



¡Un Parque en un Día! Diseñado por niños, construido por voluntarios

Un grupo de alumnos de la Escuela Arlington "corta la cinta" para dejar inaugurado el nuevo patio de juegos. También en la foto se destacan la Superintendente Escolar Interina Mary Lou Bergeron, el Alcalde de Lawrence William Lantigua, y el Representante Estatal Marcos Devers rodeados de un grupo de representantes y voluntarios de las organizaciones que hicieron posible este parque.

One Park in One day! Designed by kids, built by volunteers

A group of Arlington School children "cut the ribbon" to inaugurate their new playground. Also pictured are Interim School Superintendent Mary Lou Bergeron, Lawrence Mayor William Lantigua and State Representative Marcos Devers, surrounded by representatives and volunteers of the organizations who made this park possible.

| 02



Croteau honrado en la Escuela Wetherbee

El Representante Estatal Paul Adams lee a los estudiantes de la Escuela Wetherbee el pergamino que otorgó a Scott Croteau, subdirector de la escuela por su dedicación hacia los niños de Lawrence. **PÁGINA 10**

Croteau honored at the Wetherbee School

State Representative Paul Adams reads to the Wetherbee School students the citation given to their Assistant Principal Scott Croteau for his dedication to the children of Lawrence. **PAGE 10**

Health Center Celebrates IN PINK Benefit

PAGE 12

WHY LAWRENCE UNIONS DO NOT WANT TO GIVE-UP CONCESSIONS | 05

- 02 EDITORIAL
- 04 DALIA DÍAZ
- 19 DIRECTORIO
- 21 CLASIFICADOS
- 22 CALENDARIO
- 22 SUDOKU



English
Wednesdays @ 11am

En Español
Sábados a las 11am

CROSSOVER
Rumba on the Radio!

To Listen Anytime go to Rumbonews.com

DISEÑADO POR NIÑOS CONSTRUIDO POR VOLUNTARIOS

¡Un Parque en un Día!



Un grupo de alumnos de la Escuela Arlington dice GRACIAS por el patio de juegos.
A group of children saying THANK YOU for the park.



Una voluntaria armando las piezas del parque infantil.
A volunteer assembling parts of the playground equipment.

Más de 200 voluntarios de la Fundación New Balance, Groundwork Lawrence, The Community Group, la Ciudad de Lawrence, Las Escuelas Públicas de Lawrence, los organizadores de KaBOOM! y los residentes de la comunidad local, unieron sus fuerzas el jueves, 9 de junio, 2011 para construir un nuevo patio de juegos en la Escuela Elemental Arlington. El diseño del nuevo campo de juego se basa en los dibujos realizados por niños que participaron en un evento de Día de Diseño en abril.

Los niños de hoy pasan menos tiempo jugando al aire libre que cualquier generación anterior, en parte debido a que sólo 1 de cada 5 niños vive a pocas distancias de un parque o patio de recreo. Este Déficit de Juego tiene profundas consecuencias para los niños tanto física como mental y socialmente. Los niños necesitan desesperadamente un lugar para jugar todos los días para poder estar activos y saludables. KaBOOM! es una organización nacional sin fines de lucro que se dedica a rescatar el juego. Durante 15 años, KaBOOM! ha estado luchando contra el déficit de juego y rescatando el juego, asegurando que hay un gran lugar para jugar a poca distancia de todos los niños.

El nuevo campo de juegos ofrece a más de 1,000 niños en la comunidad de Lawrence un lugar seguro para jugar. En la actualidad, los niños que asisten a la Escuela Primaria de Arlington y los niños

DESIGNED BY
KIDS, BUILT BY
VOLUNTEERS

One Park in One day!

More than 200 volunteers from New Balance Foundation, Groundwork Lawrence, The Community Group, the City of Lawrence and Lawrence Public Schools, organizers from KaBOOM! and residents of the local community joined forces on Thursday, June 9, 2011 to build a new playground at Arlington Elementary School. The new playground's design is based on drawings created by children who participated in a Design Day event in April.

Today's kids spend less time playing outside than any previous generation in part because only 1-in-5 children live within walking distance of a park or playground. This Play Deficit is having profound consequences for kids physically as well as mentally and socially. Children desperately need a

POR FAVOR VEA **PARQUE**
CONTIÚA EN LA PAGINA 6

PLEASE SEE **PARK**
CONTINUES ON PAGE 7

EDITORIAL | EDITORIAL

Altas y bajas de Semana Hispana

Durante muchos años, el almuerzo VIP había marcado el inicio oficial de la Semana Hispana, por lo general se celebraba en el gimnasio de una escuela llena de gente, donde el plato principal siempre fue el intenso calor.

En 2006, la junta administrativa de Semana Hispana se alejó de un menú 100% latino hacia un estilo más internacional, moviendo el evento del mediodía hacia la noche, ofreciendo a los invitados la comodidad del aire acondicionado y tiempo adicional para bailar hasta tarde después de cenar.

A muchos, el cambio del almuerzo al mediodía para la cena en la noche no les cayó bien, especialmente porque el evento se había mudado de Lawrence para celebrarse en un hotel en Andover.

Este año la cena VIP se llevó a cabo en Lawrence, en el Oasis Community Center, antiguo Centro de Naturalización, ubicado en el 120 de Broadway, con un impresionante menú totalmente latino preparado por el Restaurante El Pez Dorado.

Desafortunadamente, este año debido a la economía, los concursos de belleza y talento tuvieron que ser eliminados. Esta es la primera vez en 33 años que la Semana Hispana no tendrá una Reina representando el 2011 en el desfile, y el gasto de los artistas de fin de semana en el Parque Campagnone, por lo general presentados por las estaciones locales Power 800AM y La Nueva Mega, tendrán que ser absorbidos por Semana Hispana.

Lo más importante es que, a pesar de los contratiempos, las fiestas no fueron canceladas. Por lo que felicitamos a la Junta Directiva de Semana Hispana.

¡NOS VEMOS EN EL PARQUE!

Hispanic Week ups and downs

For many years, the VIP luncheon had marked the official beginning of Hispanic Week, usually held in a crowded local school gym where the main course was always the intense heat.

In 2006, the Hispanic Week Board of Directors walked away from a 100% traditional Latino menu into a more international style, moving the event from noon to evening, offering the guests the comfort of air conditioning and extended time for dancing after dinner until late.

For many, the change from lunch at noon to dinner in the evening did not sit well especially because the event was moved out of Lawrence into an Andover hotel.

This year, the VIP dinner was held in Lawrence at the Oasis Community Center, former Naturalization Center, located at 120 Broadway, with a totally awesome Latino menu prepared by El Pez Dorado Restaurant.

Unfortunately, this year due to the economy, the pageants had to be eliminated. This is the first in 33 years that Hispanic Week will not have a 2011 Queen to parade, and the expense for the weekend performers at the Common, usually brought by local radio stations Power 800AM and La Nueva MEGA will have to be absorbed by Hispanic Week.

The most important thing is that besides all the setbacks, the festivities were not cancelled. For that we congratulate the Hispanic Week Board of Directors.

WE WILL SEE YOU AT THE PARK!

Rumbo

The BILINGUAL Newspaper of the Merrimack Valley



Publicación de SUDA, Inc.
60 Island Street, Suite 211E Lawrence, MA 01840
Tel: (978) 794-5360 | Fax: (978) 975-7922 | www.rumbonews.com

DIRECTOR
Dalia Díaz
daliadiaz@rumbonews.com

SALES & CIRCULATION DIRECTOR
Alberto M. Surís
albertosuris@rumbonews.com

GRAPHIC & WEB DESIGN
Richard A. Aybar
richardaybar@rumbonews.com

CONTRIBUYENTES
CONTRIBUTORS
Frank Benjamín
Christine Lewis
Paul V. Montesino, PhD
Maureen Nimmo
Arturo Ramo García
Rev. Edwin Rodríguez



facebook.com/rumbonews
twitter.com/rumbonews

REGIONAL EDITION
Published on the 1st & 15th of Every Month

HÁGASE LA
PRUEBA
ASUMA EL
CONTROL

TAKE THE
TEST
TAKE
CONTROL

National HIV
Testing Day

June 27

11 AM - 3 PM

98-100 Water St. Lawrence

Free HIV Testing Available.
HIV/AIDS Information, Raffles,
Games, and lots more!

Pruebas gratis de VIH disponible.
¡Información de VIH/SIDA, rifas,
juegos, y mucho mas!

For more information/
Para mas Información:
978-685-7663 ext.8504



U.S. Department of
Health and Human Services
Centers for Disease
Control and Prevention

POR DALIA DÍAZ
daliadiaz@rumbonews.com

■ READ IT IN ENGLISH ON PAGE 20

Desde Mi Esquina



¿Qué hace a una persona "racista"?

En la edición del 1º de mayo escribí en esta columna, bajo el subtítulo "Llámame muy riguroso" sobre el miembro del Comité Escolar Mark Gray criticando su evaluación de la Dra. Mary Lou Bergeron. Le recomiendo que vaya a nuestro sitio web y lo lea.

Simplemente me refirí a su página en Facebook diciendo que yo no había comprobado las fuentes y, a continuación le demostre que, en efecto, sabía de qué estaba hablando.

Dije que me sacó de entre los amigos de su cuenta de Facebook y ya no puedo ver los comentarios "racistas" que él escribe tales como:

"Fui a un taller del pto montado por el sistema escolar. El taller tuvo lugar exclusivamente en español. Conversando con un miembro de personal le expresé mi preocupación porque estaban violando la ley. Le pregunté cómo se sentiría si yo pongo un aviso en la puerta diciendo 'blancos solamente' Una violación de los derechos civiles y no es legal de acuerdo con DOE y la ley."

Bueno, ¡ya me conocen bien! Lo comprobé y esta es la respuesta que recibí: "Talleres de entrenamiento se pueden hacer en cualquier idioma, incluyendo el lenguaje por señas, con el fin de comunicarse con los padres. DOE (Departamento de Educación) no tiene una política de solamente inglés para los padres. Eso sería contrario a la ley. (Recuerde que la ley de inglés solamente no pasó)

ESTO FUE LO QUE ESCRIBÍ EL 1º DE MAYO

Esta semana, durante la Reunión Extraordinaria del Comité Escolar, el Sr. Gray dijo que había contactado al departamento legal del Ministerio de Educación porque lo llamé "racista" en esa columna.

En primer lugar, creo que cuando una persona utiliza esa palabra es porque quiere ofender a alguien y no tienen otro argumento. Es un golpe bajo y prueba de que no tiene fundamento para propinar un insulto.

Su página de Facebook está llena de odio y venganza hacia las personas que son

diferentes. Éstos son algunos ejemplos:

17 de agosto 2010

Si los musulmanes insisten en construir en esa zona, está claro que es para marcar su territorio y no una declaración de paz. Una verdadera religión habría dicho, 'sentimos su pérdida, vamos a construir en otro lugar y orar por la paz. No, ellos insisten en ese lugar, y nuestros líderes son muy estúpidos para verlo como lo que es. La libertad de religión no es la libertad para marcar su territorio insultando a los estadounidenses.

8 de septiembre 2010

El 'Curan' Kuran "comoquiera que se escriba, tengo una gran idea para cualquier persona que quiera enriquecerse rápidamente... papel higiénico 'Kuran'.

5 de octubre 2010

¡CULTURA MUSULMANA SE UNE A INGENIERÍA ALEMANA! ¡Buen comercial!

17 de noviembre 2010

(Artículo publicado)

Obama da permiso: la TSA no tocará a los musulmanes | Floyd Reports.

19 de diciembre (Artículo publicado)

'Madre corta el corazón de la hija, 4, mientras escucha la grabación del Corán en matanza ritual'. Madre musulmana Shayna Bharuchi, 35 años, estaba supuestamente sentada en su cocina cantando del Corán mientras que el cadáver mutilado de su hija Nusayba yacía a su lado.

24 de diciembre 2010 (video publicado en youtube)

POR FAVOR VEA **DÍAZ**
■ CONTINÚA EN LA PAGINA 20

ANUNCIO PAGADO

OTROS TÉRMINOS IMPORTANTES DE SEGUROS

DEDUCIBLE:

Las pólizas tienen deducibles. Un deducible es la cantidad que debe pagar antes de que la compañía de seguros le pague su reclamo.

Muchas de las pólizas tienen más de un deducible. Un deducible separado puede aplicar a los daños causados por tormentas de viento o granizo.

La cobertura de terremoto también tiene un deducible especial, pero usted debe comprar cobertura de terremoto y pagar más si quiere cobertura de terremoto.

IMPORTANTE SABER

Una póliza de seguro no es un contrato de mantenimiento. Si el techo es viejo usted debe pagar para reemplazarlo. Su compañía de seguros no paga por un techo nuevo si comienza a gotear. Usted debe mantener su propiedad para evitar tener pérdidas y para evitar que su seguro sea cancelado.

Una compañía puede no renovar el seguro si usted presenta un reclamo.

Una empresa puede cancelar o no renovar su póliza si las condiciones o el uso de su edificio cambia.

Si se muda de una casa a otra, debe cambiar el tipo de póliza sobre la vivienda en la que no vive. Si usted sufre una pérdida y tiene el tipo equivocado de seguro puede que no lo paguen por una pérdida.

Nancy Greenwood Insurance

11 Haverhill Street
Methuen, MA 01844
nancygreenwood.com

(978) 683-7676

(800) 498-7675

Fax (978) 794-5409

Nancy Greenwood
Ronald Briggs

ANUNCIO PAGADO



**Northern Essex
Community College**



**Jericho Road
Lawrence**



Associated Grant Makers
advancing effective and responsible philanthropy

WITH SUPPORT FROM

**United Way of Massachusetts Bay
&
Merrimack Valley Grant Resource
Center**

Not-for-profits looking for grants to support their organizational missions can get access to two (2) premier funder databases online (a value greater than \$1,400) for FREE At NECC's Lawrence Campus Library 45 Franklin Street, Lawrence, MA 01841

Call (978) 738-7400 to make an appointment with a librarian staff member to give you free, individualized help accessing AGM's Grant Makers Directory and The Foundation Directory Online

SUMMER HOURS:

M-Th 9 AM-8 PM

Fri 9 AM-3 PM

Closed Weekends

Funeraria Farrah

Somos Expertos en Precios Módicos y Servicio de Alta Calidad



170 Lawrence St., Lawrence, MA (978) 682-4060

La Primera Funeraria hispana sirviendo con esmero y satisfacción a la comunidad latinoamericana. Brindamos servicio de asistencia social y enviamos el cuerpo a cualquier lugar incluyendo a Puerto Rico, la República Dominicana, Centro y Suramérica. También ofrecemos planes pagados con anticipación y estampas de recordatorios.

Porqué los sindicatos de Lawrence no quieren ceder

POR DALIA DÍAZ
daliadiaz@rumbonews.com

Las estadísticas recientes indican que sólo cincuenta y nueve (59%) de los empleados de la Ciudad de Lawrence residen en la Ciudad de Lawrence. Ese número debe ser suficiente para que el concilio solicite el requisito de residencia por motivos laborales. Sin embargo, esa no es la estadística más preocupante. Repasemos cómo estos números restan de la economía de la Ciudad de Lawrence.

Un desglose de las diversas áreas de cada sindicato indica que sólo el 41% de los bomberos viven en tu ciudad. Los mismos bomberos que desean que le den más del dinero que duramente usted se gana para el salario y beneficios de ellos. El mismo sindicato que estará en una situación peor dentro de dos años a partir de hoy cuando no sólo 23 serán despedidos, sino los 15 novatos adicionales cuando se acaben los \$6.6 millones que recibieron de una dádiva.

Al sindicato de patrulleros no le fue bien, ya sea con sólo el 39% de sus oficiales de policía que vive en la Ciudad de Lawrence. Espantoso es el porcentaje de dieciocho (18%) de sus patrulleros que viven fuera del estado de Massachusetts. Sí, eso es correcto - en New Hampshire. Eso debería ser ilegal. Es decir, el 18% de

esta unión está regalando todo su dinero duramente ganado para la economía de otras comunidades en lugar de la que usted vive.

La misma comunidad a la que no respetan, que violan sus derechos civiles, y la misma comunidad en la que han perdido millones de dólares, debido a su incompetencia de estas violaciones de los derechos civiles.

La misma comunidad en la que prefieren cerrar sucursales de la biblioteca y centros de personas mayores para obtener los fondos necesarios para sostener un elevado número de oficiales, como si estuviéramos en Irak o Afganistán.

Un consejo a los sindicatos: Usted lucha con el Ejército que tiene no el que usted desea tener (Secretario del Ejército Donald Rumsfeld). Por lo tanto, si el Departamento de Policía de Lawrence no puede mantener la delincuencia de nuestra ciudad bajo control - entonces debe ser el liderazgo. Usted no ve los generales del ejército llorando porque necesitan más hombres. Estos generales preparan su estrategia mejor y hacen más con menos. El concilio lo sabe; están jugando un juego con los residentes para mostrar lo mucho que se preocupan.

Su base de impuestos aumentará (como se ha incrementado en el pasado) para compensar la pérdida de ingresos que de lo contrario habría entrado en esta ciudad si hubieran más, si no todos ellos, en nuestra fuerza laboral residiendo aquí.

Los supervisores de patrulleros (los capitanes, tenientes y sargentos) tienen sólo el 33% de su fuerza de trabajo residiendo en la Ciudad de Lawrence. Considerando que la residencia es requerida para entrar en el Servicio Civil de la Ciudad, es sorprendente ver cómo gran parte de nuestros oficiales se han mudado fuera de su ciudad.

Las estadísticas más vergonzosas de los afiliados que residen fuera del estado de Massachusetts pertenecen a SEIU Local 888 la unión de administradores. Estoy segura de que son parte de la migración diaria de empleados que trabajan en Massachusetts y regresan de nuevo a sus bosques de manera similar a la migración de ñus africanos. Esa es la razón por la cual necesitan financiación adicional (en nombre del estado) para ampliar la carretera. ¡Y que el estado pague!

Aquí hay otra estadística que no

POR FAVOR VEA **DÍAZ**
■ CONTINÚA EN LA PAGINA 20

Why Lawrence unions do not want to give-up concessions

Recent city statistics indicate that only fifty-nine (59%) of the employees of the City of Lawrence reside in the City of Lawrence. That number should be sufficient for the City Council to call for residency requirements for employment purposes. However, that is not the most worrisome statistic. Let's review how these numbers subtract from the economy of the City of Lawrence.

A breakdown of several areas of each union indicates that only 41% of the firefighters live in your city. The same firefighters who wish that you give more of your hard earned money for their wages and benefits. The same union that will be in a worse position two years from today when not only 23 will be laid off, but an additional

PLEASE SEE **DÍAZ**
■ CONTINUES ON PAGE 18



Trate un plan de salud como SWH.

Conserve todos los beneficios de MassHealth, y más.

- ✓ \$0 de copagos por todos los servicios
- ✓ Cobertura dental sin costo alguno
- ✓ Transportación gratuita a citas médicas (se aplican ciertas limitaciones)
- ✓ Puede enrolar en cualquier momento del año

Senior Whole Health es un plan de salud para personas mayores de 65 años o más que tienen MassHealth Standard.

SWH
SENIOR WHOLE HEALTH®
Simple. Seguro. Independiente.

