

50% INGLÉS – 50% ESPAÑOL,
una revista comunitario produ-
cido y operado en la región.

Registrarse para votar!
Hacer que su voz sea
escuchada! Vea la pág. 5.
Register to vote!
Make your voice heard!
See page 5.

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





© 2016 • La Voz Bilingual Newspaper

BILINGUAL MAGAZINE

ABRIL • APRIL 2016
VOLUMEN / VOLUME XV, NÚMERO / NUMBER 5



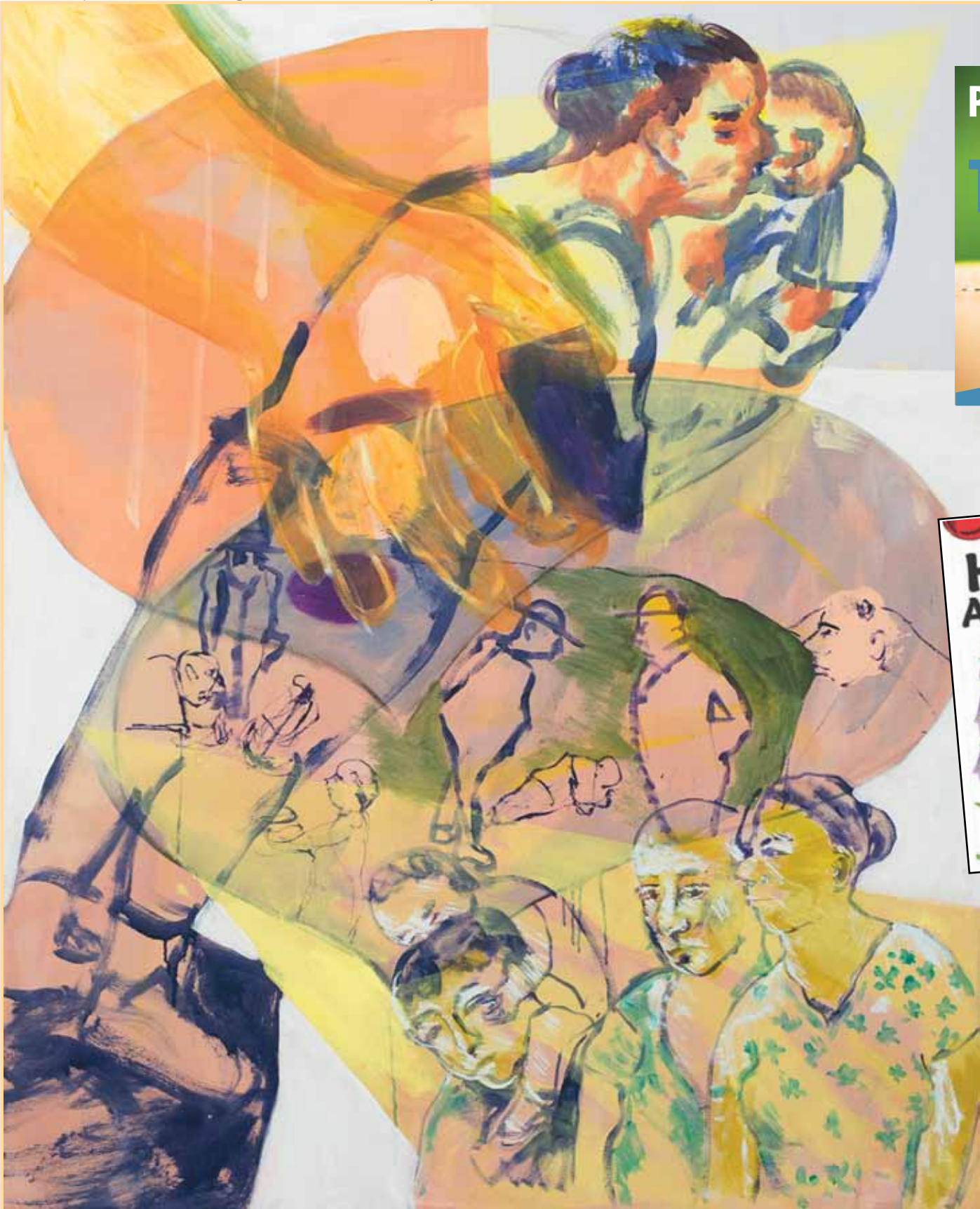
Comida / Food • pág. 8

50% IN ENGLISH!

BILINGUAL
The Voice
MAGAZINE

¡50% EN ESPAÑOL!

La Mejor Revista Bilingüe del Norte de California NORTHERN CALIFORNIA'S FOREMOST BILINGUAL MAGAZINE



María de los Ángeles: “Estas rosas”, una serie de obras de exploración y símbolos culturales. Es una búsqueda de la belleza de las tradiciones con las cuales crecí ¿Cómo es que dos culturas se manifiestan en imágenes, específicamente en la pintura? Las personas mostradas fueron inspiradas en personas que conozco, pero son simbólicas — la experiencia como inmigrante y mi experiencia como persona indocumentada. **La exhibición** de las últimas obras de María de los Ángeles será del **12 de abril al 2 de junio de 2016** en **Santa Rosa City Hall**, de lunes a jueves de 8:00 AM a 5:00 PM, además de viernes alternados. **La recepción será el 22 de abril de 5:00 a 7:00 PM.** Una parte de los fondos generados por las ventas será entregada a la “Casa del Migrante” en Tijuana, México. Pintura de **María de los Ángeles**

Protecting You from THE BITE



Inside
Protecting the region from Zika pg. 5
Ticks and how to remove them pg. 6
Are mosquitoes breeding in your backyard? pg. 7

¡Protegiéndose de la picadura del mosquito!
Busque este boletín, está dentro de este número de La Voz. **Protecting you from the Bite!** insert included in this issue of La Voz.

Harvest for the Hungry Garden's

Huge Annual Plant Sale
Saturday, April 23
9:00 - 2:00
1717 Yulupa Ave. @ Hoen ~ Santa Rosa
(1 block from Whole Foods)

Organically grown
heirloom vegetables
flowers
native & habitat plants
medicinal & culinary herbs
Garden handcrafts & planters

¡Cosecha para la Gran Venta Anual de Plantas de Hungry's Garden! Plantas desarrolladas orgánicamente: Vegetales heirloom; Flores; Plantas nativas y de hábitats locales; Hierbas medicinales y culinarias; Artesanías y macetas para jardín; **¡Siempre con una selección de artículos maravillosos!** Se ofrecerá una gran cantidad de información y recomendación, en el Master Gardener table. **Los beneficios serán otorgados a la Cosecha del Hungry Garden.** www.harvestgarden.org.

Best time to plant vegetables is late April and May when the weather warms up!

María de los Ángeles: “Estas Rosas”, a series exploring portraiture and cultural symbols. It is a search towards the beauty in the traditions I grew up with. How does biculturalism manifests in images, specifically painting? The people represented are inspired by people I know, but are also symbolic—the immigrant's experience and my experience as an undocumented person. **Exhibit** of Maria's latest work begins **April 12 – June 2, 2016** at **Santa Rosa City Hall**, Monday - Thursday: 8:00 a.m. – 5:00 p.m. and alternate Fridays. **Reception: Friday, April 22, 5-7pm.** A portion of the sales will go to Casa del Migrante in Tijuana. Art by Maria **María de los Ángeles**

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

La Voz posts job opportunities on the **La Voz Bilingual Newspaper Facebook page**, partnering with counties, companies and agencies to announce recruitments for bilingual and regular employment. **Each post receives up to 15,000+ hits, 1000 impressions, and can be targeted to different areas in the North Bay.** In a recent month, **Facebook logged over 60,000 impressions at the La Voz Bilingual Newspaper Facebook page and La Voz Bilingual Newspaper Fans Group.** Advertisers receive a Boosted Facebook post PLUS an ad on the front page of the website, www.lavoz.us.com. More info, contact info@lavoz.us.com or call 707 538-1812.

¡TOME EL FERRY GOLDEN GATE EN LARKSPUR Y VEA TODOS LOS JUEGOS DE LOS GIGANTES DE S.F. EN SU ESTADIO

Disfrute de un paseo escénico de la bahía, arribando a tan solo unos pasos del estadio AT&T.

TAKE GOLDEN GATE LARKSPUR FERRY TO ALL THE S.F. GIANTS HOME GAMES!

Enjoy a one-hour scenic bay trip, arriving within steps of AT&T Ballpark.



