenemos rutas disponible en Petaluma y en Sebastopol. Tiempo parcial, se trabaja desde muy temprano en la mañana, los 7 días de la semana. Debe tener al menos 18 años de edad, licencia de conducir y seguro de automóvil.

NEWSPAPER CARRIERS WANTED
Routes available now in Petaluma and Sebastopol. Part time, early morning hours, 7 days a week. Must be 18, have a valid CA. drivers license and insurance.
If interested call **707-575-7500**

Victoria Palacios
Servicios de Inmigración de Santa Rosa

- *NO tiene que hacer fila en la frontera para viajar con su auto a México.*
- *¡Podemos tramitar su permiso de vehículo vía Internet ya listo para viajar tranquilo!*
- NO Lines at the Border. On the Internet, we can obtain your vehicle permit to travel to Mexico.

- *Les ofrece trámites de inmigracion, aseguranza de automóvil.*
- *Con 20 años de experiencia en inmigración trabajando con familias, parejas e individuos.*
- *Les explico la ley conforme su caso individual. No hago promesas falsas.*
- *El poder está en la educacion.*
- More than 20 years of Immigration processing experience. I offer you an understanding of the law as it pertains to your case.
- Auto insurance services.

¡Sí se puede! Su servidora, Victoria Palacios
No soy abogada **707 573 1620**

422 Trowbridge Street, Santa Rosa 95401
Oficina abierta de lunes a viernes 2pm a 5pm y sábados con cita.
Office hours are Monday through Friday from 2pm to 5pm and on Saturdays with appointment.

ESTAMOS CONTRATANDO

PETALUMA POULTRY tiene puestos de trabajo disponibles en forma inmediata para trabajadores generales y con habilidades especiales en nuestra ubicación de Petaluma, California. Los trabajadores generales trabajan en diferentes estaciones ubicadas en toda la línea de producción que procesa los productos de pollo. Este trabajo puede requerir trabajar con pollo crudo. Dentro de las tareas asignadas se encuentran colgar pollos vivos, pesado y colocación de precio, empacado, deshuesado y muchas otras más. Los solicitantes deben tener al menos 18 años de edad, estar legalmente autorizados para trabajar en los Estados Unidos y haber trabajado para algún empleador por lo menos tres meses el año pasado. El contar con experiencia en manufactura y/o producción, especialmente en la producción de comida, es una ventaja.

Petaluma Poultry ofrece un salario competitivo y un amplio rango de beneficios médicos, así como vacaciones y días festivos pagados; plan de retiro 401(k) en donde pagamos el 5%.

EL NUEVO SUELDO DE CONTRATACIÓN ES DE $12 LA HORA • DESPUÉS DE 60 DÍAS O DOS MESES, EL SUELDO ES DE $13 LA HORA • PARA LOS TRABAJOS DE NOCHE HAY UN PAGO EXTRA DE $0.50 SOBRE EL SUELDO BASE.

También ofrecemos en forma temporal el siguiente programa de bonos:

Bono al firmar: $100 después de los primeros 30/60/90/120/150/180 días = $600

Bono por asistencia: Si no falta ningún día durante la semana, obtiene un pago extra de $1.00 por cada hora trabajada.

Bono de recomendación: Recomiéndenos con sus amigos y obtenga $50.00 después de 2/4/6/8 semanas de que estén trabajando para nosotros = $200

Aplique por internet en **petalumapoultry.com** haga clic en **"Careers",** o bien vaya a nuestras instalaciones ubicadas en **Petaluma, 2700 Lakeville Hwy.**

Apply online at petalumapoultry.com and click on "Careers"

Petaluma Poultry is an equal opportunity, affirmative action employer committed to hiring a diverse workforce.

www.petalumapoultry.com

NOW HIRING

Petaluma Poultry has immediate openings for General and Skilled Laborers and at our Petaluma, CA location. General Laborers work at various stations along the production line processing chicken products. This job may require working with raw chicken. Typical position assignments include live hang, weigh and price, tray pack, deboning and many more. Applicants must be at least 18 years of age, legally authorized to work in the United States and have worked for one employer for at least 3 months in the past year. Manufacturing and/or production, especially food production experience is a plus.

Petaluma Poultry offers competitive pay and a full range of medical benefits, as well as paid vacation, and holiday time; 401(k) with company-paid match up to 5%.