1-888-566-3526 (Gratuito)
1-888-749-6455 (TTY)
www.seniorwholehealth.com

El programa Senior Whole Health Senior Care Options (SCO) es un plan de salud con un contrato con el Commonwealth de Massachusetts/EOHHS. La inscripción es voluntaria.
MA SCO_2011_199 4/11/11

CONTINÚA DE LA PAGINA 2

PARQUE: ¡Un Parque en un Día!



del barrio no tenían un patio de recreo, a poca distancia para disfrutar. El proyecto es una continuación del esfuerzo por crear un Barrio Promesa, la Comunidad de Arlington de Excelencia, que incluye la colaboración entre Groundwork Lawrence, The Community Group, la Ciudad de Lawrence y las Escuelas Públicas de Lawrence. El objetivo es desarrollar un plan integral que una mejor los programas entre organizaciones locales sin fines de lucro y agencias gubernamentales para construir una continuidad de apoyo académico, familiar, y comunitario para los niños.

El parque es el primero construido por KaBOOM! y la Fundación New Balance

en un esfuerzo por luchar contra el déficit de juego y salvar el juego. El proyecto es uno de más de 200 parques infantiles que KaBOOM! construirá en todo el país en 2011, en un esfuerzo por proporcionar un gran lugar para jugar a poca distancia de cada niño en Estados Unidos.

Además del parque infantil construido por la comunidad, la nueva área de juego también incluye una Zona de Juegos para la Imaginación en un Carro - un concepto innovador de espacio de juegos diseñado por el arquitecto David Rockwell para alentar el juego libre no estructurado dirigido a los niños. A través de piezas sueltas manipulables y elementos naturales



Una sección del parque.
A section of the park.

como arena y agua, la Zona de Juegos para la Imaginación en un Carro permite que los niños cambien constantemente su entorno y diseñen su propio curso del juego.

La Escuela Primaria Arlington está localizada en el 150 de la Calle Arlington en Lawrence, MA.

NORTHERN ESSEX Women's Health

NOS MUDAMOS A LAWRENCE

Anunciamos la apertura de nuestra clínica de Ginecología en la ciudad de Lawrence

Nuestro nuevo centro abre sus puertas el lunes 17 de Enero en 360 Merrimack Street, entrada G en Lawrence

ESTAMOS CERCA. TE ESPERAMOS EN NUESTRA NUEVA INSTALACIÓN



Byungyol Chun, MD FACOG
María Lopiano, CNP
Karen Sweeney Chun, PA-C, MPH
Kara Pearson Stasko, PA-C

Northern Essex Women's Health
978-557-9060

Aceptamos todos los seguros médicos

No se necesita referido

¡HABLAMOS ESPAÑOL!

**Northern Essex Women's Health
(978) 557-9060**

¡Diga NO a un EMBARGO!

LOS BENEFICIOS SON CLAROS:

- 1. Usted No Pagará por el Servicio**
Las compañías hipotecarias cubrirán TODOS LOS GASTOS de un SHORT SALE cuando el proceso se inicia a tiempo y debidamente. ¡No espere más!
- 2. Salve Su Crédito**
Por lo general, la bancarrota es la única opción luego de perder su casa sin hacer un SHORT SALE. Limpiar este procedimiento de su historial de crédito le tomará por lo menos 7 años.
- 3. Deficiencia Saldada**
La diferencia entre el monto de su deuda y el precio del SHORT SALE puede quedar saldada. ¡Usted puede quedar sin deudas!
- 4. Sea Propietario Nuevamente**
Volver a ser propietario será posible en varios años.
- 5. ¡Paz!**
Termine ya con los dolores de cabeza de una mala inversión. La tranquilidad luego de resolver este problema será mayor si lo hace bien.

Llame hoy para trabajar con un PROFESIONAL

José Estrella
Tel. (978) 361-5994

300 Essex Street
Lawrence MA
Tel. (978) 687-8600



STAR
REAL ESTATE COMPANY
www.starrealestatecompany.com

www.starrealestatecompany.com

CONTINUES FROM PAGE 2

PARK: One Park in One day!



Voluntarios ayudan a decorar el mural a la entrada del parque.

Volunteers help decorate the mural at the entrance of the park.

place to play every day in order to be active and healthy. KaBOOM! is a national non-profit organization dedicated to saving play. For 15 years, KaBOOM! has been fighting the Play Deficit and saving play by ensuring there is a great place to play within walking distance of every child.

The new playground provides more than 1,000 children in the Lawrence community with a safe place to play. Currently, the children who attend Arlington Elementary School and the children in the neighborhood do not have a playground within walking distance to enjoy. The project is a continuation of the effort to create a Promise Neighborhood,

Arlington Community of Excellence, which includes partnerships between Groundwork Lawrence, The Community Group, the City of Lawrence and Lawrence Public Schools. The goal is to develop a comprehensive plan that better integrates programs between local non-profit and government agencies to build a continuum of academic, family and community support for children.

This playground is the first built by KaBOOM! and New Balance Foundation in an effort to fight the Play Deficit and save play. The project is one of more than 200 playground builds KaBOOM! will lead across the country in 2011 in an effort to provide a great place to play within walking

distance of every child in America.

In addition to the community-built playground, the new play area will also include Imagination Playground in a Cart – a breakthrough playspace concept designed by architect David Rockwell to encourage child-directed, unstructured free play. Via manipulable loose parts and natural elements like sand and water, Imagination Playground in a Cart allows children to constantly change their environment and design their own course of play.

The Arlington Elementary School is located at 150 Arlington St., in Lawrence, MA.

CARTAS AL EDITOR

RUMBO
315 Mt. Vernon Street, Lawrence MA 01843
Email: editor@rumbonews.com

Las cartas deben tener menos de 300 palabras de largo. Favor de incluir un número de teléfono o dirección electrónica para confirmar quién la envía.

Carta abierta dirigida a la comunidad de parte de los padres, feligreses y amigos de la escuela Santa María de la Asunción

Estamos tristes y decepcionados al tener que informar que los heroicos esfuerzos realizados en las últimas semanas para recaudar fondos suficientes y generar garantías a largo plazo de los procedimientos operativos y de solvencia financiera de nuestra Escuela Parroquial, según la Oficina de Escuelas Católicas y la Arquidiócesis de Boston no cumplían con lo esperado para aprobar y apoyar la continuidad en el funcionamiento de nuestra querida e histórica escuela. La escuela fue cerrada oficialmente el 10 de

POR FAVOR VEA **CARTAS**
CONTINÚA EN LA PAGINA 20

¡AHORA 1 SUBASTA SEMANAL!



SUBASTA PUBLICA DE AUTOS

¡VENGA A LA SUBASTA SEMANAL!

SÁBADOS A LAS 11 AM

INSPECCIONES 2 HORAS ANTES DE LA SUBASTA

EL ÚNICO LUGAR EN TODA EL ÁREA CON SUBASTAS DE AUTOS ABIERTAS AL PÚBLICO

¡COMPRE DONDE LOS VENEDORES COMPRAN!

CIENTOS DE VEHÍCULOS: ¡NO HAY OFERTA MÍNIMA!
PRECIOS MUY REDUCIDOS: LA MAYORÍA DE LOS AUTOS SE VENDEN POR \$500 Ó MENOS.

CAPITAL AUTO AUCTION

"La Subasta de Autos Oficial del Salvation Army"
190 Londonderry Turnpike (28 Bypass)
Manchester, NH 03104
Salida 1 de la Rt. 101 Este
(603) 622-9058

Wendy Y. Estrella

ESTRELLA LAW OFFICES, PC

- Inmigración
- Bancarrota
- Bienes Raíces
- Divorcios
- Manutención
- Custodia
- Casos criminales
- Problemas de Inquilino/Propietario
- Accidentes de Auto
- ...y otros



Llame hoy para una consulta y le daremos el trato profesional que usted merece.

(978) 683-5025

300 Essex Street, 2do piso
Lawrence, MA 01840

70 Washington Street,
Suite 220. Salem, MA 01970

Estrella Law Offices, PC
(978) 683-5025
www.estrellalaw.com

Nuevo servicio para las personas con autismo y Alzheimer en Lawrence

SafetyNET por LoJack es un servicio que ayudará al Departamento de Bomberos de Lawrence a proteger a los residentes de Lawrence con autismo y la enfermedad de Alzheimer de los peligros de andar errantes.

Un nuevo servicio que trabaja directamente con las agencias locales de seguridad pública y está diseñado para personas con autismo y la enfermedad de Alzheimer que están en riesgo de salir sin supervisión ya está disponible en Lawrence. El Departamento de Bomberos de Lawrence y LoJack SafetyNET han trabajado juntos

para llevar el servicio de SafetyNET por LoJack para la comunidad. La cuota de inscripción de \$99 para este nuevo servicio disponible no se cobrará a los cuidadores interesados del Condado de Essex durante el mes de junio.

El servicio SafetyNET proporciona a las agencias de seguridad pública las herramientas y capacitación para buscar con más eficacia y rescatar a personas que podrían o son propensos a vagar y perderse. También ayuda a quienes los cuidan a proporcionar una capa adicional de protección para los seres queridos con

condiciones cognitivas de la amenaza que este comportamiento pueda tener en su vida.

El Departamento de Bomberos de Lawrence ha sido entrenado y certificado en el servicio de SafetyNet, así como equipado con equipos de búsqueda y rescate. Ahora pueden usar el servicio SafetyNET para encontrar y rescatar a las personas en riesgo de perderse. El servicio será utilizado para complementar las tradicionales búsquedas y salvamento. Los receptores de búsqueda y rescate de SafetyNet, la certificación del entrenamiento y apoyo continuo se proporcionan sin costo alguno para el Departamento de Bomberos de Lawrence o los residentes contribuyentes.

celular y el GPS, la señal no se basa en redes celulares o señales de los satélites y, a menudo puede ser rastreado cuando un cliente se pierde en un cuerpo de agua poco profunda, un área densamente arbolada, una estructura de concreto como un garaje, o un edificio construido con acero.

Los receptores de búsqueda y salvamento utilizado por agencias de seguridad pública puede detectar la señal de radiofrecuencia emitida por un brazalete de SafetyNet normalmente dentro de un rango de aproximadamente una milla en búsquedas sobre el terreno y de 5 a 7 millas en búsquedas en helicóptero.

El entrenamiento para la certificación de SafetyNet para agencias de seguridad pública se centra en sus equipos electrónicos especializados, la tecnología, y los procedimientos de cómo comunicarse efectivamente con las personas que tienen condiciones cognitivas. La base de datos de SafetyNet es segura y contiene información sobre cada cliente inscrito en el servicio para que el equipo de búsqueda y rescate puedan tener información sobre los hábitos personales del individuo y cómo él o ella debe ser abordado, hablado y consolado.

Para obtener más información acerca del servicio SafetyNET, por favor llame al (877) 4-FIND-THEM (877-434-6384) ó visite www.lojack.com/SafetyNET. Una prueba de 30 días sin obligación está disponible para los guardianes interesados.

¿Cómo funciona el Servicio de SafetyNet

Una vez que una persona inscribe a su ser querido en el servicio, recibe una pulsera de SafetyNet, que es usada por la persona en riesgo típicamente en la muñeca o el tobillo. El guardián proporciona información sobre el cliente para ayudar en la búsqueda y rescate, que luego entra en una base de datos segura. LoJack SafetyNET proporciona apoyo médico de emergencia las 24 horas, 7 días a la semana.


La pulsera de SafetyNet constantemente emite una señal de radiofrecuencia. Radiofrecuencia es la tecnología preferida porque, a diferencia de la tecnología



PARA TODO TIPO DE SEGURO

**Personales
Automóviles
Casas
Negocios**


* Tarifas bajas para seguro de AUTOS y CASAS
* Sin depósito con EFT



SE HABLA ESPAÑOL

DEGNAN INSURANCE AGENCY, INC.


85 Salem Street., Lawrence MA 01843
TEL. (978) 688-4474 . FAX (978) 327-6558
WWW.DEGNANINSURANCE.COM



LAWRENCE FAMILY DOCTORS
101 Amesbury Street, Suite 204
Lawrence, MA 01840
Tel. (978) 688-1919
Fax. (978) 688-1923

Medicina Interna
Pediatria
Ginecología

Especialistas en Cuidado de Diabetes



DR. JOEL GORN,
MEDICAL DIRECTOR

BRUCE KATER, CS, FNP,
FAMILY PRACTITIONER

LLAME HOY PARA UNA CITA
Tel. 978.688.1919

HABLAMOS ESPAÑOL

New service for people with autism and Alzheimer's in Lawrence

SafetyNet by LoJack Service Will Help The Lawrence Fire Department Protect Lawrence Residents with Autism and Alzheimer's from the Dangers of Wandering

A new service that works directly with local public safety agencies and is designed for people with autism and Alzheimer's who are at risk of wandering is now available in Lawrence. The Lawrence Fire Department and LoJack SafetyNet have worked together to bring the SafetyNet by LoJack service to the community. The \$99 enrollment fee for this newly available service will be waived to interested Essex County caregivers throughout the month of June.

The SafetyNet service provides public safety agencies with the tools and training to more effectively find and rescue individuals who could or are prone to wandering and becoming lost. It also helps caregivers provide an added layer of protection for loved ones with cognitive conditions from the life-threatening behavior of wandering.

The Lawrence Fire Department has been trained and certified on the SafetyNet service, as well as equipped with search and rescue equipment. They can now use the SafetyNet service to find

and rescue people at risk who go missing. The service will be used to supplement traditional search and rescue operations. The SafetyNet Search and Rescue Receivers, certified training and ongoing support were provided at no cost to the Lawrence Fire Department or resident taxpayers.

How the SafetyNet Service Works

Once a caregiver enrolls their loved one in the service, they receive a SafetyNet Bracelet, which is worn by the person at risk typically on their wrist or ankle. The caregiver provides information about the client to assist in search and rescue, which is then entered into a secure database. LoJack SafetyNet provides 24 hour, 7 days a week emergency caregiver support.

The SafetyNet Bracelet constantly emits a Radio Frequency signal. Radio Frequency is the technology of choice because, unlike cellular and GPS technology, its signal doesn't rely on cellular networks or satellite signals and can often be tracked when a client

PLEASE SEE **SERVICE**
CONTINUES ON PAGE 14

INAUGURAN CON ÉXITO EL TORNEO DE VERANO DE BASEBALL 2011

Liga Roberto Clemente de Lowell



Categoría de 13-16
Coaches: Robert Albrincoles, Melvin Acevedo, Myriam Medina.

La liga de Baseball de Lowell Roberto Clemente Inauguró su torneo de verano el sábado, 28 de mayo en el parque de Baseball Ryan Field donde hubo gran entusiasmo en el público presente.

La presidenta de la liga Sra. María Claudio dio las más sinceras gracias a todos los presentes y orientó a los padres a mantener siempre la educación escolar

y luchar siempre por la familia. El lanzamiento de la primera bola por el señor Bienvenido Zayas, para dar inicio a lo que sería el Juego de Exhibición de los Broncos de Boston.

El Director Técnico Prof. Nelson Silvestre como invitado especial dio las gracias en nombre del Ministerio de Estado de Educación Física y Recreación "Midrec".



Methuen Health & Rehabilitation Center

480 Jackson Street Methuen, MA

Lugar de Transición y de cuidado a largo plazo

- Departamento de terapia interna con personal altamente capacitado
- El más avanzado equipo de rehabilitación
- Terapia disponible los 7 días de la semana
- Se ofrecen clases de reemplazo de coyunturas
- E-stim/Diathermy/Ultrasound para incontinencia urinaria, fortalecimiento, y cuidado de lesiones y dolor

**NUESTRO PERSONAL HABLA ESPAÑOL
TENEMOS COMIDA HISPANA DISPONIBLE. ALMUERZOS,
UNA VEZ AL MES, CON COMIDA HISPANA PARA
NUESTROS RESIDENTES LATINOS.**

**LLÁMENOS HOY PARA UNA GIRA POR EL CENTRO
978-686-3906**

METHUEN'S OLDEST MEMORIAL COMPANY



Methuen Memorials

466 Merrimack Street
Methuen, MA 01844
Tel. (978) 686-4312
Ruta 110 Este, frente a Simone Farm

**PRESENT THIS CERTIFICATE AND RECEIVE \$100 OFF
THE PURCHASE OF A MONUMENT**

**PRESENTE ESTE CERTIFICADO Y RECIBA \$100
DE DESCUENTO EN LA COMPRA DE UNA LAPIDA**

CANNOT BE COMBINED WITH ANY OTHER OFFER

LÁPIDAS DE AMOR Y RESPETO PARA NUESTROS SERES QUERIDOS

LA COMPAÑÍA MÁS ANTIGUA DE LAPIDAS EN METHUEN



*** **SERVICIO DE TRADUCTOR DISPONIBLE
FAVOR DE LLAMAR PARA UNA CITA** ***

¡NUESTRA FAMILIA SIRVIENDO A SU FAMILIA!

La tradición de crear un monumento para honrar a un ser querido es tan antigua como la humanidad misma. Es parte de nuestro deseo natural de demostrar nuestro amor y respeto por aquellos que han tocado nuestras vidas. Es una poderosa manera de expresar nuestros sentimientos de una manera creativa y duradera.

OUR FAMILY SERVING YOUR FAMILY!

The tradition of creating a memorial to honor a loved one is as old as humanity itself. It is part of our natural desire to show our love and respect for those who have touched our lives. It is a powerful way to express our feelings in a creative and enduring way.

466 Merrimack St. | Methuen, MA 01844
Tel. 978-686-4312

Croteau honrado en la Escuela Wetherbee

La Escuela Wetherbee, estudiantes y profesores sorprendieron al Sub Director Scott Croteau con un premio por su dedicado apoyo al programa Destination Imagination (Destino Imaginación).

Destino Imaginación fomenta el ingenio y la creatividad de los estudiantes, desafiándolos a resolver problemas y presentar su solución como un grupo - por lo tanto fortaleciendo sus habilidades de comunicación, mientras que son alentados a trabajar en equipo.

Scott Croteau se ha comprometido a mantener vivo este programa y aún con problemas de salud durante el año escolar, ha permanecido a la disposición de sus estudiantes, les ayudó con sus proyectos y siguió facilitando diversas actividades en el programa.

El Representante Paul Adams expresó su aprecio por el Sr. Croteau en una asamblea de la escuela diciendo, "Hay alguien entre nosotros que ha sacrificado mucho y ha pasado mucho tiempo en el servicio de los demás - incluyendo a muchos de ustedes - a través de su compromiso con Destino Imaginación y el bien que hace. El siempre lo ha hecho sin esperar nada a cambio."

Después que el Sr. Croteau fue honrado, por un grupo de estudiantes en el programa que montaron una escena que ellos crearon juntos, transmitiendo la importancia del trabajo en equipo. El Representante



Paul Adams, Asistente del Director Scott Croteau y el asesor del programa y padre de un estudiante Dan Fallon, elogiaron al equipo por su ardua labor y gran trabajo en este proyecto.

"Asesores dedicados como el Sr. Croteau son esenciales para el éxito de programas como Destino Imaginación", dijo el Representante Adams.

Rep. Paul Adams (middle), Assistant Principal Scott Croteau (left) and program advisor/parent Dan Fallon (right) with the cast taking part on the skit in his honor.

Croteau honored at the Wetherbee School

The Wetherbee School, students and faculty surprised Assistant Principal Scott Croteau with an award for his dedicated support of their Destination Imagination program.

Destination Imagination fosters the wit and creativity of students by challenging them to problem solve and to present their solution as a group - thereby strengthening their communication skills while encouraging teamwork.

Scott Croteau has been committed to keeping this program alive and—even with recent health related challenges—has remained available to his students, helped them with their projects and continued to facilitate various activities in the program.

