

La Voz

Cultura y noticias hispanas del Valle de Hudson

La Voz
en Festival
de **Beacon**

Sueño americano
Mojado pero no
ahogado

Honduras y
las consecuencias
económicas del golpe

Free!

TÓMESE UN TE
CON LA VOZ

**“Cometí muchos
errores”**
El testimonio de un
deportado

*Por qué
necesita seguro
de automóvil*

**¿El matrimonio
es como el
demonio?**

**Juegos, cuento,
suplemento
educativo, guía
de recursos
¡y más!**

La Voz



1. Editorial

Cada granito cuenta

Por Mariel Fiori

2. Opinión

Libertad de expresión y vigilancia en la era digital

Por Amy Goodman

3. Actualidad

Honduras y las consecuencias económicas del golpe

Por Emily Schmall

4. Sueño americano

Mojado pero no ahogado

Por Genaro Marin Villareal

7. Actualidad

Su opinión cuenta II

La Voz en el Festival Latinoamericano de Beacon

Por Jasmine Araujo

8. Entrevista

“Cometí muchos errores”

El testimonio de un deportado

Por Mariel Fiori

10. Cuento

Max Robinson se da cuenta de que es súper héroe

Por Robinson David Martínez

12. Vida saludable

Programas Gratuitos en el Condado de Dutchess

Por Krista Adams

13. Un día de furia

¿El matrimonio es como el demonio?

Por Jorge Morales

Recursos

La TV en vivo se trasladó a la Web

Por ConCiencia News

14. Columna legal

Por qué necesita seguro de automóvil

Por Débora Suby

¿Puede obtener un Perdón?

Por Eduardo Juárez

15. Juegos

El rincón del KenKén

Por Japheth Wood

16. Guía de recursos

18. Suplemento educativo

Taking a driving test./ Tomando un examen de conducir.

PART II: Driving./ Manejando.

Por Kate Grim-Feinberg

AGRADECIMIENTOS

La Voz agradece las generosas contribuciones de:

Grupo Santander
Bard College*
Episcopal Church Mid-Hudson
Executive Committee
Northeast Dutchess Fund/BTCF
Dutchess County Arts Council
Ulster Savings Bank

*Presidente Leon Botstein, TLS, LAIS,
Dean of Students,
Office of Multicultural Affairs,
LL Division, MLP y LASO

Sin su apoyo, La Voz no sería posible.

LA VOZ

Fundada en 2004

por Mariel Fiori y Emily Schmall

Bard College, PO Box 5000

Annandale-on-Hudson, NY 12504

Fax (845) 758-7018

Tel. (845) 758-6822 ext. 3759

STAFF

Directora

Mariel Fiori

Asistente General

Jasmine Araujo

Redactores

Jasmine Araujo

Amy Goodman

Eduardo Juárez

Robinson David Martínez

Genaro Marin Villareal

Emily Schmall

Débora Suby

Japheth Wood

Colaboradores

Krista Adams

Jorge Morales

Kate Grim-Feinberg

Fotos e Ilustración

Steven Alday, tapa y 7

Jasmine Araujo, 7

Mariel Fiori, 8, 9

Pilar Roca Requena, 11

Diseño y diagramación

Pilar Roca Requena

Visite la página de La Voz:

<http://lavoze.bard.edu>

Esperamos recibir sus comentarios,
sugerencias y colaboraciones en:
escribalavoz@yahoo.com

La Voz es una publicación independiente sin fines de lucro que depende de su ayuda para seguir existiendo. Su contribución, por pequeña que sea, nos ayuda mucho y lo reconoceremos. Envíe sus donaciones o escribanos para mayor información: escribalavoz@yahoo.com

EDITORIAL

Cada granito cuenta

Muchas veces se dice que una experiencia fuerte, quizás traumática, deja una huella tan grande en la persona que una ya no es la misma. Pero no ser el mismo, o la misma, implica también no hacer las mismas cosas, sino empezar algo nuevo, y ver la vida con nuevos ojos. ¿A qué me refiero?

Así por ejemplo le pasó a Humberto Rodríguez Maya, soldador mexicano, residente de Poughkeepsie que hace poco más de un año supo que padecía de cáncer de riñón, pulmón y próstata. Tan tremenda noticia lo puso a Humberto en la lucha por su vida y cuando dejaba atrás los costosos tratamientos médicos descubrió lo que él llama “mi mejor terapia”. Humberto Rodríguez encontró la radio, o la radio lo encontró a él.

Primero llegó para ser entrevistado en un programa sobre temas de salud. Hablar y conversar en el aire radiofónico es algo que a muchas personas pone nerviosas, no a Humberto. Para él, la posibilidad de transmitir información útil para las comunidades hispanas, al igual que música en español para una audiencia hambrienta de las dos, es terapéutico. Y por eso, desde hace meses que ha conseguido, no sin esfuerzo, tener su propio programa de radio en WHVW, que comparte con Damián Escobar, de lunes a viernes de 8 a 9 de la noche, y domingos de 6 a 9 de la noche, por AM 950. Participé en el mes de julio de una hora de su programa, Noche Latina, y entre temas musicales Humberto me compartió la historia que acabo de contar. (También me dio permiso para repetirla).

Muchas personas escuchan su programa, como lo demostraron la cantidad de llamadas telefónicas, pero pocas se animan a tomar un camino como el de Humberto. Y no me refiero a empezar un programa de radio. Claro que no. Hablo de la gran oportunidad que

es salir del caparazón que es la familia, el trabajo y todo lo rutinario y conocido y hacer algo bueno por la comunidad —para embellecerla, para enriquecerla, para mejorarla de muchas maneras posibles. Y ocasiones no faltan.

Así hay grupos locales como Somos la Llave del Futuro, una organización sin fines de lucro, en la que sus miembros de manera voluntaria trabajan para “construir líderes en las comunidades inmigrantes del Valle del Hudson y las Catskills”. Desde septiembre del año pasado empezaron con el programa Somos Salud, que consiste en entrenar a promotores de salud, es decir vecinos del área elegida para que aprendan sobre todos los recursos de salud disponibles para hispanos, con o sin documentos, desde cómo tomar la presión arterial hasta dónde recurrir para métodos anticonceptivos. La idea es que estos promotores, 18 en total hasta la fecha en el norte del condado de Dutchess, puedan luego transmitir estos conocimientos a las familias vecinas de las áreas rurales, alcanzado así, por el poder de la multiplicación, a más de 350 personas. Cada granito de arena cuenta, ¿no?

Un programa similar está a punto de empezar para el Condado de Sullivan, donde la coordinadora primero reclutará y luego organizará reuniones mensuales con los futuros promotores de salud, la mayoría inmigrantes motivados por mejorar sus comunidades y dispuestos a donar su tiempo para aprender y enseñar. ¡Y no se necesita mucho dinero para empezar algo!

Las páginas de La Voz son una muestra también de la generosidad (y valentía) de nuestros contribuidores por llevar un pedacito de cultura y noticias hispanas a nuestros lectores. ¡Gracias a todos por su gran apoyo! Y los que deseen contribuir, recuerden que nuestro correo electrónico es escribalavoz@yahoo.com



Mariel Fiori, Directora

¡Hasta la próxima! ■

Libertad de expresión y vigilancia en la era digital

Por Amy Goodman

opinión

Las herramientas de comunicación masiva son del tamaño de un bolsillo. Los teléfonos celulares pueden filmar y enviar videos a Internet mediante conexión inalámbrica. La gente puede enviar relatos de testigos, fotos y videos con sólo pulsar unas teclas, a miles y hasta millones de personas mediante sitios de redes sociales. A medida que se desarrollaron estas tecnologías, también se desarrolló la capacidad de vigilarlas, filtrarlas, censurarlas y bloquearlas.

Un informe del Wall Street Journal indicó que “El régimen iraní ha desarrollado, con la ayuda de empresas de telecomunicaciones europeas, uno de los mecanismos más sofisticados de control y censura de Internet del mundo, que le permite examinar el contenido de comunicaciones electrónicas individuales a escala masiva”. El artículo menciona a Nokia Siemens Networks como el proveedor de equipamiento capaz de realizar la “inspección exhaustiva de paquetes de datos” (DPI, según sus siglas en inglés).

Nokia Siemens negó la afirmación en un comunicado de prensa, diciendo que la empresa “proporcionó a Irán la tecnología para la Intercepción Legal únicamente para monitorear llamadas telefónicas locales”.

COMO CITA: Es justamente la cuestión de qué es legal, la que debe abordarse.

“Intercepción legal” significa que la gente puede ser vigilada, ubicada y censurada. Es preciso que se adopten normas mundiales que protejan la libertad de comunicarse y discrepar.

China tiene un sistema muy sofisticado de vigilancia y censura en Internet, conocido como “la Gran Muralla de Fuego China”, que atrajo mucha atención antes de los Juegos Olímpicos de 2008.

Un documento filtrado en una audiencia de derechos humanos

del Senado de Estados Unidos implicó a Cisco, fabricante de routers de Internet con sede en California,

en la comercialización de tecnología al gobierno chino, para adaptarse a las metas de vigilancia y censura. El gobierno chino ahora exige que todas las computadoras vendidas después del 1º de julio de 2009 incluyan el software denominado “Green Dam” (Represa Verde).

Josh Silver, Director Ejecutivo de Free Press, dice que las acciones de Irán y China deberían alertarnos sobre cuestiones de vigilancia interna en Estados Unidos.

