

WIZARD OF ID

BY PARKER & HART

WELCOME TO THE X-GAMES, SIR RODNEY!

¡BIENVENIDO A LOS JUEGOS-X, SEÑOR RODNEY!

INSCRIPCIONES.

©2009 Creators.com

SO, YOU'RE GOING TO JUMP OVER A DOZEN FLAMING WAGONS AND THEN DO A BACKFLIP ON YOUR HORSE?

ENTONCES ¿VA A SALTAR SOBRE DOCE CARRETAS EN LLAMAS Y DESPUÉS REALIZARÁ UN ACTO DE ACROBACIA SOBRE SU CABALLO?

YES, BUT FIRST I'LL NEED A RUNNING START

SÍ, PERO PRIMERO NECESITARÉ MÁS ESPACIO PARA ARRANCAR.

BEST OF LUCK, SIR RODNEY!

¡LA MEJOR DE LAS SUERTES, SEÑOR RODNEY!

11-15 www.JohnHartStudios.com

?

HE'S NOT COMING BACK, IS HE?

¿ACASO YA NO VA A REGRESAR?

PARKER.

B.C.

BY HART

Copyright - 2009 Creators.com

11-8

WAIT! I HEARD THAT IF YOU STAND YOUR GROUND A PREDATOR WILL BACK DOWN!

SKID

ZIP

WOW... IT WORKED!

¡GUAH! ¡EN VERDAD FUNCIONÓ!

www.JohnHartStudios.com

DISCIPLINE, RESPECT, FOCUS, POSITIVE ATTITUDE, SELF ESTEEM, HUMILITY, FRIENDSHIP!
¡DISCIPLINA, RESPETO, ENFOQUE, ACTITUD POSITIVA, AUTO ESTIMA, HUMILDAD, AMISTAD!

Nuestras clases ayudan a los estudiantes a enfocarse en algo divertido.... ¡TaeKwonDo! Nuestros instructores son expertos en transferir ese enfoque hacia su trabajo escolar, obteniendo como resultado mejores calificaciones. Llámenos hoy para tomar su primera clase y vea cómo hacemos que el aprendizaje sea divertido.

Multicultural
Tae Kwon Do
Institute

Our Tae Kwon Do Classes help students learn how to focus on something fun and exiting.... Taekwondo! Our instructors are experts at getting students to transfer this focus to their school work resulting in better grades. Call today to schedule your first class and see how we make learning fun.

For more Info 707 535-0368

Multicultural Tae Kwon Do • 2999 Dutton Avenue, Suite B, Santa Rosa, Ca 95407 • (707) 535-0368 • Master Gerardo Sánchez

ZUMBA:
Lunes, miércoles y viernes de 9 a 10 a.m. y 7:15 a 8:15 p.m.

ZUMBA: Mondays, Wednesdays and Fridays 9-10 am and 7:15-8:15 pm

dance your way to a fitter you
exciting and unique latin moves and rhythms
ZUMBA, the class that is taking the world by storm!

instructor
Gerardo Sanchez
place / schedule
Multicultural Tae Kwon DO Institute
Mon -Wed- Fri
9:00 am & 7:00pm
phone
707 535 0368

Dolores del Río • Ilustración por Emilio Rodríguez Jiménez • Historia por / Story by Ruth Gonzalez

Dolores del Río (3 de agosto de 1905 — 11 de abril de 1983)
Dolores del Río fue la primera estrella del cine mexicano en ganarse los corazones de la gente de todo el mundo. Dolores era el epitome de la sofisticación y la belleza clásica de la época de oro del cine. Asimismo es considerada como fuente de inspiración de otras estrellas del cine de la década de 1930, tales como Marlene Dietrich y Joan Crawford. Dolores del Río provenía de una familia de la alta aristocracia y estudió en un colegio francés en Durango, México. Después de la revolución, su familia perdió todo y se mudaron a la ciudad de México.

Cuando contaba con tan sólo dieciséis años de edad, contrajo nupcias con un hombre de una familia bastante reconocida y fue cuando empezó a asistir a las fiestas de Hollywood. Su extraordinaria belleza atrajo la atención de un director de cine, Carewe, quien le ofreció un papel para el filme de Joanna en 1925. Este papel la lanzó a la fama internacional. Dolores manejaba con gran fluidez la lengua inglesa y fácilmente pudo pasar la transición del cine mudo al hablado, asimismo disfrutaba trabajar tanto en México como en los Estados Unidos.

Entró al estrellato con los filmes *High Steppers*, *What Price Glory?*, *Carmen II*, *Ramona*, *Evangeline*, *The Bad One*, *Bird of Paradise*, *Flying Down to Rio*, *Madame Du Barry*, *Wonder Bar*, *In Caliente* y *I Live for Love*. También actuó en el cine mexicano en filmes tales como *Flor Silvestre*, *María Candelaria*, *La Otra*, *La Casa Chica*, *Deseada*, *El Niño y la Niebla*, *Doña Perfecta* y *La Cucaracha*, al lado de María Félix. Fue la primera actriz de cine en presentar el traje de baño de dos piezas a los estadounidenses y fue considerada como el rostro más fotogénico de la época y la figura femenina ideal.

Dolores del Río contrajo matrimonio en dos ocasiones y algunos famosos la cortejaron: entre ellos Orson Welles, mientras éste se encontraba en la cúspide de su carrera. Se dice que Dolores fue el amor de su vida. Dolores mantenía amistad con Frida Kahlo, Diego Rivera, Greta Garbo y Marlene Dietrich. En 1966, fue una de las fundadoras de "La Sociedad Protectora del Tesoro Artístico de México" buscando proteger las edificaciones, pinturas y otras obras de arte y cultura de México. Dolores murió en 1983 cuando tenía 77 años de edad. Usted puede encontrar un excelente video que muestra la vida de Dolores del Río en www.youtube.com/watch?v=C2hP9yoS1xl.

El reconocido caricaturista de México, **Emilio Rodríguez Jiménez**, creó esta obra exclusivamente para **La Voz**. Su objetivo es promover la cultura artística y literaria hemisférica a través de los medios impresos bilingües.



Dolores Del Rio (August 3, 1905 — April 11, 1983)
Dolores del Rio was the first Mexican movie star to win the hearts of people around the world. She epitomized the sophisticated, classic beauty of the golden era of cinema and is considered to have been the inspiration for other starlets of the 1930's such as Marlene Dietrich and Joan Crawford. Dolores del Rio came from an aristocratic family and studied at a French college in Durango, Mexico. After the revolution, her family lost everything and moved to Mexico City.

At sixteen, she married into a well-known family and began attending Hollywood parties. Her extraordinary beauty caught the eye of film director, Carewe, who cast her in *Joanna* in 1925. The role catapulted her to international fame. She was fluent in English and easily able to transition from silent films to talkies and enjoyed work in both Mexico and the US.

She went on to star in *High Steppers*, *What Price Glory?*, *Carmen II*, *Ramona*, *Evangeline*, *The Bad One*, *Bird of Paradise*, *Flying Down to Rio*, *Madame Du Barry*, *Wonder Bar*, *In Caliente* and *I Live for Love*. She also starred in Mexican films such as *María Candelaria*, *La Otra*, *La Casa Chica*, *Deseada*, *El Niño y la Niebla*, *Doña Perfecta*, and *La Cucaracha*, alongside Maria Félix. She was the first film star to introduce the two piece swimsuit to Americans and was considered to have the most photogenic face of the era and the ideal feminine figure.

Dolores del Rio was married twice and had some famous suitors: among them Orson Welles at the height of his career. She is reported to have been the love of his life. Dolores del Rio was friends with Frida Kahlo, Diego Rivera, Greta Garbo and Marlene Dietrich.