NEW HIRE RATE IS $12/HR
AFTER 60 DAYS OR 2 MONTHS THE FULL RATE IS $13/HR
NIGHT SHIFT DIFFERENTIAL IS 0.50 CENTS ON TOP OF THE BASIC RATES

Temporarily we also offer the following bonus program:

Sign-on bonus: $100 after 30/60/90/120/150/180 days = $600

Attendance bonus: For not missing any days during the week you get paid an extra $1.00 per every hour worked

Referral bonus: Refer unlimited friends and make $50.00 after 2/4/6/8 weeks that they are employed = $200

Apply online at **petalumapoultry.com** and click on **"Careers"** or stop by at our location in **Petaluma @ 2700 Lakeville Hwy.**

SOUP WITH THE SUPERINTENDENT! ¡SOPA CON LA SUPERINTENDENTE!

La Superintendente de las Escuelas de la Ciudad de Santa Rosa, ***Socorro Shiels,*** *lo invita a que participe en* **"SOUP WITH THE SUPERINTENDENT"! (¡SOPA CON LA SUPERINTENDENTE!)** *La Superintendente Shiels estará disponible para discutir y responder a sus preguntas sobre las Escuelas de la Ciudad de Santa Rosa. No hay un programa previo, sólo será un foro abierto para hablar sobre aspectos importantes que están sucediendo en el distrito. Favor de unirse a la Superintendente el próximo 12 de noviembre para disfrutar de una tibia sopa y una discusión de gran importancia.* ***Jueves 10 de diciembre de 2015 de 5:30-7:30 p.m.*** *en el* ***District Office Board Room, 211 Ridgway Ave.***

The Santa Rosa City Schools Superintendent ***Socorro Shiels*** *invites you to join her at* **"SOUP WITH THE SUPERINTENDENT"!** *Superintendent Shiels will be available to discuss concerns and answer your questions about Santa Rosa City Schools. There is no agenda, just an open forum to talk about relevant issues happening across the district. Please join the Superintendent on November 12 for some warm soup and meaningful discussion.* ***Thursday, December 10, 2015, 5:30-7:30 p.m.*** *at the* ***District Office Board Room 211 Ridgway Avenue***

SANTA ROSA CITY SCHOOLS
Excellence is our Common Ground

Santa Rosa City Schools is composed of Santa Rosa Elementary District (K-6) and Santa Rosa High School District (7-12)

Ph. (707) 528-5388
www.srcs.k12.ca.us @SRCSchools

A través tanto del periódico como de su presencia en internet, La Voz ha sido un excelente recurso para el Departamento de Recursos Humanos del Condado de Sonoma. Apreciamos lo que Ani y su equipo de apoyo hace por ayudarnos para promover las oportunidades de empleo disponibles en el condado de Sonoma a través de toda la comunidad ¡Feliz Cumpleaños, La Voz! *(English on page 1.)*

Spencer Keywood, *Manager de Reclutamiento y Clasificación Interino, Departamento de Recursos Humanos del Condado de Sonoma*

WELLS FARGO CENTER FOR THE ARTS
707.546.3600
wellsfargocenterarts.org

Wells Fargo Center for the Arts gratefully acknowledges generous support from

NAMING SPONSOR Wells Fargo · SEASON SPONSOR Lytton Rancheria (Lytton Band of Pomo Indians) · WINE SPONSOR Rodney Strong Vineyards

American Asphalt and Concrete · Before Movie · cokas | piko Home · County of Sonoma · Flamingo Resort & Spa · Freeman Toyota Lexus · Nelson · Pisenti & Brinker LLP · The Press Democrat · Santa Rosa Entertainment Group · SMT Spaulding McCullough & Tansil LLP · Vantreo · xfinity

¡Seguro de Auto que le cuesta MENOS!

DESDE $15 al mes*

Nuevos Conductores · DUI
Sin Licencia · SR-22

CostULess insurance center

707-202-5012

Santa Rosa / Fairfield / Napa / Petaluma
Pittsburg / Concord / Vacaville / Vallejo

costulessdirect.com

Sacramento Auto Insurance Center, Inc., DBA Cost U Less Insurance Center. * Aplican restricciones prima únicamente. Ejemplo: Conductor de 37 años, 2011 Honda Civic, sin daños a terceros - límites 15/30/5, 10,000 millas por año, C.P. 91001. Prima real varía.

- Inmigración
- Formación de entidad de negocios
- Bienes y raíces
- Licensia y regulación de bebidas alcohólicas
- Testamentos
- Cartas Poder

- Immigration
- Business Entity Formation
- Real Estate
- Alcoholic Beverage Licensing & Regulation
- Wills
- Powers of Attorney

Rafael Rios III • Law Office of Rafael Rios III
1360 Railroad Avenue, St. Helena, CA 94574
(707) 967-9920
rafael@rioswinelaw.com

CREATING EQUITABLE SCHOOLS
EQUITY AT THE CORE
FOR ALL LEARNERS

JOIN US
for a community-wide conference on equity in schools.
February 9-10, 2016
Learn more and register:
scoe.org/equity

Únete a nosotros
para una conferencia de toda la comunidad sobre la equidad en nuestras escuelas
9-10 de Febrero de 2016
Aprender más y registrar:
scoe.org/equity

Sonoma County Office of Education

'TIS THE SEASON
SWIPE & WIN GIVEAWAY

MIÉRCOLES
2, 9, 16, 23, 30 DE DICIEMBRE

USE SU TARJETA CADA SEMANA
OBTENGA PREMIOS AL INSTANTE

¡PODRÍA GANAR UN
CHEVY CAMARO 2016,
DINERO EN EFECTIVO, FREE SLOT PLAY, CENAS Y MÁS!