Para reservar sus boletos y obtener información de horarios comuníquese gratis al **511** (TDD 711) & o visite **goldengate.org**
For ticket, reservation, and schedule information call toll-free **511** (TDD 711) & or visit **goldengate.org**

Para Tu Futuro de Energia Limpia For Your Clean Energy Future

Tu tiempo con la familia es aun mejor porque sabes que tu energía es más limpia y cuesta menos. Únete con Sonoma Clean Power hoy para crear un futuro con energía limpia.

Family time is just a little better knowing it's powered with cleaner and less expensive electricity. Join Sonoma Clean Power in building a clean energy future today.



**Sonoma
Clean Power**
Local. Renewable. Ours.

sonomacleanpower.org | 1 (855) 202-2139

www.lavoz.us.com

LA VOZ BILINGUAL NEWSPAPER
PO Box 3688 Santa Rosa, CA 95402
707.538.1812 www.lavoz.us.com
news@lavoz.us.com

ABRIL / APRIL 2016:

Publisher / Editor-in-Chief / Art Director:
Ani Weaver, MA, MFT, ani@lavoz.us.com

ADVERTISING: Please call *La Voz* at **707.538.1812** or email ads@lavoz.us.com.

CIRCULATION: Barbara Henry, 707.327.8410, Sonoma, Napa and Marin Counties. For schools, agencies, other counties, call 707.538.1812.

COMMUNITY RELATIONS: Gerardo Sánchez, calikickstk@gmail.com and Ramon F. Meraz, ramonfidelmeraz@gmail.com.

EDITORIAL: Editor-in-Chief: Ani Weaver; Assistant Editor: Radha C. Weaver; Spanish Editor: Chiquis L.

TRANSLATORS: Chiquis L., Odacir Bolaño

ART: Design, Layout, Typesetting: Ani Weaver.

PHOTOGRAPHY: Jeff Kan Lee, Ani Weaver. Historical Cartoonist: Emilio Rodríguez Jiménez, México.

CONTRIBUTORS: Craig Davis; Dora Briley; Radha C. Weaver; Ramón Fidel Meraz; Marisol Muñoz-Kiehne, PhD; Jenn Guerrero; Christopher Kerosky, Esq; Fabiola Sandoval; David Anglada-Figueroa; Aracely Romo-Flores; ¡Gracias!

SUBSCRIPTIONS: One year, please send \$35 check or money order made out to "La Voz" and your name and address to:

La Voz, PO Box 3688, Santa Rosa, CA 95402

La Voz is published on the first Monday of the month. Submit articles by the tenth of the month prior to publication.

La Voz se publica el primer lunes de cada mes. Por favor envíe sus artículos antes del día 10 del mes de la publicación.

© *Periódico Bilingüe La Voz 2016. 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 2016. All Rights Reserved. No portion of this publication may be reproduced by any means electronic or otherwise without written permission of the publisher.*

Fotografías de la página 1: superior: izquierda/above left, **Fabiola Sandoval: Opinión ¡Vote!** see page 5; Derecha/right, **Ottavio Díaz de/by Jeff Kan Lee. Read People of the Month,** pages 8-9.

Celebrating 15 Years Building Champions in life

**Anniversary Special
\$49.99
5 Week course**

**Empower your Child to succeed
Cali Kicks Martial Arts Academy
707-535-0368
3445 Sebastopol Rd, Santa Rosa ca
www.calikickstk.com**

**Attention Parents!
Arm Your Child with life Skills**

Great Energy Outlet	Manners Trough Martial Arts
Positive Self Image	Follow Rules and Responsibilities
Character Development	Respect for self and Others
Build Self-Esteem	Motor Skills Development
Focus & Concentration	Leadership training
Improve Confidence	Reaching Goals and Objectives
Improve Listening Skills	Self-Control and Self-defense

**Kukkiwon
Certified Worldwide
Master Instructor**

Celebrando 15 años Creando Campeones en la Vida



"EN ESTE VIAJE A BARCELONA, EL ATERRIZAJE NO ESTÁ INCLUIDO EN EL PRECIO DEL BOLETO...
TODAS LAS PERSONAS QUE QUIERAN ATERRIZAR, POR FAVOR DESLICEN SU TARJETA DE CRÉDITO".

La conexión de la compasión • Compassion Connection • Sonoma Humane Society

¿POR QUÉ ADQUIRIR UNA MASCOTA?

POR DORA BRILEY, SERVICIOS HUMANOS Y DE SALUD DEL CONDADO DE MENDOCINO • WWW.MENDOSHELTERPETS.COM

¿POR QUÉ ALGUIEN QUISIERA UNA MASCOTA?

¿Alguna vez la ha sucedido que ha hecho algo y después se ha arrepentido de esto? En el caso de adquirir una mascota, usted no sólo la adquiere. Una mascota es una adición a la familia y usted necesita tomar decisiones sabias al elegir lo que va a añadirse a su familia. Las mascotas pueden vivir por años y son una gran responsabilidad por lo que usted necesita considerarla seriamente antes de adquirir una.

VENTAJAS Y DESVENTAJAS

Haga una lista de las ventajas y desventajas de adquirir una mascota. Piense en todo lo que una mascota va a traer a su vida ¿Cuenta con el espacio necesario? ¿Puede pagar los costos que conlleva tenerla? ¿Tiene tiempo para dedicárselo a una mascota? Si usted renta el lugar donde vive ¿cuenta con la autorización del casero? ¿Qué sucederá si la mascota es destructiva? ¿Qué tanto cuida usted de su jardín, sus muebles y sus zapatos? ¿Cuál será la mejor mascota para sus hijos? ¿Hay algún miembro de la familia que padezca alergia a las mascotas? Realmente tiene que considerar todos los ángulos y hacer su lista.

¿QUÉ MASCOTA ES LA MEJOR PARA USTED Y SU FAMILIA?

Investigue. *Google pets*. Hay mascotas de todo tipo, formas, tamaños y especies. Hable con su familia, esto pudiera ser una decisión de grupo. Considere la responsabilidad de una mascota, el costo del alimento, el veterinario, las licencias, por mencionar algunos. Algunas compañías de seguro no aseguran su casa si usted tiene ciertos tipos de animales, lo mejor es investigar cuáles son las políticas de la compañía. Los animales grandes y los niños pequeños no siempre se llevan bien y en algunas ocasiones los perros pequeños pueden ser quienes causen disturbios en la casa. Realmente debe investigar con profundidad antes de tomar una decisión.

TRATE CON UNA MASCOTA

¿Sabía que usted puede ser voluntario para ayudar a las mascotas en el Refugio de Animales del Condado en la localidad? Quizás usted pueda hacer esto mientras que al mismo tiempo trata con mascotas antes de adquirir una. Vea cómo es que una mascota se adaptaría en su casa, con su familia en su estilo de vida antes de tomar cualquier decisión final. Si usted no quiere tener ahora una mascota, entonces visite los refugios locales y pase algo de tiempo con animales diferentes, conózcalos, vea cómo interactúan con usted y su familia. Conviértase en una persona que camina con perros y pase algo de su tiempo con ellos o bien pase tiempo con los gatos del refugio y vea cuáles son a los que les gusta jugar y cuáles son independientes. Es una gran oportunidad para “tratarlos” y ayudar al refugio al mismo tiempo.

BENEFICIOS DE ADQUIRIR UNA MASCOTA

Las mascotas pueden agregar una dimensión maravillosa a su vida, sin importar si su elección es un perro, un gato, una lagartija, una serpiente o una tortuga. Las mascotas ofrecen amor y compañía incondicional. Pero definitivamente usted necesita invertir tiempo en ellas. Dentro de los beneficios se incluyen: reducción de estrés, amor y compañía, entretenimiento, responsabilidad, la enseñanza de la compa sión, aprende el lenguaje de la mascota, algunas mascotas pueden sentir y alertarlo del peligro, mejor amigo, felicidad pura. Las mascotas son maravillosas, pero no son para todas las personas. Entérese bien sobre el compromiso que adquirirá antes de elegir el adquirir una mascota ¡Su futura mascota estará feliz por lo que hizo!

¿Está buscando adoptar? El refugio del departamento de Servicios para Cuidado de Animales de La Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de Mendocino puede ser encontrado en el sitio web www.mendoshelterpets.com o en 298 Plant Road en Ukiah, CA. 707 463-4654.

WHY GET A PET?

BY DORA BRILEY, MENDOCINO CO. HEALTH AND HUMAN SERVICES • WWW.MENDOSHELTERPETS.COM

WHY WOULD ANYONE WANT A PET?

Have you ever jumped into something and then regreted that you did? In the case of owning a pet, you should not just jump into getting one. A pet is an addition to your family and you need to make wise choices in choosing what you add to your family. Pets can live for years and they are a big responsibility that you need to give serious consideration to before you jump into owning one.