Representative Paul Adams expressed his esteem for Mr. Croteau at a school assembly stating, "There is someone amongst us that has sacrificed much and spent a great deal of time in the service of others—including many of you—through his commitment to Destination Imagination and the good that it helps deliver. He's always done so with no expectation of anything in return."

After Mr. Croteau was honored, a group of young ladies in the program put on a skit—which they created together—that conveyed the importance of teamwork. Rep. Paul Adams, Assistant Principal Scott Croteau and program advisor/parent Dan Fallon commended the team for their hard work and great job on this project.

"Dedicated advisors like Mr. Croteau are essential for the success of programs such as Destination Imagination," said Rep. Adams.

Free Testing for
Chlamydia
Gonorrhea
Syphilis • Hepatitis C

Free Services for
HIV Testing
Hepatitis A & B
Vaccinations

Knowing is Healthy
Saberes Saludable

Se Ofreceran
Pruebas Gratis de:
Vacunación Contra
Hepatitis AyB

Se Ofreceran
Pruebas Gratis de:
Clamidia • Gonorrea
Sífilis • Hepatitis C
VIH

Greater Lawrence Family Health Center
CSS Community Based Programs
Prevention & Education Dept.
11 Lawrence Street - 3rd Fl. - Lawrence
978-685-7663 • www.glfhc.org

Smile OF THE MONTH | **SONRISA DEL MES**

CONGRATULATIONS!
¡FELICITACIONES! LISOMAR RIVERA

BRACES BY BURKE

John P. Burke, D.M.D.
21 George Street
Lowell MA 01852
Tel. (978) 454-0774

ALL INSURANCES ACCEPTED | SE ACEPTAN TODO TIPO DE SEGUROS

Presente este anuncio para una **CONSULTA GRATIS**

¡PIERDA HASTA 40^{LBS} EN 40 DÍAS!

La Dieta HCG
No tiene efectos secundarios
No pasaras hambre
Rápida & Segura

UNA DIETA QUEMA GRASA MARAVILLOSA

PÉRDIDA DE PESO SUPERVISADA POR UN MÉDICO
Director Médico
Dr. Edward Hathchigan
Deaconess Hospital, Boston

63 Park Street Village - Andover, MA
(978) 475-7700
www.weightlossandaesthetics.com

Administrando el dinero como una pareja

Una entrenadora de finanzas ofrece consejos para hacer lo correcto

Combine el factor de divorcio para las nuevas parejas que ronda el 50 por ciento con una variedad de estudios que sugieren que el dinero es el tema más polémico de pareja, y se obtiene una fórmula para el desastre. Sin embargo, un experto considera que no tiene por qué ser así.

Jane Honeck, CPA y autora de *The Problem With Money? It's Not About the Money* (El problema con el dinero? ¡No es por el dinero!) (Www.theproblemwithmoney.com), cree que, si bien una encuesta *SmartMoney Magazine* reveló que el 70 por ciento de todas las parejas hablan acerca del dinero al menos una vez a la semana, la comunicación no es muy eficaz. Honeck tiene algunos buenos consejos que pueden ayudar a las parejas hacer los argumentos sobre el dinero en una cosa del pasado.

"Centrarse en una visión global y un plan de dinero son dos aspectos que los moverá en la misma dirección", dijo. "Una vez que haya hecho eso, las pequeñas decisiones cotidianas sobre en qué gastar su dinero serán resueltas por sí mismas con poco o ningún esfuerzo. Cuando tenemos una comunicación clara y sabemos por qué hacemos algo, el 'qué hacer' con nuestro

dinero es fácil."

Los consejos de Honeck incluyen:

- **Hablar -- hablar, hablar, hablar.** El dinero como el sexo sigue siendo un tema tabú y que a menudo no tiene una idea clara acerca de cómo nuestra pareja piensa o siente sobre el dinero.
- **Buscar Balance - Balance de poder** alrededor del dinero. Una persona que hace todas las decisiones y tiene todo el control es una receta para el desastre. Encuentren maneras para que ambos tomen parte igualmente en todas las decisiones sobre el dinero.
- **Tomar Decisiones - Decidan juntos** lo que es mío, tuyo y nuestro. La mayoría de las parejas tienen su propio sistema híbrido de lo que funciona mejor. Encuentren cuál es el mejor para los dos.
- **Definan su propio sistema - Dispongan** de un sistema de manejo de dinero claramente definido todo el camino desde quien maneja el correo hasta quien envía los cheques. Sin un plan operativo bien pensado, las cosas tienden a olvidarse.
- **Aborden los problemas - Cuando las cosas se ponen difíciles, aborden los problemas de inmediato** (no hay secretos permitidos). Evitar el problema sólo hace

que sea más tóxico y abre una brecha en la relación.

- **Realicen chequeos - Programe una revisión anual de dinero entre sí.** Las cosas cambian y al igual que nuestra salud física, el manejo de dinero necesita una revisión anual para mantenerlo sano y pertinente.
- **Hable un poco más - Hable, hable y hable un poco más.** Lo más importante es tener una comunicación abierta sin culpa y vergüenza. Todos tenemos obsesiones en torno al dinero. Trate a su pareja con compasión.

"En un final, las parejas no necesitan discutir sobre dinero", añadió. "Y no se trata sólo de la comunicación. Se trata de hacer un plan y ajustarse a él juntos. La información le dará poder sobre sus finanzas. No hablar de ellos, no hacer un plan de coordinación y no como un equipo lo hará una víctima de sus finanzas. Si usted controla sus finanzas, ellas nunca lo controlarán a usted o su matrimonio."

How to Manage Money as a Couple

Money Coach Offers Tips for Doing It Right

Combine the expectation of divorce for new couples hovering around 50 percent with a variety of studies that suggest money is the most divisive topic for couples, and you get a formula for disaster. But one expert thinks it doesn't have to be that way.

Jane Honeck, CPA and author of *The Problem With Money? It's Not About the Money!* (www.theproblemwithmoney.com), believes that while a *SmartMoney Magazine* survey revealed that 70 percent of all couples talk about money at least once a week, the communication isn't very effective. Honeck has some good advice that can help couples make arguments about money a thing of the past.

"Focusing on an overall vision and money plan will keep both of you moving in the same direction," she said. "Once

PLEASE SEE **MONEY**
CONTINUES ON PAGE 18



RESTAURANTE FAMILIAR

Cene Acariciado por las brisas del Rio Merrimack...

DISPONIBLES PARA ACTIVIDADES COMO:

- Bodas
- Bautizos
- Cumpleaños
- Despedidas de Solteras
- Baby Showers

PODEMOS ACOMODARLES SUS NECESIDADES

LLAME PARA UNA CITA

Nuestro Menu Completo está disponible para llevar

ABIERTO DE MARTES A DOMINGO DESDE LAS 8AM HASTA EL CIERRE

LUNES ABIERTO SOLA PARA FUNCIONES PRIVADAS



Route 110, Methuen
978-688-5021

www.jacksonsrestaurantltd.com

TENARE'S TIRE SHOP
AUTO REPAIR
NEW & USED TIRES

GOMAS NUEVAS & USADAS

ABIERTO LOS **7** DIAS DE LA SEMANA
24 HORAS AL DÍA

348 BROADWAY
LAWRENCE, MA 01841
978.327.6802

BRIAN DE PEÑA

Centro de Salud Celebró Beneficio IN PINK



Los invitados de Riverside Realty, uno de los auspiciadores de In Pink incluyen a Kate Martin, Sheryl Hernández, Paula Duggan and Eileen Bradley.

Guests of Riverside Realty, one of the IN PINK sponsors, include Kate Martin, Sheryl Hernandez, Paula Duggan and Eileen Bradley.



Anna Torres, Gerente de Práctica Asociada de la Clínica del GLFHC de la Calle Haverhill, modela un espectacular traje de verano.

Anna Torres, Associate Practice Manager at GLFHC's Haverhill Street clinic, models a stunning summer dress.



Angela Rosario compartió su historia de cómo el Grupo de Apoyo 'Yo puedo' le dio el apoyo emocional y la ayuda financiera necesaria para poder arreglárselas con el diagnóstico de cáncer del seno.

Enjoying the festivities is Angela Rosario, who shared her story of how the I Can Cope support group gave her the emotional support and financial help to cope with her breast cancer diagnosis.

Health Center Celebrates IN PINK Benefit

More than 150 supporters recently joined with the Greater Lawrence Family Health Center to celebrate its 2nd annual IN PINK Brunch and Fashion Show at Chester's in Lawrence. While enjoying brunch, guests viewed the latest clothes in vogue and bid on trendy purses and upscale jewelry.

This special event raised \$8,600 in support of the Health Center's I Can Cope program, the first and only Spanish-speaking breast cancer support group in the Merrimack Valley. This program currently provides education and counseling to more than 50 women with breast cancer diagnoses. The IN PINK fundraiser helps to pay for post mastectomy products and fittings not included in many women's insurance benefits.

Más de 150 partidarios recientemente se unieron al Lawrence Family Health Center para celebrar su segundo año En Rosa con un Almuerzo y Desfile de Modas en Chester en Lawrence. Mientras disfrutaron del desayuno-almuerzo, los invitados pudieron ver la última moda en ropa de y una oferta

en bolsos de moda y joyería de lujo. Este evento tan especial recaudó \$8,600.00 en apoyo del programa del Centro de Salud 'Yo Puedo', el primer y único grupo de apoyo en el Valle de Merrimack a víctimas de cáncer del seno que hablan español. Este programa actualmente proporciona educación y asesoramiento

a más de 50 mujeres con diagnósticos de cáncer de mama. La recaudación de fondos EN ROSA ayuda a pagar por los productos después de la mastectomía y accesorios no incluidos en los beneficios del seguro de muchas mujeres.

LUNES A VIERNES | 11AM - 12PM



MICRÓFONO ABIERTO

¡Lo diferente del dial!

Entrevistas
Noticias Locales, Nacionales e Internacionales
Comentarios
Música
¡Y Mucho Más!



Carmen Chalas "La Embajadora" Productora & Conductora



TELEFONOS EN CABINA
978.689.2900 & 978.681.1110

ESCUCHA EN VIVO: www.WCEC1490AM.com

SACRED HEART APARTMENTS

NUEVA COMUNIDAD PARA MAYORES DE 55 AÑOS!
Aceptamos Sección 8



Rentas:

- 1 dormitorio \$897
- 2 dormitorios \$1073

- Para familias con una o más personas de 55 años de edad o mayor
- Calefacción y agua caliente incluidos en la renta
- Calefacción y aire acondicionado central
- Electrodomésticos de acero inoxidable y con certificación de Energy Star
- Amplios ventanales que proporcionan abundante luz natural
- Los pisos son de madera original que ha sido restaurada
- Gimnasio
- Ascensores en todos los edificios
- Espacios de almacenamiento gratis (bauleros) en todos los edificios
- Salón de usos múltiples
- Lavanderías en áreas comunes
- No se permite fumar
- Servicio de mantenimiento gratuito disponible 24 horas al día 7 días a la semana y días feriados
- Se permite tener mascotas
- Transportación (autobús de MVRTA) pública disponible
- Cercana a la estación del tren
- A una distancia excelente para caminar de cafés, restaurantes y negocios
- Cercana a las rutas 495, 93, 114, 28 y 125

¿Le gustaría poder pasar los días festivos con su familia SIN tener necesidad de empacar?

SACRED HEART APARTMENTS

LIVING WELL by DESIGN®

LLAME O ENVÍE UN E-MAIL PARA OBTENER UN FORMULARIO DE SOLICITUD

Sacred Heart Apartments
23 Hawley Street, South Lawrence, MA 01843
t: 978.682.0072 | f: 617.338.4346 | TTY: 711
e: sacredheart@beaconcommunitiesllc.com

A BEACON rental community



iSalud!

FREE! TAKE ONE | GRATIS

PATROCINADO POR:
SPONSORED BY:



SENIOR WHOLE HEALTH®
Simple. Seguro. Independiente.

06 | 15 | 2011 | Suplemento Especial de **Rumbo**

DALIA DÍAZ

**NOS CUENTA SU EXPERIENCIA
TELLS US HER STORY**

**ESTAMOS RODEADOS DE BUENOS
RECURSOS PARA CAMBIAR A UN ESTILO
DE VIDA SALUDABLE**

**WE ARE SURROUNDED BY GOOD
RESOURCES TO CHANGE TO A
HEALTHY LIFESTYLE**

**TOPS' TEN
OVERRATED
RESTAURANT
ITEMS**



Arlene's Story

**La historia
de ARLENE**



**Un plan de salud que las
personas mayores se merecen.**

SWH
SENIOR WHOLE HEALTH®
Simple. Seguro. Independiente.

**1-888-566-3526 (Gratuito)
1-888-749-6455 (TTY)
www.seniorwholehealth.com**

*Senior Whole Health es
un plan de salud para personas
mayores de 65 años o mas que
tienen MassHealth Standard.*

Ya era tiempo de tomar control... ¡Me siento muy bien!



Este cambio de estilo de vida ha sido la empresa más importante que he realizado para mi beneficio personal y la más gratificante. Yo soy muy crítica de mi aspecto y me miro en el espejo de la manera en que otros me miran, no vanidosamente, pero crítica. Quiero lucir bien y ser profesional en mi ropa y si un artículo es demasiado apretado, demasiado corto, demasiado revelador, me cambio de ropas.

También soy muy ahorrativa, no pago el precio regular por nada por lo tanto no me dejo tentar por las tendencias de la moda que estará pasada para el próximo año y tengo piezas en mi armario desde hace 20 años que no pensaré que son tan viejas. Aún teniendo exceso de peso, yo puedo lucir bien porque me tomo el tiempo para juzgar cómo me veo.

Entonces, ¿cuál fue mi motivación para cambiar mis hábitos alimenticios y perder peso? Los consejos de mis médicos. Durante años me han estado diciendo que la mejor manera para controlar la presión arterial alta y la diabetes es a través de mi dieta y ejercicio. La idea de pasar hambre nunca me tentó y aquellos de ustedes que han estado siguiendo mis progresos de las últimas seis semanas saben que odio sudar por lo que nunca hice nada físico.

La gente de Advanced Weight Loss System han sido mis amigos durante muchos años y que me convencieron de que estaba

equivocada en mi forma de pensar. Marielle Riendeau me mostró un plan de 1,000 calorías, que consiste en tres comidas y dos meriendas a media mañana y a media tarde. Incluso había algunas sugerencias para la noche en caso de que quisiera comer algo más tarde.

Lo más importante es que me mantenga alejada de las comidas rápidas o platos preparados que repletos de químicos, azúcar y sal. La Internet tiene una gran cantidad de información sobre el valor nutritivo de las comidas rápidas y cada cadena ofrece la verdad acerca de sus hamburguesas y ensaladas. Para mi sorpresa, una de las ensaladas grandes con queso y ricos aderezos que yo devoraba con avidez tan a menudo tiene las mismas 1,000 calorías que el conjunto permitido bajo este plan. Me pareció tan razonable que tuve que acceder.

El primer paso fue ver al Dr. Edward Hathchigan. Él pidió una copia de mi electrocardiograma más reciente y los resultados de los análisis de sangre. Empecé este reto el 1ro de mayo y la primera semana la pérdida fue enorme (8 ¾ libras), pero esto se esperaba debido a que la primera semana es líquidos primordialmente.

Sentía que estaba comiendo todo el día porque tenía que planear cuándo y qué comer. Yo les mostré una foto de un desayuno típico consistiendo en una tortilla de dos huevos con verduras (espinacas, pimientos verdes, col rizada, brócoli, etc.) que me mantiene satisfecha toda la mañana. La mayoría de los días no necesitaba una merienda a media mañana. Otros días yo puedo comer un pedazo de pan tostado y una fruta (fresca o congelada) de una larga lista para el desayuno.

El almuerzo y la cena se componen de proteínas (carne de res, pollo, pavo, ternera o el atún en conserva) y, afortunadamente, no hay que contar calorías, medir o pesar los alimentos. Mi medida es la palma de mi

It was time to take control... I feel great!

This lifestyle change has been the most important venture I have undertaken for my sole benefit and the most rewarding. I am very critical of my appearance and look at myself in the mirror the way others would look at me, not conceited but critical. I want to look good and be professional in my attire and if an item was too tight, too short, too revealing, I would change into something else.

I am also very thrifty, never pay full price for anything so I don't fall for fashion trends that will be out of style next year and I have pieces in my wardrobe from 20 years ago that you

wouldn't tell they are that old. Even being overweight I could look good because I took the time to judge myself on how I looked.

So, what was my motivation behind changing my eating habits and losing weight? My doctors' advice. For years they have been telling me that the best way to control high blood pressure and diabetes is through my diet and exercise. The idea of going hungry never tempted me and those of you who have been following my progress for the past six weeks know that I hate to perspire so I never did anything physical.

The people of Advanced Weight Loss System have been my friends for many years and they convinced me that I was wrong in my thinking. Marielle Riendeau showed me a 1,000 calorie plan consisting of three meals and two snacks mid-morning and mid-afternoon. She even had some suggestions for the evening in case I wanted to eat something at night.

The most important thing was to stay



mano. La carne no debe ser más grande que eso y, por supuesto, acompañado de dos tipos de verduras.

El 8 de mayo, Día de las Madres, me fui el asa de mi hija para una comida al aire libre y comí dos salchichas italianas, un pedazo de pollo, algunas verduras preparadas con mayonesa y otras salsas más un pequeño pedazo de bizcocho de chocolate. Cuando me fui a pesar el martes, sufrí tremenda decepción porque había aumentado dos libras y sentí que había sido en vano.

La Dra. Patty y Marilyn son maravillosas animando y dando el asesoramiento adecuado, sobre todo cuando las cosas no salen como se esperaba. Me pusieron de nuevo en marcha y para la próxima edición ya había perdido las dos libras más 1 ¼ y había bajado un total de 10 libras. A partir de ese momento, la pérdida fue lenta, pero, siempre me decían: "La pesa va en la dirección correcta."

Los cambios físicos son notables porque me sentía mejor, más ligera, pero realmente desperté cuando al cabo de un mes, el 1 de junio, Marielle me tomó medidas y las comparó con las del primer día en el programa. Había perdido cuatro pulgadas en mis caderas, 4 pulgadas en la cintura y 4 pulgadas (por desgracia) en mi busto. ¡Eso me convenció! Empecé a probarme las cosas en mi armario y me servían de nuevo.

En un mes, de acuerdo con el analizador de composición corporal utilizado por Advanced Weight Loss mostró que mi IMC (índice de masa corporal) bajó de 31.4 a 29.3; la masa de grasa cambió de 75.6 libras ó 41.3% a 66.0 libras ó 38.6% y lo deseable es que sea de 26.2 a 38.8 libras o de 20 a 27%.

Aunque no llegué a las 40 libras que era mi meta, ¡soy una ganadora de todas formas! Si no he perdido más peso estoy segura de que fue porque no tomé suficientemente en serio el ejercicio, de lo contrario, lo habría logrado. Sólo en las últimas dos o tres semanas he aumentado la frecuencia y la cantidad que me llevó a los resultados de hoy. Con frecuencia me encuentro comiendo afuera y a veces no tengo opciones de menú, todavía, puedo controlar las porciones y las opciones. El hecho de que el pan y la

mantequilla están sobre la mesa, no quiere decir que tengo que comerlo.