In 1966, she co-founded the "*Sociedad Protectora del Tesoro Artístico de México*" (*Society for the Protection of the artistic treasures of Mexico*), in order to protect buildings, paintings and other works of art and culture in México. She passed away in 1983 at the age of seventy-seven. An excellent video highlighting portraits of Dolores del Rio is available at www.youtube.com/watch?v=C2hP9yoS1xl.

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

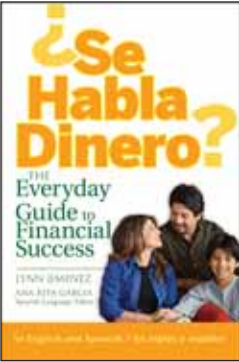


Randy Nguyen, DDS
526 College Avenue
Santa Rosa, CA 95404
(707) 527-8700

Se habla español
Dentista especializado en el
tratamiento familiar y cosmético de
niños y adultos.
Prevención restauración, terapia de
endodoncia, coronas, puentes y
placas dentales.
Aceptamos la mayoría de los
seguros de Medi-Cal, CMSP, tarjetas
de créditos y planes de pago.

Family and Cosmetic Dentistry
for Adults and Children
Preventative, Restorative, Root
Canal Therapy, Crowns, Bridges,
and Dentures
Accepting most insurance,
Medi-Cal, CMSP, credit cards,
and payment plans

¿Usted habla la lengua del dinero? •
Do you speak the language of money?
Por/By Lynn Jimenez



EL SEGURO: PROTECCIÓN FINANCIERA
El seguro no es una inversión. Es una forma de mantener lo que tiene y reemplazar lo que pierde. Porque quiere mantener su salud, su hogar, sus ahorros y la seguridad de su familia.

Todas estas cosas pueden estar amenazadas por eventualidades inesperadas. Así que tiene la opción de comprar una larga lista de pólizas de seguro: para la salud, para dueños de una casa, para el auto, por incapacidad, cuidado a largo plazo y el seguro de vida. La clave es comprar el seguro que le convenga y evitar las pólizas que no necesita. Cualquiera que sea el tipo de póliza que compre, todas

son similares porque representan una apuesta entre usted y la compañía de seguros.

Las aseguradoras calculan el riesgo de algo que le suceda y entonces apuestan que con el pasar del tiempo pagará más por la póliza que lo que ellos pagarán por sus beneficios. Si están en lo cierto, ganan. Si no, gana usted porque la compañía pagará la mayoría de su pérdida. Sin embargo, aún si ganan, usted también. Eso es porque dormirá mejor sabiendo que está protegido de pérdidas catastróficas.

Los elementos básicos de cualquier póliza de seguro son la cobertura, el costo y la deducción. La *cobertura* es lo que el asegurador le promete pagar por cualquier pérdida que sufra. El costo de una póliza también es conocido como *premium*. Puede pagarlo a plazos. De esta forma no tiene que hacer un gran pago de una sola vez. Este costo está basado en muchas cosas incluyendo su puntuación de crédito y el grupo de riesgo en que se encuentra. Una *deducción* es lo que paga para cubrir una pérdida antes que la compañía de seguros comience a pagar.

Las deducciones son indicadas en su póliza. Si tiene una deducción de \$500 en la póliza de su casa y un árbol cae sobre su techo, paga \$500 para la cuenta de reparación final antes que la compañía pague el saldo.

Cuando compra un seguro puede bajar el costo al incrementar su deducción. Si puede darse el lujo de pagar más cuando algo suceda, puede ahorrar dinero en el costo total del seguro a largo plazo. Es una buena idea poner aparte algún dinero para pagar deducciones altas cuando las necesite. En el caso del seguro de la casa o del auto, es también prudente evitar el presentar reclamos por cada cosa pequeña que ocurra. Si una pelota golpea los cristales de una ventana y los quiebra, reemplace los cristales y no presente una reclamación.

Presentar reclamaciones legítimas es perfectamente apropiado, pero presentar muchas, digamos dos en tres años, puede alzar su costo por más de una tercera.

Lynn Jiménez es la autora de **¿Se habla dinero? La guía diaria para el éxito financiero**, una guía para la familia escrita en inglés y en español. Puede escuchar a Lynn hablar de reportes de negocios en la emisora de radio de KGO 810 o hacerle las preguntas que desee en la página web www.SeHablaDineroBook.com.

INSURANCE: FINANCIAL PROTECTION

Insurance is not an investment. It is a way to keep what you have and to replace what you lose. You want to keep your health, your home, your savings, and your family's security. All of these can be threatened by unexpected events.

So you have the options of buying a long list of insurance policies: health, homeowner's, auto, disability, long-term care, and life insurance. The trick is to buy the insurance that's right for you and to avoid policies you don't need.

Insurers calculate the risk of something happening to you and then bet that you will pay more for your policy over time than they will pay you in benefits. If they're right, they win. If they're wrong, you win because the insurance company will pay for most of your loss. However, even if they win, you win, too. That's because you will sleep better knowing you are protected from catastrophic losses.

The basic elements of any insurance policy are the coverage, the premium, and the deductible. Coverage is what the insurer promises to pay you for any loss you suffer. The cost of an insurance policy is called the premium. You can pay it in installments. That way you don't have to come up with a big payment all at once. The cost of your policy is based on lots of things, including your credit rating and your risk group.

A deductible is what you pay to cover a loss before your insurance company begins to pay. Deductibles are spelled out in your insurance policy. If you have a \$500 deductible in your home insurance policy and a tree falls on your roof, you pay \$500 toward the final repair bill before the insurance company pays the balance.

When you buy insurance you can lower your premium by increasing your deductible. If you can afford to pay more when something happens, you will save money on the total cost of insurance in the long run. It is a good idea to set aside some money to pay higher deductibles when needed. In the case of home or car insurance, it's also wise to avoid filing claims for every little thing that happens. If a window meets a baseball, and the baseball wins, replace the window—don't file a claim for it.

Filing legitimate claims is perfectly appropriate, but filing too many claims, say two in three years, can boost your insurance premiums by more than a third.

Lynn Jimenez is author of *Se Habla Dinero? The Everyday Guide to Financial Success*, a family financial guide in English and Spanish, page to page. You can hear Lynn's business reports on KGO radio 810 or ask her questions at www.sehabladinerobook.com.



NOTICE OF PUBLIC HEARING OF THE REDEVELOPMENT AGENCY OF THE CITY OF SANTA ROSA ON THE INTERIM REPORT ON THE PROGRESS OF THE FIVE-YEAR IMPLEMENTATION PLAN FOR THE GATEWAYS REDEVELOPMENT PROJECT AREA

NOTICE IS HEREBY GIVEN that the Redevelopment Agency of the City of Santa Rosa, California (Agency), will hold a public hearing on Monday, November 23, 2009, commencing at or after 1:30 p.m., at the City Council Chambers, 100 Santa Rosa Avenue, Santa Rosa, California, to consider and act upon the adoption of the Interim Report of the Five-Year Implementation Plan for the Gateways Redevelopment Project Area.

The Five Year Implementation Plan contains the specific goals and objectives of the Agency for the Redevelopment Project Area, the specific programs, including potential projects, proposed to be carried out by the Agency for the Redevelopment Project, and the estimated expenditures associated with the programs and potential projects identified for the Redevelopment Project.

The Gateways Redevelopment Project Area is 1,100 acres in size and includes the Apple Valley and South Park neighborhoods, Cleveland Avenue, Coddington, Maxwell Court, Railroad Square, W. 9th Avenue, portions of Downtown and areas south of Highway 12 to Colgan Avenue. For informational purposes, a map showing the general location of the Gateways Redevelopment Project Area in the City of Santa Rosa is enclosed.