“Esta tecnología que monitorea todo lo que circula a través de Internet es algo que funciona, está disponible, y no hay legislación en Estados Unidos que impida que el gobierno estadounidense la utilice. Es de público conocimiento que la Agencia de Seguridad Nacional (NSA), durante el gobierno de Bush, le solicitó a las principales empresas proveedoras de Internet, en particular AT&T y Verizon, que usaran componentes tecnológicos fabricados por algunas de estas empresas, como Cisco, que harían lo que acabo de describir, que escucharían para vigilar el contenido que circulaba en Internet y en las líneas telefónicas en todo el país”, me dijo Silver. Este equipamiento fue la columna vertebral del programa de “escuchas telefónicas sin orden judicial”.

Thomas Tamm fue el abogado del Departamento de Justicia que denunció el programa. En 2004, llamó al diario New York Times desde un teléfono público del subte y le contó al periodista Eric Lichtblau sobre la existencia de un programa secreto de vigilancia a nivel nacional. En 2007, el FBI allanó su casa y confiscó tres computadoras y archivos personales. Aún afronta un posible procesamiento. Tamm me dijo: “Apenas cuando empezamos a enterarnos de cuántas

personas fueron torturadas a nombre nuestro, también nos enteramos sobre el alcance de las escuchas telefónicas. Lamentablemente, debo decir que no me sorprende, porque el gobierno no estaba cumpliendo la ley cuando hablé con el New York Times y, aparentemente, no la están cumpliendo ahora tampoco”.

El programa de escuchas telefónicas sin orden judicial fue considerado ilegal por una amplia mayoría. Luego de haber cambiado abruptamente de posición en la mitad de su campaña, el entonces senador Barack Obama votó junto con la mayoría del Congreso para otorgar a las empresas de telecomunicaciones, como AT&T y Verizon, inmunidad retroactiva de ser procesadas. El New York Times recientemente informó que la NSA tiene una base de datos llamada Pinwale, con millones de correos electrónicos interceptados, incluso algunos del ex Presidente Bill Clinton.

Los disidentes en Irán y China permanecen firmes a pesar de la represión, que es posibilitada, en parte, por los equipos de empresas estadounidenses y europeas. En Estados Unidos, el gobierno de Obama va por un camino peligroso en los programas de espionaje de la era Bush, que deberían ser suspendidos y puestos a consideración de la justicia, en lugar de ser ampliados y defendidos. ■

*Traducción de Mercedes Camps y Democracy Now! en español.

Amy Goodman es la presentadora de Democracy Now!, un noticiero internacional diario de una hora que se emite en más de 550 emisoras de radio y televisión en inglés y en 200 emisoras en español.

www.democracynow.org/es



Honduras y las consecuencias económicas del golpe *Por Emily Schmall*

En medio de la noche del 28 de junio, el presidente de Honduras Manuel Zelaya era despertado por soldados, y conducido a punta de rifle a un aeroplano que lo llevaría—todavía en pijamas—a Costa Rica.

Zelaya había cometido tres pecados graves a los ojos de la oposición: aceptó \$105 millones de petróleo subsidiado por el presidente venezolano Hugo Chávez; incorporó a Honduras en Alternativa Bolivariana por las Américas; y quería impulsar a través de un referéndum constitucional la extensión al límite del mandato presidencial.

El golpe militar y la instalación subsiguiente de un gobierno provisional dirigido por Roberto Micheletti, el presidente del congreso nacional, se ha convertido en la mayor crisis política en Honduras desde que el país fuera la cede de la puesta en escena para la guerra de los Contra en Nicaragua. Los beneficios económicos obtenidos durante más de dos décadas podrían ser borrados por la agobiante recesión mundial y la suspensión de la ayuda tras el golpe de estado.

Una de las naciones de América Latina más pobres, con ingresos por cápita de \$1.717 dólares por año, Honduras vio su economía retractarse un 2,2 por ciento en los cuatro primeros meses de 2009. El país financia directamente casi el 20 por ciento de su presupuesto con donaciones y crédito extranjeros.

El país de aproximadamente ocho millones de personas vive de las exportaciones de plátanos, camarón, café, ropa y las remesas enviadas por uno de cada ocho hondureños que viven en el extranjero.

Las exportaciones bajaron 15 por ciento en el primer trimestre ya que la demanda de los Estados Unidos—el mayor socio comercial— se debilitó.

El golpe de estado incruento atrajo el

desprecio inmediato de las instituciones globales, incluyendo el Banco Mundial y la Organización de Estados Americanos. Los EEUU apoyan el regreso del presidente, cuyo término presidencial estaba cerca, con alguna vacilación, haciendo de Venezuela a un aliado inverosímil.

Predicciones pesimistas

Pero el martes después del golpe, el presidente del Banco Mundial y el Banco de Inter Desarrollo habían suspendido \$470 millones en pagos a Honduras. El presidente Obama suspendió la ayuda militar estadounidense a las fuerzas armadas hondureñas. El comercio fue suspendido por dos días y la agencia de calificación S&P señaló que podría rebajar la calificación soberana de Honduras. La calificación soberana es la forma en que la deuda del país es calificada de acuerdo a la posibilidad de repago de la deuda. La calificación de la deuda a otro nivel implica que la capacidad y el costo que el país incurrirá para pedir prestado dinero para infraestructura u otros proyectos federales serán mayores.

En abril el banco central de Honduras predijo que la economía crecería entre un 2 por ciento y 3 por ciento este año—más que el promedio global—y entre el 2.5 por ciento y 3.5 por ciento en 2010. La economía creció 4 por ciento en 2008. Ahora, el Fondo Internacional Monetario dice que el producto bruto interno, PBI, disminuirá en 2 por ciento.

Cynthia Arnson, directora de programas del Centro Internacional para académicos Woodrow Wilson, dijo en una audiencia ante el Congreso a fines de junio que la inestabilidad política en Honduras fue el



resultado del “fracaso del crecimiento económico hondureño y una inserción mayor en la economía internacional para superar la pobreza e inequidad endémica del país”.

El acuerdo de 2006 de libre comercio entre Centroamérica y los Estados Unidos, que se espera impulsará el comercio y destinará millones de dólares en la inversión extranjera en Honduras y otros cinco países de la región, aún tiene que dar sus frutos. Mientras los capitales financieros del mundo son retenidos, el gobierno provisional se niega a echarse atrás.

La economía hondureña oscilará hasta que se logre alcanzar una solución política y hasta que la recesión mundial haya disminuido lo suficiente como para permitir que los hondureños que viven fuera del país envíen más de sus ingresos a sus hogares en Honduras. ■

“Los beneficios económicos obtenidos durante más de dos décadas podrían ser borrados por la agobiante recesión mundial y la suspensión de la ayuda tras el golpe de estado.”



Este era un niño de los muchos que no tienen padre pero que, gracias a Dios, tienen abuelos. Se llamaba José pero todos le decían Cheito, un niño curioso y preguntón; su abuela cuidaba tanto a él como a su hermanito pues la madre trabajaba como cocinera en la escuela secundaria del pueblo. Cheito había notado que cuando el cielo estaba claro, un pequeño objeto de aluminio se veía cruzando con chorros de humo que le seguían a gran velocidad. ¿Qué es eso Abuela? preguntó y ella pacientemente le explicó que era un avión del cual salían los chorros de humo y que el aparato casi no se veía porque se desplazaba más alto que las águilas y todos los pájaros. El niño se deleitaba mirando para el cielo día tras día, esperando e imaginándose cuán excitante sería volar y ver lugares y cielos lejanos.

sueño americano

Tiempo después el viaje llegó a ser realidad pero en circunstancias nunca anticipadas. En su último año de escuela secundaria, Cheito llegó a ser líder estudiantil y se envolvió en demostraciones públicas denunciando la explotación a las naciones subdesarrolladas del continente; tuvo profundo interés en conocer la historia de la patria y la eterna presencia de negociantes y oficiales extranjeros con aparente influencia y decisión en el destino de la nación. Le

motivaba estudiar esos asuntos a pesar de que sus limitaciones no le permitían comprar libros importantes ni completar estudios universitarios para zafarse de la asumida mediocridad que limita a la gente del 'tercer mundo'. Muchas veces se amaneció en tertulias con compañeros de estudio buscando entender por qué muchas personas tienen éxito y otras siguen arrastrados y sin esperanzas de un mejor pan sobre la mesa, o mejores trabajos ya sea en el país o en otras tierras.

No estaba interesado en política en gran manera, pero entendía que la política es un mal necesario y que

sino que muchos líderes se cultivan y algunos son merecedores de ser elegidos a funciones de poder mediante el voto popular. De antemano sabía que no tenía los medios ni las conexiones para llegar a lograr los sueños de superación que le ardían en el alma a través de un puesto público. COMO CITA: Pero en su ser seguía latiendo el deseo de superarse y llegar a algo transformador, algo así como se lee en biografías de personas que logran marcado éxito, o como se ve en la películas. Pensó que ni el éxito ni el fracaso son accidentales, que nada viene sin una causa; vivía consumido con la idea de que hay que seguir caminando en busca de 'la tierra prometida', como hicieron los esclavos liberados del Egipto pre-cristiano. Iré donde haya mejor pan, cueste lo que cueste, se prometió una vez más.

El Coyote

Una noche de sábado conoció a un hombre en una cantina, más parecía un títere que alguien confiable pero el tipo hablaba como un conocedor del mundo, y hasta cargaba un álbum con fotos de puentes grandes, torres impresionantes, ciudades lindas y lugares que parecían un paraíso. La gente llamaba "El Coyote" a este hombre raro. Cheito lo invitó a un café para preguntarle cómo

MOJADO

se llegaba a los Estados Unidos; él ya había averiguado que para lograr una visa hay que tener un trabajo fijo, una cuenta de banco, y por supuesto, la plata para sobrevivir mientras se logra algo remunerado. Cheito no había tenido un trabajo que valiera la pena por mucho tiempo y mucho menos una cuenta de banco, así que estaba frito, punto. El coyote era un manipulador con experiencia y le dijo que él sabía

como entrar al 'Norte' tan fácilmente como tomarse un vaso de agua. Cheito no le creyó mucho pero la posibilidad de encontrar un camino para salir de la pobreza le llamó la atención, por eso intercambiaron teléfonos. El Coyote andaba buscando su próximo cliente.

