

¡Nueva galería de fotos de La Voz!  
www.lavoz.us.com  
50% INGLÉS – 50% ESPAÑOL,  
un periódico comunitario  
producido y operado en la región.

New La Voz photo gallery!  
www.lavoz.us.com  
50% ENGLISH – 50% SPANISH  
locally owned and operated  
community newspaper.



© 2011 • La Voz • 50¢

BILINGUAL NEWSPAPER



50% IN ENGLISH!

BILINGUAL  
The Voice  
NEWSPAPER

¡50% EN ESPAÑOL!

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

## Health and Nutrition Program for Women, Infants and Children

## El programa de nutrición y salud para mujeres, infantes y niños

WIC proporciona cupones a familias de bajos ingresos para que adquieran alimentos suplementarios y saludables, tales como leche, jugo, cereal, fórmulas para bebés, huevos, frutas y vegetales, frijoles, entre otros.

WIC provides low-income families with vouchers for buying healthy supplemental foods, such as milk, juice, cereal, baby formula, eggs, produce, beans and other staples.



Mia Calderón hace las compras con su mamá, Monse, en el Value Marketplace. Mia Calderon shops with her mother, Monse, at Value Marketplace. Fotos de / Photos by Matt Canniff © La Voz 2011

Foto de / Photo by Moncho Cambior

DOS IDIOMAS, DOS CULTURAS,  
UN ENTENDIMIENTO

TWO LANGUAGES, TWO CULTURES,  
ONE UNDERSTANDING



Los beneficios de tener una mascota. El vínculo amoroso de un animal de compañía es realmente uno de los mejores regalos que nos podemos dar a nosotros mismos y a nuestros hijos. Cuando esté listo, elija el perro apropiado para usted. Salvara su vida y enriquecerá la suya. La Voz da la bienvenida a la nueva serie de la Sociedad Humana de Sonoma en la página 3.

Saving a dog may save you. The loving bond of a companion animal is truly one of the greatest gifts we can give ourselves and our children. When you are ready, choose the right dog for you. You'll save a life and yours will be enriched. La Voz welcomes a new series from the Sonoma Humane Society on page 3.



Hace alrededor de 40,000 años, un pequeño y singular evento geológico sucedió en Norteamérica. Este evento sucedió durante la última de las cuatro eras glaciares, para ser exactos. El inicio de la era primitiva fue surgiendo de la tierra para crear un lago de alquitrán viscoso. Los mantos de alquitrán de La Brea aparecieron para llevarnos en una cápsula de tiempo al ecosistema del paisaje de la era pleistocena, en el lugar que actualmente es ocupado por Los Ángeles, CA. **Vea la historia de Craig Davis y los ilustraciones de los animales de Pat Ortega en la página 6.**

On or about 40,000 years ago, a singular small geologic event occurred in North America. This was during the last of the four great ice ages to be exact. Primeval ooze seeped up from under the ground to create a lake of gummy tar. The La Brea Tar Pits came to life to provide us with a time capsule of the ecology of the Pleistocene landscape of ancient Los Angeles, CA. **Read Craig Davis' story and see illustrations by Pat Ortega on page 6.**

### REFB Y WIC: UN EQUIPO GANADOR

El Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Infantes y Niños (WIC) ahora está disponible en el Banco de Alimentos del Redwood Empire

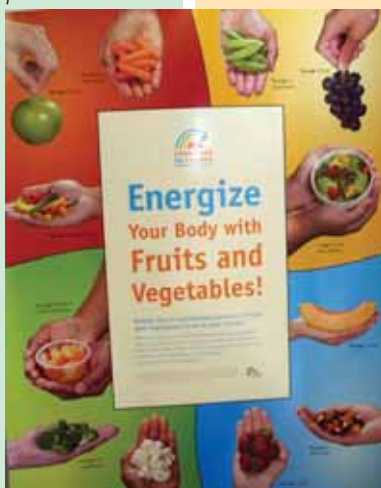
por ruth gonzález, periódico bilingüe la voz

El Banco de Alimentos del Redwood Empire (REFB, por sus siglas en inglés) se ha convertido en un proveedor de productos de WIC, el programa de nutrición y salud financiado con fondos federales y dirigido a mujeres, infantes y niños.

Value Marketplace es la única tienda de WIC ubicada cerca de las oficinas corporativas de REFB en Santa Rosa, California. Los beneficiarios de WIC ya no tienen que pasar el mal momento de sentirse frustrados buscando una comida que sólo sea autorizada por WIC o bien sentirse avergonzados por hacer esperar a los otros compradores que están en la fila para pagar en la tienda de alimentos. Value Marketplace proporciona a los beneficiarios una forma rápida, privada y eficiente de cambiar sus cupones por alimentos aprobados por WIC. Los fondos de los cupones de WIC utilizados en el Value Marketplace son de nuevo invertidos en el Value Marketplace y en servicios de apoyo. El personal es amigable, bilingüe y de gran ayuda cuando se trata de recomendar a las familias otros servicios de apoyo para alimentos.