Interested persons may inspect and, upon the payment of the costs of reproduction, obtain copies of the proposed Interim Report and any other information pertaining thereto at the office of the Redevelopment Agency of the City of Santa Rosa, Santa Rosa City Hall Annex, 90 Santa Rosa Avenue, Santa Rosa, California. The Interim Progress Report and the Implementation Plan are posted on the City's website: www.srcity.org > Departments > Economic Development and Housing > Redevelopment > Gateways Redevelopment Project Area.

Interested persons may submit written comments addressed to the Redevelopment Agency of the City of Santa Rosa, 90 Santa Rosa Avenue, Santa Rosa, California 95404, prior to the hour of 1:30 p.m. on November 23, 2009. If you have any questions, you may contact Alice Miller, Redevelopment Program Specialist, by e-mail at amiller@srcity.org or telephone at (707) 543-4310.

At the time and place noted above, all persons interested in the above matters may appear and be heard.

DATED: October 23, 2009

s/Shirley Stevens
Administrative Secretary



The City of Santa Rosa does not discriminate on the basis of disability in the admissions or access to, or treatment or employment in, its programs or activities. Disability-related aids or services, including printed information in alternate formats, to enable persons with disabilities to participate in public meetings and programs are available by contacting the Administrative Secretary at (707) 543-3300 one week prior to the meeting/program.

AVISO SOBRE AUDIENCIA PÚBLICA DE LA AGENCIA DE REDESARROLLO DE LA CIUDAD DE SANTA ROSA SOBRE EL REPORTE INTERINO DEL PROGRESO DEL PLAN DE IMPLEMENTACIÓN DE CINCO AÑOS PARA EL ÁREA DEL PROYECTO DE REDESARROLLO DE ENTRADAS.

POR MEDIO DE ESTE AVISO SE INFORMA que la Agencia para el Redesarrollo de la Ciudad de Santa Rosa, California (denominada como “la Agencia”), llevará a cabo una audiencia pública el próximo lunes 23 de noviembre, a partir o después de la 1:30 P.M., en la Cámara del Concilio de la Ciudad, ubicada en el 100 Santa Rosa Ave., en Santa Rosa, California, para considerar y actuar sobre la adopción del Reporte Interino del Plan de Implementación de Cinco Años para el Área del Proyecto de Redesarrollo de Entradas.

El Plan de Implementación de Cinco Años contiene metas y objetivos específicos de la Agencia para el Área del Proyecto de Redesarrollo, los programas específicos, incluyendo los proyectos potenciales, propuestos para ser llevados a cabo por la agencia para el Proyecto de Redesarrollo, asimismo los gastos estimados y asociados a los programas y proyectos identificados por el Proyecto de Redesarrollo.

El Área de Proyecto de Redesarrollo de Entradas tiene una tamaño de 1,100 acres e incluye las comunidades de *Apple Valley* y *South Park*, la Avenida Cleveland, el área de *Coddington*, *Maxwell Court*, *Railroad Square*, el lado oeste de la Avenida Nueve, porciones del centro de la ciudad y algunas áreas ubicadas en la parte sur de la autopista 12 con dirección a la Avenida Colgan. Para propósitos de información, se anexa un mapa que muestra las ubicaciones generales del Área del Proyecto de Redesarrollo de Entradas en la ciudad de Santa Rosa.

Las personas interesadas pueden inspeccionar y, pagando el costo de reproducción, obtener las copias del Reporte Interino propuesto y cualquier otra información relativa al proyecto en la oficina de la Agencia de Redesarrollo de la Ciudad de Santa Rosa, ubicada en Santa Rosa City Hall Annex, 90 Santa Rosa Ave, en Santa Rosa, California. También pueden encontrar información detallada sobre la Implementación del Plan en el sitio Web de la Ciudad: www.srcity.org > Departments > Economic Development and Housing > Redevelopment > Gateways Redevelopment Project Area Las personas interesadas pueden enviar sus comentarios en forma escrita y dirigirlos a Redevelopment Agency of the City of Santa Rosa, 90 Santa Rosa Avenue, Santa Rosa, California 95404, sus comentarios podrán ser recibidos hasta una hora antes de las 1:30 P.M. del 23 de noviembre de 2009. Si tiene alguna pregunta, puede contactar a Alice Miller, especialista del Programa de Redesarrollo, vía correo electrónico a amiller@srcity.org o por teléfono al (707) 543-4310.

En la hora y el lugar descrito anteriormente, todas las personas interesadas en los tópicos presentados anteriormente podrán exponer sus opiniones y ser escuchadas.

FECHA DE AVISO: 23 de octubre de 2009

s/Shirley Stevens
Secretaria administrativa

La Ciudad de Santa Rosa no discrimina a persona alguna en base a discapacidades en la admisión o acceso a sus audiencias, o bien en el tratamiento de empleados, sus programas o actividades. Apoyos o servicios relativos a discapacidades, incluyendo información impresa en formatos alternos, para permitir a las personas con discapacidades a que participen en las reuniones y programas de carácter público están disponibles, sólo necesita comunicarse con la secretaria administrativa al (707) 543-3300 una semana antes de la reunión o programa.

Cuidado de los niños • Child Care



Marisol Muñoz-Kiehne, PhD

CRIANDO NIÑOS AGRADECIDOS

Por Marisol Muñoz-Kiehne, PhD y Rona Renner, RN

En el Día de Acción de Gracias, algunos estarán pensando en el pavo, mas otros mostrarán una “actitud de gratitud” no importa la comida que se sirva.

Más que nunca durante esta recesión económica, le corresponde a los adultos enseñar a los niños a agradecer los bienes en su vida, y a interesarse en los demás. Esto es difícil cuando los padres están estresados, mas recuerde que sus hijos aprenden los valores de usted.

Los padres de familia deseamos que nuestros niños aprendan a ser agradecidos. Nadie quiere que sus hijos tengan reputación de ingratos. De ahí los refranes: “Amor, con amor se paga,” y “A caballo regalado, no se le mira el colmillo.”

No es cuestión de buenos modales, ni aplicable exclusivamente en los días festivos. Estudios psicológicos han establecido que las personas agradecidas son más saludables y felices que las que no lo son. De hecho, se ha descubierto que el agradecimiento protege contra el estrés, fortalece la estima propia, y fomenta el éxito personal y ocupacional.

NADIE NACE SIENDO AGRADECIDO

La gratitud es un valor y una virtud que se aprende de otros, y se fortalece al demostrarla. ¿Cómo enseñamos a nuestros niños a ser agradecidos?

- Si soy niño, **DARÉ** gracias cuando los adultos en mi vida...
- Demuestran- sirven de ejemplo, demuestran gratitud a los niños y en presencia de los niños.
- Ayudan- a los necesitados junto a sus niños, para que se percaten de lo que afortunados que son.
- Recuerdan- a los niños a demostrar agradecimiento cada vez que surja la oportunidad.
- Elogian- reconocen y felicitan a los niños cuando dan las gracias.

IDEAS:

- Estar pendiente a gestos generosos de parte de los demás, y reconocérselos.
- Mostrarle a nuestros niños las buenas noticias en el noticiero y el periódico.
- Apreciar esfuerzos, gestos, detalles en la vida cotidiana, y demostrar apreciación diariamente.
- Agradecer a familiares, amistades, maestros, entrenadores, niñeras, y desconocidos en presencia de los niños.
- Tener espacio en el hogar dedicado a la gratitud, con fotos y recuerdos de ocasiones memorables.
- Llevar un diario personal o familiar de gratitud y hacer apuntes incluyendo a los niños.
- Hacer llamadas telefónicas y escribir notas o cartas dando gracias por invitaciones, regalos, ayuda y gestos generosos.
- Si puede, sirva de voluntario en un hogar de ancianos, refugio de animales, o banco de alimentos.
- No hacer sentir a los niños culpables, sino agradecidos, por sus capacidades y por lo que poseen y disfrutan.
- No compararnos con otras personas, pues siempre habrá quien parecerá estar mejor que nosotros.