PRO’S AND CON’S

Make a list of pro’s and con’s to pet ownership. Think about everything that goes into bringing a pet into your life. Do you have the space needed? Can you afford the cost? Do you have the time to devote to a pet? If you rent, do you have your landlord’s permission? What if the pet is destructive, how attached to your yard, your furniture and shoes are you? What pet will be best for your children? Does anyone have allergies to pets? Really consider all the angles and make your list.

WHAT PET IS BEST FOR YOU AND YOUR FAMILY?

Do your research. *Google pets*. They come in all different kinds, shapes, sizes, species. Talk to your family, this should be a group decision. Consider the responsibility of a pet. Cost of food, veterinarian costs, license fees to name a few. Some insurance companies won’t insure your home if you have certain types of animals, best to know what your policy says. Big animals and small children don’t always mix and sometimes small dogs can be quite the yippers that can disturb the peace of your home. Really dig in and check it all out before making a decision.

TRY OUT A PET

Did you know you can volunteer to foster pets from the local County Animal Shelter? Maybe you can do that for awhile and try out the pets before owning one. See how they fit your home, family and life style before making a final decision. Don’t want to foster a pet, then visit the local shelters and spend some time with different animals, get to know them, see how they interact with you and your family. Become a dog walker and really get some personal time or spend time with the cats in the shelter and see which ones are playful and which ones are independent. It is a great opportunity to “try them out” and you help the shelter at the same time.

BENEFITS OF PET OWNERSHIP

Pets can add a wonderful dimension to your life, whether your pet choice is a dog, cat, lizard, snake, fish or turtle. They offer unconditional love and companionship. But they are definitely an investment of your time. Some benefits include: Stress reduction; Love and companionship; Entertainment; Responsibility; Teach you compassion; You learn pet language; Some pets can sense and alert you to danger; Best friend; Pure joy. Pets are wonderful, but they aren’t for everyone. Know what you are getting into before making the choice for pet ownership. Your future pet will be happy that you did! Call Mendocino Animal Care Services at 707 463-4654.



- Pet Adoptions
- Vet Hospital
- Dog Training
- Pet Supplies
- Adopciones de mascotas
- Hospital veterinario
- Entrenamiento para perros
- Todo para sus mascotas

LOW-COST
SPAY & NEUTER
ESTERILIZACIÓN
A BAJO COSTO



(707) 284-FIXX

5345 Highway 12 West
Santa Rosa, CA 95407
707.542.0882

14242 Bacchus Landing Way
Healdsburg, CA 95448
707.280.9632

Inmigración: La calificación a la administración del presidente Obama • Immigration: Grading the Obama administration

LOS INMIGRANTES Y SUS EMPLEADORES

SEGUNDA PARTE: POR CHRISTOPHER KEROSKY, ABOGADO

El Presidente Obama ha cumplido con sus promesas de campaña, de atacar la inmigración ilegal enfocándose en los empleadores y no específicamente en los indocumentados.

La Administración Obama ha detenido las frecuentes redadas en los lugares de trabajo llevadas a cabo por el Servicio de Inmigración y Aduanas (ICE, por sus siglas en inglés) bajo la Administración del Presidente Bush. Durante los ocho años de la Administración Bush, los trabajadores indocumentados fueron blanco de ataques, detenciones y posteriormente deportaciones, algunos después de haber sido procesados por el delito de robo de identidad por el uso de números de seguridad social de otras personas.

En lugar de realizar redadas, la Administración Obama ha llevado a cabo una nueva iniciativa de auditoría destinada a abordar el empleo de los inmigrantes indocumentados otra manera.

AVISOS DE INSPECCIÓN

En los últimos siete años, ICE ha emitido avisos de inspección a miles de negocios, muchos ubicados en el norte de la Bahía. Estos avisos solicitan a los empleadores notificar los registros de sus empleados para la auditoría por parte de funcionarios de ICE, esto con la finalidad de determinar si el empleador está cumpliendo con las leyes y reglamentos de verificación de elegibilidad de empleo y verificar si se están contratando inmigrantes indocumentados.

MANTENIENDO A LOS EMPLEADORES COMO RESPONSABLES

Estas inspecciones reflejan una mayor atención del gobierno del Presidente Obama en los empleadores responsables de las prácticas de contratación que violan las leyes de inmigración. Desde su inicio, ICE emitió nuevas directrices pidiendo multas más severas y procesos penales contra los empleadores que infringen las leyes. Las directrices instruyen a los oficiales de campo de ICE y a sus agentes para enfocarse en los empleadores y supervisores.

ELIMINADAS LAS CARTAS DE “NO MATCH”

Por otra parte, la Administración del Presidente Obama decidió retirar la regulación de “No-Match”, que fue anunciada anteriormente en la Administración del Presidente Bush, la cual infundió temor a muchos de empleadores de trabajadores indocumentados. Esta regulación de “No-Match” era enviada por la oficina del

Seguro Social a los empleadores cuando las planillas reportadas no coincidían con la información del Seguro Social. La Administración Bush había propuesto obligar a los empleadores a despedir a sus empleados en este tipo de situaciones en las que el empleado no podía demostrar su derecho de trabajar. Después de que estas regulaciones fueron impuestas por un juez federal, la administración Obama decidió abandonar por completo la normativa.

PROGRAMA DE E-VERIFY

Sin embargo, el gobierno federal ha ampliado el programa “eVerify” durante los años de Obama. “eVerify” es el sistema automatizado para la verificación del derecho de potenciales empleados a trabajar. El programa ahora es obligatorio para todas las empresas con contratos del gobierno federal. La legislación propuesta, introducida en repetidas ocasiones en el Congreso haría el uso de este programa obligatorio para todos los empleados. Ya sea que este proyecto de ley sea aprobado o no, la expansión de este programa es muy probable en el futuro.

En general, la Administración de Obama ha sido muy pragmática en todos los temas, incluyendo sus políticas hacia los empleadores y empleados. Principalmente los infractores de las leyes de empleo han llamado más la atención de las autoridades de la Administración Obama.

En el artículo del próximo mes, vamos a revisar el impacto de la administración de Obama sobre la política de deportación y sus esfuerzos para aprobar una reforma migratoria.

IMMIGRANTS AND THEIR EMPLOYERS

PART TWO: BY CHRISTOPHER KEROSKY, ESQ.

President Obama has fulfilled his campaign promise to attack illegal immigration by focusing on employers of the undocumented, rather than just the workers themselves.

The Obama Administration has stopped the frequent raids on workplaces carried out by the Immigration and Customs Enforcement (“ICE”) under President Bush. During the 8 years of the Bush Administration, undocumented workers were targeted in raids, arrested and subsequently deported, some after being prosecuted for identity theft for using others’ social security numbers.

Instead of raids, the Obama Administration has carried out an aggressive new audit initiative, intended to address the employment of undocumented immigrants another way.

NOTICES OF INSPECTION

In the last 7 years, ICE has issued Notices of Inspection (NOIs) to thousands of businesses – many in the North Bay. These Notices require an employer to produce its employment records in a few days for auditing by ICE officials to determine whether or not the employer is complying with employment eligibility verification laws and regulations, as well as whether undocumented immigrants are employed.

HOLDING EMPLOYERS ACCOUNTABLE

The inspections reflect the Obama Administration’s increased focus on holding employers accountable for hiring practices that violate immigration laws. ICE issued new guidelines early on calling for more

severe fines and criminal prosecution against employers found to violate these laws. The directives instruct ICE field offices and agents to focus on employers and supervisors.

“NO MATCH LETTERS” DROPPED

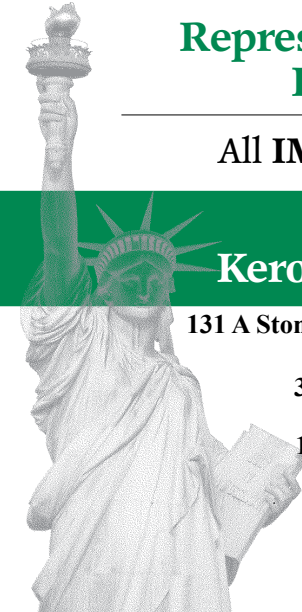
On the other hand, the Obama Administration decided to drop the no-match letter regulations, announced previously by the Bush Administration, which struck fear into many employers of immigrants. These “no match letters” are sent by the Social Security Administration to employers when the payroll information reported by them does not match the department’s records regarding a certain social security number. The Bush Administration had proposed requiring employers to terminate employees in such situations where the employee could not prove his or her right to work. After these regulations were enjoined by a federal judge, the Obama Administration decided to abandon the regulations completely.