Este nuevo estilo de vida se ha arraigado en mi cabeza hasta el punto que sé que voy a seguir comportándome de la misma manera. Parece que estoy comiendo todo el día porque me llevo al trabajo los alimentos adecuados para tenerlos disponibles en cualquier momento que los quiera, en vez de correr a la máquina de dulces para una solución rápida o comer un bagel con queso crema para el desayuno porque me fui de la casa sin comer.

Mi nivel de azúcar bajó de más de 200 a niveles casi normales, un poco más de 100 (que debe estar entre 70 y 100), y no ha habido problemas relacionados con mi presión arterial.

Estoy entrando en la ropa que me quedaba demasiado ajustada e incluso he ido a las tiendas en busca de las nuevas modas. (¡Ese es un efecto secundario de verme bien!)

Yo rara vez dejo de ir un día a la YMCA de Lawrence o Andover y me siento muy bien.

El mejor consejo que le puedo dar a alguien en proceso de bajar de peso es que no se desanimen si fallan un día y suben algunas de las libras perdidas.

El viernes pasado asistí a la Cena VIP de Semana Hispana y la tentación fue mucha para resistirme. El Pez Dorado preparó tantos platos diferentes que quise probar un poquito de cada uno. Todos esos "poquitos" se convirtieron en un plato enorme. Todo (incluso la panetela del postre que estaba mojadita con almibar) estaba mejor de lo que Saturnino Peralta, más conocido como "Show" acostumbra a hacer.

El día antes, el jueves, mi peso fue de 166 lbs. Pero cuando volví a Advanced Weight Loss el sábado, había subido 4.

No se desilusione si eso le sucede porque puede regresar a la rutina anterior inmediatamente.

Mi última sesión para esta serie fue este martes pasado y el total fue de 23 lbs. perdidas con un total de 162 lbs.

Dentro de un mes voy a escribir de nuevo sobre mi progreso - porque espero verme aún mejor. ¡Ahora estoy siendo vanidosa!

away from fast foods or prepared meals that are loaded with chemicals, sugar and salt. The Internet has a wealth of information on the nutritional value of fast foods and each chain offers the truth about their burgers and salads. To my surprise, one of those big salads with cheese and heavy dressings that I eagerly devoured for lunch so often has the same 1,000 calories that her entire program allowed. It sounded so reasonable that I agreed.

The first step was seeing Dr. Edward Hathchigan. He requested a copy of my most recent EKG and blood test results. I started this challenge on May 1st and the first week the loss was huge (8 ¾ lbs) but it was expected because the first week it is mostly fluids.

I felt that I was eating all day long because I had to plan when and what to eat. I showed a picture of a typical breakfast consisting of a two egg omelet with lots of greens (spinach, kale, green peppers, broccoli, etc.) that carried me all morning. Most days I didn't need a snack. Other days I could have a piece of toast and a fruit (fresh or frozen) from a long list for breakfast.

Lunch and dinner consists of protein (beef, poultry, veal or canned tuna) and fortunately, there's no calorie counting, measuring or weighing of the food. My measurement is the palm of my hand. The meats should not be bigger than that and of course, accompanied by two kinds of

vegetables.

On May 8th, Mothers' Day, I went to my daughter's for a cookout and I had two Italian sausages, a piece of chicken, some vegetables prepared with mayonnaise and other sauces plus a small piece of chocolate cake. By Tuesday, I was so disappointed to have gained 2 lbs. that I felt it had been in vain.

Dr. Patty and Marilyn are wonderful encouraging and giving the right advice, particularly when things don't go as expected. They put me back on track and by the next edition I had lost those two pounds plus another 1 ¼ and I was down 10 pounds. From that point on, the loss was slow but, as they always told me, "The scale is going in the right direction every time."

The physical changes were noticeable because I was feeling better, lighter but it really clicked when after one month, on June 1st, Marielle took my measurements and compared them to my first day on the program. I had lost 4 inches on my hips, 4 inches on the waist and 4 inches (unfortunately) on my bust. That did it for me! I started trying on things in my closet and they fit me again.

In one month, according to the Body Composition Analyzer used by Advanced

CONTINUES ON NEXT PAGE
DALIA'S STORY

5 motivos para enrolar con SWH.

- ✓ \$0 de copagos por todos los servicios
- ✓ Cobertura dental sin costo alguno
- ✓ Transportación gratuita a citas médicas (se aplican ciertas limitaciones)
- ✓ Puede enrolar en cualquier momento del año
- ✓ Conserve todos los beneficios de MassHealth

Senior Whole Health es un plan de salud para personas mayores de 65 años o mas que tienen MassHealth Standard.



SENIOR WHOLE HEALTH®

Simple. Seguro. Independiente.

1-888-566-3526 (Gratuito)
1-888-749-6455 (TTY)
www.seniorwholehealth.com



El programa Senior Whole Health Senior Care Options (SCO) es un plan de salud con un contrato con el Commonwealth de Massachusetts/EOHHS. La inscripción es voluntaria. MA SCO_2011_065 3/24/11

YMCA announces new health & wellness program for Latino families

YMCA anuncia programa de salud y bienestar para familias latinas

Merrimack Valley YMCA recibió recientemente una dádiva a través de una sociedad entre el Instituto Nacional para Niños Latinos y la YMCA de los Estados Unidos para extender los conocimientos sobre cambios saludables en su estilo de vida a la comunidad de Lawrence y sus alrededores. Este regalo permitirá a la Y lanzar el nuevo programa Salsa, Sabor y Salud, un programa basado culturalmente y desarrollado por el Instituto Nacional para Niños Latinos en colaboración con Kraft Foods.

Salsa, Sabor y Salud celebra la cultura latina y se enfoca en los pequeños cambios que se pueden hacer en casa que conllevan a mejor salud y bienestar para la familia entera. La meta del programa es mejorar los conocimientos de los hábitos que conducirá una mejor nutrición y aumentar la actividad física para las familias latinas con niños de 12 años y menores. Sin embargo, como parte del proceso educacional, la familia completa es bienvenida a participar.

Salsa, Sabor y Salud está al cargo de empleados de la YMCA: David Díaz, Director de Salud y Bienestar de la YMCA de Lawrence y Cara Green, Directora de Avance de Socios en la YMCA de Andover/North Andover. Estos empleados fueron recientemente entrenados en Dallas, Texas por educadores del Instituto Nacional para Niños Latinos.

David Díaz, quien también enseña el Programa de Prevención de Diabetes de la YMCA, está muy contento de poder traer este programa a nuestra comunidad de Lawrence y trabajar con las familias locales para que escojan un mejor estilo de vida.

La primera sesión de Salsa, Sabor y Salud tendrá lugar en la YMCA de Lawrence comenzando el martes, 23 de agosto, de 5:30 PM a 7:30 PM. Otras sesiones serán añadidas para acomodar la demanda y se ofrecerán durante todo el año entrante.



Póngase en contacto con David Díaz al 978-686-6191 ó por correo electrónico a ddiaz@mvmymca.org si está interesado en aprender más sobre el programa o para inscribirse.

The Merrimack Valley YMCA was recently awarded a grant through a partnership with the National Latino Children's Institute and the YMCA of the USA to extend healthy lifestyles outreach to families in the greater Lawrence community. The grant will allow the Y to launch a new program Salsa, Sabor y Salud (Food, Fun and Fitness), a culture-based program developed by the National Latino Children's Institute in collaboration with Kraft Foods.

This program focuses on how small changes at home can lead to greater health and well-being for the whole family. The goal of this program is to improve awareness of habits leading to better nutrition and increased physical activity for Latino families with children 12 years and younger. However, as part of the educational process, the entire family is welcomed and asked to participate. Salsa, Sabor y Salud (Food, Fun and Fitness) celebrates the Latino culture and it is held once a week for eight-weeks, free of charge.

Salsa, Sabor y Salud is led by Merrimack Valley YMCA full-time staff: David Díaz, Lawrence YMCA Health and Wellness Director and Cara Green, Andover/North Andover YMCA Member Advancement Director. These Y staffers were recently trained in Dallas, Texas, by educators from the National Latino Children's Institute.

David Díaz, who also teaches in the YMCA's Pre-Diabetes prevention program, is excited to be able to bring this program to our Lawrence community and work with our local families to help families make healthier lifestyle choices.

The first session of Salsa, Sabor y Salud will be held at the Lawrence YMCA beginning Tuesday, August 23, from 5:30 PM to 7:30PM. Ongoing sessions will be added to meet the demand and be offered through the coming year.

Please contact David Díaz at 978-686-6191 or by email at ddiaz@mvmymca.org if you are interested in learning more about the program or to register.

TOPS'Ten Overrated Restaurant Items

- 1 Salad - A plate packed with dark leafy greens, vegetables, and even fruit can be very nutritious. Avoid salads featuring heavy dressing and cheese, which easily adds on extra calories and fat.
- 2 Fish - Baked or grilled fish with lemon is an ideal choice, but a fried fish platter can quickly top 2,000 calories. Also steer clear of fish with butter or cream sauces.
- 3 Smoothies - A blend of low-fat yogurt and fresh or frozen fruit that you prepare yourself in a blender can be a healthy way to start your day. Smoothies found in the mall food court are a quick way to tack on calories, due to the added sugar the use of full-fat milk, and commonly-found super-sizes.
- 4 Wraps - Depending on the type of sauce and amount of cheese used, these wraps can top upwards of 1,000 calories. For a healthy wrap, stick with one containing lean meats, plenty of veggies, small amounts of cheese, and no mayo or creamy sauces.
- 5 Coffee drinks - A regular cup of coffee with no "add-ins" has zero calories and fat. However, many flavored coffee drinks contain more calories than a large burger, due to the cream and flavored syrups added to them. Aim for skim milk, ask for sugar-free syrups, and withhold the whipped cream for a lighter pick-me-up.
- 6 Muffins - Many muffins found in bakeries and cafes are equivalent to a piece of cake in fat and calories.
- 7 Fried veggies - How do you make vegetables unhealthy? Be it sweet potatoes or broccoli, this growing, trendy menu option of frying veggies is a "don't."
- 8 Multi-grain breads/buns - "Multi-grain" can often be misinterpreted as being whole-grain. Multi-grained breads contain a variety of grains, but they are often refined, stripped of protein, nutrients, and antioxidants.
- 9 Chicken - A grilled chicken breast is a great option until condiments like cheese, mayo, and bacon are added. Top your sandwich with lettuce, onion, tomato, and other veggies, plus a low-calorie sauce or mustard for added flavor.
- 10 Salad bar - Avoid creamy, macaroni-and-pea-type salads, and watch the amount of shredded cheese you add. To build a healthy salad, stick to a variety of veggies and lean protein, like meats or hard-boiled eggs, and use light dressing or oil and vinegar.



Start the day right Comienza bien el día

La importancia de contar con un buen desayuno no puede ser exagerada. Esta tortilla tiene dos huevos y todo tipo de verduras (espinacas, col rizada, brócoli, pimientos, etc.) con un poco de sal y pimienta. No es caro y muy rápido de preparar. Esta es la comida que le dará la energía necesaria para el resto del día y usted puede tener un alimento que lo satisfice toda la mañana mientras que es bajo en calorías. La Internet está repleta de buenas ideas y sugerencias para preparar comidas saludables y apetitosas.

The importance of having a good breakfast can never be exaggerated. This omelet has with two eggs and all kinds of greens (spinach, kale, broccoli, peppers, etc.) with a little salt and pepper. It's not expensive and very quick to prepare. This is the meal that will give you the energy you need for the rest of the day with nourishment, it will satisfy you all morning long and it is very low in calories. The Internet is loaded with good ideas and suggestions for healthy, appetizing meals.

CONTINUES FROM SECTION A DALIA'S STORY

Weight Loss showed that my BMI (Body Mass Index) went from 31.4 to 29.3; the fat mass changed from 75.6 lbs. or 41.3% to 66.0 lbs. or 38.6% and the desirable range is 26.2 to 38.8 lbs. or 20-27%.

Although I didn't reach the 40 lbs. goal, I am a winner! If I didn't lose more weight I am sure it was because I didn't take exercising seriously enough, otherwise, I would have. Only in the past two or three weeks I increased the

frequency and the amount that brought me today's results. I find myself eating out often and sometimes I don't have menu choices; still, I control the portions and the choices. Just because the bread and butter are on the table, does not mean I have to have it.

This new lifestyle has been ingrained in my head to the point that I know I will continue behaving in the same way. Seems as if I am eating all day long because I plan to have the proper foods available at any time

I want them, instead of running to the candy machine for a quick fix or having a bagel with cream cheese for breakfast because I skipped it at home.

My sugar level came down from over 200 to almost normal levels, just over 100 (it should be between 70 and 100), and there have been no problems related to my blood pressure.

I am getting into clothes that were too tight to wear and I am even hitting the stores

for new fashions. (That's a side effect of looking good!)

I seldom miss a day going to the Lawrence or Andover YMCA and I feel great!

One advice that I can give anyone in the process of losing weight is not to be discouraged if you cheat and gain some of the pounds you lost.

Last Friday, I attended the Semana Hispana VIP Dinner and temptation got

June 15, 2011

Arlene's Story

La historia de ARLENE

BY DALIA DÍAZ
daliadiaz@rumbonews.com



Arlene Torres Ortolaza
ANTES/BEFORE

DESPUES/AFTER

Cuando Arlene Torres Ortolaza vio mi primer artículo describiendo mi plan para las próximas seis semanas, me envió un mensaje con varias fotografías animándome a lograr mi meta. De pronto no entendí pues pensé que las fotos eran de diferentes personas y al leerlo me di cuenta de su metamorfosis.

Ella vino de Puerto Rico pesando alrededor de 250 libras. Entonces supo que su primo Eric Mane de la Joyería Henry se iba a casar y no quería lucir de esa forma. Con la boda como motivación, por su cuenta empezó a cuidar lo que consumía y a hacer ejercicios todas las mañanas. Arlene se levanta a las 4:30 a.m. para hacer su rutina. ¡Qué dedicación!

En cuestión de seis meses, ya había rebajado unas 40 libras y el cambio fue notable pero continuó. "Yo he bajado 95 libras en un periodo de 1 año y 4 meses," me dijo. "Me alegro que estés haciendo esto en una forma tan pública porque es una forma de motivar a las demás personas a querer cambiar su estilo de vida y tener una mejor calidad para el resto de su vida. Tener la fuerza de voluntad para comenzar es grande pero más grande es mantenerse y yo sé que lo va a lograr," concluyó.

El logro de Arlene ha sido tal que de una talla 18 ó 20 de pantalón, ahora está usando 8 ó 10. Ella tampoco lo llama "dieta" sino "un cambio de estilo de vida".

Arlene es una verdadera inspiración.

When Arlene Torres Ortolaza saw my first article describing my plan for the next six weeks, she sent me a message with several pictures encouraging me to achieve my goal. I could not understand because I thought the pictures were of different people and when I read it I realized her metamorphosis.

Upon arriving from Puerto Rico she weighed about 250 pounds. Then she learned that her cousin Eric Mane of Henry's Jewelry was getting married and didn't want to look that way. With the wedding as motivation, on her own she began to watch what she ate and to exercise every morning. Arlene gets up at 4:30 a.m. to follow her routine. What dedication!

Within six months, Arlene had already lost about 40 pounds and the change was remarkable but she continued. "I have lost 95 pounds in a period of 1 year and 4 months," she said. "I'm glad you're doing this in public because it is a way to motivate other people to want to change their lifestyle and have a better quality for the rest of their lives. Having the willpower to start is big but maintenance is an even bigger commitment and I know you will keep going," she said

Arlene's achievement has been such that she went from a size 18 or 20 pants, and she's now wearing 8 or 10. She also does not call it "diet" but "a change of lifestyle."

Arlene is a true inspiration.

the best of me. El Pez Dorado prepared so many different dishes that I wanted to try a little bit from each one. Those "little bits" amounted to a huge plate. Everything (including the moist, mouth watering cake for dessert) was better than Cho's usual fare.

The day before, on Thursday, I weighed at 166 lbs.; when I went on Saturday to Advanced Weight Loss, I was up by 4 lbs.!

Do not despair if that should happen to you because you can get back on track immediately.

My final weigh-in for this series was on Tuesday and the grand total was 23 lbs. lost at 162 lbs.

In another month I will write again about my progress - because I expect to look even better. Now I'm acting conceited!

Henry's JEWELRY & AWARDS

Que su recuerdo se mantenga con una joya de Joyeria Henry

En venta y reparaciones somols los NUMERO 1

Empeñamos sus prendas al mejor precio Sin importar el evento, motivo o lugar, aquí el diseño que buscas lo encontraras Trofeos, placas, medallas y todo tipo de artículos para premiaciones

Precios especiales para torneos y todo tipo de eventos deportivos



77 Essex Street, Lawrence MA 01840
Tel. (978) 686-1012 | Tel. (978) 685-1664

Mi Vida, Mi Salud

Un programa para personas con enfermedades crónicas



Venga y aprenda como:

- Fijar y cumplir metas personales
- Hablar con su médico sobre su salud
- Tomar decisiones sobre su tratamiento
- Manejar el estrés y aprender a relajarse
- Aumentar su nivel de energía
- Aprender y poner en práctica técnicas sencillas que pueden mejorar su calidad de vida
- ¡Divertirse!

LatinoCEED
REACHNewEngland
Center of Excellence for Eliminating Disparities



¡Aproveche esta oportunidad!

¡En solo 6 semanas aprenderá estrategias que le ayudarán!

Llame a Luz Arroyo o Martha Cruz al 978-686-6029

Dile adiós a esas libras de más **Bailando**

No hay excusa que valga, cuando se trata de ti

Por años Ramón Salomón ha estado a cargo de motivar a personas que quieren cambiar su vida. Son miles ya los residentes del Valle de Merrimack que han cambiado sus vidas gracias a Ramón. Su secreto es sencillo: bailando y divirtiéndose, ven a cuidar de ti.

"You are first (tú eres primero)" es una frase que Ramón repite con frecuencia a todas las personas que necesitan un poquito de motivación para tener una vida más activa.

"¿Quién cuidará de los tuyos si tú no aprendes a cuidarte?", les pregunta él con frecuencia pues no son pocas las excusas que con el tiempo él ha escuchado. Una de las más comunes es la ardua rutina de trabajo que las personas tienen por todas las responsabilidades económicas. Él es rápido en contestarle "¿Y si tú te enfermas quién paga esas facturas?"

Ramón sugiere que caminar con tu pareja o algún familiar es algo que tenemos que hacer con más frecuencia.

"No es necesario ir a un gimnasio", nos dice. "Sal a caminar, baila en tu casa, pon la música que más te guste y puedes hacer ejercicios mientras haces los quehaceres del hogar."

"No debe haber excusas cuando se trata de ti", concluyó Ramón.

DONDE HACER EJERCICIOS CON RAMON

Lawrence Senior Center
155 Haverhill Street
Lunes & Miércoles
5pm - 6pm & 6:30 - 7:30
\$1 por clase

Diamond Fit Boot Camp

Lawrence Reservoir
Martes y Jueves
7pm - 8pm

Miércoles y Viernes
6am - 7am

\$200 por 8 semanas

Ramón Salomón
Certified Physical Trainer

Usted tiene solamente una salud, un cuerpo, y sólo una vez en la tierra. Usted no tendrá una oportunidad de canjear este cuerpo por otro. Su cuerpo es el vehículo más importante que usted tiene para su vida entera. Si usted lo trata con amor, respeto y cuidado, le durará para siempre. Se trata de su salud. Cuando no estamos sanos, nada importa.