LIBROS:

- Buenos padres, mejores hijos* (Dr. Ron Taffel)
- Cómo Inculcar Valores a sus Hijos: Los Niños Aprenden lo que Viven* (Dorothy Law Nolte)
- Palabras De Gratitud* (Robert A. Emmons, Joanna Hill)

Únase en “Nuestros Niños,” www.nuestrosninos.com los domingos a las 8AM en La Kalle 100.7/105.7 FM y KBBF 89.1 FM, y en “Childhood Matters,” www.childhoodmatters.org los domingos a las 7AM en KISS 98.1 FM y KBBF 89.1 FM.

RAISING GRATEFUL CHILDREN



by rona renner, rn and marisol muñoz-kiehne, phd

CHILDHOOD MATTERS



Rona Renner, RN

Some people will be thinking of turkeys on Thanksgiving, and others will show an “attitude of gratitude” no matter what food is being served.

More than ever, in these challenging economic times, it's up to adults to teach children to be grateful for the goodness in

their lives and to learn how to be concerned about others. This can be a challenge when parents are under stress, so keep in mind that your children learn their values from you.

Many memorable words have been written on the value of gratitude: Gratitude is the memory of the heart (Jean Baptiste Massieu); Gratitude is the fairest blossom which springs from the soul (Henry Ward Beecher). And if you ask a child to tell you what they are grateful for they are bound to say something about their parents' love, along with ice cream or toys.

As parents, we want our children to learn gratitude. Psychological studies have established that grateful people are healthier and happier than those who are not as grateful. Indeed, it has been found that gratitude protects against stress, enhances self-esteem, and promotes personal and occupational success.

NO ONE IS BORN GRATEFUL

Gratitude is a value and a virtue that is learned from others, and it is strengthened through practice. How to teach our children to be grateful?

- If I am a child, I will give thanks when adults around me...
- Show- By example, demonstrate gratitude to children or in their presence.
- Help- Those who need help, along with children, so they realize how fortunate they are.
- Appreciate- Recognize and praise children when they act in grateful ways.
- Remind- Children to practice gratitude at every opportunity.
- Eliminate- Ungrateful attitudes and models.

IDEAS:

- Be alert to others' generous acts, and thank them directly.
- Show children the good news featured in newscasts and newspapers.
- Appreciate effort, attempts, and kind gestures in daily life.
- Thank relatives, friends, teachers, coaches, sitters, and strangers in the presence of children.
- Have a space at home designated for gratitude, with photos and mementos from memorable occasions.
- Keep a personal or family gratitude diary, and include children when making entries, or encourage them to have their own.
- Make thank-you phone calls and write thank-you notes and letters in response to invitations, gifts, help, and generous acts.
- If you can, volunteer at a nursing home, animal shelter or food bank.
- Don't make children feel guilty, but grateful, about their abilities and for what they have and enjoy.
- Don't compare yourself with others, since there will always be those who appear to be better off.

BOOKS:

- Everyday Blessings: The Inner Work of Mindful Parenting* (Myla & Jon Kabat-Zinn)
- Thanks & Giving: All Year Long* (Marlo Thomas)
- Words of Gratitude for Mind, Body, and Soul* (Robert A. Emmons, Joanna Hill)

For information and inspiration, go to www.childhoodmatters.org and www.nuestrosninos.com. Tune into “Childhood Matters”; Sundays live at 7AM on 98.1 KISSFM and KBBF 89.1 FM, and “Nuestros Niños”; Sundays 8AM on La Kalle 100.7/105.7FM and KBBF 89.1FM.

Productos frescos del mercado • Fresh from the Market

Mi forma preferida para usar los pérsimos es darle brillo a la mesa durante el otoño y el invierno, en el platón de frutas o de ensaladas, tal como lo uso para la siguiente receta. Si no puede encontrar estos ingredientes, reemplácelos con la fruta de temporada más colorida y fresca. Lo que usted busca es ofrecer una ensalada colorida que sea dulce, amarga, crujiente y ácida. Me imagino que los indios nativos que vivían aquí habrían servido este platillo para su Día de Acción de Gracias (llevado a cabo en octubre, por supuesto) usando los vegetales verdes del área en vez de la endibia y la radicha.

ENSALADA DE OTOÑO BRILLANTE

- 1 Cabeza mediana de radicha, 3 cabezas pequeñas de endibia belga ó de 4 a 6 tazas de rúcula.
- 2 Pérsimos tipo *fuyu* (asiáticos, firmes y planos), si es necesario sin semillas y cortados en cuadros.
- ½ Granada, aparte las semillas ya que serán usadas.
- 3-4 Guava tipo piña (Feijoa) si la encuentra, o bien kiwis, sin cáscara y cortados en cuadros.
- ¼ Taza de arándanos deshidratados.
- ¼ Taza de almendras sin cáscara y rebanadas finamente.
- 1-2 Cucharadas de vinagre de frambuesa u otra fruta (opcional).

Corte los la endibia y la radicha finamente. Colóquelas en un plato. En un tazón mediano, mezcle los pérsimos, las semillas de la granada, la guava tipo piña y la mayor parte de los arándanos y almendras. Coloque esta mezcla sobre la endibia y la radicha cortada. Adorne con el resto de los arándanos y las almendras. Esparza el vinagre, si así lo desea. *Rinde 4 porciones*

My favorite way to use persimmons is for brightening up the fall and winter table, fruit and salad bowl, like I do in the following recipe.

If you cannot find these ingredients, substitute the most colorful and freshest seasonal fruit. You are aiming for a colorful salad that is sweet, tart, crunchy and bitter. I imagine that the Native Americans living where I do would have served this for their Thanksgiving meal (held in October, of course) using local, wild bitter greens instead of endive or radicchio.

BRIGHT AUTUMN SALAD

- 1 medium head radicchio, 3 small heads of Belgian endive or 4-6 cups arugula
- 2 fuyu (firm, flat Asian) persimmons, seeded if necessary, and diced
- ½ pomegranate, cut, arils (seeds) removed to be used
- 3-4 pineapple guava (feijoa), if available, or kiwi, peeled and diced
- ¼ cup or more dried cranberries
- ¼ cup toasted slivered or sliced almonds
- 1-2 tbsp raspberry or other fruit vinegar (optional)
- Cut bitter greens or reds into shreds. Put on a plate.

In a medium bowl, combine the persimmons, pomegranate, pineapple guava, and most of the cranberries and almonds. Arrange the combined mixture over the shredded bitter greens. Top with the remaining cranberries and almonds. Drizzle fruit vinegar over the top, if desired. *Serves 4*
©2009 Jill Nussinow, MS, RD, The Veggie Queen™

PÉRSIMOS, LA JOYA DEL OTOÑO
Por Jill Nussinow, MS, RD, la reina de los vegetales™

Para mí todas las estaciones del año ofrecen la abundancia de la naturaleza. Otoño ofrece los colores y la calidad de la luz. Las hojas caen rápidamente de los árboles y arbustos mostrando su brillo, junto con la brillante fruta de color naranja conocida como pérsimo. Cuando los árboles ya no tienen hojas, es fácil observar a los pérsimos colgando de sus ramas, lucen como luces de navidad encendidas en los desnudos y altos árboles. La parte trágica de los pérsimos es que frecuentemente su belleza es ignorada, especialmente si usted no los come. El pérsimo es la fruta nacional de Japón y llegó a los EEUU en el siglo XIX, cuando había una gran variedad de pérsimos. Los pérsimos silvestres crecen en muchos lugares de los Estados Unidos y son diferentes a los que son cultivados. Aquí en California somos muy afortunados de contar con las condiciones ideales para su cultivo.