Se estima que alrededor del 45% de todos los infantes nacidos en este país participan en el programa de WIC. Actualmente el programa de WIC del Condado de Sonoma proporciona sus servicios a alrededor de 12,300 mujeres, infantes y niños (con hasta cinco años de edad). Este programa proporciona cupones a familias de bajos ingresos para que adquieran alimentos suplementarios y saludables, tales como leche, jugo, cereal, fórmulas para bebés, huevos, frutas y vegetales, frijoles, entre otros. WIC ha visto diversos cambios en sus programas, desde que fuera creado en el año de 1972. Ahora, el programa se ha expandido para proporcionar educación sobre salud y nutrición, así como alimentos. Hace poco tiempo los vegetales y frutas fueron agregados a la lista de

VEA NUTRICIÓN PARA MUJERES, INFANTES Y NIÑOS EN LA PÁG. 10



### REFB AND WIC: A WINNING TEAM

The Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants and Children (WIC) is now available at the Redwood Empire Food Bank

by ruth gonzález, periódico bilingüe la voz

The Redwood Empire Food Bank (REFB) has become a vendor of WIC products, the federally funded health and nutrition program for women, infants and children.

Value Marketplace is a WIC only store located near the REFB headquarters in Santa Rosa, Ca. WIC recipients no longer have to deal with the frustrating hunt of a particular WIC food or be embarrassed about delaying shoppers at the grocery store. Value Marketplace provides WIC recipients with a quick, private and efficient way to redeem their vouchers for WIC approved foods. Funds from the WIC vouchers used at the Value Marketplace are in turn invested back into the Value Marketplace and support services. The staff is friendly, bilingual and helpful in directing families to other food support services.

It is estimated that 45% of all infants born in this country participate in the WIC program. The Sonoma County WIC program currently serves about 12,300 women, infants and children (under the age of five). It provides low-income families with vouchers for buying healthy supplemental foods, such as milk, juice, cereal, baby formula, eggs, produce, beans and other staples. WIC has seen several changes to its program since its inception in 1972. Now, the program has expanded to provide health and nutrition education as well as food. More recently, fresh produce has been added to the list of approved foods.

The Redwood Empire Food Bank provides food to approximately 78,000 people a month in Sonoma County. It works with 147 partner agencies and supplies food to pantries in Del Norte, Humboldt, Mendocino and Lake Counties. REFB stretches every dollar as the REFB distributes over \$4 worth of food for every \$1 spent and WIC is another important food

SEE NUTRITION FOR WOMEN, INFANTS AND CHILDREN ON PAGE 10

Painting by Hal Weber



El Cerdito Sensible, en la sección de Niños de La Voz, un poema que trata sobre un cochinito, por Radha Weaver, y una pintura de Hal Weber, Entretendida y educativa a la vez. **Vea la página 9.**

Poetic Pig is a poem about a little pig by Radha Weaver and a painting by Hal Weber, entertaining and educating at the same time. See page 9.



# VALUE MARKETPLACE

AT THE REDWOOD EMPIRE FOOD BANK

Aceptamos cupones del programa para mujeres, bebés y niños (WIC) De lunes a viernes, de 9:00 am a 4:00 pm

- Servicio amable y bilingüe.
- Selección fácil y rápida.
- No hay filas largas.

Women, Infants & Children (WIC) Vouchers Only. Monday through Friday 9 a.m. to 4 p.m.

- Helpful and bilingual service
- Fast and easy selection
- No long lines

FREE BONUS every month



**BONO GRATIS**  
cada mes

707.593.7900 • 3334 Industrial Drive, Santa Rosa, Ca 95403



## EL PROGRAMA DE NUTRICIÓN PARA MUJERES, INFANTES Y NIÑOS VIENE DE LA PÁGINA 1

alimentos aprobados.

El Banco de Alimentos del Redwood Empire proporciona alimentos a aproximadamente 78,000 personas cada mes en el condado de Sonoma. Esta organización trabaja en conjunto con 147 agencias de colaboración y adicionalmente suministra alimentos a las despensas de hogares ubicados en los condados de Del Norte, Humboldt, Mendocino y Lake. El REFB aprovecha al máximo cada dólar, ya que por cada dólar que gasta en alimentos, al momento de distribuirlos tienen un valor de \$4 en la comunidad y WIC es otro recurso importante para los habitantes del condado de Sonoma que reciben bajo ingresos. El haber agregado a REFB como la única tienda de WIC tiene un gran sentido. Para informarse con mayor detalle sobre el REFB visite [www.refb.org](http://www.refb.org) o sobre WIC, visite [www.sonoma-county.org/health/wic/](http://www.sonoma-county.org/health/wic/).