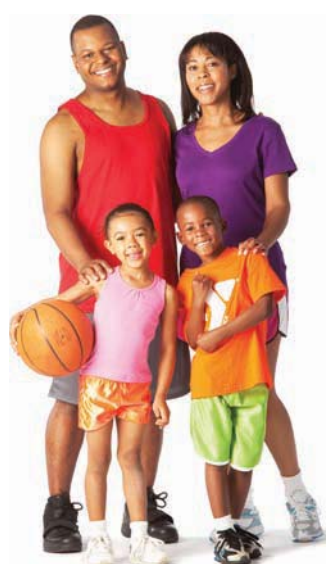
Siempre será acerca de las opciones. Usted se verá tomando decisiones todos los días acerca de su salud. Cuando toma buenas decisiones se siente saludable y le gustan los resultados. Las malas decisiones no son saludables y su cuerpo no se lo agradecerá. ¡Tome la decisión de cambiar su vida!

Marielle Riendeau
Clinic Director, Advanced Weight Loss Systems

You have only one health, one body, and only one time on earth. You won't have a chance to trade this body for another one. Your body is the most important vehicle that you have for your entire life. If you treat it with love, respect and care, it will last you forever. It is all about your health. When we are not healthy, nothing matters. It will always be about choices. You will be faced with making decisions everyday about your health. When you make the good decisions you will feel healthy and like the results. The bad decisions are unhealthy and your body will not appreciate it. Make the decision to change your life!

Marielle Riendeau
Clinic Director
Advanced Weight Loss Systems

MERRIMACK VALLEY YMCA TWO WEEK GUEST PASS



Guest Pass facilities available at these branches:

Andover/North Andover

- Wellness Center with Cardiovascular & Strength Training Equipment
- Drop-in Lap and Family Swims
- Basketball & Volleyball Drop-in
- More Than 50 Group Exercise Classes Each Week
- Child Watch Service for Members

Lawrence

- Wellness Center with Cardiovascular & Strength Training Equipment
- Drop-in Lap and Family Swims
- Indoor Running Track
- Child Watch Service for Members
- Basketball & Volleyball Courts
- Teen Center
- Music Clubhouse
- Free Parking Behind the Y

Methuen

- Wellness Center with Cardiovascular & Strength Training Equipment
- Teen Center
- Open Gym time
- Outdoor Play Area
- Outdoor Basketball Court

Andover/North Andover Branch

165 Haverhill Street
Andover, MA 01810
978-685-3541

Lawrence Branch

40 Lawrence Street
Lawrence, MA 01840
978-686-6191

Methuen Branch

129 Haverhill Street
Methuen, MA 01844
978-683-5266



MERRIMACK VALLEY YMCA Making healthier lives achievable for everyone

www.mvymca.org

June 15, 2011

I love reading stories like these. Well, it's not a 'story', it's your life. Thanks for allowing us to share your experiences. Keep up the great... no, amazing, work!!

Peace,

Dawn Lovejoy, Trainer
Andover/North Andover YMCA

YMCA's lifestyle program reduces weight and diabetes risk

Reduzca riesgos de peso y diabetes cambiando su estilo de vida en la YMCA

El verano significa más oportunidades para estar activo y perder el peso de invierno. Al menos eso es lo que Merrimack Valley YMCA espera lograr con su nuevo programa de prevención de la diabetes.

"Basado en un programa nacional muy exitoso llamado Programa de Prevención de la Diabetes, este nuevo recurso ayuda a los adultos a hacer ajustes de estilo de vida para rebajar una cantidad razonable de peso y prevenir o retrasar la diabetes", dice Kyle McNnis, Profesor de Ciencias del Ejercicio en la Universidad de Massachusetts Boston quien vela por el programa en la YMCA del Valle de Merrimack.

"Merrimack Valley YMCA utiliza un modelo basado en investigaciones para crear un programa económico", dice McNnis. "En otras YMCAs en todo el país, el Programa de Prevención de Diabetes ha demostrado que al mejorar el ejercicio y otros hábitos, junto con la reducción de peso modesta - 7% del peso corporal, las personas con pre-diabetes tienen un 58% de probabilidad de prevenir o retrasar la diabetes si siguen el plan", dice McNnis. Las clases están disponibles en cada una de las sucursales de la YMCA del Valle de Merrimack en Andover, Lawrence y Methuen. "Ya estamos funcionando", dice la directora del programa Gia Saraceni. Se trata de 16 sesiones de una hora con seguimiento mensual durante un año. "El enfoque de la mejora de la actividad física y la nutrición es un modelo que deberíamos utilizar con más frecuencia en la medicina para reducir la carga de la diabetes y la obesidad", dice Joel Gorn, un médico y presidente de la Junta de Salud en Lawrence.

"Tenemos que dar a las personas recursos para ayudarles a superar las barreras que no les permiten comer saludablemente, mantenerse activos y hacer cambios duraderos de estilo de vida que lleva a controlar el peso con éxito", dice Lyssa Petter, dietista registrada y coordinador del Centro de Nutrición del Hospital de la Sagrada Familia en Methuen. Una de las mayores preocupaciones de salud relacionadas con hábitos de alimentación y ejercicio es la diabetes tipo 2. Uno de cada 10 adultos de los EE.UU. tiene diabetes ahora. La prevalencia se espera que aumente considerablemente durante la próxima década.

"El programa de prevención de diabetes de la YMCA habla de prevención de las barreras y la solución de problemas para poner seguirlo", dice Saraceni.

Póngase en contacto con la oficina del Programa de Prevención de la Diabetes de la YMCA del Valle de Merrimack al 978-725-6681 ext. 158 para más información.

Summer weather means more opportunities to get active and shed winter pounds. At least that is what the Merrimack Valley YMCA hopes to achieve with its new diabetes prevention program.

"Based on a very successful national program called the Diabetes Prevention Program, this new resource helps adults to make a handful of lifestyle adjustments to drop a reasonable amount of weight and prevent or delay diabetes," says Kyle McNnis, UMASS Boston Professor of Exercise Science who oversees the program at the Merrimack Valley YMCA.

"The Merrimack Valley YMCA uses a proven research-based model to create the affordable program," McNnis says. "At other YMCAs across the country, the Diabetes Prevention Program has demonstrated that by improving exercise and other habits, along with modest weight reduction — 7% of body weight— people with pre-diabetes have a 58% chance of preventing or delaying diabetes if they follow the plan," McNnis says.

Classes are available at each of the Merrimack YMCA branches in Andover, Lawrence and Methuen. "We're up and running," says program director Gia Saraceni. It involves 16 one-hour sessions with monthly follow-ups for a year.

"The approach of improving physical activity and nutrition is a model we should be taking more often in medicine to reduce the burden of diabetes and obesity," says Joel Gorn, a physician and Chairman of the Board of Health in Lawrence.

"We have to give people resources to help them overcome barriers to eating healthier, getting active and making lasting lifestyle changes leading to successful weight control," says Lyssa Petter, a registered dietician and Nutrition center Coordinator for Holy Family Hospital in Methuen.

One of the biggest health concerns related to eating and exercise habits is type 2 diabetes. One in 10 U.S. adults has diabetes now. Prevalence is expected to rise sharply over the next decade.

"The YMCA's diabetes prevention program talks about barriers and problem solving to get on track," says Saraceni.

Contact the Merrimack Valley YMCA's Diabetes Prevention Program office at 978-725-6681 ext 158 for more information.

NORTHERN ESSEX Women's Health

Nuestro nuevo centro abre sus puertas el lunes 17 de Enero en 360 Merrimack Street, entrada G en Lawrence

ESTAMOS CERCA. TE ESPERAMOS EN NUESTRA NUEVA INSTALACIÓN



Byungyol Chun, MD FACOG
María Lopiano, CNP
Karen Sweeney Chun, PA-C, MPH
Kara Pearson Stasko, PA-C

Northern Essex
Women's Health
978-557-9060

Aceptamos todos los seguros médicos

No se necesita referido

¡HABLAMOS ESPAÑOL!

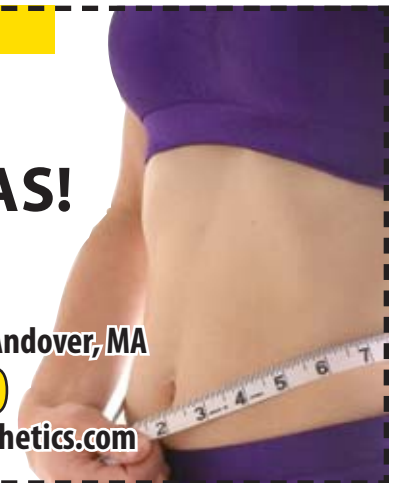
Presente este anuncio para una CONSULTA GRATIS

¡PIERDA HASTA 40^{LBS} EN 40 DÍAS!

PÉRDIDA DE PESO SUPERVISADA POR UN MÉDICO



63 Park Street Village - Andover, MA
(978) 475-7700
www.weightlossandaesthetics.com



CELEBRANDO LA SEMANA DE LA SALUD DEL HOMBRE 2011
THE CITY OF LAWRENCE MAYOR'S HEALTH TASK FORCE PRESENTA...

DÍA DE VESTIRSE DE AZUL

¡TERMINEMOS CON EL SILENCIO!
VIERNES, EL 17 DE JUNIO DEL 2011

VÍSTASE DE AZUL PARA: Mantener al hombre saludable y lleno de vida. Dejémosles saber a los hombres en nuestras vidas que nos preocupamos por ellos. Resalte el conocimiento acerca de los problemas de salud en el hombre. Recuérdele a los hombres la importancia de estar saludables.

ANÍME A SU ESPOSO, HIJO, PADRE, HERMANO, FAMILIARES Y AMIGOS A VISITAR AL DOCTOR PARA UNA VISITA REGULAR



¡Disfruta tu Sonrisa!
Enjoy Your Smile!

John P. Burke, D.M.D.
21 George Street
Lowell MA 01852
Tel. (978) 454-0774



ALL INSURANCES ACCEPTED | SE ACEPTAN TODO TIPO DE SEGUROS

En tus momentos felices...

True Photo Studio /Dario Arias
645 Broadway, Lawrence MA
978/975/3656



Wendy Y. Estrella

ESTRELLA LAW OFFICES, PC

- Inmigración
- Bancarrota
- Bienes Raíces
- Divorcios
- Manutención
- Custodia
- Casos criminales
- Problemas de Inquilino/Propietario
- Accidentes de Auto
- ...y otros*



*Abogada
Jesenia Nova*



*Abogada
Priscilla Angenor*



*Abogada
Wendy Y. Estrella*

Llame hoy para una consulta y le daremos el trato profesional que usted merece.

(978) 683-5025

300 Essex Street, 2do piso
Lawrence, MA 01840

70 Washington Street,
Suite 220. Salem, MA 01970

Estrella Law Offices, PC

(978) 683-5025

www.estrellalaw.com



33 ANNIVERSARIO / 33RD ANNIVERSARY

Semana Hispana en Lawrence

Hispanic Week in Lawrence

UNIENDO GENERACIONES
UNITING GENERATIONS



■ CONTINUES FROM PAGE 9

SERVICE: New service for people with autism and Alzheimer's in Lawrence

wanders into a shallow body of water, a densely wooded area, a concrete structure such as a garage, or a building constructed with steel.

The Search and Rescue Receivers used by public safety agencies can detect the Radio Frequency signal emitted from a SafetyNet Bracelet typically within a range of approximately one mile in on-the-ground searches and 5-7 miles in searches by helicopter.

The SafetyNet certified training for public safety agencies focuses on its specialized electronic equipment, technology, procedures and on how to effectively communicate with and approach individuals who have cognitive conditions. SafetyNet's secure database contains information on each individual client enrolled in the service so that the search and rescue team can have information on the individual's personal habits and how he or she should be approached, spoken to and comforted.

For more information about the SafetyNet service, please call (877) 4-FIND-THEM (877-434-6384) or visit www.lojack.com/safetynet. A 30-day no obligation trial is available for interested caregivers.

¡El Recall es Real!



Wayne Hayes sent us this picture that appeared on Fox25's website. From left to right, Johnny Castillo, Rev. Edwin Rodriguez and Wayne Hayes.

En un correo electrónico Wayne Hayes escribió:

“Hola a todos:

Aquí está el debut de It's Your Right - Es tu Derecho, durante la transmisión de FOX25 desde el ayuntamiento (el viernes, 3 de junio, 2011).

Tuvimos una aceptación muy positiva por parte de los asistentes. Cualquiera

persona que pensó que el RECALL no estaba sucediendo, sin preparar o incluso real, vean el nuevo tema de Lawrence. Favor de llamar para información o para unirse a la Fiesta de Despedida de Willie!

Wayne Hayes, It's Your Right - Es tu Derecho, 978-305-4130”

It's Your Right - Es tu Derecho es un movimiento popular para desalojar al Alcalde de Lawrence William Lantigua.

Usted puede escuchar a los líderes de It's Your Right - Es tu Derecho, Rev. Edwin Rodriguez todos los sábados a partir de la 1:30 PM a 3:00 PM y Johnny Castillo, todos los domingos entre las 2:00 PM y 3:00 PM, ambos por WCCM-AM 1110 en español.

Wayne Hayes es un miembro activo de la Asociación de Vecinos de Mount Vernon,

The Recall is Real!

In an e-mail message Wayne Hayes wrote:

“Hello Everyone:

Here is the debut of It's Your Right - Es tu Derecho at City Hall during the FOX25 traveling broadcast (on Friday, June 3rd, 2011).

We got a lot of positive response from attendees. Anyone that thought the RECALL was not happening, not prepared or even real, see the new topic for Lawrence. Please call for info or to join in on the Goodbye Willie Party!

Wayne Hayes, It's Your Right - Es tu Derecho, 978-305-4130”

It's Your Right - Es tu Derecho it's a popular movement to oust Lawrence Mayor William Lantigua.

You can listen to the leaders of the It's Your Right - Es tu Derecho, Rev. Edwin Rodriguez every Saturday from 1:30 PM to 3:00 PM and Johnny Castillo every Sunday between 2:00 PM and 3:00 PM both on WCCM-AM 1110 in Spanish.

Wayne Hayes is an active member of the Mount Vernon Neighborhood Association, who has led a group of volunteers in saving and maintaining Jaques Pond, a small body of water located just west of Adams Street in the Mount Vernon neighborhood in South Lawrence.

quien ha liderado un grupo de voluntarios en la conservación de Jaques Pond, un cuerpo de agua pequeño situado al oeste de la calle Adams en el barrio de Mount Vernon en el sur de Lawrence.

CONTEO REGRESIVO:

Jesucristo Hombre Se Transformará en el 2012

Miami, Florida (CEG) – José Luis De Jesús, Jesucristo Hombre, una vez más hace temblar a las naciones anunciando la fecha exacta del evento más esperado y más espectacular que haya tomado lugar sobre la faz de la Tierra - El Día Glorioso de la Transformación, donde Su cuerpo físico será transformado, vestido de inmortalidad e incorrupción (1 a Cor. 15:53-54), tal y como lo experimentó Jesús de Nazaret.

Las evidencias son irrefutables y el conteo regresivo ha comenzado.

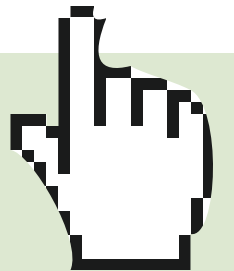
Quedan solo **381 días o menos** para tan maravilloso evento.

CONTACTO: Axel Poessy Tel: (718) 713-8075 pr@creciendoengracia.com.



READ PREVIOUS EDITIONS OF RUMBO ON OUR WEBSITE

RUMBONEWS.COM



SCORE.

CONSEJEROS DE LOS PEQUEÑOS NEGOCIOS DE AMÉRICA

¿Comenzando un Negocio? ¿Comprando un Negocio? ¿Haciendo Crecer su Negocio?

CONSEJOS GRATIS Y CONFIDENCIALES SOBRE NEGOCIOS POR UNA ORGANIZACIÓN SIN ÁNIMO DE LUCRO

Sesiones de Consejerías jueves de 10:00 AM a 2:30 PM
Excepto el 3^{er} jueves de cada mes

Por favor, llame al 978-686-0900 para una cita con Lawrence SCORE

MERRIMACK VALLEY CHAMBER OF COMMERCE
264 ESSEX ST.
LAWRENCE, MA 01840-1516

¡La Fundación Big Brother Big Sister necesita tu ayuda!



Si tienes ropa usada y pequeños artículos del hogar que ya no usas, dónalos para quienes si los necesitan. Llegaremos a tu puerta para recibir lo que puedas entregar.

Para programar una cita, llama al 1.800.483.5503 o visítanos en nuestra página web en internet: www.bbbsfoundation.org.

Lo que nos entregues ayudará a los niños locales que participan en nuestro programa de tutoría. Debes saber que tu donación es deducible de impuestos.

¡Gracias por tu apoyo!

Fachada del Mes en Lawrence



Photo Credit: Eileen Margaret

I/D – Frank O'Connor, Jr., oficial del Departamento de Desarrollo Económico con Jenny Inthanongxay, Lina Sinbandith, y Dr. Kim recibiendo el prestigioso premio de manos del Alcalde William Lantigua y Eli Dania Terrero.

L/R - Economic Development Officer Frank O'Connor, Jr., Jenny Inthanongxay, Lina Sinbandith, Dr. Kim receiving the award from Mayor William Lantigua and Eli Dania Terrero.

La Oficina del Alcalde William Lantigua se complace en anunciar que el ganador del prestigioso galardón "Fachada del Mes" en Lawrence para abril de 2011 es la Oficina del Dentista Familiar Dr. Kim, localizada en el 465 de South Broadway, en la esquina de la calle Ferguson.

El Dr. Kim y su personal han hecho grandes esfuerzos para mantener las

aceras limpias en una de las calles de más congestionado tránsito de la ciudad. Todos los días ellos barren la basura de la acera frente a su tienda.

"Una entrada limpia es buena para los negocios", dijo el Dr. Kim. Por su persistente esfuerzo para mantener limpia la Ciudad de Lawrence, el trabajo duro del personal y la atención al detalle ha ganado a la Oficina del Dentista Familiar Dr. Kim

el codiciado reconocimiento por el mes de abril, 2011.

Sugerencias y/o nominaciones para "Jardín del Mes" y "Fachada del Mes" del próximo mes se aceptan a través del correo electrónico a: FOConnor@CityofLawrence.com o puede ser enviado por correo al Departamento de Desarrollo Comunitario ubicado en 225 de la Calle Essex, 3er piso, atención de Frank O'Connor, Jr.

Storefront of the Month in Lawrence

The Office of Mayor William Lantigua is pleased to announce the winner of the prestigious Storefront of the Month award in Lawrence for April 2011 is the Family Dentistry office of Dr. Kim, located at 465 South Broadway, at the corner of Ferguson Street.

Dr. Kim and his staff have made great efforts to keep the sidewalks clean of litter and trash on one of the busiest and most heavily traveled streets in the city. Every day, the team at Family Dentistry clears any trash from the sidewalks in front of the practice.

"A clean entrance is great for business," said Dr. Kim. For their persistent effort to keep Lawrence clean, the staff's hard work to eliminate trash and upkeep of beautiful flowers has earned Family Dentistry this coveted recognition for April 2011.

Gobierno Dominicano y Consulado General de la República Dominicana Boston, Massachussets



Felicita a la comunidad latinoamericana durante las celebraciones de Semana Hispana 2011

Consulado de la República Dominicana en Boston
 20 Park Plaza, Suite 601 * The Statler Building * Boston, MA 02116
 Tel. (617) 482-8121 * Fax: (617) 482-8133

BY DALIA DÍAZ
daliadiaz@rumbonews.com

■ LÉALO EN ESPAÑOL EN LA PÁGINA 4



From My Corner

What makes a person "racist"?