—Te puedo ayudar, Cheito y vas a salir de lo lindo, amigo.

—Bueno, dime lo que tengo que hacer.

—Hablando de hombre a hombre, te diré que si estás dispuesto de verdad, te ayudo. Mis socios exigen diez mil dólares, cinco cuando salimos y cinco por el camino, antes de completar el viaje. Así que dime lo que vas a hacer.

—¿Diez mil manducos? ¿Estás bromeando? ¡Diablo! ... esa es mucha plata para mí.

—Yo no bromeo, o estás conmigo o cuelgo el teléfono y 'sayonara' papito...

—Mira, yo no tengo de donde sacar esa plata; así que dejemos el asunto.

El coyote sabía que Cheito había mordido la carnada y que quería ganar dinero. Lo llamo un día después.

—Hola, Cheito, ¿cómo van las cosas? Sé que tú quieres un cambio, no me lo tienes que decir. Mira, tú me caes bien y quiero ayudarte, te lo juro... Te pongo en el Norte por cinco mil, y eso yo no lo hago con nadie, te lo juro, pero, como te dije, tú me caes bien.

pero no ahogado

Por Genaro Marin Villareal



—Lo he pensado mucho y quiero hacerlo pero no tengo ni trabajo, ni ahorros, ni prendas, ni nada, estoy quebrado.

—Ah, no me digas; estoy seguro que tienes familia y amigos que te quieren ayudar. ¿Has pensado en eso?

—Seguro que lo he pensado, pero estoy pelado, bien pelado.

—Bueno, como te dije, yo te he ayudado mucho ya; te lo rebajo a cinco mil. Me estoy metiendo en problemas con mis socios y esos no juegan, así que decide y que sea pronto. Voy a un viaje lejos y te llamaré cuando regrese, seguramente ya tendrás la plata ¡y pal' norte se dijo! Cheito colgó pensativo y amargado por no tener dinero.

—Abuela, dame tu bendición. Siento que me tengo que ir, quiero ver como salimos adelante. Mami me dice que no puede, que no tiene de dónde, empeñó las prendas y sólo le dieron cien balboas. Tengo que conseguir cinco mil dólares aunque que me muera; me atrevería hasta vender el alma...

—Mi hijo no hables así; yo lo he sacrificado todo por ustedes, pero cuando no hay, no hay. Hay que conformarse con lo que Dios nos da.

—Pero Abuela, es Dios quien me ha dado el deseo de viajar para que todos podamos

salir de este atolladero. Ayúdeme Abuela, se lo suplico, todo el mundo la conoce y la respeta... Sé que usted puede.

El viaje

Todos estaban tristes y preocupados. ¿Y si Cheito no regresa? ¿Y si le pasa algo por allá, y —Dios no quiera— lo matan o se muere en el camino por los montes y desiertos, como dicen que les ha pasado a muchos que llegan hasta México y cruzan la frontera pero luego se pierden por los desiertos y mueren de sed o porque los maleantes les roban la plata y los dejan a morir sin agua y comida?

Esa noche El Coyote volvió a llamarle.

—Tu eres chévere, Cheito. Entiéndelo, créeme, ¡toto va a salir! Yo sé que puedo creer e invertir mi tiempo en ti. Y mis cinco mil de rebaja cuentan, no te olvides. Es fácil, para el viaje sólo debes llevar lo mínimo porque tienes que cargarlo todo tal vez por semanas; una maleta pequeña o una de esas bolsas de deportes es mejor. El viaje se acercaba cada día, todos estaban preocupados y tristes. ¡Que sea lo que sea! ¡Lo que Dios quiera! Lagrimas corrían, las oraciones no paraban.

Lunes a las 2 AM. Madre y abuela le dieron la bendición. Cheito se montó en un camión 4x4 chiquito; El Coyote y otro hombre están a cargo. Conversaciones

cortas. Silencio. Miedo. Viajaron a lo largo de la Carretera Interamericana, rumbo a Costa Rica. Pararon sólo una vez a tomar un café y Cheito compartió una tortilla que le había preparado Abuela, sacó la cartera y le pasó la mano con cariño a la foto de su madre y hermanito. Anduvieron hasta cuando Coyote se desvió de la carretera

y todos se bajaron del carro.

Caminaron alejándose un poco y luego habló El Coyote, dirigiéndose al nervioso viajante.

—Ahora tú y yo vamos a seguir a pie hasta llegar a un pueblo, todo va a salir bien, no temas.

El chofer se regresó al Jeep y Cheito siguió al hombre y tomaron otro desvío, cruzaron una finca de naranjas y otra con grandes tallos con racimos de bananas, cruzaron un río no muy hondo y mucha maleza, espinas, avispas y hasta garrapatas.

>>>Continúa en la página siguiente>>>

La Voz

busca escritores y

artistas

escribalavoz@

yahoo.com

sueño americano



(viene de la página anterior)

sueño americano

Llegaron a una plaza y El Coyote le dijo que se portara natural, tranquilo. Al rato se les acercó un hombre y El Coyote pretendió no conocerle, se saludaron y el extraño le dijo a Cheito que lo siguiera.

En otro carro, el extraño le exigió más dinero. Cheito tuvo que virarse los bolsillos al revés para que el hombre le creyera que sólo tenía veinticinco dólares. Y el hombre se los arrancó de la mano con aire de disgusto

y empezaron de nuevo a cubrir distancia. Después de largas horas pararon en un lugar bajo un mango frondoso. Luego el hombre le dijo, ‘Espérame aquí’. Cheito esperó hasta la noche y el hombre nunca regresó y nadie se identificó como el siguiente guía. Entendió que lo habían abandonado. Durmió acurrucado bajo el palo de mango, oyendo perros y gallos a la distancia y un frío que le calaba hasta el tuétano de todos los huesos. Lloró de tristeza y soledad. Volvió a orar al Señor, esta vez con angustia y suplica. ‘Dios mío, no me abandones! ¡Tengo que llegar al Norte!...’

¡Tengo que llegar al Norte!

Sin saber siquiera en qué país se encontraba, con hambre, ropa sucia y sin plata tenía suficiente motivación para hablarle a quien fuese, no para mendigar pues eso no podía hacer, pero podía ofrecer sus brazos, su cerebro, y su sudor. Trabajó limpiando letrinas en pizzerías, cambiando sábanas en hoteles de mala muerte, ayudando a quien veía

con necesidad y tratando de sobrevivir a toda costa. Perdió el miedo a la realidad descuartizada que le saludaba cada día. Mandó una carta a su madre y otra a su abuela a la dirección que atesoraba desde su infancia en Santiago de Veraguas. Pero sabía que si recibían la carta no podrían contestarle pues ahora no tenían ninguna dirección para él. Así deben sentirse los verdaderos huérfanos, pensó al secarse las lágrimas y pasarse las manos por el pelo mientras se acordaba de un profesor que le había ayudado mucho cuando empezó a estudiar en la Escuela Normal de Santiago, y quien siempre lo saludaba con entusiasmo al darle una palmoteada, diciendo ‘Eche pa’lante y no se raje!’ Sonrió por un instante y se dijo, ‘Hoy Dios me ayudará a conseguir trabajo para seguir mi viaje’. No fue fácil; lo peor le esperaba, pero también una sorpresa y nuevos caminos.

Un Pastor bilingüe de mediana edad iba a dar su primer sermón en la Iglesia Presbiteriana de la comunidad angloparlante. En las gradas de la entrada se encontraba un joven maltratado por la vida, con la cara hundida en sus manos y los codos anclados en las rodillas.

El Pastor abrió los portones pero el cabizbundo joven ni se inmutó, estaba tan cansado que se había dormido sentado. El Pastor se le acercó y le habló:

—Buenos días, hermano...

—Ah...Buenos días, señor. Perdone que esté aquí, no sé ni donde estoy...

—Estás en el lugar de Dios, bienvenido a Nueva York y a esta iglesia.

Le invitó a entrar y se dirigieron a la cocina en la planta baja y en donde había el grato olor a café recién colado y aroma de pan recién sacado del horno. El pastor lo presentó a tres personas en la cocina y se excusó pues debía prepararse para el servicio religioso. Después de unos minutos regresó a buscarlo y por primera vez tuvo la oportunidad de oír su nombre claramente, José Molina, en vez de su

apodo, Cheito.