Crecí en Nueva York. No tenía ni idea de porqué mi madre compraba un pérsimo en el supermercado, ahora creo que quizás ella pensaba que eran bonitos, o quizás ella había viajado algún lugar (sin mí, por supuesto) y había comido alguno. No tenía idea de lo que era y debido a que no tenían instrucciones de uso incluidas, pensé que lo único que podía hacer era morderlo. No me percaté de que a menos de que los pérsimos estén maduros (y estoy hablando sobre el pérsimo puntiagudo, no del tipo plano y maduro, esto significa totalmente suave), hacen que su boca y su cara se frunzan como ningún alimento lo hiciera anteriormente. Inmediatamente después del primer mordido, usted desearía nunca haberlo hecho.

Sin embargo, si usted deja que los pérsimos se maduren, que su pulpa esté suave, como si fuera una jalea de fruta, se sentirá ampliamente recompensado con esa intensa dulzura que es difícil de encontrar en otra fruta. Este es el tipo de pérsimo conocido como *hachiya* y es uno de los más comúnmente vistos en el condado de Sonoma.

En los alrededores también podemos encontrar otros tipos de pérsimos. Los otros tipos más comunes son el *fuyu*, el cual es más plano. También están los naranja pero usualmente no tienen el color tan naranja como el *hachiya*, sin embargo su color se intensifica conforme van madurando. El pérsimo *fuyu* es frecuentemente consumido cuando aún está firme. Tiene un sabor como a manzana dulce con cierto toque a canela, pero no es amargo — sólo déjelos que maduren para que adquieran el sabor dulce.

Estos pérsimos se presentan en una variedad de tamaños y de acuerdo a **Ed Miller de la huerta Twin Peaks**, los árboles de pérsimos más pequeños del tipo *fuyu* de su huerta tienen alrededor de 90 años. En vez de tener su pulpa de color naranja claro, tienen un color como café chocolate y un sabor más intenso pero Ed dice que las personas frecuentemente compran los más grandes. Yo ya probé los más pequeños y realmente ahora los prefiero. **La granja DeSantis** coloca su puesto en el mercado

original de los granjeros de Santa Rosa, en el estacionamiento del edificio de los veteranos (los días sábados) y ofrece lo que ellos llaman pérsimos de chocolate, una variedad de pérsimo puntiagudos que pueden ser comidos cuando están firmes. Tienen la misma pulpa color café de los pérsimos pequeños *fuyus*, asimismo un sabor similar.

El pérsimo menos común fue desarrollado por la huerta **Twin Peaks** y es conocido como el pérsimo *hikuma*. Ellos los llaman *amagaki* y tiene una gran demanda. Su forma es más parecida al del pérsimo puntiagudo *hachiya* pero tiene una forma redonda en la parte de abajo. Puede ser comido cuando está firme o suave, además tiene unos toques de color café en su pulpa. **Ed Miller** ha hecho que muchas personas sean consumidoras de pérsimos al ofrecerles los *amagaki*. Sin embargo, nunca los debe de confundir con los *hachiya*, o bien se arrepentirá.

Puede adquirir pérsimos *hachiya* que no estén maduros, cortarlos en piezas muy delgadas, deshidratarlos, lo cual les dará un sabor muy dulce siempre y cuando se hayan deshidratado completamente. De no ser así, tenga cuidado con el efecto de fruncir su cara y su boca.

Cuando el pérsimo *hachiya* tiene un color naranja profundo en toda su piel, los puede adquirir y preparar algunas recetas: póngalos en una bolsa de papel con una manzana o un plátano y déjelos madurar hasta que estén completamente suaves y esponjosos. Cuando están completamente maduros, mi esposo dice que ya están podridos. Su pulpa estará casi a punto de rebozar. Ponga los pérsimos a congelar, cuando desee puede descongelarlos y estarán completamente maduros. También puede dejarlos sobre una base plana para que maduren solos. Esto puede tomar una semana o más. Frecuentemente, cuando tengo muchos pérsimos maduros, congelo la pulpa para usarla después en cantidades que una receta pueda necesitar, las cuales pueden ser de una a dos tazas. El uso más común para la pulpa del pérsimo es en alimentos horneados tales como bollos o magdalenas, galletas, pudines y pasteles. También puede utilizar la pulpa haciéndola puré y usarla como una salsa para colocar sobre nieve o pastel.



PERSIMMONS, THE JEWEL OF AUTUMN

By Jill Nussinow, MS, RD, the veggie queen™

For me every season is about nature's abundance. Autumn, or fall, is about the colors and quality of the light. The leaves are quickly dropping and showing their brilliance, along with the bright orange persimmon fruit. When the leaves are gone, it's easy to see the persimmons hanging there, looking like Christmas bulbs on the now-naked and gangly trees. The tragic part about persimmons is that their beauty is often overlooked, especially if you don't eat them.

Persimmons are the national fruit of Japan and came to the US in the 1800s, when there were many varieties. Wild persimmons grow in many places in the US and are different than cultivated ones. Here in California we are lucky to have ideal growing conditions.

I grew up in New York. I have no idea why my mother bought a persimmon at the supermarket but maybe she thought that they looked pretty, or maybe she'd traveled somewhere (without me) and had eaten one. I had no idea what it was and since it didn't include directions, I figured that I would just take a bite. I didn't realize that unless it is ripe (and I am talking about the pointy, not flat type here, and ripe means totally squishy), it will make your mouth pucker like nothing else you've ever eaten. You'll wish that you'd never learned to eat at all.

However, if you let the pointy persimmons get soft and ripe, like jelly, you will be rewarded with intense sweetness that is hard to find in other fruit. This type of persimmon is called Hachiya and is the one most commonly seen in Sonoma County.

There are other types of persimmons around, too. The other most common one is the Fuyu, which has is more flat. They are also orange but not usually as deep a color as the Hachiya, although their color intensifies as they ripen. The Fuyu persimmon is most often eaten when it's hard. It tastes like a very sweet apple with cinnamon overtones but not tartness at all — just dead ahead sweet. They come in a variety of sizes and according to **Ed Miller of Twin Peaks Orchard**, the smaller Fuyu persimmons on his ranch come from a 90-year old tree. Instead of being light orange inside, they are a chocolaty-brown with a more intense flavor but he says that people often want to buy the bigger ones. I tried the smaller ones and prefer them.

DeSantis Farm at the Santa Rosa Original Farmer's Market at the Veteran Building parking lot (on Saturdays) offers what they call a chocolate persimmon, a pointy variety that can be eaten hard. It has that same brownish interior as the small Fuyus, and a similar flavor.

The most unusual persimmon around was developed at **Twin Peaks Orchard** from the Hikuma persimmon. The call it the Amagaki and it's in great demand. It has a shape more like the pointy Hachiya persimmon but it's rounded at the bottom. It can be eaten hard or soft, and has a brown-tinge to the inner flesh. **Ed Miller** has made converts of many people by offering them the Amagaki. Do not, though, confuse it with a Hachiya, or you will be sorry.

You can take unripe Hachiya persimmons, cut them very thin, and dehydrate them and they will get very sweet as long as they are dried all the way through. If not, watch out for the pucker-effect.