On the May 1st edition I wrote in this column, under the subtitle "Call me a stickler" about School Committee member Mark Gray criticizing his evaluation of Dr. Mary Lou Bergeron. I recommend that you go on our website and read it.

I simply referred to his Facebook page claiming that I had not checked sources and then proved to him that I did in fact know what I was talking about.

I did say that by kicking me out of his Facebook account as a friend, I can no longer view the "racist" comments he writes such as:

"Went to a pto workshop put on by the school system. The pto workshop was put on EXCLUSIVELY In Spanish. Having a conversation with one of the staff I Expressed a concern in violating the law. I asked her how she would feel if I put a 'white only' sign on the door? A civil rights violation, and, Not legal according to the DOE and the law."

Please note that I did not correct his grammatical errors.

Well, you know me! I checked and this is the response I received: "PTO workshops

can be done in any language, including sign language, in order to communicate with parents. DOE (Department of Education) does not have an English only policy for parents. That would be against the law (English only rule.)

THAT'S WHAT I WROTE ON MAY 1ST

This week, during the Special Meeting of the School Committee, he said that he had contacted the legal department at the Department of Education because I called him "racist" in that column.

First of all, I believe that when someone uses that word it is only because they want to offend someone else and they have no other argument. It is a cheap shot, a low blow and a baseless argument.

His Facebook page is full of hatred and vindictiveness towards different people. Here are some examples (please note that I have not corrected the misspellings):

August 17, 2010

If the Muslims are insisting to build at that area, clearly it is to mark their territory and not a statement of peace.

A real religion would have said, 'we mourn your loss, let us build in another location and pray for peace. No, they insist on that location, and our leadership is to stupid to see it for what it is. Freedom of religion is not freedom to mark your territory by insulting Americans.

September 8, 2010

The 'curan' 'kuran' how every you spell it, I have a great idea for anyone who wants to get rich fast..... 'kuran' toilet paper.

October 5, 2010

MUSLIM CULTURE MEETS GERMAN ENGINEERING! Good commercial!!

November 17, 2010

(Posted article) Obama Gives a Pass: TSA Won't Touch Muslims' Junk / Floyd Reports.

December 19 (Posted article)

'Mother cuts out heart of daughter, 4, as she listens to recording of Koran in ritual killing'. Muslin mother Shayna Bharuchi, 35, was allegedly sitting in a her kitchen chanting the Koran as her daughter Nusayba's mutilated corpse lay next to her.

December 24, 2010 (Posted youtube video)

Christmas - Merry Muslim! If u are muslim Do not watch its really funny

March 5, 2011 (Posted youtube video)

Will Obama Import 100 Million Muslims? Avi Lipkin explains why he believes Obama may have a plan to Import up to 100 million Mid East Muslims. A must see report narrated by Law Enforcement expert/ Pastor Carl Gallups.

(Posted youtube video)

We Will Destroy America... We Will Destroy Britain! Islam's plans for the West. A British Muslim telling us what to expect. But, of course, I'll be branded an 'islamophobe' for pointing it out.

March 24, 2011

Muslims totally out of control. This is the true face of the so called religion of peace, Islam. In EVERY country that invites them out of their despair and poverty, they thank them in this manner. What a shameless society Muslims come from. They are a BURDEN on every society the sponge off. How disgraceful are these savages.

Are those racist comments or just prejudiced? They are nevertheless totally inappropriate, particularly for a member of the school committee in

When you need a ride...


Eliminate hassle from your daily commute!

Ride the Boston Commuter Bus to and from the city

The Boston Commuter Bus makes your ride to and from Boston easier than ever! Sit back and relax, take a nap or read a book on one of three inbound trips in the morning and three outbound trips in the evening. Climb aboard at one of many conveniently located stops:

- Pelham St. Park & Ride, Methuen
- McGovern Transportation Center
- Mt. Vernon & Broadway, Lawrence
- Shawsheen Square, Andover
- Andover Center Municipal Parking Lot
- Faith Lutheran Church Park & Ride

MVRTA offers the Merrimack Valley more:

 Park at the Patricia McGovern Transportation Center and receive free parking with a valid MVRTA Boston Commuter Bus pass.



   **Point Click Ride**

www.mvrta.com

For Route & Schedule Information: (978) 469-6878



ADVERTISEMENT

OTHER IMPORTANT INSURANCE TERMS

DEDUCTIBLE:

Policies have deductibles. A deductible is the amount that you must pay before the insurance company pays your claim.

Many policies have more than one deductible. A separate deductible may apply to damage caused by windstorm or hail.

Earthquake coverage also has a special deductible but you must purchase earthquake coverage and pay more if you want earthquake coverage.

IMPORTANT TO KNOW

An insurance policy is not a maintenance agreement. If your roof is old you must pay to replace it. The insurance company does not pay for a new roof if it starts to leak. You must maintain your property to avoid having losses and to avoid having your insurance cancelled.

A company may non-renew your insurance if you file a claim.

A company may cancel or non-renew your policy if the condition or use of your building changes.

If you move from one home to another you must change the type of policy on the home you do not live in. If you have a loss, and you have the wrong type of insurance you may not be paid for a loss.

Nancy Greenwood Insurance

11 Haverhill Street
Methuen, MA 01844
nancygreenwood.com

(978) 683-7676

(800) 498-7675
Fax (978) 794-5409

Nancy Greenwood
Ronald Briggs

ADVERTISEMENT

THE CATMOBILE
Low-Cost, Mobile Spay/Neuter Clinic
A non-profit program dedicating to helping end cat overpopulation.

You CAN afford to do the right thing for your cat!

Neuter Packages: \$75
Spay Packages: \$100

Package Includes: Exam • Spay/Neuter
Vaccines • Flea Treatment • Deworming

Appointments available in Salisbury, Peabody, Lowell, and other locations - call to find out when we'll be near you!

1-888-495-SPW7
(1-888-495-7728)
or email: spaymass@mrts.org

SpayMASS
A Program of the Merrimack Valley Regional Transit Authority

www.mrta.org

Credit Cards accepted by phone in advance. Cash only at dog.

PLEASE SEE **DÍAZ**
CONTINUES ON PAGE 18

LETTERS TO THE EDITOR

RUMBO
315 Mt. Vernon Street, Lawrence MA 01843
Email: editor@rumbonews.com

Letters must be less than 300 words in length. Please send a telephone number or email address by which we may confirm the sender.

An open letter to the community from the parents, parishioners, and friends of Saint Mary of the Assumption School

We are saddened and disappointed to report that final heroic efforts over the past few weeks to raise sufficient funds and long-term assurances of operational procedures and financial solvency did not meet with the hoped for approval and support of the Catholic Schools Office and the Archdiocese of Boston to allow for the continued operation of our beloved and historic school. The school was officially closed on June 10, 2011.

Fr. Jorge Reyes, OSA, Pastor announced on March 29, 2011 that Saint Mary of the Assumption School would close at the end

PLEASE SEE **MR. B**
CONTINUES ON PAGE 18



MR. B'S SPORT STORIES

BY FRANK BENJAMIN

50 YEARS AND STILL COUNTING AT CCHS

In May of 1935 Brother Florentius started a movement for a central Catholic High School here in the City of Lawrence. That September, classes began at the Knights of Columbus building on Haverhill St.

It is now 1983 and his dream is still flourishing. He has been aided for these fifty years by some dedicated and hard working individuals. Here are some notes of the graduates and aids of the early years. This year the school honored three gentlemen who attended many dances or sporting events and also the bingo games.

Ray Pellerin of the Sacred Heart section of Lawrence was a fixture at every CCHS Basketball game. He was the timer and scorekeeper at each contest. Ray who had to walk with crutches all his life would never ever consider being physically challenged. He was there at the old National Guard Armory where the Fireman's Credit Union stands today on Amesbury St. where Joe Hackney, Bill Gosselin, George Lane and now City official Roger Twomey played. Ray was red and blue to the core and always had a smile on his face.

John Giarusso was an electrician by trade and worked for Manzi Electric and found time to give to this school where in the future his son John Jr. would

become a great player. John Sr. worked at the functions at the gym for 25 years and sometimes worked the bingo games. He was a good natured guy who regularly attended the fast pitch softball games while taking his beloved dog, a retriever, out for its nightly walk. When I heard, "Hey, half breed!" yelled out from the Lawrence St. sidewalk, I knew it was big John and his fedora hat and cigar referring to the fact that I was half Irish and half Italian. What a great guy!

Bernie McCarron I didn't know too well, but I knew you couldn't put anything over on him as he worked dances, games and bingo. He worked two nights a week since bingo began at Central. Oh yes, his nephew Dick played softball for me for many years. They each received a beautiful plaque for their dedication and love of CCHS.

Now we'll touch some bases with some graduates as this year's class will graduate some 177 men from the school of which Brother Ken Hogan is the principal; he is still there as a teacher these days. Brother Tom Long, formerly of Eutaw St. and a former graduate of the school, now is the principal.

Class of 39, Timmy Buckley, brother of long time Lawrence Mayor John J Buckley, retires from the post of tax collector of the city and says he's headed for Salisbury

Beach for a laid back rest and to enjoy his kids and grandchildren. He still lives at the beach these days.

Class of 47, Tony Sapienza lent his running experience to the local paper as the BAA Marathon approaches, he had been living and teaching in Haverhill and was a BAA member and had run 7 marathons in the 70s. He died at an early age and his city has an annual race named after this great runner.

James Maloney, class of 48, has been elected President of the North Shore Association of City and Town Clerks. Now retired, he still lives in Methuen.

Larry Frizzell of the 1971 class was very instrumental in bringing Leonard Bernstein back to his city to dedicate Heritage Park. John Housianitis is the current vice president of the Lawrence school board; he of the class of 1977.

Terry Schiavone, class of 62 and a former Alderman of Public Safety in the city is named as Director of the Governor's Highway Safety Program. His son Tom was the Director of Economic Development in Lawrence. Tom got to play football against his father's school while at LHS.

For many years the Auburn St. school had boy cheerleaders and that changed

PLEASE SEE **MR. B**
CONTINUES ON PAGE 18



WANT TO BE ON THE AIR

Como un Experto en su Campo

Esta Intersado En Producir Y Conducir Su Propio Programa De Radio

Algunos De Nuestros Mejores programaciones locales vienen de expertos locales en diferentes campos

Tenga un programa semanal en una emisora de radio de gran alcance, **WCEC 1490 am**

Producir y conducir su propio programa semanal o diario al aire

LLamar 978-686-9966

Hablar de Deportes
Noticias
Expertos en Bienes Raices
Proveedores De Salud
Abogados
Expertos Fiancieros

■ CONTINUES FROM PAGE 5

DÍAZ: Why Lawrence unions do not want to give-up concessions

15 new ones undergoing training when the \$6.6 million grant runs out.

The Patrolmen's Union did not fare well either with only 39% of your police officers living in the City of Lawrence. Frightening is that eighteen (18%) percentage of your patrolmen live outside the Commonwealth of Massachusetts. Yes, that is correct – in New Hampshire. That should be illegal. That is, 18% of this union is giving away all their hard earned money to other communities' economy instead of the one where you live.

The same community in which they don't respect, by violating your civil rights, and the same community that has lost or settled millions of dollars due to their incompetence of these civil rights violation.

The same community in which they prefer to close library branches and senior centers to gain the funding to sustain a high number of workforce, as if we were in Iraq or Afghanistan.

Word to the unions: You fight with the Army you have not the one you want (Secretary of the Army Donald Rumsfeld). So, if the LPD can't keep our city's crime in

check - then it must be the leadership. You don't see Army generals crying because they need more men. These generals strategize better and do more with less. The City Council knows this; they are just playing a game with the residents to show how thoughtful they are.

Your tax base will increase (as has increased in the past) to make up for lost revenues that otherwise would have entered this city if we had most, if not all, our workforce residing in it.

The Patrolmen's Supervisor (the Captains, Lieutenants and Sergeants) have only 33% of their workforce residing in the City of Lawrence. Seeing that residency requirement is in place for entry to the City's Civil Service, it is mind-boggling to see how so many of our civil servants have moved out of your city.

The most embarrassing statistics of union members residing outside of the Commonwealth of Massachusetts goes to SEIU Local 888 Administrator's Union. I am sure they are part of the daily migration of workers who work in the Commonwealth of Massachusetts and return back to their forest in a similar fashion to the African

migration of Wildebeest. That is why additional funding is necessary (on behalf of the Commonwealth) to expand the highway. The Commonwealth's cost!

Here is another statistic that you won't find in your federal census. Seventy-one (71%) of the city's workforce is White-Caucasian. Although since Mayor William Lantigua has entered office that number has increased from 18% to 26%, the city's workforce has a long way to go before we can call these equal settings. It's amazing that these very same people have several discrimination cases in Boston stating that a Latino is discriminating against an Anglo. Reverse discrimination? Has this ever been proven? The case is still out there and I am sure there is not a Commission in the nation that would make that determination, especially with the numbers I am viewing.

So, do you think that these unions will be giving concessions? No, they will not. They will not give you one penny in return to the millions of dollars that has been added to their contracts by the previous good ole' network.

■ CONTINUES FROM PAGE 17

LETTERS TO THE EDITOR

of this school year due to lack of foreseeable financial viability. Increased debt and lack of financial assistance for students from the Catholic Schools Foundation appeared an insurmountable barrier to continued operation.

Potential closure of the school resulted in an unprecedented level of support for the school both financially and in the extraordinary work of parents, parishioners, and friends. The strength of these efforts came from the strong faith of our people and the belief that three years of debt should not wipe away the legacy and contributions of one hundred fifty-one years of Catholic education to children in Lawrence.

For the past few weeks a small committee has met with representatives of the Catholic Schools Office intending to meet every requirement that funds were

available to eliminate debt, balance the school budget, and establish a reserve fund for the future. This committee met in good faith refusing to believe that the decision not to approve re-opening was already set and irreversible.

On June 7, 2011, following the final meeting, Fr. Reyes, knowing that more than \$320,000 had been raised and that a five year funding and management plan was in place for accountability and future financial solvency, took the courageous action to send a letter to the Cardinal and Augustinian Provincial rescinding the closing.

At 4:00 pm on this date, Fr. Reyes received an order of immediate removal as pastor of Saint Mary of the Assumption Parish and transfer to St. Thomas of Villanova in Pennsylvania.

The efforts of Fr. Reyes to rally this community to preserve the last parish school in North Lawrence, and his actions to rescind the closing were for the children of this school and for the city. We are all

poorer as a people and as a church for the decision to remove him so abruptly from a parish he has served and led with great humility and love for fifteen years.

We are sharing our story with the broader community because of the tremendous outpouring of support and funding from the entire community: parents, parishioners, local businesses, many religious denominations, local foundations and the students themselves. Our deepest gratitude for your support and generosity and your belief in the value of our school.

As we share our story, we also share our frustrations and disappointment:

Where is the church in standing with the poor?

Where is respect for the Latino community and its deep faith?

Where is a true recognition that the education and futures of children must count more than numbers on a balance sheet?

■ CONTINUES FROM PAGE 11

MONEY: How to Manage Money as a Couple

you have done that, the small everyday decisions about what to spend your money on take care of themselves with little or no effort. When we have clear communication and know why we do something, the 'what to do' with our money is easy."

Honeck's tips include:

- Talk -- Talk, talk talk. Money like sex is still a taboo topic and we often don't have a clear idea about how our partner thinks or feels about money.
- Find Balance -- Balance power around money. One person making all the decisions and having all the control is a recipe for disaster. Find ways for you both to be equally engaged in all money decisions.

- Make Decisions -- Decide together what is mine, yours and ours. Most couples have their own hybrid system for what works best. Find the one that is best for both of you.
- Define Your System -- Have a clearly defined money management system all the way from who handles the mail to who sends out the checks. Without a well thought-out operational plan, things fall through the cracks.
- Address Problems -- When things get tough, address problems immediately (no secrets allowed). Avoiding the issue only makes it more toxic and drives a wedge in the relationship.
- Perform Checkups -- Schedule an annual money checkup with each other. Things

change and just like our physical health, money management needs an annual checkup to keep it healthy and relevant.

- Talk a Little More -- Talk, talk and talk some more. The most important thing is to have open communication with no blame and shame. We all have hang-ups around money. Treat your partner with compassion.

"At the end of the day, couples need not argue about money," she added. "And it's not just about communication. It's about making a plan, and sticking to it together. Information gives you power over your finances. Not talking about them, not making a plan and not coordinating as a team makes you a victim of your finances. If you control your finances, they will never control you or your marriage."

■ CONTINUES FROM PAGE 16

DÍAZ: From My Corner

whom we placed our trust. There must be other members of the School Committee who have access to his Facebook page and probably have seen the comments he writes.

To tell the truth, I lost my trust in him with his campaign literature about graduating "from Lavina, Montana one of the nation's best educational systems behind the U.S. Armed forces."

The fact is that Lavina is a 1.0 sq. miles (2.6 km) of land with 98 houses, 212 residents as of 2009 and the high school has 35 students in grades 9-12.

You may be the judge if he is a "racist" or not, but most important is whether this person belongs in the School Committee or should be asked to resign immediately.

■ CONTINUES FROM PAGE 16

MR. B: 50 years and still counting at CCHS

when a young lady from St. Mary's decided the Central Catholic boys needed girl cheerleaders. Linda Pittocchelli got the ball rolling and in 1983 the girls had their first reunion and here are the groups of former cheerleaders who attend. Anne Marie Giarusso Casey, Pamela Cirincione, Paula Cirincione, Frances Kattar Coccozza, Mrs. Kenneth De Marco, Vivian Joubert Kane, Christine Kattar, Mary Claire Langille Kennedy the former Mayor of the City of Lawrence, and the owner of the Cedar Crest in Lawrence which she later moved to North Andover. Pat Walsh Lawton, Judy DeQuinty, Sandy Taylor Maemae, Linda Pitochelli Noonan, Pauline Lasonde Smerdon, Linda Subatch, Jan DeQuinty Thonas, and Judy Bazin Wagner.

In sports, A.D. Mike Sullivan says this year has been a good one sports wise for the school; the baseball team had a woeful season in 82 with a 4 & 14 record. This year they tied with Billerica to take the top spot in the small school division of the MVC. They also qualified for the State Tourney for the first time in nine years.

Two baseball players would be named to the All Conference League namely Dave Fazio and Jim Parker. Fazio was a hoop captain at Central and after a fine career at Salem State he became a teacher coach and is in charge of an always highly regarded Andover High School program. He grew up in the Lawrence Stadium Projects and hasn't forgotten his roots. He has let me bring many boys and girls from Lawrence to his fine hoop camp for free. He also has his "Goomba" for years Dave Gerabaldi as his assistant coach. Faze Parker, Kevin Sullivan, Mike's son a catcher and a football player, Roger Grenier and Tim Hickey made the divisional All Star team.