El pastor notó que José tenía la apariencia de un ser quebrantado e indefenso y le pidió que lo esperara hasta terminar de despedir los poquitos fieles que habían asistido ese domingo. Luego se sentaron a conversar sin tener la tortura de no saber inglés. Cheito no tardó en volcar su angustia y el terrible sentido de culpabilidad por haber metido a su familia en una deuda enorme y el peligro de que si no pagaba pronto la abuela perdería la casa y la propiedad. Estaba ahora frente a frente a la vida y por dentro sentía temor pero también un profundo agradecimiento a Dios. La fe a veces es un hilito débil pero no se rompe. Volvieron las palabras alentadoras de su maestro de antaño, “Eche pa’lante, no se raje!”. El Pastor le llevó a una esquina en donde había otros latinos esperando que algún patrón pasara buscando jornaleros a los cuales pagarles miserias. Empezó desde abajo hasta que alguien lo llevó a un trabajo en donde también le darían clases de inglés y de computación. Eche pa’lante! ■

** El Doctor Genaro Marín Villarreal es oriundo de Marticito, Santiago de Veraguas, Panamá, y egresado de la Escuela Normal JD Arosemena. Obtuvo doctorado en sicología en Southern Illinois University, sirvió como catedrático en City University of New York, Universidad Interamericana de Puerto Rico, Dubuque University, y ahora trabaja para Clemson University con familias inmigrantes en Carlina del Sur, Estados Unidos. www.genaromarin.com*

Su opinión cuenta II

La Voz en el Festival Latinoamericano de Beacon

Por Jasmine Araujo

Mientras algunos, como Ivy Quintero, co-propietario de Water Café en Kingston, terminaban de configurar su restaurante stand con empanadas, carne frita y chicharrones, la multitud de emocionados invitados empezaba a establecerse con sus picnics frente al escénico río, impacientes por disfrutar del festival de ocho horas de duración.

El Presidente y director de R & M Productions de Poughkeepsie, Eddie Ramírez, organizó el evento y lo ha estado haciendo desde que lo iniciara él mismo en 1996.

El festival presentó varios grupos latinos que,

con sus músicas, enriquecieron la atmósfera animada de los hispanos presente, como el Conjunto Imagen, Toby Rivera y su Orquesta y Soñando. Los presentes bailaron al picante ritmo de la música.

Los excursionistas, junto con familias y amigos, disfrutaron del día a pesar del calor. Los niños también disfrutaron de los talleres de pintado de cara, juegos inflables y los tatuajes con Henna. Este evento cultural logró atraer a personas de todos los orígenes y edades.

Treinta puestos, incluyendo a La Voz, el Departamento del Censo de los Estados

El domingo 12 de julio, junto con cientos de hispanos, La Voz estuvo presente en el 14° Festival Anual Latinoamericano de Beacon en el parque frente al Río Hudson.

Unidos, y la Recolección de donaciones de sangre, distribuyeron una variedad de información útil, comercial, recuerdos hispanos, y comida auténtica.

El puesto de La Voz fue el encanto de muchos. Multitudes se congregaron a nuestra carpa de sombra. Algunos disfrutaron de nuestro té de hierbas, mientras se pararon para hablar con nosotros sobre el mundo latino de hoy. Las revistas se acabaron rápidamente, demostrando el éxito del día. Y una vez más, nuestros visitantes tuvieron la oportunidad de ofrecer sus valiosos comentarios.

actualidad

"Me gusta que estemos unidos y esta revista nos habla de los hispanos y nos une. Gracias"
Laura Montalban, Beacon

"¡Los donantes de sangre salvan vidas! Una donación puede ayudar a tres personas. Llamen al Centro de Sangre de Nueva York al 1800 933 2566"
Dorian Walsh

"Queremos dar a la comunidad información sobre la importancia de tener seguro de vida para que estén preparados para el día que lo vayan a necesitar"
Susan Ferrante'Galvoa, New York Life Insurance



"Hay una organización de caridad fantástica llamada The Fresh Air Fund que tiene 5 campamentos en Fishkill, NY, que atiende a los hispanos desfavorecidos de la ciudad de Nueva York. ¡Y más hispanos deberían venire a Europa!"
Charlotte Davey, Reino Unido

"Paz para el mundo entero y nunca se olviden de sus raíces".
Nathalie Ocasio, Newburgh



"Un poco de cariño de Vassar College a los estudiantes de Bard College. ¡Sigán con el buen trabajo!"
Kathy, Vassar College

"Gracias por darnos la oportunidad de tener un espacio de opinión para los hispanos".
Lourdes C, Beacon



"Sería muy bueno que La Voz esté en Facebook o en Twitter".
David, Newburgh

"La conciencia de la diversidad en el Valle del Hudson se promueve a través de publicaciones como La Voz y de eventos culturales como los festivales de verano de Beacon, Kingston y Poughkeepsie. Buena suerte con sus esfuerzos".
D. Pasquell, Kingston

"Saludos a La Voz de parte de DJ José, El Cabo, Martínez. Sigán adelante y recuerden escuchar mi show de Radio en 1170 AM los domingos de 3 a 4 de la tarde".
José Martinez, Newburgh



"Justicia para los trabajadores inmigrantes".
Vanessa, Beacon

¡Pasa-La-Voz!
Esta revista no es de usar y tirar. Al contrario, cuando termines de leerla, pásala a otr@ que le pueda interesar.



“Cometí muchos errores”

El testimonio de un deportado

Por Mariel Fiori

La mañana del 21 de mayo de 2008 no fue un día cualquiera para Rolando de Newburgh. Ese día, aparentemente bajo pretextos engañosos, agentes de inmigración se presentaron en su casa, hablaron con María, su esposa, y cuando Rolando llegó a la puerta, se lo llevaron. Así de rápido comenzó la odisea de este mexicano de 43 años sin documentos legales, que estuvo 9 meses encarcelado en 9 centros de detención en la frontera sur del país. De cómo y por qué llegó a esta situación tan temida va esta entrevista

Rolando (seudónimo usado para preservar su identidad) llegó de Guerrero a la ciudad de Chicago en 1987, ocho meses después se le unió su esposa y su hijo mayor. Más adelante nacieron otros tres hijos. En 2004 la familia se trasladó a Newburgh, donde compraron una casa y trabajan por cuenta propia en la compra y venta de joyas. Pero lo que en apariencia se ve tranquilo, esconde un mar de turbulencias que empezaron cuando Rolando pisó los Estados Unidos.

MF: ¿Cuáles fueron sus problemas al llegar?

Rolando: Pasaron cosas que uno no se imagina, poco a poco uno se va metiendo en problemas por no tener información sobre la ley. Bueno, aquí hay toda la información pero uno no la busca, no la quiere aceptar porque no le interesa. Como mexicano que soy y no generalizo, venimos a este país a dos cosas, una es a prosperar, y la otra es a destruirse a uno mismo. Aquí hay muchas oportunidades, pero cuando uno llega se va relacionando con gente que está aquí ya de años, y esas personas están en el alcoholismo. Lo primero que hacen es invitarte a un trago de “bienvenida”. No les echo la culpa a ellos porque nadie es culpable de nada más que uno mismo. Cometí muchos errores.

MF: ¿En Chicago?

R: Sí. Fui cayendo en tickets de carros, problemas de estar bebido cuando estaba manejando. También me metí en problemas con personas que me junté que me decían “Vamos a hacer esto a las tiendas”, y yo sin ser culpable, me agarraban a mí también y ya por tener mi trabajo y mi familia decía, por no seguir yendo a cortes y cortes, “Bueno ya fui a cinco o seis cortes y no ha pasado nada”. Los defensores públicos te dicen que te declares culpable y listo, pero nunca te explican que hacer eso te puede dañar en el futuro.

MF: ¿Y qué pasó después?

R: Mi esposa siempre ha luchado por tener una familia más unida. Pero cuando uno anda en el alcoholismo uno siempre está contradiciéndose con la persona que le está tratando de decir algo bueno, uno no quiere aceptar que están tratando de ayudarte. Ella luchó muchísimo. Entonces me metí en más problemas, hasta de infidelidad. Mi esposa me había aguantado mucho, hasta que tomó la decisión y me dijo: “Ya no puedo”, se separó de mí y se vino para Nueva York porque tenía familiares aquí. Vino con los niños y como me sentía culpable, lo acepté. Me quedé muy mal. Seguí trabajando y con los vicios. La soledad es mala. Me preguntaba ‘¿Qué estás haciendo? ¿Cuál es el propósito

tuyo?’ Empecé a entenderme a mi mismo y a tratar de luchar por lo poco que había, porque con todos los vicios que tenía gasté mucho dinero. Me quedé sin nada más que deudas. Mis hijos me preguntaban: “¿Papi cuando vienes?”. Me di cuenta que quería volver con mi familia y del daño que había hecho. Vine a Nueva York y decidí cambiar, me compuse, dejé los vicios, dejé todo, y me dediqué a trabajar. Y gracias a Dios salimos otra vez adelante. Todo iba bien hasta que caí en la cerveza otra vez y fui a parar a la corte por un accidente con mi coche.

MF: Otra vez conflictos con la ley...

R: Me presenté a la corte y me dieron cuarentas horas de servicio comunitario. Pero algo importante es que yo ignoraba lo que era un “misdemeanor”, un delito menor. Mi representante no me dijo que era eso y yo no pregunté y me fui. Hice las horas de servicio, pagué lo que tenía que pagar y cerraron el caso. Cuando estaba en ese programa conocí a una amistad. Un día vino mi esposa y me dijo, mira la tía del muchacho ese dice que tengas cuidado porque a su sobrino se lo llevaron. Pensé que yo estaba bien porque el muchacho trabajaba en un lugar donde tenía un registro. Yo no trabajo para nadie, pero nunca me imaginé que mi legajo estaba con la policía. A la semana siguiente llegan a mi casa y me llevan.

MF: ¿Qué pasó ese día?