E-VERIFY PROGRAM

However, the federal government has expanded the eVerify program during the Obama years. EVerify is the automated system for verifying a potential employees’ right to work. The program is now mandatory for all companies with federal government contracts. Proposed legislation, repeatedly introduced in Congress would make it mandatory for all employees. Whether or not this bill passes, expansion of the program is likely in the future.

In general, the Obama Administration has been very pragmatic on all subjects, including its policies toward employers and employees. Primarily the most egregious offenders of the employment laws have gotten the attention of Obama Administration enforcement authorities.

In next month’s article, we’ll review the Obama Administration’s impact on deportation policy and their efforts to pass immigration reform.



Representamos asuntos de

INMIGRACIÓN

All IMMIGRATION Matters

Law Offices of

Kerosky, Purves & Bogue

131 A Stony Circle, Ste 475, Santa Rosa, 95401

707.433.2060

308 S. School St, Ste K, Ukiah, 95482

707.376.1010

1041 Jefferson St, Ste 3, Napa, 94559

707.224.2272

Attorney Christopher Kerosky was named

Top Northern California lawyer for last

5 years by Super Lawyer Magazine

www.YourAdvocate.net / www.yourabogado.net

SE HABLA ESPAÑOL



Christopher Kerosky



Wilson Purves

Global Materials Recycling

Prices subject to change without notice. Los precios están sujetos a cambio sin previo aviso

Botes de aluminio • Aluminum Cans

Compramos: botellas de cristal, plásticos de CRV, metales no ferrosos y periódicos

We buy: glass, CRV plastics, non-ferrous metals & newspapers

Ahora reciclamos aparatos eléctricos y electrónicos a un costo mínimo—computadoras, impresoras, monitores y televisores GRATIS.

We now recycle appliances at minimum charge—Computers, small printers, TVs and monitors FREE.

Abrimos todos los días 8-5pm con excepción de los principales días festivos • Open Daily 8-5 except major holidays

707-586-6666 • 3899 Santa Rosa Avenue, near Todd Road exit

101

SANTA ROSA AVE

TODD RD

Diario

Everyday / Abril

\$1.65

por libra

per pound

AYUDA GRATIS EN SERVICIOS DE ENERGÍA PARA PERSONAS DE BAJOS INGRESOS

» Ayuda para pagar el recibo de energía.

» Reparación gratis de sistemas de calefacción y aire acondicionado, reparación de ventana, reemplazo de refrigeradores, hornos de microondas, iluminación y aislamiento térmico.

» Comuníquese a North Coast Energy Services para investigar si es elegible para recibir estos servicios.

» Proporcionamos nuestros servicios en los condados de Lake, Mendocino, Sonoma, Napa, Solano y Yolo.

» Licencia de contratista # 455152

FREE LOW INCOME ENERGY ASSISTANCE

» Utility Bill Assistance

» Free Weatherization Heating and Cooling Repairs, Window Repairs, Refrigerator Replacement, Microwaves, Lights and Insulation.

» Call North Coast Energy Services to see if you Qualify.

» Serving: Lake, Mendocino, Sonoma, Napa, Solano and Yolo Counties.

» Contractor License #455152

Santa Rosa Center

1100 Coddington Center, Suite 1

Santa Rosa, CA 95401

www.northcoastenergyservices.com

(707) 495-4417 (707) 497-3010

Opinión: ¡Vote!



Se acercan las elecciones de los Estados Unidos y los nominados luchan por la candidatura de una manera voraz. En los debates no han sido muy diplomáticos, se lanzan acusaciones e injurias unos a otros valiéndose de un arma sucia: el desprestigio.

Aunque debería ser una carrera limpia, no lo es, así es la política. Por eso, ahora más que nunca debemos actuar, no podemos quedarnos con los brazos cruzados ni mostrar apatía, sobre todo cuando los latinoamericanos hemos sido víctimas de esa guerra sucia.

No importa de dónde seamos originarios: de México, Centro o Sudamérica; vivimos en este país y somos parte fundamental de la sociedad aunque la ignorancia sea una gran venda en los ojos de muchos.

No podemos seguir permitiendo injusticias.

No podemos seguir permitiendo que se nos menosprecie.

No estamos robándole nada a nadie, ni estamos causándole ningún daño al país, al contrario, también pagamos impuesto y estamos en todo nuestro derecho de elegir buenos líderes.

Asumamos nuestra responsabilidad ejerciendo nuestro derecho al voto y si no estamos registrados aún, debemos hacerlo lo antes posible.

No perdamos la esperanza por las promesas huecas del pasado.

Somos valiosos, merecemos respeto y una vida digna en donde quiera que estemos.

Elijamos a alguien que muestre sincero interés por defender los derechos humanos y que actúe con integridad.

Mantengámonos atentos para hacer valer nuestra importante presencia en el momento de las elecciones presidenciales.

¡www.votolatino.org! — Fabiola Sandoval

The elections of the United States are getting close and the nominees fight voraciously to attain the candidacy. They haven't been very diplomatic during the debates, throwing accusations at each other and playing the dirty game of defamation.

It should be a clean run but it's not, that's what politics are and that's why more than ever we should take action, we can't cross our arms, we shouldn't show apathy, especially when we, Latin Americans have been victims of this dirty war.

It doesn't matter where we originally come from; Mexico, Central or South America. We are living in this country and we are a fundamental part of society despite the blind folding ignorance of many.

We can't allow more injustices. We can't allow ourselves to be underestimated anymore.

We are not stealing anything from anybody and we are not causing any harm to this country, on the contrary, we are also paying taxes and we have the right to choose good leaders.

Let's assume our responsibility exercising our right to vote and if we haven't registered yet, we should do it as soon as possible.

Let's not loose hope as a result of empty promises from the past.

We are valuable, we deserve respect and to live a dignified life.

Let's choose someone who shows sincere interest to defend human rights, someone who acts with integrity.

We need to keep paying attention to make our important presence count in the moment of Presidential Elections.

registertovote.ca.gov! — Fabiola Sandoval

La Violencia Duele a Todos

Violence Hurts Us All



Ayuda disponible para víctimas y testigos de un crimen...

El asesinato de un ser querido
Asalto sexual
Crimen de odio
Violencia doméstica
Revelación de una violación sexual

Fiscalía del Condado de Marin Programa de Asistencia para Víctimas y Testigos



415-473-5080

This project was supported by Victims of Crime Act funds provided by the Governor's Office of Emergency Services Grant VW15340210.
Poster by RoehrickDesign.com

Help is available for crime victims and witnesses to a crime...

Murder of a loved one
Sexual assault
Hate crime
Domestic violence
Disclosure of a molestation

Call the Victim Witness Division at the Marin County District Attorney's Office

© 2016 County of Marin



Marin County's Victim-Witness Assistance Team:
Nilda Fernández, Supervisor; **Augustine Orozco**; **Ana Macías**; **Yolanda Johnson**; **Rachael Yamanoha**; and **Lauren Montana**.
Si usted ha sido víctima o testigo de un crimen, vea cómo obtener ayuda en el anuncio presentado a continuación.

Te Interesa tener tu propio negocio?

Invierte con nosotros!

y conviértete en dueño de tu propia franquicia de limpieza comercial

- ✓ Programa de Entrenamiento
- ✓ Horarios Flexibles
- ✓ Oportunidades de Financiamiento
- ✓ Clientes Comerciales Garantizados!



Empieza con nosotros desde:
\$1,350

707 258-1261
TENEMOS MAS DE 10 AÑOS DE EXPERIENCIA



Educación • Ayudando a los niños durante tiempos de dificultad • Helping children through hard times — Jenn Guerrero, SCOE

Cuando los niños pasan por tiempos de dificultad, necesitan el cuidado y la guía de los adultos que los rodean para que los ayuden a manejar este estrés en forma adecuada. Diversos eventos tales como la partida de un familiar, mudarse, cambiar de escuela, la llegada de un nuevo hermano, la separación de los padres, el encarcelamiento o la muerte de un ser querido puede crear estrés en la vida de un niño y pudiera ser que no sepa cómo enfrentarlo.

Cada niño maneja el estrés y el cambio en forma diferente. Algunos saben cómo sobrellevarlo, mientras que otros lo exponen en diferentes formas en casa o en la escuela. Algunos niños se distancian mientras que otros pudieran hacer muchas preguntas. Usted es la persona que conoce mejor a su hijo y es importante contar con las herramientas adecuadas de tal forma que le permitan utilizarlas para ayudar a satisfacer las necesidades de su hijo.