In golf, the Raiders (can't call them the red raiders anymore it's politically incorrect) they went head to head in a match with Billerica and won to insure the league championship. This was a great time for the administrators, the faculty, the students and the athletes of the school and 1983 was a big part of the 50th year of the Brother Florentious brain storm and one thinks of how many success stories have evolved from it.

de directorio comercial & profesional

López Auto Repair

Mecánica General para todas las marcas
Cambios de Aceite
Diagnostico Computarizado (100% Garantizado)
Gomas Usadas

279 Erving Avenue
Lawrence, MA 01841

Tel: (978) 975-2355



Luis López, Manager

Uriel López, Propietario

TRUE PHOTO STUDIO By Dario Arias

BODAS
BAUTISMOS
CUMPLEAÑOS
MODELOS
FOTOS FAMILIARES
FOTOS PARA PASAPORTES



645 Broadway
Lawrence, MA 01841

Tel. (978) 975-3656

Derrite el exceso de peso antes del verano



PARA MAS INFORMACIÓN LLAMAR FIFI GARCÍA (978) 681-9129

O'de Photography & Art

Deshni Pillay • Onelio Espinal

Event Photography & Paintings

Weddings
Birthday Parties
Any Event

Tel. 978.397.1826



We Buy Cardboard Compramos Papel de Cartón

We pay cash for cardboard

Pagamos en efectivo por papel de cartón

New England Green Recycling
664 Essex St, Lawrence, MA

Tel. (603) 235-6152 | Website: negreenrecycling.com



NEW OFFICE LOCATION

211 Broadway
Methuen, MA 01844

CREDIBLE & CONFIDENTIAL INVESTIGATIONS

Harry Maldonado
DETECTIVE

New Office Number!: 978-688-0351

Cell: 978-873-0559

hminvestigations.com

GF GAMEFLY.COM

Extended Free Trial*

SIGN UP AT

www.gamefly.com/print

ENTER CODE: NEWS390

*New members only. Free Trial Offer expires 12/31/2011. Please visit www.gamefly.com/terms for complete Terms of Use.

STAR REAL ESTATE COMPANY

(978) 687-8600

www.starrealestatecompany.com

GOT MEDICARE? You May Qualify For A Power Chair!

We can make it easier for you to use your Medicare benefit to help you get the mobility you need!

Medicare could cover the cost of your powerchair. We check your eligibility for FREE and it only takes a few minutes!

That means the mobility you need could cost you little to nothing!

Call FREE today to check your eligibility!
1-888-430-2218

You Deserve To Have Your Freedom!

- We can offer you our guaranteed **LOWEST PRICES**
- We have many different models and brands available to fit your needs
- We have **FINANCING AVAILABLE** & will have **DELIVERY WITHIN 5 DAYS!**
- We're confident that you'll find the right power chair or scooter at an affordable price for you or your loved one!

If You've Been Denied Through Medicare Call:

1-888-819-1624

Freedom Scooters & Chairs Can Help You!

DONATE YOUR CAR!

The Breast Cancer Research Foundation

Research Foundation

100% Tax Deductible
Free Pick-Up Anywhere

We're Available 7 Days a Week

Donating is Fast & Easy!

Call Today **888-481-5051**

The Breast Cancer Research Foundation is a classified 501 (c)(3) charity.

The Natural Way To Improve Your Glucose, Cholesterol & Cardiovascular Health!



Introducing Bergamonte™

With Outstanding Health Benefits†
Promotes Cardiovascular Health†
Supports Healthy Cholesterol Control†,
Blood Glucose Control†, and Weight Management†

"After using Bergamonte for 30 days my blood testing numbers came back with amazing results!" D. Frazer

Call To Find Out How To Get A Free Bottle w/Your Order!
1-888-558-0840

¿Quiere una foto que vio en Rumbo?



Por años hemos regalado una copia digital a aquellos que no las han pedido. Ahora tenemos la misma disponibilidad, pero le pedimos que haga una donación de \$5 para el Lawrence Senior Center (El Centro de Ancianos de Lawrence) por cada foto.

Si quiere una foto que vio en Rumbo, solo tiene que llamarnos al (978) 794-5360. Déjenos saber la edición y la página en la que vio la foto.

BANKRUPTCY

GET STARTED WITH ONLY \$100 DOWN
IMMEDIATE DEBT RELIEF

Chapter 7
Wipe out Credit Card Debt!

Chapter 13
Stop Foreclosure

Easy Payment Plans



Myth
Bankruptcy Damages Credit

Truth
Bankruptcy May Improve Your Credit

LEGAL HELPERS, PC
"EXPERIENCED ATTORNEYS, FAIR FEES"

ACCREDITED BUSINESS
A+

Over 100 Offices Nationwide to Serve You

866-598-8413

Se Habla Español

Free Consultations

WE ARE THE LARGEST PERSONAL BANKRUPTCY FIRM IN THE COUNTRY

We are a debt relief agency. We help people file for bankruptcy under the Bankruptcy code.

■ CONTINÚA DE LA PAGINA 5

DÍAZ: Porqué los sindicatos de Lawrence no quieren ceder

encontrará en su censo federal. El setenta y uno (71%) de la fuerza laboral de la ciudad es blanca caucásica. Aunque desde que el Alcalde William Lantigua entró al poder ese número se ha incrementado del 18% al 26%, la fuerza laboral de la ciudad tiene un largo tramo por recorrer antes de que pueda haber igualdad. Es increíble que estas mismas personas tengan varios casos de discriminación en Boston afirmando que un latino está discriminando a un anglo. ¿Discriminación a la inversa? ¿Ha sido

esto alguna vez ha probado? El caso todavía está por ahí y estoy seguro de que no hay una Comisión en la nación que haría esa determinación, sobre todo con los números que estoy mirando.

Entonces, ¿cree usted que estas uniones harán concesiones? No, no lo harán. No le darán ni un centavo a cambio de los millones de dólares que han sido añadidos a sus contratos por la red de buenos amigos de antes.

■ CONTINÚA DE LA PAGINA 7

CARTAS AL EDITOR

junio de 2011.

El Padre Jorge Reyes, OSA, Párroco, anunció el 29 de marzo de 2011 que la escuela Santa María de la Asunción se cerraría a finales de este año escolar debido a la falta de viabilidad financiera previsible. El aumento de la deuda y la falta de asistencia financiera para los estudiantes por parte de la Fundación de las Escuelas Católicas parecía un obstáculo insuperable para continuar operando.

La posibilidad de cerrar la escuela resultó en un nivel sin precedentes de apoyo tanto financiero como del trabajo extraordinario de los padres, feligreses y amigos. La fuerza de estos esfuerzos vino de la gran fe de nuestro pueblo y de la certeza de que tres años de deuda no eran suficientes para borrar el legado y las contribuciones de ciento cincuenta y un años de la educación católica a los niños en Lawrence.

Durante las últimas semanas un pequeño comité se reunió con representantes de la Oficina de Escuelas Católicas con la intención de cumplir a cabal con todos y cada uno de los requisitos que se exigieran tanto de fondos para pagar la deuda como del presupuesto de funcionamiento de la escuela, y establecer un fondo de reserva para el futuro. Este comité se reunió de buena fe y no puede creer que la decisión de no aprobar la reapertura de la escuela ya estaba tomada y era irreversible.

El 7 de junio de 2011, después de la reunión final, el Padre Reyes, al conocer que más de 320,000 dólares se habían recogido y que un plan contable, financiero y de gestión a 5 años, así como la garantía de la solvencia financiera para el futuro de la escuela se encontraba en regla, tomó la valiente acción de enviar una carta al

Cardenal y al Provincial de los Agustinos revocando el cierre de Nuestra Escuela.

A las 4:00 pm en esta fecha, el Padre Reyes recibió una orden removiéndolo inmediatamente como Párroco de la Iglesia de Santa María de la Asunción y trasladándolo a Santo Tomás de Villanova en Pennsylvania.

Los esfuerzos del Padre Reyes de reunir a esta comunidad para preservar la última escuela parroquial en el Norte de Lawrence, así como sus acciones para revocar el cierre fueron por los niños de esta escuela y para esta ciudad. Nosotros ahora somos más pobres como personas y como iglesia a consecuencia de la decisión de eliminar de manera tan abrupta a nuestro Párroco, el Padre Reyes, de una parroquia a la cual él le sirvió con gran humildad y amor por quince años.

Estamos compartiendo nuestra historia con la comunidad en general debido al tremendo apoyo y la financiación de toda la comunidad: padres de familia, feligreses, empresas locales, diferentes denominaciones religiosas, fundaciones locales y de los propios estudiantes. Nuestro más profundo agradecimiento por su apoyo y su generosidad y su creencia en el valor de nuestra escuela.

Al compartir nuestra historia, también compartimos nuestras frustraciones y decepción:

¿Dónde está la Iglesia en pie, con los pobres?

¿Dónde está el respeto a la comunidad latina y a su profunda fe?

¿Dónde hay un verdadero reconocimiento que la educación y el futuro de los niños deben contar con más que los números de una hoja de balance?

■ CONTINÚA DE LA PAGINA 4

DÍAZ: Desde Mi Esquina

Christmas – Merry Muslim!
(Navidad - Feliz musulmanes!)
Si usted es musulmán no mire es realmente divertido

5 de marzo 2011 (video publicado en youtube)

¿Importará Obama 100 millones de musulmanes?

Avi Lipkin explica por qué cree que Obama puede que tenga un plan para importar hasta 100 millones de musulmanes de Medio Oriente. Un informe que debe ver narrado por el experto en la aplicación de la ley/ Pastor Carl Gallups.

(Video publicado en YouTube)

Vamos a destruir los Estados Unidos... vamos a destruir a Gran Bretaña! Planes de Islam para el Oeste. Un musulmán británico que nos dice qué podemos esperar. Pero, por supuesto, voy a ser catalogado como "islamófobo" por señalarlo.

24 de marzo 2011

Los musulmanes están totalmente fuera de control. Este es el verdadero rostro de la religión llamada de la paz, el Islam. En cada país que los ha invita a salir de su desesperación y pobreza, les dan las gracias de esta manera. ¡Qué desvergüenza la sociedad de origen de los musulmanes. Son una carga para todas las sociedades actuando como esponjas. Qué vergüenza son estos salvajes.

¿Son estos comentarios racistas o simplemente de una persona prejuiciada? Si algo es seguro es que son totalmente inadecuados, en especial para un miembro del Comité Escolar en quien depositamos nuestra confianza. Seguramente que otros miembros del Comité Escolar tienen acceso a su página de Facebook y probablemente han visto esos comentarios que él escribe.

A decir verdad, yo perdí mi confianza en él con su literatura de campaña sobre su graduación "de Lavina, Montana, uno de los mejores sistemas educativos del país después de las fuerzas armadas de los EE.UU."

Lo cierto es que Lavina es un tramo de 1.0 milla cuadradas (2.6 km) de tierra con 98 casas, 212 residentes en el 2009 y la escuela secundaria tiene 35 estudiantes en los grados 9-12.

Usted puede juzgar por su cuenta si Mark Gray es un "racista" o no, pero lo más importante es si esta persona debe ser parte del Comité Escolar o le deben pedir la renuncia inmediatamente.

FORO INDEPENDIENTE DE
OPINIÓN

DIFICULTADES EN EL ESTUDIO

POR ARTURO RAMO GARCÍA

<http://foroin.wordpress.com>

Se comenta repetidamente en la prensa y en la opinión pública el grave problema del fracaso escolar de los estudiantes y los bajos resultados en las pruebas de evaluación internacionales.

Actualmente los chicos encuentran diversas dificultades en el estudio y necesitan la ayuda de los padres y profesores para superarlas. Podemos destacar la falta de interés por alguna asignatura, la falta de un ambiente de estudio, la falta de un horario y la ausencia de técnicas de estudio.

Una dificultad es la falta de interés por alguna materia de estudio, es decir, no encuentran sentido a lo que estudian. Suelen preguntarse: ¿y esto para qué sirve? ¿Qué me aporta de nuevo? Ante una asignatura que no gusta al estudiante o no le encuentra sentido, es difícil que aplique en serio su fuerza de voluntad y se ponga a estudiar con puntualidad. Por eso los padres y profesores han de buscar razones para ver el lado positivo y enriquecedor de la asignatura y de todo contenido cultural.

Otro inconveniente para el estudio es la falta de un clima o ambiente positivo para concentrarse, comprender las materias, reflexionar y memorizar los contenidos. Para hacer todo esto hace falta un lugar adecuado, un silencio completo y a ser posible el ejemplo de otros estudiantes. Estas condiciones parece que se encuentran en las bibliotecas y salas de estudio de universidades, colegios mayores y centros culturales. También los padres han de poner todos los medios para que en la casa el chico pueda encontrar un ambiente positivo de estudio en su propia habitación, evitando cualquier tipo de ruido, como teléfonos, radio y sobre todo sin televisión.

Algunos estudiantes no saben organizar su trabajo y les falta un horario de estudio, que sea flexible. Es importante tener fijada una hora para empezar a estudiar y poner toda la fuerza de voluntad para llevarlo a cabo. También es positivo hacerse una lista de tareas a realizar en esa sesión, con las lecciones a estudiar, los ejercicios de los deberes para casa o preparación de exámenes. Una vez hecha la lista, se ordenan los apartados y se empieza a trabajar.

Por último, la falta de unas técnicas de estudio suele ser una dificultad importante para alcanzar buenos rendimientos. Aunque cada estudiante tiene su forma personal de estudiar, es aconsejable dominar unas formas generales de estudio. Los pasos habituales son la lectura comprensiva, el analizar el texto buscando las ideas principales (mediante el subrayado), organizar esas ideas (con un esquema o resumen) y memorizar todo el contenido. En los centros de enseñanza y en internet se pueden encontrar cursos de técnicas de estudio eficaces

Todo el esfuerzo de padres, profesores y alumnos dirigido a resolver las dificultades anteriores será muy positivo para erradicar la lacra del fracaso escolar y conseguir el éxito personal y profesional al que todos aspiran.

Mouthwatering Gifts



100% Satisfaction Guaranteed! Over 20 Million Berries, Hand-Dipped.

Save 20%

*20% discount will appear upon checkout. Discounts may not be used in conjunction with other special offers, coupons or discounts. Discount applies to item cost only and does not include discounts on shipping and handling or taxes. Discount only applies to items over \$29. Valid now through 8/31/2011.



Offer only available at:
www.berries.com/grins
or call 1.888.609.4796

RUMBO @
RUMBONEWS.COM

CLASIFICADOS | CLASSIFIEDS

LAW OFFICES OF **ROBIN M. GAGNE**

**CONCENTRATING IN ALL ASPECTS OF
CRIMINAL DEFENSE
ZEALOUS LEGAL REPRESENTATION AT
REASONABLE RATES**

 76 Woodland Street, Suite 203
Methuen, MA 01844
Phone: **(978) 686-1100** | Fax: **(978) 686-1105**

SE VENDE REPOSTERÍA RESTAURANT EN LOWELL

Se retiran los dueños de un negocio bien establecido y con buena clientela. Localizado en un lugar céntrico de Lowell. Llame para más información al **978.902.8224**.

JOB OPENINGS

CITY OF HAVERHILL, MASSACHUSETTS

The City of Haverhill has the following job openings now available:

Two (2) Mandatory Recycling Enforcement Coordinators

Department of Public Works

Division Head (Teen Services Librarian)

Haverhill Public Library

Water Meter Reader/Installer/Laborer

Department of Public Works – Water Department

MEO-LHS Senior Grounds Worker

Department of Public Works – Highway/Park

PLEASE VISIT:

http://ci.haverhill.ma.us/departments/hr/job_opportunities.htm for complete job descriptions and application requirements.



APARTMENTS

SPRING SPECIAL

- 1** BEDROOM STARTING AT \$748:
RECEIVE UP TO \$300 OFF SECOND MONTH'S RENT
- 2** BEDROOMS STARTING AT \$834:
RECEIVE UP TO \$500 OFF SECOND MONTH'S RENT

FULL SECURITY DEPOSIT & ONE YEAR LEASE CONTRACT!

INCOME GUIDELINES APPLY
CALL TODAY FOR DETAILS!
978-459-4433



Heat & Hot Water Included,
Off-Street Residential Parking,
On-site Laundry, & Walking Distance of Downtown Lowell!

SE HABLA ESPAÑOL 

For additional information Call **866-979-8987**

ADOPT A PET

MSPCA-METHUEN & RUMBO COOPERATIVE EDUCATION COLUMN

Chester

Pit Bull Terrier, Male: Chester is a stunningly beautiful 6 month old boy who was found as a stray. He likes playful dogs and may be Ok with a cat and sturdy kids. Buy all of your pet supplies here! All of the proceeds go to help the animals and programs of the Noble Family Animal Care & Adoption Center!



Bruin

Chihuahua, Male: Bruin was formerly a stray and his age is estimated at 2 years. He is shy and reserved prefers small quiet dogs and cats are also OK. He would probably do best with older, respectful, kids or teens. Bruin just wants a family to love and a place to call home.



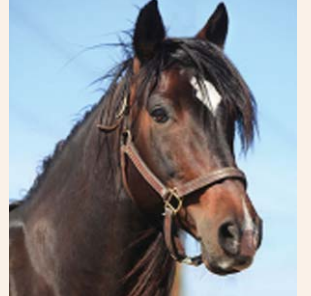
Tuter

Lhasa Apso Mix, Male: Tuter is an 11 year old boy who was an emergency transfer from Springfield, Ma, due to the tornado. He would be Ok with kids age 10 and up. Tuter likes cats and can be uncomfortable around dogs. He can be quite independant and enjoy leisurely walks or sitting on the couch with his owner. Tuter also like visiting the groomer regularly to keep looking his best.



Dallas

Mustang, Male: Dallas is a 10 year old, dark, bay mustang gelding. He came to us a few months ago as a stallion who had never been touched. Since he has been on our farm he has gotten his feet trimmed, all his vaccines, and has been gelded. He is coming along very well with the training he has been getting. This boy has a very kind heart and needs to go to an experienced home. Please email Barnstaff@MSPCA.org or call 978-687-7453 x 6113 if interested.



Seniors! Males and Females:

Cats can sometimes live into their early twenties, but cats over 9 years old are considered "seniors". Many shelters will not accept senior cats, but the MSPCA adoption center never turns away any animal. Seniors can be a great choice for any family. Please consider adding an older cat to your family.

Sally

Domestic Short Hair/Tuxedo Mix, Female: Sally is a very loveable 8 year old girl who loves to hang out with her family. In fact she is not too particular ... if there is an open lap she will most likely fill it. She is outgoing and very friendly and is always ready to entertain. She has been at the adoption center for many months. She hopes to be home soon!

Monty

Quarterhorse/Paint/Pinto Mix, Male: Monty is a gorgeous 16 year old QH/Paint X gelding. He's a lovely roan color and has perfect ground manners. He is well behaved on the crossties, for grooming, and for the vet and farrier. This beautiful mover has a dressage background and requires an intermediate rider. If you are interested in adopting Monty, please call us at 978-687-7453 Ext. 6113 or e-mail us at Barnstaff@mspca.org.

Interested in adopting a kitten? Each Friday evening from 5PM-8PM, the adoption center will be hosting special evening hours in our lobby to highlight adoptable kittens from our foster homes. Kittens will be ready for immediate adoption for qualified applicants. And have you considered adopting two kittens? They can be loving, lifetime companions to each other and entertain one another when you can't be at home. And this makes room for one more kitten or cat to find their home.



SAVE LIVES: get your pet spayed or neutered Reduced SNAP fees are made possible through generous donations of time and resources by participating veterinarians who believe in the importance of spaying and neutering as part of a complete pet health care program.

LOCK IN YOUR PRICE FOR ONE YEAR!

NO Equipment Lease! NO Start-Up Costs!

NOW GET ACCESS TO OVER **120 CHANNELS** LOCAL CHANNELS INCLUDED* in over 97% of the U.S.