R: Como a la seis y media la policía toca la puerta. Le preguntan a mi esposa si yo estoy. Me dicen te venimos a ver porque un carro tuyo estuvo en un accidente y necesitamos verificar si es verdad. Le digo permítame lavarme, me cambio y voy. Tienes que apurarte. Cuando salgo me dicen, la verdad es que somos del Departamento de Inmigración. Me hicieron muchas preguntas hasta que pedí tener un representante y entonces me llevaron a mí y a otros hispanos en una camioneta. Cuando estamos en Manhattan pregunto si puedo llamar a mi esposa, dicen, sí, tienes el derecho de una llamada. Pregunté dónde iba, pero me respondieron que eso es información del gobierno y no me pueden decir a dónde me van a llevar ni nada. Resulta que estuve ahí hasta más de las 2 de la mañana. Como a las cuatro o cinco de la tarde me mandaron para Pennsylvania. Cada proceso toma horas. Llegas a un lugar y te detienen dos, tres, cuatros horas para procesarte, toman la información, te ponen un uniforme y te meten a donde vas a estar por dos horas u ocho días, nada sabes. Todo son horas de desesperación. La tensión que hay no es sólo tuya, sino del grupo que está ahí. La tensión ya no te deja dormir, y estás pensado en la familia. Te llevan con cadenas.

MF: ¿Pero tenía un abogado ya?

R: Para la primera corte ya tenía. Y la abogada me empezó a decir los problemas, de alcoholismo, de declararme culpable, mi historia de problemas, pero que tenía posibilidades. Uno confía. La primera corte sí se presentó, la segunda corte no, la tercera corte le dijo a mi esposa que era difícil, que yo tenía siete DWIs de alcoholismo y todo eso era mentira, sólo tenía dos, que la mejor opción era la deportación, pero ya le empezaba a sacar dinero a mi esposa. Creo que ella

ya había cobrado lo que creía que era correcto cuando empezó a decirnos lo contrario. Nos ilusionó a todos.

MF: ¿Consiguió otro abogado entonces?

R: Consulté con varios, pero me decían que era muy difícil. Encontramos una señora de Poughkeepsie, que tenía una tienda de helados y pasteles. Estaba en contacto con mi esposa y siempre decía que me podía ayudar, que era abogada licenciada, que había estado en la Casa Blanca, puras historias. Entonces dijo la abogada mía que iban a deportarme, y en ese momento resulta que esa señora me iba a ayudar, que era capaz de ir a representarme. Yo no la conocía muy bien pero hablaba español. Le pagamos mucho dinero. Confiábamos que nos estaba ayudado. Me dijo: dile al juez que soy un familiar tuyo que te va a representar. La siguiente audiencia le dije al juez que ya no iba a necesitar el servicio de Carol porque no podíamos hablar en español. Le conté mi historia al juez, y él me dijo “toda la versión que me estás diciendo es diferente a la versión que tu abogada ha dado. Pero si me demuestras que todo lo que dices es verdad, podríamos tratar de convencer al oficial federal”. Yo quería luchar por algo para mí y mis hijos.

MF: ¿Esto fue en noviembre?

R: Sí. Vino diciembre y la señora hispana me “representó”, pero ella no presentaba nada y siempre llegaba tarde. Entonces para la tercera corte me llegó una carta: “Señor, si usted tiene una posibilidad de ganar este caso, necesita un representante legal sobre temas de inmigración”. ¡Entonces la que tengo que es! Llegué a la última corte y con tranquilidad pedí un intérprete y le dije al juez: “Veo que aquí no hay nada, es muy triste saber que estando frente a un juez hay una



persona que no me está representando, que no es abogado y lo único que nos está haciendo es una trampa, ilusionando a mi familia, a mis hijos, a mi esposa y a mí. Perder el tiempo, perder todo para nada. Discúlpeme, solicito la deportación voluntaria”. El juez dijo: “Ok, le voy a dar la deportación con esta condición: no tiene ningún derecho de recurrir a su caso, todo está perdido”. Yo ya tenía una depresión grandísima.

MF: ¿La demandaron a la señora?

R: No. Sé que alguien tiene que pararla, pero yo no puedo meterme en problemas legales. En realidad porque es muy duro para mí. Ahora comprendo el valor de la familia y tengo un problema muy grande. No tengo tranquilidad, porque en cada momento pienso que algo malo va a pasar. El temor más grande mío es que me separen de mi esposa y mis hijos otra vez. ■

max robinson se da cuenta de que es súper héroe

Por Robinson David Martínez

max se encontró sin trabajo. tenía que pagar la renta en cinco días y solo tenía un cuarto del dinero. en un momento de desesperación decidió salir a dar una caminata.

“el dinero viene a mi fácilmente y con frecuencia. necesito trabajo. EL DIIIIINERO VIENE A MIIII FAAAAACILMENTE”. decía estas palabras tratando de creerlas, aunque internamente peleaba contra su cinicismo.

max caminaba obsesionándose con esto. miró arriba, hacia el árbol —un sicomoro. nunca había visto un halcón comiéndose una ardilla. el halcón enterraba su pico en la garganta de la ardilla recién cazada y jalaba tiras de cuero y carne.

max se detuvo boqui-abierto. se sentía un poco incómodo de estar parado en la mitad de esta calle poco transitada, mirando hacia arriba, viendo esta escena peculiar. miró hacia atrás y no vio a nadie. solo yacían él, el halcón y la ardilla muerta. “¿qué significa esto?” pensó.

tuvo un pensamiento: esto es una prueba. todo es una prueba—ay ay ay, lo mismo de siempre: voz, ¡déjame tranquilo!

¿es que no sabes? dijo la voz, ¿que el que vive agarrado al filo del precipicio vive mejor?

si, lo sé, dijo max, pero todavía tengo miedos en mi corazón.

max respiró profundamente. siguió caminando. miró hacia la rama y el halcón partió volando, pesado por el peso de la ardilla entre sus garras.

max recordó las palabras de una anciana mexicana que había conocido: sal a encontrar sin buscar nada. deja que venga a ti y tú a ella. confía en ti mismo.

max caminó y caminó sin rumbo. vio un póster que decía: empleos de verano con el medio ambiente. llame ahora mismo.

¿es que no sabes? dijo la voz, ¿que el que vive agarrado al filo del precipicio vive mejor?

max llamó.

“¿aló?, sí, bla, bla, bla. ¿a las 4pm? perfecto. nos vemos mañana”.

a max le dio ganas de sentarse en la banca del parque en frente a él. sacó su cuaderno de la mochila y comenzó a escribir:

“una hermosa mujer pasa por aquí. tiene ojos café, un brillo especial en sus ojos. su mirada es dulce, tiene cabello largo, negro y brillante. me mira y se sienta a mi lado. luego, por alguna razón, comienzo a estornudar y estornudar y a

ella le da risa y me da el número de su móvil”.

max se sentía de maravilla. dejó de escribir y vio una mujer que parecía tener unos 70 años con cabello largo, negro y brillante y una chispita especial en su mirada. se sentó al lado de él y su perfume era demasiado irritante. a max le dio la estornudadera. “achú. achú...” la señora estaba jubilada. era experta en alergias. abrió su cartera y le dio su tarjeta y se fue caminando.

max se quedó pensando un largo rato. se puso a escribir en su cuaderno, esta vez, un poquito más específico en su descripción:

“ok. una hermosa joven se acerca a mí, que de alguna manera trabaja en un sitio donde necesitan contratar a alguien como yo. está hablando en el móvil. yo la ignoro porque no sé si es ella sobre la cual escribí. ella sigue hablando y yo comienzo a escribir todo lo que está diciendo. dice algo bien chistoso y a mí me da mucha risa. tiene un acento extranjero. luego se me acerca y me pregunta que si hablo español. yo digo, claro que sí. ella me dice que si soy bueno con la lengua y yo le digo que trabajo las palabras como el alfarero la arcilla. no me entendió. en un acento espeso, me preguntó que si me podía contratar como traductor”.

“mm, dije yo, tratando de hacerme el

desinteresado. ¿por cuánto? 400 dólares. no sé, dije yo, titubeando, pero al final dije, ok y arreglamos el acuerdo dándonos un apretón de manos”.

max deja de escribir y silenciosamente se burla de sí mismo por ser tan serio de ser juguetón. estira las piernas y se relaja en la banca. está soleado, cómodo. una brisa suave trae consigo el canto del azulejo y de niños riéndose y uno llorando.

una mujer, hablando por teléfono, se sienta al lado de él. el corazón de max comienza a palpitar. quedó estremecido. no lo puede creer. ¡pues claro! pero ¿cómo puede..? al fin aceptó de lo que se dio cuenta: max robinson era un súper héroe. su poder era escribir y sus armas eran el cuaderno y el lapicero. era obvio. todo era muy claro. ¿cómo no lo había pensado antes?

abre su cuaderno ágilmente y escribe con fervor, el lapicero lanzando hondas a través del universo en todo su alrededor...

CONTINUARÁ... ■

PARA LLEGAR A LA ZAMBA

Por Jorge Gabioud



Para llegar a la zamba
Tienes que andar un camino
tienes que andarlo descalzo,
descalzo para sentirlo...

Que si no sientes su seno
no es lícito que lo andes
es como profanar un templo
o traicionar a un amante.

Si no sientes que tu cuerpo entero
vibra, y tu corazón se inflama

o una emoción te sofoca
no has de llegar a la zamba.

Si eres capaz de llorar
en un acorde de patria,
y expresar con un pañuelo
lo que llevas en el alma.

Y ponérsele freno al potro
que las pasiones desata
y expresarlo con dulzura
¡Habrás llegado a la ZAMBA!



¡Visite la página
Web de La Voz!
<http://lavoz.bard.edu>

Programas Gratuitos en el Condado de Dutchess

Ayudan a las familias a comer sanamente y a cuidar su presupuesto.

Por Krista Adams

Programa de Información sobre Nutrición

El Programa de Información sobre Nutrición del Condado de Dutchess (NIP, según sus siglas en inglés) tiene educadores que trabajan en las comunidades enseñando a familias, particulares y grupos sobre comida, cocinar, hacer compras, ahorrar dinero, seguridad alimentaria y nutrición.