**Recuerde siempre el buscar ayuda profesional, tal como la de un doctor o un consejero, si usted siente que necesita más apoyo y ayuda.*

HABLE CON EL PROFESOR DE SU HIJO
Dependiendo en lo que usted se sienta cómodo de revelar, permítales saber qué es lo que está sucediendo en la vida de su hijo, de tal forma que el profesor esté más consciente y se pueda ajustar a los cambios en el comportamiento de su hijo. Si usted no se siente cómodo para proporcionar los detalles específicos que rodean las circunstancias por las que está pasando, simplemente proporcione la situación básica, esto ayudará al profesor a tener un mejor sentido de lo que está sucediendo en el mundo de su hijo. Asegúrese de preguntar al profesor si ha observado algún cambio en la actitud o el comportamiento de su hijo en la escuela, en algunas ocasiones los niños actúan en forma diferente en la escuela, con respecto a la casa. Además, si usted siente que necesita ayuda extra, pida recomendaciones al consejero de la escuela.

HAGA USO DE LIBROS
Sin importar la edad del niño, los libros son una forma excelente para tratar temas que son difíciles. Al usar un libro para solucionar un evento de la vida de seriedad, usted puede validar por lo que su hijo está pasando y también conducirlo para que hable y haga preguntas en una forma segura y sin sentirse amenazado.

ENFÓQUESE EN LA RUTINA Y LA CONSISTENCIA TANTO COMO SEA POSIBLE
Los niños se desarrollan llevando un ritmo y una rutina, pero en ocasiones esto puede no ser llevado por algún evento que esté cambiando su vida. No trate de completar todas las actividades programadas en su rutina. Por ejemplo, si usted normalmente le lee un cuento antes de ir a la cama y la situación en casa no es la normal, trate de mantener su rutina, aún si usted le cuenta un cuento que usted ya sabe en vez de leerle un libro.

HAGA DEL SUEÑO UNA PRIORIDAD
Los niños necesitan una cantidad sólida de sueño ininterrumpido para poder mantenerse saludable y realizar sus actividades durante el día. La falta de sueño sólo hará que su hijo esté irritable, lo que empeorará una situación que ya es delicada. Para mejorar esto, dé especial importancia a ayudar a que su hijo tome una siesta y en la noche se acueste a la hora acostumbrada. De esta forma no sólo se sentirá completamente descansado, estará mejor preparado para los retos que pudiera enfrentar al día siguiente.

CREE OPORTUNIDADES QUE OFREZCAN

TIEMPO DE CALIDAD
Cuando se sienta muy ocupado, es muy importante el tomar parte de su tiempo y pasarlo con sus hijos. Trate de hacer algo en lo que sus hijos no sólo lo disfruten al hacerlo y les permita relajarse (ir a caminar, jugar en el parque, tomar una nieve de yogurt juntos), sino que también cree un espacio y una oportunidad para hablar. Aún si el tiempo que pasan juntos es de sólo 20 minutos, en esos 20 minutos hágales saber a sus hijos que ustedes están ahí con ellos, para escucharlos y hablar con ellos, aun cuando pudiera sentirse un poco ocupado.

SÓLO ESCUCHE
En algunas ocasiones hablar menos es una estrategia ponderosa. Al inmediatamente bombardear a su hijo con explicaciones o una gran cantidad de preguntas pudiera causar que su hijo se mantenga callado. En vez de esto, considere hacer una pregunta a su hijo y escuchar con atención su respuesta, mientras usted mueve su cabeza. Después de él conteste, trate de usar la frase “*qué más quisieras decirme*”. Esta frase corta es de mucha ayuda y una herramienta poderosa para delicadamente alentar a su hijo a que hable sin tener un gran estrés. Frecuentemente los niños tienen muchos pensamientos en lo que están pensando y sintiendo. Al obtener estos pensamientos y emociones no sólo los libera del estrés sino que también les proporciona una idea más clara de dónde está y sobre lo que están pensando.

SEA COMPASIVO, AUN CUANDO ESTO SEA DIFÍCIL
Cuando un niño está haciendo muchas preguntas, no está escuchando y se encuentra irritable o enojado, es una situación difícil de manejar para los padres. Pero cuando un padre está pasando por una situación llena de estrés que también tiene un impacto en sus hijos, esto puede tener un reto mayor. Mientras que estos tipos de comportamiento pudieran hacerlo sentir frustrado, esté consciente de que esto está pasando a su hijo probablemente como resultado de lo que usted está pasando, además necesita ser compasivo y paciente mientras su hijo pasas por estas emociones y comportamiento. Recuerde, para poder cuidar de otros, usted primero debe cuidarse así mismo. Para poder satisfacer las necesidades de su hijo durante los tiempos difíciles, haga el mejor esfuerzo de buscar ayuda.

HEAD START un programa pre-escolar con fondos federales para niños de 3 y 4 años de edad está aceptando solicitudes durante todo el año para el año escolar en curso. HEAD START es un programa culturalmente diverso que ofrece una experiencia comprensiva educacional con énfasis en el desarrollo de la familia y del niño. El programa consiste de cinco días a la semana y es sin costo para los niños si el ingreso de la familia está entre las Guías Federales de Pobreza. Llame al 535-3386 o venga a nuestra oficina central localizada en el 1300 N Dutton Avenida en Santa Rosa antes del 31 de Mayo del 2014 para llenar una solicitud o para más información acerca de nuestro programa.

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

When children are going through a difficult time, they need the care and guidance from the adults in their world to help them appropriately manage this stress. Events such as departure of a family member, moving, changing schools, a new sibling, parent separation, incarceration, or death of a loved one can create stress in a child's life that they may not know how to cope with.

Every child handles stress and change in a different way. Some take it in stride while others may act out in various ways at home or at school. Some children may retreat while others may ask many questions. You know your child best and it is important to have the right tools so you can tailor your support to meet your child's needs.
**Remember to always seek out the help of professional, such as a doctor or counselor, if you feel as if you need further support and assistance.*

TALK WITH YOUR CHILD'S TEACHER
Depending on what you feel comfortable revealing, let them know what is going on in your child's life so they can be more aware and attuned to changes in behavior. If you do not feel comfortable going into explicit details around the circumstance of what is going on, simply providing the basics of the situation will help the teacher get a better sense of what is going on in your child's world. Make sure to ask the teacher if they have noticed any changes in attitude or behavior at school as sometimes kids act differently at school than at home. In addition, if you feel as if you need extra support, ask for a referral to a school counselor.

USE BOOKS
No matter a child's age, books are an excellent in-road to difficult-to-talk-about topics. By using a book to address a serious life event, you can validate what your child is going through and also give them a jumping-off point to talk about and ask questions in a safe and non-threatening way.

FOCUS ON ROUTINE AND CONSISTENCY AS MUCH AS POSSIBLE
Children thrive on rhythm and routine, but sometimes this can be thrown off by a life-changing event. As much as you can, try to hold on to at least some pieces of the routine you usually abide by. For example, if you normally read a story before bedtime and you are not in your normal housing situation, try to still keep this routine alive, even if you are telling your child a story from memory rather than reading an actual book.

MAKE SLEEP A PRIORITY
Children need a solid amount of uninterrupted sleep in order to be healthy and function well during the day. Lack of sleep will only make a child irritable and exacerbate an already delicate situation. To the best of your ability, place a strong emphasis on helping your child nap and go to bed at a regular time. Not only will they be

better rested, they will be better equipped to take on challenges that may face them in the coming day.

CREATE OPPORTUNITIES FOR QUALITY TIME
When things get hectic, it's very important to carve out a chunk of time to spend with your child. Try to make it something that that they not only enjoy doing and that allows them to decompress (going on a walk with you, playing at the park, getting frozen yogurt together) but will create a space and opportunity to talk. Even if the time together is only 20 minutes, those 20 minutes let your child know that you are there for them, to hear them and talk to them even when things may feel a little hectic.

JUST LISTEN
Sometimes saying less is a powerful strategy. Immediately bombarding your child with explanations or several back-to-back questions may cause him to shut down. Instead, consider asking your child one question and attentively listening to his answer and nodding your head. After he replies, try using the phrase “tell me more” or “say more about that.” This short phrase is a very handy and powerful tool to gently invite and encourage a child to elaborate, without too much stress. Children often have a lot going on in their head that they are thinking about and feeling. Getting these thoughts and emotions out not only alleviates stress for them, but also gives you a clearer picture about where they are and what they are thinking.

BE COMPASSIONATE, EVEN WHEN IT'S DIFFICULT
A child who is asking a lot of questions, not listening, and who is irritable or distant, is difficult for any parent to handle. But when a parent is going through a stressful event that also impacts the child, this can be even more challenging. While these types of behaviors may feel frustrating, know they are likely a result of what is going on and your child needs you to be compassionate and patient while they work through these emotions and behaviors. Remember, in order to take care of others, you must take care of yourself first. In order to meet your child's needs during tough times, try your best to seek out support as well.