\$29.99 FOR 12 MONTHS

Switch in minutes! **1-866-938-6903**

*Eligibility for local channels based on service address. Not all networks available in all markets. Programming, pricing, terms and conditions subject to change at any time. Pricing residential. Taxes not included. Receipt of DIRECTV programming subject to DIRECTV Customer Agreement, copy provided at directv.com/legal and in first bill. ©2011 DIRECTV, Inc. DIRECTV and the Cyclone Design logo, CHOICE and CHOICE XTRA are trademarks of DIRECTV, Inc. All other trademarks and service marks are the property of their respective owners.

When You're Ready to Quit. We're Ready to Help.

You don't have to quit smoking on your own. Call the American Cancer Society anytime, day or night, at **1-800-ACS-2345**. We are here to help.



When I am home ALONE

I feel safe. I am protected. I have Life Alert®.

One touch of a button sends **help** quickly in the event of a medical emergency, fall, home invasion, fire or carbon monoxide poisoning.

New! Now we have two systems available:
Life Alert Classic for seniors
Life Alert 50+ for people 50+

For a **FREE** brochure call: **1-877-759-4916**

gifts for *wine lovers*

save **20%** an additional

redENVELOPE

To redeem this offer, go to www.RedEnvelope.com/classic or call 1.877.843.3239

*Discount does not apply to gift cards or certificates, same-day delivery, shipping and handling, taxes, third-party hosted products (e.g. wine), or Bose® products. Discount will appear upon checkout and cannot be combined with other offers or discounts. Offer expires 8/31/2011.

WOW!

Home Security System!

\$850 Value! ONLY \$99!

Call Now and Help Protect Your Family!

1-888-687-3975

ADT AUTHORIZED DEALER Protect Your Home

At no cost to you for parts and activation with only a \$99 installation fee and the purchase of alarm monitoring services. Call for Terms & Conditions.

CALENDARIO | CALENDAR OF EVENTS

GROUNDWORK LAWRENCE Y MASS AUDUBON PRESENTAN: CAMPAMENTO DE VERANO AVENTURAS EN LA CIUDAD

El programa de verano Aventuras en la Ciudad, es un campamento basado en la naturaleza aquí en el mismo corazón de Lawrence! Nuestro divertido, programa de verano está diseñado para darle a los niños la experiencia y la aventura de un auténtico campamento natural. Cada semana presenta un tema único, diseñado para grupos de diversas edades y cada día es repleto de exploraciones al aire libre, actividades de ciencias, artes, manualidades, juegos y canciones.

AVENTURAS EN LA CIUDAD OFRECE:

- Excitantes sesiones semanales. Inscríbete para cuantas sesiones quieras!
- Programas especializados para tres grupos de edades – Exploradores (edad 7-8), Aventureros (edad 9-10), y Guardianes (edad 11-12).
- Campamento todo el día de 8:30am a 5:30pm.
- Ambiente seguro con personal capacitado (1 maestro y 1 asistente por cada 10 niños).
- Comidas y meriendas gratis para todos los participantes.
- Y la tradición de 60 años de excelencia en campamentos de Mass Audubon!

SESIONES COMIENZAN EL 5 DE JULIO!

- Semana 1: Julio 5 – Julio 8
- Semana 2: Julio 11 – Julio 15
- Semana 3: Julio 18 – Julio 22
- Semana 4: Julio 25 – Julio 29
- Semana 5: Ago 1 – Ago 5
- Semana 6: Ago 8 – Ago 12

Apertura y registración 15 de Junio y 23 de Junio de 10:am-2:00pm y de 4:00pm-7:00pm.

Cada sesion semanal cuesta \$160. Aceptamos cupones de Cuidado Infantil, los cuales cubren los costos del campamento. Las familias que califican para almuerzo reducido o gratis pagan \$50 por sesion. Becas limitadas están disponibles.

Para más información o para recibir un paquete de registración, contáctate a Knia Keith, Directora del Campamento, a nkeith@massaudubon.org or (978) 974-0770 ext 8. En español Rosa Pina (978)974-0770 ext 1.

GROUNDWORK LAWRENCE AND MASS AUDUBON PRESENT: THE URBAN ADVENTURES SUMMER PROGRAM

The Urban Adventures Summer Program is a nature-based day camp right in the heart of Lawrence! Our fun, summer program is designed to give children the experience and adventure of an authentic nature camp. Each week features a unique theme, tailored for every age group and each day is packed with outdoor exploration, science activities, arts & crafts, games, and songs!

URBAN ADVENTURES OFFERS:

- Exciting week-long, themed sessions. Sign up for as many sessions as you like!
- Specialized programming for three age groups – Explorers (age 7-8), Adventurers (age 9-10), and Stewards (age 11-12).
- All day from 8:30 am to 5:30 pm.
- A safe environment with a high staff to child ratio.
- Free meals and snacks for all campers.
- Mass Audubon's 60 year tradition of camp excellence!

SESSIONS BEGIN JULY 5TH!

- Week 1: July 5 – July 8
- Week 2: July 11 – July 15
- Week 3: July 18 – July 22
- Week 4: July 25 – July 29
- Week 5: Aug 1 – Aug 5
- Week 6: Aug 8 – Aug 12

Open house and registrations June 15th and June 23rd, 10:00am-2:00pm and 4:00pm-7:00pm

Each weekly session costs \$160. We accept Child Care vouchers, which cover the cost of camp. Families who qualify for free/reduced lunch pay \$50 a session. Limited scholarships are available.

For more information or to request a registration packet, contact Nia Keith, Camp Director, at nkeith@massaudubon.org or (978) 974-0770 ext 8. In Spanish Rosa Pina (978)974-0770 ext 1.

A MESSAGE FROM THE LAWRENCE ELECTION DIVISION STAFF

The City of Lawrence has completed mailing the 2011 annual census forms to Lawrence residents. Confirmation Notice postcards will be mailed within the next few days to registered voters from whom the Election Division has yet to receive a completed census form.

If you receive a Confirmation Notice postcard, please complete the information requested and correct any information if necessary. Once completed, sign it and return it to the Election Division. Postage on the return postcard is pre-paid so you can mail it without any additional postage. If you prefer, you may return the completed Confirmation Notice postcard to Election Division Office in person at the address below. Returning the Confirmation Notice postcard to the Election Division Office will update and confirm your status as an "active" registered voter.

If you have moved to another city/town, please complete, sign, and return the Confirmation Notice postcard and your name will be removed from the voters list in the City of Lawrence. In order to vote in the city or town that you live in, you must register to vote in your new city/town.

Registered voters for whom the Election Division has not received a 2011 census form or a Confirmation Notice will be designated as an "inactive voter". Voters designated as "INACTIVE VOTERS REMAIN ELIGIBLE TO VOTE" but should update their voting status as soon as possible.

Any voter can verify and update their voter registration by contacting the Election Division who will assist you. If you need additional information or assistance, please contact the Lawrence Election Division by telephone at 978-620-3290.

The Election Division Office is open every business day from 8:30 a.m. to 4:30 p.m. and is located in City Hall, Basement Floor, 200 Common Street, Lawrence, MA. Thank you from the City of Lawrence Election Division.

WE ARE IN FULL SUMMER MODE AT THE MERRIMACK VALLEY YMCA

AND WE HAVE LOTS IN STORE FOR KIDS AND FAMILIES THIS SUMMER.

HERE ARE SOME HIGHLIGHTS:

- This Sunday is the first island camp' open house, Camp Nokomis for Girls and Camp Lawrence for Boys. We open the camps pre-season to tour prospective and current camp families. If you'd like to see the camps, please call the camp office at 978-975-1330. The above flyer has open house dates listed.
- Day Camp Otter is hosting open house dates on: Thursday, June 2 at 6 pm; Saturday, June 4 at 12:30 pm; Wednesday, June 8 at 6 pm; and Sunday, June 12 at 10 am.
- The above Camp Open House flyer also lists all of our Specialty Camps that are run out of Camp Otter (Saddle Up Horse Camp; Surf Camp; Cooking Camp; Sports Camp, for example.)
- For kids ages 3 to 15, Summer Vacation Clubs at the Andover/North Andover Y are a great way to enjoy summer fun. The above flyer details the themed weeks which run 7/5 through 8/26. There are also special day programs that begin when school gets out.
- We offer great summer membership specials, beginning on June 1. These memberships allow individuals and families to enjoy the wellness center, family nights, access to babysitting while parents workout, family swim time, lap swim time, and more!
- Also, registration is underway for our 19th annual 3-on-3 basketball tournament at North Andover Youth Center on Saturday July 30. Registration forms are available on our website and at the branches. We host up to 100 teams of boys and girls (ages 9 to 18).
- Mark your calendars for the Dallas Night Family Bar-B-Que at the Andover/North Andover YMCA – Thursday, July 21.
- In conjunction with the Tom Sager Golf Classic on August 15, we are holding an Evening with Boston Sports Legends on Sunday, August 14, at Renaissance Golf Club. Tickets will be available beginning June 1 at \$50 per person. There will also be a Golf Vacation Raffle with fabulous golf travel packages. Tickets will be \$50 each or 3 raffles for \$100. Proceeds from this event benefit the Tom Sager Golf Academy and our YMCA's Healthy Kids' Initiative.

CLEANING FOR A REASON

If you know any woman currently undergoing chemotherapy, please pass the word to her that there is a cleaning service that provides FREE housecleaning - once per month for 4 months while she is in treatment. All she has to do is sign up and have her doctor fax a note confirming the treatment. Cleaning for a Reason will have a participating maid service in her zip code area arrange for the service. This organization serves the entire USA and currently has 547 partners to help these women. It's our job to pass the word and let them know that there are people out there that care. Be a blessing to someone and pass this information along. www.cleaningforareason.org

SUDOKU

Fill in the grid so that every row, every column, and every 3x3 box contains the digits 1 through 9

	2	8					5	
3	5				4	6		
4		1						
		4		7				8
1			3		8			2
6				1		9		
						2		5
		2	5				3	1
	9					8	4	

DIFFICULTY: ★☆☆

		4		3	8		6	
		7			2			
6	3							
7	6						5	
2				4		1		3
	8						7	2
							2	7
				5		3		
	4		6	9		8		

DIFFICULTY: ★★☆☆

	4	7		6				3
	6				8			
9			1					6
4						3		6
	9	3		7		4	8	
2		6						5
	2				6			3
				9				2
	3			1		8	7	

DIFFICULTY: ★★★

GAMEFLY.COM
Extended Free Trial
SIGN UP AT
www.gamefly.com/print
ENTER CODE: NEWS390

*New members only. Free Trial Offer expires 12/31/2011. Please visit www.gamefly.com/terms for complete Terms of Use.

NEWS NASHUA, NH
NASHUA PUBLIC LIBRARY

2 Court Street

For directions and information on parking go to: www.nashualibrary.org/directions.htm

JOHN SCHWIND EXHIBITS AT NASHUA LIBRARY

Intaglio prints by John Schwind are on display in the Nashua Public Library Image Gallery in June. The show is titled "Financial Armageddon" and consists of dry point and chine-collé prints. A reception for the artist will be held on Saturday, June 18, from 2 p.m. to 4 p.m. The event is free and open to the public.

FAMILY FILM SERIES

Family Films are shown on Saturdays at 2 p.m. in the library theater. Children 6 and under must be accompanied by an adult. Sponsored by the Friends of the Nashua Public Library. Call the library's film line at (603) 589-4646 for titles. Please, no food or drink in the theater. No Registration required.

OPEN STORYTIMES AND PUPPET SHOWS

Mondays, Tuesdays and Wednesdays at 10a.m. Thursdays at 7 p.m., and Sundays at 2 p.m. Open Storytimes & Puppet Shows run continuously, and no registration is required.

BABIES AND BOOKS STORYTIME

Through stories and music, learn how to read aloud and develop your baby's language and pre-reading skills. Babies and their caregivers are welcome to join us. Thursdays: 9 a.m. and 10 a.m. ages: 13 to 24 months; 11 a.m. and 12 noon ages: birth to 12 months. No registration required. For more information call the Children's Room at (603) 589-4631.

LIBRARY CONCERTS START OFF SUMMER READING PROGRAMS

On Tuesday, June 28, at 6:30 pm, teens will kick off their summer reading program with an outdoor concert featuring teen musicians from the Nashua area. The theme of the 2011 teen summer reading program is "You Are Here." Both concerts are free. More information about the summer reading programs will be available at www.tinyurl.com/nplkid and www.tinyurl.com/nplteen.

TEEN SUMMER READING PROGRAM STARTS JUNE 24

The theme of this year's teen summer reading program at the Nashua Public Library is "You Are Here." Teens entering grades 6 through 12 who participate can raise money

for an international charity, read off library fines, create comics, enter a huge raffle, and more.

READ FOR SOCIAL CHANGE

Read a book and spark social change: Each book you read between June 24 and August 25 raises 25¢ for Kiva. This nonprofit organization works to end poverty by giving micro loans to people around the world, so they can buy equipment and supplies to start small businesses that will create jobs. All you need to do to help is submit your name and a few quick details about the book you read at www.nashualibrary.org/TSR.htm. Or, you can go a step further and write a review of the book for other teens to read. For each one-paragraph review you write, you'll receive a ticket to the raffle on August 2.

READ OFF YOUR FINES

Read at least one book and you'll earn a coupon for \$5 to be applied to your library fines. Coupons can be picked up at the Reference Desk.

OUTDOOR KICK-OFF CONCERT

Check out the local music scene with performances by teen bands like They Them and Us, Flying Platypi, Rocket Ship Resort, North Main Guitar Army, Adam Gibson, Aggressor, and the MuniPALS. Tuesday, June 28, at 6:30 p.m.

GEOCACHING AND ORIENTEERING:

Learn how to find your way using a high-tech compass device called a GPS. After navigating a literary-themed course you'll use your skills to locate a cache and be handsomely rewarded. GPS units are provided by the NH Geographic Alliance. Register at www.tinyurl.com/nplteen. Wednesday, July 6, at 2 p.m.

Contact: Carol Luers Eyman, Outreach and Community Services Coordinator. Nashua Public Library, 2 Court Street Nashua, NH 03060-3475; 603-589-4610 carol.eyman@nashualibrary.org

Lawrence Animal Control is joining forces with the MSPCA at Nevins Farm and The Merrimack River Feline Rescue Society to offer affordable spay-neuter surgeries and vaccines to the cats and dogs of Lawrence families in need of financial assistance.



Canine Spay or Neuter \$75

Services for Dogs include:

- Surgery
- DHLPP Vaccination (distemper)
- Rabies Vaccination (proof of prior rabies required for 3 yr vaccination)
- Microchip (permanent identification)
- Nail Trim

Contact the MSPCA at Nevins for an appointment at (978) 687-7453 x6101

Feline Spay \$50 Feline Neuter \$25

Services for Cats include:

- Surgery
- FVRCP Vaccination (distemper)
- Rabies Vaccination (proof of prior rabies required for 3 yr vaccination)
- Flea Treatment
- Deworming
- Physical Exam

Contact the Merrimack River Feline Rescue Society for an appointment at (888) 495-7729



This program is made possible through a grant from the Massachusetts Animal Coalition. To learn more about the MAC and their license plate program, through which this grant was awarded, visit their website at www.massanimalcoalition.org.



FOR YOUTH DEVELOPMENT
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

CAMP LAWRENCE FOR BOYS AND CAMP NOKOMIS FOR GIRLS

Located on Bear Island, Lake Winnepesaukee, NH
2,4,6 and 8 week sessions ages 8-16

Unique Island Location!

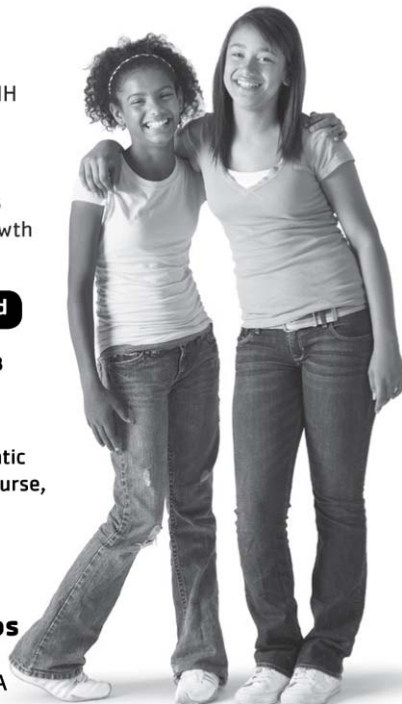
More than 100 Years of Tradition and Values
Mature, Qualified Staff Nurture Your Child's Growth
Making Memories that Last a Lifetime

Affordable Fees • ACA Accredited

Day Camp Otter, ages 6-13
on Captain's Pound Salem, NH
local transportation provided.

We offer a variety of land & aquatic programs, sports, arts, challenge course, hiking and more!
www.mvymcacamps.org

Summer Vacation Camps
held at the
Andover/North Andover YMCA
For ages 3-15 years old
for more information
please contact 978.685.3541



Merrimack Valley YMCA • www.mvymca.org

si tu cuerpo es un templo, hazlo merecedor de tu veneración.



eliminating racism
empowering women
ywca

DENTAL *dreams*

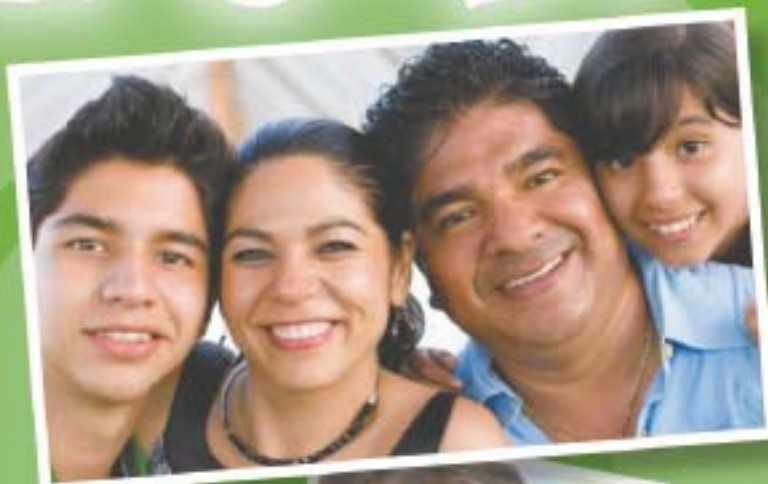
dentistry for KIDS and ADULTS

**Aceptamos
MASSHEALTH*
para niños
y adultos.**

**700 Essex St.
LAWRENCE**

*Al lado de Family Dollar y Market
Basket Shopping Center*

978.683.2200



- Video juegos
- Cine para niños
- Area de juegos

UP TO 50% de Descuento
En todos los trabajos dentales

***Aun quedan beneficios para adultos, llame para detalles.**

Hablamos Español

- Aceptamos la mayoría de seguros privados y MassHealth/ Commonwealth Care.
- Servicio dental general para niños y adultos
- Lo atendemos sin cita
- Abrimos los Sábados y de noche
- Atendemos emergencias

\$589
Dentaduras completas o parciales
Financiamiento disponible

OFERTA INTRODUCTORIA
Adultos \$124
Niños \$124
Incluye: Examen, pulida de dientes, 2 rayos-x y consulta (es un valor de \$140)

Dr Sameera Hussain DMD and Assoc.

DENTAL *dreams*

dentistry for KIDS and ADULTS

Al lado de Family Dollar y Market Basket Shopping Center

700 Essex Street
Lawrence

Tel. 978.683.2200