When the Hachiya persimmon is deep orange all over, you can pick it and do one of a few things: put it in a paper bag with an apple or banana and let it ripen until it is very soft and squishy. When it's really ripe, my husband says that they are rotten. They will almost ooze all over. Put the persimmon in the freezer and when it thaws, it will be ripe. Or leave it on the countertop to ripen on its own. It can take a week or longer. Often, if I have many ripe persimmons, I will freeze the pulp to use later in amounts that a recipe will use, which is 1 to 2 cups. The most common use for persimmon pulp is in baked goods such as muffins, quick breads cookies, puddings and cakes. You can also puree the flesh and use it as a sauce on ice cream or cake.



Fotografía de / Photos by **Ani Weaver**, La Voz

Locally grown produce is found at the **Wednesday and Saturday morning Santa Rosa Farmers Market** at the **Veterans Building East Parking Lot, 1351 Maple Ave.**

Frutas y vegetales de la localidad, pescado fresco, queso, plantas de vegetales y diversas artesanías pueden ser encontradas durante las mañanas de los miércoles y sábados en **el mercado de los granjeros de Santa Rosa, ubicado en el estacionamiento este del Edificio de los Veterano, en el 1351 Maple Ave.**



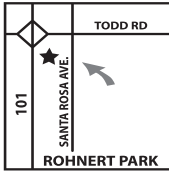
Fast! Professional!
Spanish-English Translation
LA VOZ TRANSLATION SERVICES

- Consistent, rigorous, quality-driven approach guarantees consistency, reliability and uniformity
- Deliver superior products both on-time and within budget.
- Full range of solutions for Spanish-English translation
- Health, education, business, social services, individuals
- Manuals, RFQ's, proposals, system descriptions, CAD drawings, websites, brochures, business correspondence, software, etc.
- We can provide translations in most software applications.

Need Translations?
Call *La Voz Bilingual Newspaper*
707.525.0622
for quotes and information or
email **translation@lavoznews.com**

\$\$ RECYCLE \$\$

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 televisiones **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

PILATES
BAILE
YOGA

TONE

PILATES DANCE YOGA

Especial para principiantes
Pruebe por un mes.
Clases ilimitadas por tan sólo \$50

¡Tenemos clases de ZUMBA todos los días!

Beginner's Special

Try for one month.
Unlimited classes for only \$50

We have ZUMBA classes every day!

850 fourth street, santa rosa, ca 95404
{t} 707 526 3100

www.tonefitness.com

El número que no lo trata como tal sino como una persona...1.877.QUEENLINE (1.877.783.3654)



¿Busca ayuda para encontrar un doctor ideal? ¿Uno que no lo trate como un número más? Encontrar ese doctor es fácil, llamando al 877.QUEEN LINE (877.783.3654)... nuestro nuevo servicio telefónico que le ayuda a buscar a ese doctor ideal y en su idioma.

Queen of the Valley Medical Center
ST. JOSEPH HEALTH SYSTEM

A Ministry of the Sisters of St. Joseph of Orange

www.thequeen.org

UN NÚMERO...UN DOCTOR SOLO PARA USTED.

QV-157-428



HO, HO, HO, HONDAS!

The Holiday Cars & Cash Giveaway

Every Wednesday, November 18th-December 23rd



RIVER ROCK CASINO

www.riverrockcasino.com 707.857.2777 - 877.883.7777 HWY 101 N Geyserville Exit. Right onto HWY 128 E

Anuncios y Clasificados • to advertise call 707.525.0622

EMPLEOS / JOBS EMPLEOS / JOBS EMPLEOS / JOBS

¡Controle su futuro!

Construya su propia compañía para limpieza comercial con la franquicia de más rápido crecimiento en el país*.

- ✓ Clientes garantizados.
- ✓ Entrenamiento extenso.
- ✓ Financiamiento garantizado.
- ✓ No se requiere de ventas.
- ✓ Usted puede empezar con \$950.

Las franquicias están disponibles en los condados de Marin, Sonoma, San Mateo, San Francisco y Napa.

Control your own future!

Build your own commercial cleaning business with the fastest growing franchise in the country*.

- ✓ Guaranteed Customers
- ✓ Extensive Training
- ✓ Guaranteed Financing
- ✓ No Selling Needed
- ✓ \$950 gets you started

Call today! ¡Llame ahora!

650-259-9120 • 415-382-1270
707-258-1261

Franchises available in Marin, Sonoma, San Mateo, San Francisco, and Napa Counties.

* Entrepreneur Magazine, February 2008



Measurable Cleaning. Guaranteed Results.™

EMPIEZA TU NEGOCIO con el apoyo de una compañía que lleva más de un siglo ofreciendo calidad y buen servicio. Para más información o productos, llame a Emily, representante independiente de ventas de Avon **707-494-1667** o correo electrónico **rcfe@comcast.net**. Compra AVON desde su casa o trabajo y con entrega gratuita.

START YOUR OWN BUSINESS backed by a company with more than a century of quality and service! For more information or AVON products, please call Emily, AVON Independent Sales Representative, at **707-494-1667** or e-mail **rcfe@comcast.net**. Free delivery to your home or workplace is available.

LIMPIEZA DE CASAS

MOLLY MAID NECESITA DE PERSONAS PARA LIMPIEZA DE CASAS

buen horario para disfrutar de la familia. De lunes a viernes de 8 am a 4:30 pm. No se requiere trabajar de noche o fines de semana. Se requiere de licencia de manejo de CA. Buen sueldo. Entrenamiento pagado. No se requiere de experiencia, si la tiene mejor. No se requiere ser bilingüe, si sólo habla español, no hay problema. Si está interesada en trabajar con nosotros, visítenos en el **1160 Industrial Ave., Suite "H," en Petaluma**, de lunes a viernes de 9 am a 4 pm. **707.769.0770**.

MOLLY MAID NEEDS HOUSE CLEANERS Family Friendly Hours. Mon-Fri 8-4:30. No Nights or Weekends. CA Drivers License REQUIRED. Great Pay, Paid Training. Experience a plus, but not required. Bilingual a plus. Spanish only ok. If interested come to **1160 Industrial Ave., Suite "H," Petaluma**, **707.769.0770**. Mon - Fri 9 am to 4 pm.

En Santa Rosa, preguntar por **Lupe**

Trabajos de Costura

Se suben bastillas. Se cambian cierres. Se ajusta la ropa a su medida. **Precios razonables** Se hacen cortinas para ventanas **707. 548.8552 ó 566.8410**

Lupe

Clothing Repairs Alterations Reasonable Prices



RENTALS • ALQUILER

¿BUSCA ALQUILER? Apartamentos/Casas Precios sujetos a cambio Move-in Specials!

Santa Rosa

\$775 Apto. de 1 recámara, alfombra/pintura nueva, aire acondicionado, lavandería, incluye basura. **900 Edwards Ave., # D**

\$925 Apto. de una recámara, pintura y alfombra semi-nueva, lavandería, incluye agua, basura y PG&E. **1525 Camden Court.**

\$995 Especial de entrada, townhome de 2 recámaras, baño y medio, cochera, yarda, lavandería, incluye basura. **568 Olive Street.**

\$1295 Condo de 2 recámaras, 2 baños, remodelado, aire acondicionado, lavadora/secadora, patio, cochera, acceso a la alberca/gimnasio y área de recreación. **225 Burt Street #13**

Rohnert Park

\$995 Apto. de 2 recámaras, pintura y alfombra semi-nueva, estacionamiento cubierto, incluye agua y basura. **7305 Boris Court # 8**

Alliance Property Mgmt.