Value Marketplace está ubicado en el 3334 Industrial Drive, en Santa Rosa, California. Justo enseguida de Bennett Valley Bakery.

### CLÍNICAS DE WIC EN EL CONDADO DE SONOMA

Para registrarse en el Programa de WIC, favor de comunicarse a las oficinas de WIC al 565.6590 ó 1.800.816.3663 ó visite cualquiera de las oficinas mostradas a continuación:

- **Guerneville** WIC Program, 16390 Main Street, Guerneville
- **Petaluma** WIC Program, Petaluma City Hall, County Offices West Wing, 11 English Street, Petaluma.
- **Santa Rosa** WIC Program, 1450 Guerneville Road, Santa Rosa
- **Sonoma** WIC Program, 810 Grove Street, Sonoma

## NUTRITION FOR WOMEN, INFANTS AND CHILDREN CONTINUED FROM PAGE 1

resource for low-income Sonoma County residents. The addition of a WIC-only store at the REFB makes good sense. To learn more about REFB visit [www.refb.org](http://www.refb.org) or WIC visit [www.sonoma-county.org/health/wic/](http://www.sonoma-county.org/health/wic/).

Value Marketplace is located at 3334 Industrial Drive, Santa Rosa, CA. It is next door to Bennett Valley Bakery.

### SONOMA COUNTY WIC CLINICS

To sign up for WIC Program please call the WIC offices at 565.6590 or 1.800.816.3663 or visit one of the clinics below.

- **Guerneville** WIC Program, 16390 Main Street, Guerneville
- **Petaluma** WIC Program, Petaluma City Hall, County Offices West Wing, 11 English Street, Petaluma.
- **Santa Rosa** WIC Program, 1450 Guerneville Road, Santa Rosa
- **Sonoma** WIC Program, 810 Grove Street, Sonoma

### GUÍAS DE INGRESO PARA RECIBIR WIC

Efectivo del 1 de abril de 2009 al 30 de junio de 30, 2011

Núm. de personas en familia	INGRESO BRUTO				
	Anual	Mensual	2 veces al mes	Cada 2 semanas	Semanal
1	\$20,036	\$1,670	\$835	\$771	\$386
2	26,955	2,247	1,124	1,037	519
3	33,874	2,823	1,412	1,303	652
4	40,793	3,400	1,700	1,569	785
5	47,712	3,976	1,988	1,836	918
6	54,631	4,553	2,277	2,102	1,051
7	61,550	5,130	2,565	2,368	1,184
8	68,469	5,706	2,853	2,634	1,317
8+	\$6,919*	\$577*	\$289*	\$267*	\$134*

\*por miembro adicional

Nota: Una mujer embarazada cuenta como 2 personas al determinar en número de personas en familia.

### WIC INCOME GUIDELINES

Effective April 1, 2009 to June 30, 2011

No. of Persons in Family	GROSS INCOME				
	Annual	Monthly	Bi-Monthly	Bi-Weekly	Weekly
1	\$20,036	\$1,670	\$835	\$771	\$386
2	26,955	2,247	1,124	1,037	519
3	33,874	2,823	1,412	1,303	652
4	40,793	3,400	1,700	1,569	785
5	47,712	3,976	1,988	1,836	918
6	54,631	4,553	2,277	2,102	1,051
7	61,550	5,130	2,565	2,368	1,184
8	68,469	5,706	2,853	2,634	1,317
8+	\$6,919*	\$577*	\$289*	\$267*	\$134*

\*per added family member

Note: A pregnant woman counts as 2 in determining no. of persons in family unit.



Retrados son miembros del personal de tienda Value Marketplace de REFB de arriba a abajo / Pictured from top to bottom are staff members at REFB's Value Marketplace: Juana Renovato, Amy Calderon, Monse Calderon and Olivia Barajas.

# Khoobsurat

Salon and Spa

Now featuring microdermabrasion

Beautiful in any language

- Hair Services
- Nail Services
- Facials
- Facial Peels
- Botox
- Juvaderm
- Massage
- Threading & Waxing
- Permanent Make Up
- Make Up for Special Events
- Updo's for Special Events
- Teeth Whitening
- Moles/Skin Growth Removal
- And More

Mention This ad & Receive  
**20% OFF** on all Skin Care  
and Permanent Make Up Services  
1506 4th Street, Santa Rosa

707-573-7055 or 707-293-0754  
[www.Khoobsuratskinandhair.com](http://www.Khoobsuratskinandhair.com)