Cómo funciona: Un educador de la nutrición vendrá a su hogar o se encontrará con usted en un centro de la comunidad para compartir información. El educador le ayudará a averiguar cuán buenos son sus hábitos alimenticios y le mostrará formas de aumentar la nutrición diaria y tener un estilo de vida saludable.

Los participantes también aprenderán sobre varios temas como por ejemplo cómo usar la pirámide alimenticia, cómo planificar y preparar platos nutritivos, cómo obtener más valor por sus dólares en comida, cómo usar las etiquetas de los alimentos y la información de

los paquetes para comprar comida, cómo tener un embarazo saludable, qué darle de comer a su bebé, niño y adolescente, cómo preparar tentempiés y platos saludables y cómo prevenir las enfermedades relacionadas con los alimentos.

Programas de manejo de las finanzas

Los Programas de manejo de las finanzas dan educación confidencial y grupal para lograr la independencia financiera y estabilidad incluyendo aumentar los ahorros, manejar el presupuesto del hogar y reducir las deudas.

Cómo funciona: Un educador sobre presupuesto familiar se reunirá con usted para hablar sobre el presupuesto actual de su hogar y cómo hacer que su dinero actúe mejor para usted y su familia. El educador sobre presupuesto familiar también le mostrará formas sencillas de aumentar sus ahorros y reducir su deuda.

12

Programa de parientes como padres

El Programa de parientes como padres (RAPP según sus siglas en inglés) asiste a los abuelos y otros parientes que estén cuidando a un niño parte de su familia a través de grupos de apoyo y educación individual.

Cómo funciona: Los grupos de apoyo se encuentran una vez al mes en Fishkill y Poughkeepsie. En Poughkeepsie, los adultos participan en un grupo de apoyo mientras que los niños reciben ayuda con su tarea escolar y oportunidades para participar en actividades juveniles. También las familias se encuentran en picnics, salidas y actividades en la comunidad que proveen un ambiente educativo y divertido para el cuidador y el niño.

No hay cargo alguno por inscribirse en estos programas o por los materiales que se usarán. Los programas están diseñados para satisfacer las necesidades de los residentes del condado de Dutchess, sin importar su estatus legal. En algunas situaciones se aplicarán normas de elegibilidad.

Disfrute de este saludable salteado de calabacines con verduras locales.

Salteado de Calabacines

Tamaño de Servido: 1/2 tazas

Rinde: 4 porciones

Ingredientes:

- 1 cucharada de aceite vegetal
- 1 cebolla mediana
- 1 calabacín amarillo
- 1 calabacín (tipo "zucchini") mediano
- 1 pimiento rojo
- 1/2 cucharadita de pimienta
- 1/4 cucharadita de albahaca
- 1/4 cucharadita de orégano

Instrucciones:

1. Pele y pique la cebolla.
2. Rebane el calabacín amarillo en pedazos finos.
3. Rebane el calabacín en pedazos redondos.
4. Pique el pimiento rojo en pedazos pequeños.
5. Caliente el aceite en una sartén y agregue los

pedazos de cebolla.

6. Cocine sobre fuego mediano, agitando rápidamente durante 1 minuto.

7. Agregue las especias y mezcle varias veces.

8. Cocine de 3 a 5 minutos hasta que las verduras estén suaves pero crujientes.

Precio:

Por Receta: \$ 1.98

Por Servido: \$ 0.50

Fuente:

Adaptada de:

Pennsylvania Nutrition Education Network

Website Recipes

The Pennsylvania Nutrition Education Program

Valores nutricionales

Tamaño de la porción: media taza de salteado preparado, 1/4 de la receta (162 g)

Cantidad por porción

Calorías 70

Calorías de grasa 30

Porcentajes de valores diarios

Grasas totales 3,5 g	5%
Grasa saturada 0g	0%
Grasa trans 0g	
Colesterol 0mg	0%
Sodio 15mg	1%
Carbohidratos totales 8g	3%
Fibra dietaria 3g	12%
Azúcares 5g	
Proteína 2g	

Vitamina A	20%
Vitamina C	110%
Calcio	2%
Hierro	4%

Calorías por gramo

Grasa 0 Carbohidratos 4 Proteína 4

CONTACTO

Para más información, llame al Programa del Condado de Dutchess de la Familia y el Consumidor de Cornell Cooperative Extension al 845-677-8223 ext 133.

¿El matrimonio es como el demonio?

Por Jorge Morales

En nuestra cultura existen muchos comentarios que pueden parecer jocosos o graciosos, un claro ejemplo es el título de este artículo. O también a veces alguien dice ¿te casaste?... o sea que te cansaste de vivir bueno.

Para mucha gente, sus matrimonios son sinónimos de estas bromas, aunque lo que la gente no piensa es que ellos mismos se encargan de convertir la broma en realidad.

Las relaciones de pareja deben de ser siempre muy equilibradas, en el equilibrio está el secreto, pero el egoísmo a veces ciega a la gente y por el sólo hecho de tener la razón en cualquier conversación, se enfrasan en el TIRE Y AFLOJE.

¿Alguna vez ha tratado de hacer feliz su pareja por medio del equilibrio? Inténtelo, no es difícil. Además le dará una gran satisfacción ver que las cosas al final se pueden dar, que cualquier conversación puede terminar como tal, como una conversación y no como una pelea más.

Cuando se tienen que pagar las cuentas de los servicios, la renta o cosas así siempre se dice que el matrimonio debería ser 50-50, mitad y mitad. ¿Pero acaso aplicamos eso en la relación en sí de pareja? Que le cocines a tu esposa un domingo para que ella descanse, que laves los platos después de que ella cocina, que ella pueda salir una tarde con sus amigas y tú cuidar los niños. Eso es el 50 de la parte del hombre. Ahora, que acompañen a su esposo a ver un juego de fútbol o de béisbol sin hacer mala cara y mostrando un poquito de interés por saber sobre el pasatiempo de su pareja, sorprender a su marido con su cena favorita sin motivo alguno, decirle a su esposo qué atractivo se ve aunque esté recién llegado de trabajar todo sudoroso. Ese es el otro 50 por parte de la mujer.

Esos pequeños detalles que a veces parecen insignificantes en una relación pueden pasar a ser los más gratificantes.

“SI APLICA ESTE PRINCIPIO DEL EQUILIBRIO EN SU RELACION, ESTARÍA UN PASO MÁS CERCA DE SU FELICIDAD”.

Y si el día de mañana le repiten el comentario de: ¿Te casaste? O sea que te cansaste de vivir bueno. Usted pueda contestar: SI ME CANSÉ DE VIVIR BUENO, PARA VIVIR AUN MUCHO MEJOR. ■

* Jorge Morales es Administrador de Casos de Family of Woodstock, UCMHD y facilitador del programa EVOLVE. (845) 331-7080

La TV en vivo se trasladó a la Web Por ConCiencia News

Para ver televisión en vivo a través de Internet sólo se necesitan dos cosas: buena conexión y curiosidad para acceder a las miles de transmisiones que están a sólo un clic.

La posibilidad de ver canales de todo el mundo jamás conocidos por el usuario, o transmisiones que están por fuera de la habitual parrilla de programación, le han dado gran fuerza a esta iniciativa.

La página Justin.tv es una muestra del exponencial crecimiento de este servicio. Funciona desde el 2006 y es una de las comunidades online más grandes para personas que transmiten, ven e interactúan con videos en vivo. Según estadísticas de Quantcast, que se encarga de medir el tráfico en la web, actualmente tiene 41,4 millones mensuales de visitantes que acceden a una oferta de 412 millones de enlaces. Hulu.com tiene 28,1 millones de visitantes y Veoh.com 22,5.

Héctor Ramírez es un argentino que vive en la provincia de Entre Ríos y ha

creado el sitio www.television-en-vivo.com.ar con un promedio de 4000 visitas diarias, en mayor medida de Argentina, México, España y Chile. Sus usuarios de Estados Unidos buscan generalmente canales de México, Honduras y El Salvador.

“En este momento tenemos 172 canales de contenido para usuarios en español. Cada dos o tres meses controlamos los canales, modificamos las direcciones o los eliminamos si alguno dejó de transmitir”, dijo Ramírez. Ramírez explica que es importante “tener instalado un reproductor Windows Media Player en cualquier versión para la mayoría de los canales, un reproductor Flash Player y Real Player, ya que algunas señales son transmitidas para ese formato de archivos y tener un acceso a Internet como mínimo

de 256k de velocidad para que la señal no se corte”.

Otra opción es la señal en vivo de los canales desde su página Web. Muchos canales han comenzado a trabajar en este servicio. En EEUU se puede ver CNN; en Sudamérica se difunde la señal de Globovisión de Venezuela, el Canal Caracol de Colombia, Canal 13 de Chile y muchos otros. ■

Algunos sitios:

www.es.justin.tv
www.television-en-vivo.com.ar
<http://wwitv.com/>
www.imvite.com
<http://www.veoh.com.ar/>
www.fulltv.com.ar
www.live-online-tv.com/

un día de furia

recursos

Por qué necesita seguro de automóvil

Por Débora Suby

Cada año más automóviles y conductores salen a las carreteras. Con tantos vehículos en los caminos, habrá choques. El seguro de automóvil puede ser la diferencia entre una molestia menor y un lío mayor. Pero, ¿por qué necesita usted seguro y cuánto debe comprar?

El seguro de automóvil le protege al pagar los daños o lesiones que usted causa a otros mientras conduce su automóvil, daños a su automóvil o lesiones a usted o sus pasajeros en un choque, además de ciertos incidentes como robo. Las leyes en todos los estados y provincias exigen seguro de automóvil. Sin seguro, usted arriesga el tener que pagar el costo total de cualquier daño que usted causa a otros o de reparar o reemplazar su automóvil si este es dañado o robado.