1611 Fourth St, Santa Rosa, CA 707 524.8380
www.alliancepm.com

SERVICIOS • SERVICES

IMMIGRATION LAW

Law Offices of **ROBYN L. MANCINI**

Visa Applications, Citizenship, Green Cards, Work Permits

Offices in Santa Rosa and Ukiah

Call **707.225.2018**

to schedule an appointment
Se habla español

SONOMA COUNTY HISPANIC CHAMBER OF COMMERCE

November Mixer hosted by **State Farm Insurance: Michael Livingston** 1451 Fulton Road, Ste 400, Santa Rosa, 95403 **Thursday November 19, 5:30 – 7:30 pm.** For more information call 707 575 3648 or e-mail **hccadmin@hcc-sc.org**.

SERVICIOS • SERVICES

PREVENCIÓN DE EJECUCIÓN HIPOTECARIA (PÉRDIDA DE SU CASA) POR UNA AGENCIA SIN FINES DE LUCRO DE CONFIANZA

¿Teme no poder pagar su hipoteca o ya dejó de pagarla? Caridades Católicas tiene una consejera preparada para ayudarlo asesorándolo sobre su situación financiera actual y abogar por usted en los bancos.

No hay cobro por los servicios de conserjería. Caridades Católicas está certificada por el Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano (HUD, por sus siglas en inglés) representado solamente SUS necesidades. **Llame hoy al 707 575-0215.**

Caridades Católicas presentará un seminario para prevenir la ejecución hipotecaria el 5 de diciembre. Infórmese sobre sus opciones y penalidades o consecuencias al no pagar su hipoteca, modificar su hipoteca o declararse en bancarrota. Para registrarse/ asistir al seminario, debe pedir y devolver un cuestionario antes del 1 de diciembre. El seminario es gratis; el espacio es limitado. Llame al **575-0215 ext. 168** o mande un cor-reo electrónico a **jgutierrez@srcharities.org**

FORECLOSURE PREVENTION by TRUSTED NON-PROFIT AGENCY

Are you afraid of defaulting on your mortgage, or have you already defaulted? Catholic Charities has a bilingual foreclosure counselor ready to help you assess your current financial situation and advocate on your behalf with funders. There is no charge for the counseling services. Catholic Charities is a HUD-Certified housing counseling agency, representing only YOUR interests. Call 575-0215 today.

Catholic Charities is hosting a Foreclosure Prevention Seminar on December 5.

Understand your options and the penalties or consequences of loan default or modification, or bankruptcy. To register/attend the seminar, you must request and return a questionnaire by December 1. The seminar is free; seating is limited. **575-0215 ext.168** or email **jgutierrez@srcharities.org**.



Don't miss out! If you work with children you may be eligible for EXTRA MONEY!

Sonoma CARES is an incentive program that honors child care providers and preschool workers by providing **up to \$2,500 Stipends, Bonuses and Book Loans** for professional education and training.

For more information, please call us at (707) 524-2639 or 524-2658

¡No se lo pierda! Si usted cuida niños usted puede ser eligible para ganar DINERO EXTRA!

Sonoma CARES es un programa de incentivos que ayuda a los trabajadores del cuidado de niños, dándoles **hasta \$2,500**

en ayudas, bonificaciones y préstamo de libros para educación y el entrenamiento profesional

Para más información llame al (707) 524-2639 o (707) 524-2658

Sonoma CARES

Sonoma County Office of Education 5340 Skylane Blvd, Santa Rosa, CA 95403 Fax: (707) 524-2666 • **gmertle@scoe.org** **www.scoe.org/ccpc**

SERVICIOS • SERVICES

ANTONIA E. GARZA
707 542-1400

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

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

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

KRCB presents an important health special

Second Opinion will break from its series format to deliver a **one-hour special offering direct education about the H1N1 virus.** Hosted by Dr. Peter Salgo, the program will be a town hall meeting style format, with a panel of national experts who will address issues such as prevention, vaccinations, public health issues, resources, and local and national response.

A live studio audience as well as videotaped questions from around the country will provide viewer interaction with the panel.



Dr. Peter Salgo

Monday, November 2 at 11 am

and repeats Tuesday, November 17 at 11 am

Broadcast, Satellite & Cable Channel 22 800-287-2722



El Banco Local

TRASLADÉ SUS DEPÓSITOS CON LA GENTE BUENA.

¡PRÉSTAMOS LOCALES REALIZADOS EN 2008: ¡\$46 MILLONES!



Community First
CREDIT UNION

Santa Rosa Oeste
70A Stony Point Rd.

Santa Rosa Centro
501 College Ave.

707 / 546 - 6000
www.comfirstcu.org

Fundado por los profesores en 1961

Representamos asuntos de INMIGRACIÓN

All IMMIGRATION Matters

Law Offices of Kerosky & Associates

785 Market Street • 15th Floor • Suite 1500 • San Francisco

Con oficinas en cuatro ciudades del Norte de California

Santa Rosa • 707.433.2060

Sacramento • 916.349.2900

San José • 408.993.0233

San Francisco • 415.777.4445

Attorney Christopher Kerosky, **www.yourabogado.net**
SE HABLA ESPAÑOL



Christopher Kerosky



Wilson Purves

Golden Gate Larkspur Ferry Holiday Service



HOLIDAY	FERRY	BUS
VETERANS DAY Wednesday, November 11, 2009	Regular	Regular
THANKSGIVING DAY Thursday, November 26, 2009	NO SERVICE	Holiday
FRIDAY AFTER THANKSGIVING Friday, November 27, 2009	Larkspur – Expanded Holiday Sausalito – Holiday	Regular
CHRISTMAS DAY Friday, December 25, 2009	NO SERVICE	Holiday
NEW YEAR'S DAY Friday, January 1, 2010	NO SERVICE	Holiday

Horario de operación para día festivo expandido
VIERNES DESPUÉS DEL DÍA DE ACCIÓN DE GRACIAS
Viernes 27 de noviembre de 2009

Golden Gate Larkspur Ferry Expanded Holiday Schedule
DAY AFTER THANKSGIVING
Friday, November 27, 2009



Sale de/depart Larkspur	Llega a/arrive San Francisco	Sale de/depart San Francisco	Llega a/arrive Larkspur
4:51 am Bus departs	5:25 am (Financial District)	—	—
5:22 am Bus departs	5:58 am (Financial District)	—	—
7:10 am	7:40 am	7:45 am	8:15 am
8:20 am	8:50 am	9:10 am	9:45 am
9:40 am	10:30 am	—	—
10:20 am	11:05 am	11:20 am	12:05 pm
11:40 am	12:30 am	12:40 pm	1:30 pm
12:15 pm	1:05 pm	1:30 pm	2:20 pm
1:40 pm	2:30 pm	2:40 pm	3:30 pm
3:40 pm	4:30 pm	4:40 pm	5:25 pm
5:30 pm*	7:00 pm	7:15 pm	8:00 pm

*To San Francisco via Sausalito

Call toll free 511 TDD 711 & www.goldengate.org

Servicio de operación del Golden Gate Larkspur Ferry para esta próxima época de fiestas

DÍA FESTIVO	FERRY	BUS
DÍA DE LOS VETERANOS Miércoles 11 de noviembre de 2009	Servicio regular	Servicio regular
DÍA DE ACCIÓN DE GRACIAS Jueves 26 de noviembre de 2009	NO HAY SERVICIO	Servicio de día festivo
VIERNES DESPUÉS DE ACCIÓN DE GRACIAS Viernes 27 de noviembre de 2009	Larkspur: Servicio expandido de día festivo Sausalito: Día festivo	Servicio regular
DÍA DE NAVIDAD Viernes 25 de diciembre de 2009	NO HAY SERVICIO	Servicio de día festivo
DÍA DE AÑO NUEVO Viernes 1 de enero de 2010	NO HAY SERVICIO	Servicio de día festivo

Llame gratis al 511, para personas con discapacidades al 711 www.goldengate.org

FIANZAS ALCANCE

Fácil, Rápido y Siempre a su Alcance

707-569-9111

Para Salir de la Cárcel Inmediatamente Llámame con Confianza



Leonardo Ortega
Lic#1845043
Hablo Español
24 hrs.