HEAD START a federally funded preschool program for 3 & 4-year-old children, is accepting applications year round for the current school year. HEAD START is a culturally diverse program that offers a comprehensive educational experience with an emphasis on child and family development. The 5-day per week program is provided to children whose family income meets the Federal Poverty Guidelines. Call 535-3386 or come into our central office located at 1300 N Dutton Avenue in Santa Rosa before May 31, 2014 to complete an application or for further information about our program.



**JEWISH
COMMUNITY
FREE CLINIC**

¡Servicios totalmente GRATIS para clientes sin seguro médico!
Drop-in Clinic hours: 9:30–11:30 am, 5:30 –7:30 pm
Monday and Thursday: Primary Care/Family Practice
3–4:30 pm Martes para niños/Tuesday for Children and
Primary Care/Family Practice
Miércoles/Wednesday 9:30 am –2 pm Physicals, Women’s Health Clinic
5:30–7:30 pm Cal Fresh Enrollment Assistance
and Medical Legal Partnership (Appointment Only)
5:30–7:30 pm Jueves/Thursdays: Primary Care/Family Practice

50 Montgomery Drive Drive, Santa Rosa, CA 95404
707 585-7780 **jewishfreeclinic.org**

El Loro

The Parrot

PRINCIPIOS DE PRIMAVERA

Por Yolanda Vera Martinez

Señor Dios, te agradezco por la vida,
la vida que siento en mis manos enlodadas.
Al remover la tierra fértil y mojada,
descubro con agrado los retoños lozanos
de plantas que anuncian la primavera
esperada.

Remuevo los secos escombros del año pasado,
y una lombriz desnuda y pálida se ha
moleestado.

Estira y retuerce su cuerpo sagaz,
para poder dormir discreta un poco más.

Hay vida resurgiendo en todas partes.
Miro las plantas silvestres asomarse,
probando si el solemne sol ya las complace,
y así poder salir a relucir.

El sol calienta la tierra brevemente,
luego se pone tras una nube que lo consiente.
Le permite descansar otro rato suavemente.
Mientras, la nubecilla ha empapado mi patio.

Los pajaritos gustosos aprovechan la lluvia,
bañándose en un charco de agua turbia.
Luego, sacuden su precioso plumaje
y emprenden de prisa su vuelo,
con alas finas y leves como velo.

Del mismo modo, el invierno ya quiere irse,
pero apenas se prepara la primavera,
para reinar placentera,
en parajes y praderas.



Photo by Ani Weaver, Cactus Flower

STARTING OF THE SPRING

By Yolanda Vera Martinez

Dear God, I thank you for life,
life that my muddy hands feel thrive.
Upon removing the fertile, moist soil,
I discover with pleasure the sprouts that coil
of plants that announce the expected spring.

Removing the rubbish from last year,
a naked, annoyed, pale earthworm sneers.
It twists and turns its sagacious body,
wanting to sleep discretely a little more.

Life is resurrecting all over.
I look at weeds come out and rover,
testing if the solemn sun will please,
so they come out to gleam.

The sun warms up the earth briefly,
then it hides behind a cloud swiftly.
The cloud allows it to rest.
Meantime, the cloud my patio has drenched.

The birds blissfully take advantage of the rain;
in a puddle of turbid water they bathe.
Then they shake their precious plumage
and begin their flight, all in a hurry,
with fine wings as light as veils.

Similarly, the winter wants to wind down,
but the spring is barely preparing,
to reign pleasantly
over landscapes and meadows.



Cartoon by Craig Davis © La Voz Bilingual Newspaper 2010



PARROTS

By Radha Weaver, La Voz Bilingual Newspaper

From the tropic Cayman Islands where crooks keep their money
Our ship sets its sail, blue skies clear and sunny
I watch over the crew so there aren't any slackers
I'm Molly the Parrot, boss pays me in crackers

I'd rather eat mangos, I love seeds and fruit
While pirates seek treasure a guava's my loot
I'm 30 years old, I may live to 80
Sailing the seas from Trinidad to Haiti

My boss, Long Tom Silver, yes that's his title
Bought me in Antigua, to be like his idol
An African Grey was his first pet, a talker,
But Grey's constant yapping sent him to Davy Jones Locker

A ship can be lonely when you're used to a flock
Where there are more eyes to lookout and more beaks to talk
I used to live in a tree, had my nest in a hole
Now I live in a cabin, in a boot my boss stole

I have cousins all over, some tame and some wild
There are lovebirds, macaws with temperaments mild
Cockatiels and parakeets are both of them parrots
Whether blue, green or red, they all have their merits

We evolved in the sun, lived in tropical places
Until our short little legs and colorful faces
Were wanted as pets, backward toes and hooked bill
Now in London, even San Francisco on Telegraph Hill

¿LORO, PERICO O COTORRA?

Por Radha Weaver, Periódico Bilingüe La Voz

Traducción de Odacir Bolaño

De las Islas Caimán, donde hay dinero sucio guardado
Nuestro barco zarpa bajo el cielo azul y soleado
Vigilo que no haya holgazanes en la tripulación
Soy Molly la lora y unas galletitas mi retribución

Mangos, semillas y frutas son lo mejor para mí
Los piratas buscan tesoros, una guayaba es mi botín
Tengo treinta años y hasta ochenta podría vivir
Surcando los mares desde Trinidad hasta Haití

“Long Tom Silver,” ese es el nombre de mi capitán
Me compró en Antigua, ahora soy como su talismán
Un loro gris, muy parlanchín, fue su primera mascota
Y por hablar hasta por los codos, lo lanzó por la borda

Un barco resulta solitario si en manada solías andar
Había más ojos vigilantes y más picos para hablar
Antes un hueco hecho en un árbol era mi morada
Ahora vivo en una cabaña, en una bota robada

Tengo muchos primos; unos silvestres, otros manejables
Hay pericos y guacamayos de temperamentos apacibles
También son familia del loro cacatúas y periquitos
Todos son bellos así sean azules, verdes o rojitos

Evolucionamos bajo el sol, en hábitats tropicales
Hasta que por lucir nuestros coloridos plumajes,
Garras curiosas y picos curvos fuimos perseguidos
Hoy en Londres o en San Francisco somos exhibidos

Personajes del Mes: Octavio Díaz, Pedro Díaz y Danny Mai • *Persons of the Month by Ramón Meraz* • Fotos de / photos by Jeff Kan Lee



Octavio Díaz explica su filosofía de estrategias de vida y de negocios al equipo de La Voz. *“Al final del día cosecharán lo que hayan sembrado. Respeten a los demás. Respeten a los mayores, a su familia y quíeránlos. Porqué el amor que le den a otros lo recibirán en una cantidad mucho mayor.”*

Octavio Díaz explains his philosophy of life and business strategies to La Voz team. *“At the end of the day you will harvest what you put in. Respect others. Respect your elders, your family and love them. Because the love you give others you will receive many times over.”*

UNA COMIDA EN LA PLAZA CON LOS CHEFS

Conocé a Octavio cuando trabajábamos juntos en el Hilton (entonces era el “Double Tree”) a mediados de la década de 1990. Desde el principio siempre fue una experiencia muy positiva trabajar con él, era un trabajador arduo y un administrador muy justo. Tomaba el relevo y siempre motivaba a sus compañeros de trabajo, en vez de regañarlos. Gracias a Octavio, las cosas estaban hechas correctamente y a tiempo. Los huéspedes siempre estaban felices. Octavio tuvo una gran influencia en mi carrera. Esta tarea para La Voz fue algo muy especial para mí.

El pasado mes de febrero, en una tarde lluviosa, La Voz visitó a los hermanos Octavio y Pedro Díaz, y al socio de Octavio, el chef Danny Mai, en el recién abierto Restaurante Persimmon, en la plaza de Healdsburg. Mucho se ha dicho sobre este nuevo y maravilloso restaurante con un fusión asiática, pero queríamos ir tras bambalinas. Queríamos saber cómo es que dos hermanos de Oaxaca, México, llenos de voluntad y generosidad, se unieron en equipo con una apasionado chef de Vietnam, quien durante su carrera se ha dedicado a mantener vivas las tradiciones culinarias de su madre y sus abuelas.

MODELOS A SEGUIR DE NUESTRA COMUNIDAD

Los exitosos restauranteros del condado de Sonoma, Octavio y Pedro Díaz son verdaderos ejemplos de modelos de inspiración para nuestra comunidad. La pasión de Danny Mai por la cocina junta con la historia de su vida coincide

con la trayectoria en la carrera de estos dos hermanos. Octavio y Pedro son dos hermanos de una familia de siete hijos de la Familia Díaz de Santa Gertrudis, un pequeño pueblo en el Valle Central del sureño estado mexicano de Oaxaca. Octavio fue enviado a vivir con su tío en Rohnert Park, cuando apenas contaba con trece años de edad, en 1989. Pedro vino al norte en 1995. Octavio conoció a su esposa en Santa Rosa Junior College, empezaron una familia e ingresó a la industria turística cuando empezó a trabajar en Sonoma Wine Country Hilton en Rohnert Park. Posteriormente se fue a trabajar a Petaluma Sheraton.