EL CASINO MÁS POPULAR DE CALIFORNIA.

DE LA BAHIA A LA ALEGRÍA EN 43 MINUTOS.
ROHNERT PARK @ LA 101 SALIDA 484

288 Golf Course Drive West | Rohnert Park, CA
Tel. 707.588.7100

GRATON RESORT & CASINO™

GratonResortCasino.com

LAS MARCAS Y LOS MODELOS PUEDEN SER DIFERENTES DE LOS QUE SE MUESTRAN EN LA PUBLICIDAD. PARA PARTICIPAR DEBE TENER UNA TARJETA GRATON REWARDS. EDAD PARA PARTICIPAR: 21 AÑOS O MÁS. DEBE TENER UN ID VÁLIDO. EL REGLAMENTO COMPLETO SE ENCUENTRA EN EL REWARDS CENTER. LA ADMINISTRACIÓN SE RESERVA TODOS LOS DERECHOS. JUEGUE DENTRO DE SUS LÍMITES. SI PIENSA QUE TIENE PROBLEMAS CON EL JUEGO, LLAME AL 1-800-GAMBLER PARA OBTENER AYUDA. ©2015 GRATON RESORT & CASINO

SANTA ROSA JUNIOR COLLEGE

EL SRJC FUNCIONO PARA MI. TAMBIEN PUEDE FUNCIONAR PARA UD.

Explore – Presente su Solicitud – ¡Prepárese Ahora para la Primavera 2016!

- Learn English for free in non-credit ESL classes.
  Aprenda ingles gratis en nuestras clases de Inglés como Segundo Idioma sin crédito.
- Year to Career programs – train for high-demand careers, earn 38% more!*
  Programa de Carreras de un Año – estudie las carreras con más demanda, ¡gane 38% mas!*
- Build your college skills and prepare for GED.
  Desarrolle sus habilidades de aprendizaje y preparese para el GED
- Financial aid, scholarships, fee waivers – we're here to help you.
  Ayuda financiera, becas, eliminación de cuotas – estamos aquí para ayudarle.

* Employment Outcomes Survey 2015, SRJC * Resultados de la Encuesta sobre Empleos 2015, SRJC

December 14, 2015
Web site registration starts.
Empiezan las inscripciones por internet.

January 11, 2016
In-person Registration.
Inscripciones en persona.

January 19, 2016, Spring Classes Start! ¡Inician las clases de primavera!

KATHERINE VALENZUELA
MATHEMATICS FACULTY
PETALUMA CAMPUS
SRJC GRADUATE

Read my SRJC story at stories.santarosa.edu

APPLY AND ENROLL AT
SUPER SATURDAY SERVICE
Assessment, Counseling, Support Services in English & Spanish
DEC. 5 & JAN. 16
8:30am - 3:30pm
SANTA ROSA & PETALUMA CAMPUSES

www.santarosa.edu/bienvenidos
ONLINE APPLICATION, CLASS SCHEDULE AND FINANCIAL AID INFO
APLICACIÓN EN LÍNEA, HORARIO DE CLASSES Y AYUDA ECONOMICA:
admissions.santarosa.edu

¡Felicidades! ¡La Voz es una muy importante voz en el condado de Sonoma! ¡Que tenga muchos más años de excelencia! Felicidades! La Voz is a very important VOICE in Sonoma County! May you have many more years of excellence!
***Mike Garcia,** Diseñador Gráfico Senior, Comité Ejecutivo Clasificado SEIU – Oficial de Comunicaciones / Senior Graphic Designer, SEIU Classified Executive Committee — Communications Officer*

Catalina Townhomes

2740 Dutton Meadow, Santa Rosa, CA 95407

- **3 recámaras, 2 y 2.5 baños • Garage para 2 autos**
- **Recámara principal • Casas certificadas Energy Star**
- **Pagos mensuales a su alcance ($1,450 - $1,600)**

707.526.9782 • catalinatownhomes.com

CalBRE #01154604

ASK ABOUT ENERGY STAR CERTIFIED HOMES

BURBANK HOUSING

Esta familia está ayudando a construir su casa en Catalina!

HELP BUILD YOUR FIRST HOME WITH US!