Los requisitos de coberturas varían por estado pero usualmente incluyen:

Responsabilidad civil: Paga los daños por lesiones corporales y a la propiedad de otros por las cuales usted es responsable. Daños corporales incluyen gastos médicos, pérdida de salario y daños físicos y morales. Daños a la propiedad incluyen propiedad dañada y pérdida de uso de la propiedad. Si usted es demandado, también paga por su defensa y los costos judiciales. Las leyes estatales usualmente requieren cantidades mínimas, pero cantidades mayores están disponibles y usualmente se recomiendan.

Protección personal por lesiones: Es requerido en algunos estados y es opcional en otros. Le cubre a usted o a sus pasajeros por tratamiento médico a consecuencia de un choque, sin importar quien tuvo la culpa, y con frecuencia es llamada cobertura de sin culpa. También puede pagar por pérdida de salario, servicios de reemplazo y gastos de funeral. Usualmente la ley estatal impone la cantidad mínima.

Pagos médicos: Esta cobertura está disponible en estados de sin culpa; paga sin importar quien tuvo culpa. Paga los gastos médicos y de funerales razonables y necesarios

por lesiones corporales a causa de un choque.

Colisión: Paga por los daños a su automóvil causados por una colisión.

Contra todo riesgo: Esto aplica si su automóvil es robado o dañado por causas que no sean colisión, incluyendo fuego, viento, granizo, inundación o vandalismo.

Conductor no asegurado: Paga daños cuando una persona asegurada es lesionada en un choque causado por otra que no tiene seguro de responsabilidad civil o por una persona que no se puede identificar (usualmente un conductor que golpea y se da a la fuga).

Conductor subasegurado: Paga los daños cuando una persona asegurada es lesionada en un choque causado por otra que no tiene suficiente seguro de responsabilidad civil para cubrir la cantidad total de los daños.

Otras coberturas, tales como servicios de emergencia de la carretera y alquiler de automóvil también están disponibles.

Lo que usted paga por seguro de automóvil varía por compañía y dependerá de varios factores, incluyendo:

- Qué coberturas selecciona,
- La marca y modelo del automóvil que usted maneja,
- Su historial de conducir,
- Su edad, sexo y estado civil y
- Dónde vive.

Muchas personas piensan que el seguro de automóvil es un mal necesario, pero puede salvar su bienestar financiero. Evalúe sus necesidades, haga sus investigaciones y con la ayuda de su agente de seguros tome la decisión que más le convenga.

¿Puede obtener un Perdón?

Por Eduardo Juárez

Hoy contesto la pregunta que muchos se hacen. El inmigrante que puede obtener una exoneración discrecional (waiver), generalmente es el cónyuge o hijo de un ciudadano o residente y quien pruebe que rehusarle la residencia al inmigrante causaría un gran sufrimiento y una privación extrema al ciudadano o residente. Por ejemplo:

1. Mujeres y niños que vienen a los EEUU, para escapar del abuso físico.
 2. Quienes hayan sido deportados anteriormente o expulsados más de una vez.
 3. Inmigrantes que no se han presentado ante una corte de inmigración, en proceso de deportación.
 4. Ciertos inmigrantes que han mentido durante su proceso.
 5. Inmigrantes con 20 años de restricción para volver a ser admitidos.
 6. Algunos inmigrantes con una restricción de entrada de 5 años por "felonías agravadas".
 7. Inmigrantes indocumentados que salieron del país e intenten reingresar después de un periodo de presencia ilegal de más de 6 meses. Si la presencia ilegal duró más de 6 meses, serán considerados inadmisibles por 3 años o si permaneció más de 1 año, será inadmisibile.
 8. Los inmigrantes con visa de estudiante que asisten a escuelas públicas sin autorización, pueden ser exonerados después de 5 años de inadmisibilidad irrevocable.
- Los extranjeros que generalmente NO pueden obtener una exoneración son: Quienes han argumentado falsamente ser ciudadanos de los Estados Unidos; e inmigrantes con pasados delictivos de una felonía que requiere mas de 1 año de prisión o quienes tengan tres o más ofensas menores (misdemeanors).

Eduardo Juárez es presidente de la Fundación Internacional del Inmigrante. 7 West Calle 44, Manhattan, NY, (212) 302-2222.

El rincón del KenKén

Por Japheth Wood

¡Bienvenidos a la tercera columna de KenKén en La Voz! Ya recibimos correspondencia de nuestros lectores. Muchas gracias y esperamos que si les divierten los acertijos, que nos escriban.

Comencemos con dos rompecabezas de KenKén:

Problema A:

6+		2-	
	4	9×	2+
7+			
		1-	

Problema B:

2+		2-	1-
3-			50×
18×		4×	2-
1-			
	3-		2-

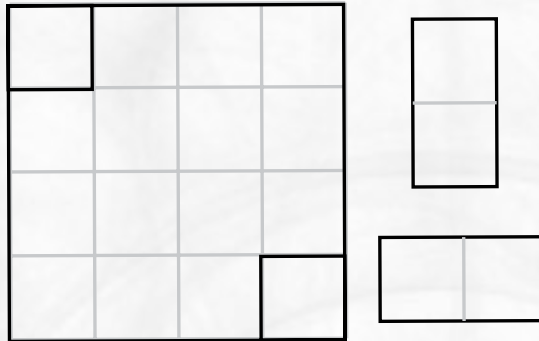
Para los lectores nuevos, estas son las reglas del KenKén:

Parecido al sudoku, la tarea es llenar la grilla de 4×4 usando solamente los números 1, 2, 3 y 4 (y la grilla de 5×5 usando solamente los números 1, 2, 3, 4 y 5) de tal manera que:

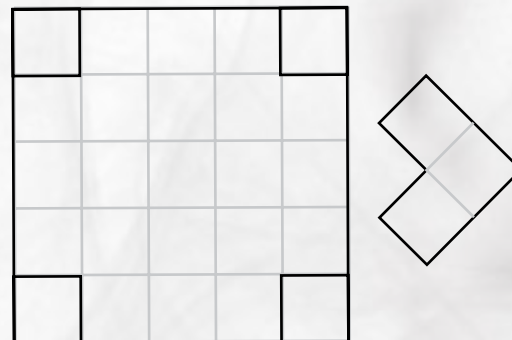
1. Cada número aparezca solo una vez por fila.
2. Cada número aparezca solo una vez por columna.
3. Los números en cada región, al combinarse con la operación dada, den por resultado el número al que se debe llegar.

En junio, expliqué como crear un juego de KenKén. Un paso en el proceso de crear el juego es dividir la grilla de 4×4 o la de 5×5 en regiones, que pueden ser un rompecabezas en sí mismos. Aquí hay algunas situaciones interesantes que descubrí, así que este mes les pido su ayuda.

Problema C: Un juego de KenKén de 4×4 viene con dos soluciones en esquinas opuestas. ¿Puedes dividir el área restante en siete regiones de dos celdas cada una?



Problema D: Un juego de KenKén de 5×5 viene con las soluciones en cada esquina. ¿Puedes dividir el área restante en siete regiones en forma de L de tres celdas cada una?



Para los problemas C y D, también me gustaría saber cuántas soluciones hay.

Correo

La lectora Lupe Martin escribió para contarnos que descubrió el KenKén con La Voz y bromea que le gusta tanto que “¡ahora soy adicta al KenKén!”. También nos informó de un error. Mientras resolvía el problema B del mes de julio, dedujo que el número al que se debe llegar y la operación $12x$ en la esquina superior izquierda debería haber sido $15x$, y resolvió el problema.

Ya que este rompecabezas sólo contiene multiplicación, se puede detectar este error muy fácilmente si pensamos en el número primo 5. Sólo 4 de los números a los que se debe llegar tienen a 5 como factor primo, así que sólo cuatro números 5 pueden aparecer en el juego. Pensando un poco, vemos que la omisión tiene que estar en la segunda columna, y por lo tanto en la región de arriba a la izquierda:

Problema B de julio con el número 5

12×	?	20×		16×
5×	12×	?	5	
5	?	24×	9×	
16×	?			25×
	?		5	

Aquí está la solución de Lupe al juego (corregido). ¡Muy bien hecho Lupe!

3 5 1 4 2
1 3 5 2 4
5 4 2 1 3
2 1 4 3 5
4 2 3 5 1

Si te gustaron estos acertijos, envíanos tus soluciones a alguno de los problemas, A, B, C o D. Agradeceremos tu participación en futuros números de La Voz.

Correo:

La Voz/Bard College
PO Box 5000
Annandale-on-Hudson, NY 12504

*Japheth Wood es profesor de matemáticas en Bard College.

ANNUAL ARTISTS' SOAPBOX DERBY

XV Competición de autitos artesanales de Kingston
Presentando el "Plan de Estímulo" para concursantes

Domingo 23 de agosto desde la 1pm
Kingston Rondout

Donskoj & Co. y la ciudad de Kingston se enorgullecen en anunciar la competición de autitos artesanales 15th Annual Soapbox Derby, a realizarse el domingo 23 de agosto. El evento comenzará a la 1:00 del mediodía en la bajada de la avenida Broadway, situada en el barrio histórico Rondout, en Kingston.

Esta competición, que es una combinación de carrera de autitos artesanales y escultura dinámica, se ha desarrollado más allá de las expectativas de sus fundadores, George y Nancy Donskoj. El derby, que comenzó en 1995, ha crecido hasta convertirse en una tradición y un regalo para la comunidad.