Pedro descubrió los placeres que proporciona el ser propietario de un pequeño negocio cuando adquirió una “lonchera”. En el año de 2002, Octavio se conectó al mundo de los negocios al adquirir “El Farolito”, en Healdsburg. La madre de Pedro y el resto de la familia llevaron a este negocio la vieja receta del mole, la cual ha sido conservada por cuatro generaciones. Después de eso compraron “Hot Tomatoes” en Windsor. Posteriormente abrieron el Restaurante Agave, ubicado en Vine Street en Healdsburg. Después compraron “La Luna Market” para vender productos de calidad y el famoso mole de su madre.

Danny Mai llegó al sur de California cuando era un niño. Era un refugiado vietnamita. Mai asistió a *College of Marin*. Empezó a trabajar con Octavio en la industria del turismo. Se introdujo en el negocio restaurantero, porqué, dijo “*Extrañaba la comida de mi madre y mi abuela*”. La visión de Danny y los hermanos Díaz para establecer el Restaurante Persimmons era ofrecer “precios accesibles pero alimentos de alta calidad” para atraer a las personas de Healdsburg. [Vea la página 9.]



Danny Mai era un refugiado vietnamita. Empezó a trabajar con Octavio en la industria del turismo. Se introdujo en el negocio restaurantero, porqué, dijo “*Extrañaba la comida de mi madre y mi abuela*.”

Danny Mai was a Vietnamese refugee. He came to work with Octavio in the hospitality industry. He got into the restaurant business, because, he said, “*I missed my mother’s and my grandmother’s cooking.*”

LUNCH ON THE PLAZA WITH THE CHEFS

I met Octavio Díaz when we worked together at the Hilton (Double Tree back then) in the mid ‘90’s. From the beginning it was always a very positive experience, because he was a hard worker and very fair manager. He picked up the slack and always motivated co-workers instead of talking down to them. Because of Octavio, things were done right and on-time. Guests were always delighted. He had a huge influence in my career. That is why this is a very special assignment for me.

Last February, on a drizzly afternoon, La Voz visited brothers Octavio and Pedro Díaz and Octavio’s partner Chef Danny Mai at the newly opened Persimmon Restaurant on the plaza in Healdsburg. Much has been said about this new and wonderful Asian fusion eatery, but we wanted to look behind the scenes. How did two brothers from Oaxaca, Mexico, filled with good will and generosity, come to team up with a passionate chef from Vietnam, who has dedicated his career to keeping alive the culinary traditions of his mother and grandmothers.

ROLE MODELS FOR OUR COMMUNITY

Successful restaurateurs in Sonoma County, Octavio and Pedro Díaz are true examples of inspiring role models for our community. Danny Mai’s passion for cooking along with his life history matches the brothers’ career trajectory. Octavio and Pedro are two of the seven children of the Díaz family of Santa Gertrudis, a small town in the Valle Central of the southern Mexican state of Oaxaca. Octavio was sent to live with his uncle in Rohnert Park when he was thirteen back in 1989. Pedro came north in 1995. Octavio met his wife at Santa Rosa Junior College, started a family and entered the hospitality industry where he worked at the Sonoma Wine Country Hilton in Rohnert Park. He later worked at the Petaluma Sheraton.

Pedro discovered the joys of small business ownership by owning a *lonchera*, (a taco truck as it is referred to in California Spanglish.) In 2002 Octavio took the plunge into business in 2002 by buying *El Farolito* in Healdsburg. Mom and the rest of the family came on board bringing with them the family’s four generation-old *mole* recipe. After that they bought out *Hot Tomatoes* in Windsor. Then came *Agave Restaurant* on Vine Street in Healdsburg. Later they purchased *La Luna Market* nearby to market quality produce and sell take-out for their mother’s now-famous *mole*.

Danny Mai came to Southern California as a kid. He was a Vietnamese refugee. Mai attended College of Marin. He came to work with Octavio in the hospitality industry. He got into the restaurant business, because, he said, “*I missed my mother’s and my grandmother’s cooking.*” Danny and the Díaz brothers’ vision for *Persimmon Restaurant* was to offer “*affordable yet upscale dining*” to attract Healdsburg locals.



Octavio Díaz demonstrates how to serve **Ahi Tuna Tartare, Caviar, Quail Egg and Ginger yuzu vinaigrette.**



Left: **Northern China Green Onion Pancakes, Minced pork xoxo sauce, shiitake mushroom .**



Right: **Spring Rolls**
Below: **Tres Leche Waffle, Persimmon brulee, creme fraiche candied pistachio**

Craig Davis contributed to this article. Thank you!



Pedro Díñaz descubrió los placeres que proporciona el ser propietario de un pequeño negocio cuando adquirió una “lonchera,” “El Farolito,” en Healdsburg, “Hot Tomatoes” en Windsor, el Restaurante Agave, ubicado en Vine Street en Healdsburg y “La Luna Market” para vender productos de calidad y el famoso mole de su madre.

Pedro Díaz discovered the joys of small business ownership by owning a lonchera, (a taco truck as it is referred to in California Spanglish), El Farolito in Healdsburg, Hot Tomatoes in Windsor, Agave Restaurant on Vine Street in Healdsburg and La Luna Market nearby to market quality produce and sell take-out for their mother’s now-famous mole.

ENTREVISTA CON OCTAVIO DÍAZ

Mientras que el personal de *La Voz* (la jefa de redacción, Ani Weaver y yo) bombardeábamos con preguntas a este trío y Jeff Kan Lee atrapaba estos momentos maravillosos con su cámara fotográfica, estuvimos degustando algunos de los maravillosos platillos que son ofrecidos en este restaurante. Entre ellos estaban el ahí tartare, el auténtico pho con pasta y huevo de pato, los deliciosos ban-mi, las quesadillas asiáticas y los rollos primavera. Grabamos la conversación en medio del restaurante lleno de comensales. A continuación puede leer un resumen de la conversación. Para el próximo número, presentaré más información sobre Pedro y Danny.

LV: “Háblanos sobre tu historia ¿Cómo es que llegaste a convertirte en lo que actualmente eres?”

Octavio: “Lo que recuerdo como la principal lección que aprendí de mis padres y mis abuelos es que lo que necesitamos es rodearnos de gente positiva. Me dijeron, si nos rodeamos de gente positiva, aprendemos comportamientos positivos. Y si nos vemos nosotros mismos alrededor de personas que “no soy muy positivas”, entonces aprendemos de ellos en forma diferente, por lo que no debemos de hacer lo que ellos hacen... y siempre mantenernos positivos. Es una responsabilidad social”.

LV: “¿Qué me puedes decir sobre las dificultades?”

Octavio: “Al crecer como un inmigrante en nuestro sistemas de escuelas preparatorias, siempre se me asignaron toda clase de sobrenombres hirientes que te puedas imaginar. Me llamaban “frijolero”, “spick”, “basura de Tijuana”. Pero esas palabras me fortalecieron y me convirtieron en la persona que actualmente soy. Por lo que quiero decirle a los jóvenes: trabajen juntos ahora, ayuden a sus compañeros inmigrantes a aprender inglés y de esta

forma tendrán una mejor comunidad en el futuro. Si todos trabajamos unidos ahora tomando nuestra cultura, esa actividad nos va a hacer más ricos y fuertes”.

LV: “¿Cuál es la parte social más importante en tu lista?”

Octavio: “Educación, educación y educación. Sin educación nuestra comunidad latina no tendrá algo y ni a dónde ir. Me gustaría personalmente involucrarme con los jóvenes que deseen ingresar al negocio turístico. También la diversidad es importante. Nuestro país es fuerte debido a todos los grupos de personas diferentes que forman nuestras comunidades”. Tal como sucede con nuestro “mole especial” que es tan popular en nuestro restaurante Agave. Lo hicimos pensando en todos. Este mole tiene influencia africana. Tiene influencia europea. Tiene influencia asiática. Y es hecho por nuestros padres. Es hecho en casa con ingredientes naturales. Este mole es como la vida. Observa nuestro personal aquí en “Persimmon”. Tenemos personas de todo el mundo en esta cocina. Javier es de España. Tavi es de Camboya. Danny Mai es de Vietnam. Nosotros somos de Oaxaca. Es hermoso e interesante el tener una mezcla de culturas debido a que estamos aprendiendo unos de otros y nuestra química es representada en nuestros sabores”

“También nuestra comida y nuestra tierra. Somos lo que comemos y lo que desarrollamos. Tenemos una hermosa tierra y no la estamos cuidando de la misma forma en la que desarrollamos la comida. Mi próxima meta es trabajar con jóvenes que asisten desde la escuela secundaria o preparatoria. Mientras hago esto también tengo el objetivo de comprar una propiedad para desarrollar jardines y que las escuelas los aprovechen, de esta forma podemos enseñar a los jóvenes cómo deben alimentarse y apreciar el apoyo de los granjeros locales. Permitir a nuestros restaurantes ser las incubadoras de la próxima generación. Enseñemos el respeto. Enseñemos cómo servir a otros”.