As Life Changes, So Do Your Financial Needs

A medida que la vida cambia, también lo hacen sus necesidades financieras



Marisol Schowengerdt
Registered Representative
CA License #OG31503
120 Stony Point Rd., #120
Santa Rosa, CA 95401
mschowengerdt@metlife.com
www.sfbay.metlife.com



Comuníquese hoy mismo con Marisol/
Call Marisol today at/al (707) 545-8353 x105
Para los imprevistos en la vida */For the if in life.*





Yo soy más que una arteria bloqueada.

Si el hogar es donde está el corazón, entonces el segundo hogar de Doug es el Río Russian. Por eso cuando Doug tuvo un ataque al corazón, sabíamos que cada minuto aprovechado incrementaría sus posibilidades de que regresara a la vida al aire libre que él tanto ama. En el momento que la ambulancia llegó a nuestras puertas, nuestros doctores del área de emergencia y los especialistas del área cardiaca de nuestro Instituto Vascular y del Corazón "Norma and Evert Person" se dispusieron a trabajar para que el fluido sanguíneo de su corazón volviera a la normalidad, proporcionando el cuidado vital que el realmente necesitaba y lograr sobrevivir en un tiempo que supera a los estándares nacionales por más de una hora. En un tiempo que no sólo salvó la vida de Doug, sino que también permitió a sus seres queridos continuar con su vida normalmente.

I am more than a blocked artery.

If home is where the heart is, Doug's second home is the Russian River. So when Doug's heart attack struck, we knew that every minute saved would improve his chances of getting back to the outdoor life he loves. The moment his ambulance arrived at our doors, our emergency physicians and cardiac specialists from our Norma and Evert Person Heart & Vascular Institute set to work to return blood flow to his heart, providing the vital care he needed to survive in a time that beat the national standard by more than an hour. A time that not only saved Doug's life, but also preserved the lifestyle he loves.

The Heart & Vascular Institute
at Santa Rosa Memorial Hospital
Your health. Your future. Our passion.



HeartCare.StJosephHealth.org

¡Oferta por tiempo limitado!

\$30 al mes.

Llamadas nacionales ilimitadas. Mensajes de texto nacionales e internacionales ilimitados.

Sin cargo de activación, nunca firmas un contrato, y el primer mes es gratis.



presenta y recibe

GRATIS

activación | 1 mes de servicio

Presenta en el momento de compra. Se requiere la compra de un teléfono nuevo con activación nueva. Oferta expira 12/2/09.



7942

metroPCS.
No te limites.IN COLLABORATION WITH
Alcatel-Lucent 888.8metro8
www.metropcs.com

Distribuidores Autorizados de MetroPCS

Clearlake
RealPCS
14913 Lakeshore Dr. Ste. A
707-994-9700**Eureka**
RealPCS
3300 Broadway St.
(inside Bayshore Mall)
707-442-2700**Healdsburg**
Joyeria Reyes
1375 Healdsburg Ave.
707-473-0531**Lakeport**
RealPCS
1206 S. Main St.
707-263-4500**Napa**
RH Wireless
1137 Lincoln Ave.
707-253-8384**Unlimited Electronics**
1643 W. Imola Ave.
707-254-9400**Petaluma**
MetroCell
231-E N. McDowell Blvd.
707-762-8882**RealPCS**
1410 McDowell Ste. C
707-766-7006**Santa Rosa**
Joyeria Reyes
3080 Marlow Rd. Ste. A-3
(Rosewood Village Shopping Center)
707-544-1297**MetroCell**
555 Sebastopol Rd.
707-579-8002**MetroCell**
750 Stony Point Rd. Ste. 152A
707-566-8188**RealPCS**
1025 Santa Rosa Plaza
707-578-7818**RealPCS**
359 Coddington Center
707-578-7505**RealPCS**
938 W. College Ave.
707-570-2344**Sonoma**
Castellanos Jewelry
18901 Sonoma Hwy.
707-935-8583**Ukiah**
RealPCS
812 N. State St.
707-462-6425**Vallejo**
Unlimited Electronics
1601 Marine World Pkwy.
Ste. 110
707-644-4514**Unlimited Electronics**
2801 Redwood Pkwy.
707-556-9800**Unlimited Electronics**
410 Georgia St.
707-642-6820**Windsor**
Metro More 4 Less
9025 Old Redwood Hwy. Ste. D
707-836-7776

Servicio ofrecido por mes solamente. Este plan de tarifa de \$30 se ofrece por un tiempo limitado solamente y no está disponible con el plan de descuentos para familias de MetroPCS. Oferta válida sólo para activaciones nuevas con la compra de un teléfono elegible. Ciertas restricciones aplican. Visita metropcs.com o una tienda MetroPCS para obtener información sobre los teléfonos elegibles, los términos y condiciones específicos del servicio, el área de cobertura local, las funciones de los teléfonos y cualquier restricción. Larga distancia nacional sólo disponible en los Estados Unidos continentales y Puerto Rico. Las tarifas, servicios y características están sujetos a cambios. No incluye impuestos ni cargos. Pueden aplicarse cargos adicionales en las áreas TravelTalk. Mientras te encuentres en tu área de cobertura local de MetroPCS, marca *228, opción 2, para actualizar las capacidades para viaje de tu teléfono. Es posible ir a situación de TravelTalk mientras estés en área de cobertura de MetroPCS si la señal está débil en esa área. Si necesitas realizar una llamada mientras te encuentras fuera de las áreas de cobertura local, local extendida o extendida TravelTalk de MetroPCS, deberás proporcionar un número de tarjeta de crédito para completar la llamada. La llamada puede completarse a través de la red American Roaming Network. Algunos servicios no están disponibles en las áreas locales extendidas y de TravelTalk. Los mensajes de texto sólo pueden enviarse desde las áreas de cobertura MetroPCS o de las áreas de roaming compatibles. Las llamadas internacionales ilimitadas se limitan a países, destinos, tecnologías y proveedores selectos. Los países, destinos, tecnologías y proveedores específicos para las llamadas internacionales ilimitadas, así como los términos y condiciones del servicio internacional, están sujetos a cambio sin previo aviso. Las llamadas internacionales ilimitadas no están disponibles con ciertos planes de tarifas. Algunos teléfonos tienen una longitud máxima de mensajes de 160 caracteres. Debido a variables imprevisibles, como restricciones en el proveedor de cuenta o servicio del destinatario, actos u omisiones de los proveedores de servicio de conexión o del destinatario, la funcionalidad del teléfono del destinatario, su ubicación, la ubicación del destinatario o demoras en la plataforma SMS, no hay garantía en cuanto a la entrega de los mensajes. No se le notificarán los mensajes no enviados. Al enviar un mensaje de texto internacional, el teléfono del destinatario debe tener la capacidad de mostrar caracteres del alfabeto romano (latín) para poder recibir el mensaje con éxito.

7942_LV

**HO, HO, HO, HONDAS!****En esta Navidad, automóviles y premios en efectivo**

Todos los miércoles del 18 de noviembre al 23 de diciembre



RIVER ROCK CASINO

www.riverrockcasino.com 707.857.2777 - 877.883.7777 Carretera 101 N hasta la salida Geyserville. Derecha sobre la Carretera 128 E