Este año, la crisis económica presentó un desafío. Los organizadores, después de organizar subastas y solicitar dinero a las tiendas locales, tienen más de \$2000 en premios en efectivo que se otorgarán a las categorías Adultos, Jóvenes y Grupos Familiares. Todo trabajo de equipo para construir un autito artesanal se incluirá en la categoría Grupo Familiar, y los niños menores de 14 años que construyan su vehículo sin la ayuda de ningún adulto entrarán en la división Jóvenes. Habrá música en vivo, marionetas, y presentaciones de danza antes y después de la carrera, además de un concurso de "Loud Shirt" (camiseta gritona), en el que Vanna Blanca distribuirá \$50 en premios a los participantes con la vestimenta más traviesa y revoltosa.

Para más información o para registrarse, visite www.artistsoapboxderby.com o llame al (845) 338 8473



Celebraciones del Cuarto Centenario en el Condado de Ulster

Donde la historia se encuentra con el arte
Arte al aire libre, pinturas del Río del Hudson,
Actuaciones mágicas y diversión frente al río este verano

Cuando viajó por el río que lleva su nombre hace 400 años, Henry Hudson no tenía ni idea que además de lanzar el comercio, asentamientos europeos, y fundar una ciudad que iba a ser la más poderosa del mundo, su viaje también generaría, a través de muchas vueltas, una estimulante escena artística a lo largo de la costa oeste hasta Albany.

Aquí algunas actividades relacionadas con el arte:
Esculturas soldadas con objetos de metal encontrados, talladas de madera, o armadas con una variedad de medios adornan la costa del Kingston Point Park, sobre el Río Hudson, hasta octubre. También hay más arte al aire libre para ver en Woodstock Byrdcliffe Guild en su exhibición "¿Dónde yace Henry Hudson?" en la que arquitectos crearon instalaciones en memoria de Henry Hudson, que desapareció en el mar. En Saugerties, docenas de caballos de carrusel, decorados por artistas, reavivan las calles.

En el Museo de Arte Samuel Dorsky de SUNY New Paltz, la exhibición "Del Río Hudson a las Cataratas del Niágara: Pinturas del Siglo XIX de Paisajes norteamericanos de la New York Historical Society" muestra algunos de los ejemplos más finos de la escuela del Río Hudson de arte.

El 8 de agosto da inicio una exhibición titulada "Bancos del Hudson" de paisajes inspirados por el río y curada por un jurado nacional en Woodstock School of Art. También habrá música folk. El 16 de agosto, el historiador Mark Fried tocará canciones de los recogedores de arándanos de las Montañas Shawangunk, además de dar una charla sobre la historia de ese cultivo, antes lucrativo.

El grupo de marionetas Arm-of-the-Sea presentará "Extraños mutuos: Henry Hudson y el Río que lo Descubrió a Él" con música, máscaras y marionetas contarán la historia de la llegada del explorador desde el punto de vista de los pobladores nativos, en el Parque frente al río Tina Chorvas en Saugerties, el 14 y el 15 de agosto.

Más de dos docenas de restaurantes del área ofrecen cenas en conmemoración del Cuarto Centenario a \$16.09. Para información completa sobre el calendario de actividades, mapas y más información, visite www.HudsonRiver400.org

2-1-1- Región del Valle del Hudson

Conéctese. Consiga respuestas

Dutchess, Orange, Putnam, Rockland, Sullivan, Ulster, Westchester
2-1-1 es una línea de servicio telefónico de información y referencia gratuita, confidencial, multilingüe disponible en Valle del Hudson.

Llame al 2-1-1 para obtener respuestas desde cómo conseguir ayuda básica como comida, ropa, vivienda, hasta cómo obtener ayuda legal, tratamiento por problemas de drogadicción, servicios de salud física y mental, servicios para niños y personas de la tercera edad, servicios para personas discapacitadas y más.

24 horas al día, 7 días a la semana.

Festival de Tango de Verano

Evento ofrece música, comida y danza, o todo lo anterior

Por primera vez, Rosendale, NY será la sede del Festival de Tango de Verano. Será una tarde para aficionados a la música, bailarines y amantes de la cultura, con los sonidos, sabores y danzas de Argentina. En el espíritu de la "galponeada" tradicional, o fiesta al aire libre, habrá tres lecciones de baile de tango, chacarera y zamba, comida con el asado típico tradicional al aire libre, y música y actuaciones de danza en el teatro. Las entradas están disponibles para toda la tarde o para los eventos por separado: clases de baile, cena o espectáculo.

El Festival de Tango de Verano será en el Teatro de Rosendale, 401 Main St, el sábado 29 de agosto desde las 5pm (clases de baile), 6.30 pm (cena) y 7.45pm (espectáculo). Las entradas cuestan entre \$15 y \$30, dependiendo de la opción elegida, y se pueden reservar llamando al (845) 339 2392 o el 853 6011.

El programa, titulado "Tango, Folclore y Trova", presenta un rico repertorio de tango clásico argentino y música folclórica argentina, así como la tradicional trova cubana; desde los tangos clásicos de las décadas de los 40 y los 50 de los compositores legendarios como Aníbal Troilo, hasta selecciones más modernas de Astor Piazzolla y el folclorista Chango Nieto, además del repertorio clásico cubano que con los boleros agregará el toque romántico a la noche. Con las sopranos Rachel Babruskinas, que se presentará en escenarios de EEUU y Europa, y la argentina Liz Fiori; el tenor Eduardo Parra, que además es autor y presentará algunas piezas de su repertorio original; Guillermo Vaisman, en acordeón y guitarra; Adam Tully, en guitarra, y Octavio Brunetti, en piano y acordeón.

Pase para todo el evento \$30
Cena y espectáculo \$25
Clases de danza y espectáculo \$20
Espectáculo solamente \$15



¡Compre sus medicamentos con descuento!

Use la tarjeta de New York Prescription Saver

¿Qué es NYPS?

NYPS es una tarjeta gratuita de descuentos en farmacias que es patrocinado por el estado de Nueva York. Usted puede usar esta tarjeta en las farmacias afiliadas para ahorrar hasta un 60% en medicamentos genéricos y un 30% en medicamentos de marca. Los ahorros se proveen gracias a la cooperación y el apoyo de las farmacias locales y los fabricantes de medicamentos.

Cómo solicitar la tarjeta NY Prescription Saver

Para reunir las condiciones, cada solicitante debe:

- ser residente del estado de Nueva York,
- no ser beneficiario de Medicaid,
- (a) tener entre 50 y 65 años, o (b) haber sido declarado discapacitado por la Administración del Seguro Social, y
- tener ingresos mensuales por debajo de los \$35,000 si es soltero, o de \$50,000 si es casado.

Para solicitarla, complete online o imprima, complete y envíe por correo la solicitud que se encuentra en <http://nyprescriptionsaver.fhsc.com>

¿Preguntas?

Visite la página web o llame al 1800 788 6917 (TTY 1 800 290 9138)

Si sabe de otros servicios o eventos gratuitos para la comunidad, envíe la información a la Guía de Recursos de La Voz al fax 845 758 7018 o al email: escribalavoz@yahoo.com ¡Gracias!

Suscríbase a La Voz

¿Ya le pasó que cuando fue a buscar La Voz no la encontró? ¿Se las llevaron todas antes de que llegara? ¿Un mes la encuentra pero al mes siguiente no?

No se preocupe más. ¡Hágase un buen regalo! ¡Una suscripción a la revista independiente de cultura y noticias hispanas del Valle del Hudson! Ya sabe, La Voz.

Suscríbase a La Voz y reciba la revista en su casa **todo el año por sólo \$10.**

Nombre:.....
Dirección:.....
Ciudad/Estado/ZIP:.....
Edad:.....E-mail:.....Móvil:.....(opcional)

Corte y envíe su suscripción

junto con el pago a:
La Voz, Bard College
PO Box 5000
Annandale-on-Hudson, NY 12504

PAGO: Envíe un cheque a nombre de La Voz/
Bard College con el memo "suscripción anual"

La VOZ. Bard College
PO Box 5000
Annandale-on-Hudson, NY 12504



Taking a driving test./ Tomando un examen de conducir.
PART II: Driving./ Manejando.

After checking your car, the examiner will get into the car with you and give you driving instructions. Practice the phrases below with a friend, giving and following these instructions while driving.

Después de revisar su carro, la examinadora entrará a su auto y le dará indicaciones para conducir. Practique las frases de abajo con un amigo, dando y siguiendo estas indicaciones mientras maneja.

Start the car.	[Encienda el motor.]	“START the CAR.”
Stop.	[Deténgase.]	“STAP”
Brake.	[Frene.]	“BREIK.”
Back up.	[Retroceda.]	“Bek AP.”
Back out of the parking space.	[Retroceda para salir del lugar de estacionamiento.]	“Bek AOT af the PARKing speis.”
Back around the corner to the right.	[Retroceda hacia la derecha en esta esquina.]	“Bek arAONd the CORner tu the RAIT.”
Keep going straight.	[Siga recto.]	“Kip GOing STREIT.”
Turn right.	[Doble hacia la derecha.]	“Turn RAIT.”
Turn left.	[Doble hacia la izquierda.]	“Turn LEFT.”
Park parallel to the right curb.	[Estacione paralelo a la vereda derecha.]	“Park Peralel tu the RAIT curb.”
You're going too slow, speed up.	[Está yendo demasiado lento. Aumente la velocidad.]	“Yur GOing tu SLO. Spid AP.”
You're going too fast, slow down.	[Está yendo demasiado rápido. Disminuya la velocidad.]	“Yur GOing tu FEST. Slo DAON.”