La Voz: “¿Qué te gustaría decirle a todos los lectores de La Voz?”

Octavio: “Al final del día cosecharán lo que hayan sembrado. Respeten a los demás. Respeten a los mayores, a su familia y quieranlos. Porque el amor que le den a otros lo recibirán en una cantidad mucho mayor”.

INTERVIEW WITH OCTAVIO DÍAZ

While *La Voz* (Publisher Ani Weaver and myself) bombarded the trio with questions and Jeff Kan Lee caught some great moments with his camera, we sampled some amazing dishes. Among them were ahi tartare, authentic pho with noodles and duck egg, yummy ban-mi, Asian quesadillas and spring rolls. We recorded the conversation amidst a full house of patrons. Here you can read a synopsis of the conversation. Please read next month’s Edition to learn more about Pedro and Danny.

La Voz: “Tell us your story. How did you become who you are?”

Octavio Díaz: “What I remember as a main lesson from my parents and grandparents is that we need to surround ourselves with positive people. They told me, if we surround ourselves with positive people, we learn positive traits. And if we found ourselves around ‘not so positive’ people, then we should learn from them in a different way, so we should not do what they do...and always stay positive. It is a social responsibility.”

LV: “What about hardships?”

Octavio: “Growing up as an immigrant in our high school system, I was called every hurtful word you can imagine. I was called a ‘beaner,’ ‘spick.’ ‘Tijuana trash.’ But those words only made me stronger and made me the person I am today. So I want to tell the kids: work together now, help your immigrant classmates to learn English and you will have a better community in the future. If we all work together now to embrace our culture, that work will make us richer and stronger.”

LV: “What is socially high on your list?”

Octavio: “Education, Education, Education. Without education our Latino community will have nothing and will go

nowhere. I would like to personally get involved with the kids that want to go into the hospitality business. Also diversity is important. Our country is strong because of all the different groups of people that make up our communities. It’s like our (restaurant’s) “*Special Mole*” that is so popular at Agave. We made it with everyone in mind. It has African influences. It has European influences. It has Asian influences. And it is made by our Mom and Dad. It is home made from scratch. That is how life is. Look at our staff here at *Persimmon*. We have people from all over the world in this kitchen. Javier is from Spain. Tavi is from Cambodia. Danny Mai is from Vietnam. And we are from Oaxaca. It’s beautiful and interesting to have this mixture of cultures because we are learning from each other and our chemistry is represented in our flavors.

“Also our food and our land. We are what we eat and what we grow. We have such beautiful land and we are not taking care of it as well as we could to grow food. My next goal is to work with kids from school — either junior high or high school. Down the road it is my goal to buy a piece of property to grow gardens and have the schools take advantage (of it) so we can teach the kids how to feed themselves and to appreciate and support their local farmers. Let our restaurants be incubators for the next generation. Let’s teach respect. Let’s teach how to serve others.”

LV: “What would you like to tell the readers?”

Octavio: “At the end of the day you will harvest what you put in. Respect others. Respect your elders, your family and love them. Because the love you give others you will receive many times over.”

Persimmon Healdsburg
335 Healdsburg Ave, Healdsburg CA 95448
Phone: (707) 395-0318
www.persimmonhealdsbrg.com



Academic testing with new school assessments — strategies to avoid anxiety por Aracely Romo-Flores, Santa Rosa City Schools

Mientras nos acercamos a la primavera, también nos acercamos a los exámenes académicos en las escuelas. Los estudiantes de todo el estado que cursan entre el tercero y el octavo y el onceavo grado de nuevo tomarán el examen de Evaluación Balanceada más Inteligente (SBAC, por sus siglas en inglés).

Este nuevo sistema de evaluación es parte de un extenso plan de California para apoyar la enseñanza y el aprendizaje de alta calidad. Este plan incluye estándares académicos de mayor reto para las Artes y Aprendizaje de la Lengua Inglesa y Matemáticas diseñados para desarrollar habilidades para asistir a la universidad y desarrollarse en una carrera.

Este examen es muy diferente a los exámenes estandarizados aplicados a los estudiantes en el pasado. No sólo queremos comprender lo que sabemos, sino que ahora y muy importante, queremos saber qué es lo que hacen con esa información.

Para la mayoría de nosotros, esta situación de los exámenes nos hace sentir un poco nerviosos y estresados, lo cual es completamente normal y puede hasta ayudarnos a mantenernos en nuestro mejor rendimiento mientras tomamos los exámenes.

En algunos casos, sin embargo, la ansiedad es más intensa e interfiere con la capacidad de concentrarnos y actuar, lo cual resulta en una reducción de nuestro rendimiento en vez de mejorarlo.

Afortunadamente, existen simples estrategias que ayudan a los estudiantes a reducir los síntomas emocionales y de conocimiento causados por la ansiedad de los exámenes. A continuación se presentan algunas sugerencias para que los comparta con los estudiantes:

- **Respiración profunda** – Esto ayuda a incrementar el suministro de oxígeno en el cuerpo y conduce a una mejor relajación. Cuando hay situaciones de estrés, la respiración se hace corta y superficial, lo que causa la hiperventilación, latidos rápidos del corazón, mareo y desmayo. La respiración profunda puede ayudar a eliminar o prevenir estos síntomas.
 - **Imágenes guiadas** – Esto involucra el cerrar los ojos e imaginar un espacio lleno de calma y paz cuando los síntomas de ansiedad empiezan. En algunas ocasiones este espacio está basado en una experiencia placentera del pasado, tal como un viaje, un parque u otro lugar especial. También puede ser un espacio que el estudiante no haya experimentado pero que desearía estar.
 - **Hablar consigo mismo y afirmarse en forma positiva** – Las palabras son poderosas. El hablarse asimismo en forma negativa comúnmente conduce a la ansiedad. El reemplazar hablarse asimismo en forma negativa con afirmaciones positivas de sí mismo ayuda a contrarrestar los síntomas de conocimiento de ansiedad, tal como el pensar en forma irracional y sentirse fracasado y rechazado. Las afirmaciones y declaraciones positivas de sí mismo deben ser declaraciones cortas y simples hechas utilizando el “yo” y en tiempo presente, tales como:
 - o Yo soy inteligente y capaz.
 - o Yo estoy bien preparado y me siento seguro.
 - o Yo he logrado el éxito en el pasado y lo lograré ahora.
- Aun cuando éstas son técnicas simples, requieren práctica. Como adultos, no sólo debemos alentar a los estudiantes a que las practiquen, sino que debemos modelarlas también en la conducta. Después de todo, el manejar estos sentimientos de ansiedad y estrés es importante para nuestro bienestar general en cualquier escenario.

¡Seguro de Auto que le cuesta MENOS!

DESDE \$15 al mes*



Nuevos Conductores • DUI Sin Licencia • SR-22



707-202-5012

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

costulesdirect.com

Sacramento Auto Insurance Center, Inc. • 204 Cost U Less Insurance Center. *Aplica restricciones prima de seguro. Ejemplo: Conductor de 17 años, 2016 Toyota Camry, todo daños a terceros - límites 15/30/10, 10,000 millas por año, C.P. \$1000. Prima real aplicará.



- Inmigración
- Formación de entidad de negocios
- Bienes y raíces
- Licencia 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

LAS CLASES DE VERANO

¡INSCRIBETE AHORA!

ESTE VERANO....ACELERA TU EDUCACIÓN

Sesiones Cortas de Verano... ¡Resultados Rápidos!

Las clases comienzan el 3 de junio, 15 de junio y 8 de julio.

Sesiones cortas de 5, 6 & 8 semanas

Classes begin June 3, June 15 & July 8. Short 5, 6, & 8 week sessions.



NVC Recognized by
BestColleges.com
#1 as
Two-year
College in
California

Visite nuestra página web o
llame al 707.256.7201 para más
información sobre inscripción y
horario de clases de verano.

Inscríbete ahora en www.napavalley.edu
Enroll now at napavalley.edu

