



Desfile de modas con un mensaje

Grupo de damas y damitas de la Iglesia Evangélica Metodista Libre de Lawrence que llevaron a cabo un desfile de trajes confeccionados con materiales desechables con el objeto de llamar la atención sobre la importancia del reciclaje. Materiales utilizados: papel de periódicos, revistas y aluminio; envolturas de sopitas y aperitivos; manteles, bolsas, platos y vasos de plástico, tapas de refrescos, CDs, etc. |12 & 13

Fashion show with a message

A group of ladies of the Primitive Methodist Evangelical Church of Lawrence conducted a parade of costumes made of recyclable materials to draw attention to the importance of recycling. Materials used: Newspapers and magazines, aluminum paper, snack wraps, plastic tablecloths, soda caps, CDs, etc. |12 & 13

La justicia social en Lawrence



El viernes, 15 de marzo una lección sobre la justicia social en Lawrence fue presentada a los profesores y estudiantes de Merrimack College en Everett Mills. Marianne Paley-Nadel, propietaria de Everett Mills; Susan Grabski, Directora Ejecutiva del Centro Histórico de Lawrence; Jim Beauchesne, Supervisor, Heritage State Park; Víctor Martínez, Lawrence CommunityWorks y Marilyn Glazer-Weisner, Coordinadora del Programa Ladder to Language en Cambridge College fueron los presentadores. |9

Social justice in Lawrence

On Friday, March 15th a lesson of social justice in Lawrence was presented to faculty and students from Merrimack College at the Everett Mills. Marianne Paley-Nadel, owner of Everett Mills; Susan Grabski, Executive Director of Lawrence History Center; Jim Beauchesne, Supervisor, Heritage State Park; Victor Martinez, Lawrence CommunityWorks; and Marilyn Glazer-Weisner, Coordinator, Ladder to Language Program at Cambridge College were the presenters.

Alimentación sana significa elecciones individuales |10

Healthy eating is about individual choices |10



Back on the saddle again

At least for one day, after a long absence, Bruce Arnold joined Tom Garvey on Saint Patrick's Day during the transmission aired on WCCM-1110 AM on Sunday, March 17th. Together, they have been doing this show for 27 consecutive years.

Dominican Juggernauts Win World Baseball Classic -Pg. 19

- 02 EDITORIAL
- 04 DALIA DÍAZ
- 19 DIRECTORIO
- 20 CLASIFICADOS
- 22 CALENDARIO

English **Tuesdays @ 10am** | En Español **Sábados a las 11am**

WCCM am 1110

CrossOver
Rumbo on the Radio!

102.9 fm HD 2

Attend Next Week's Creative Economy Pitch Contest!



"2013 M2D2 New Venture Competition"
Wednesday, March 27 - 5:30 - 9:00 p.m.
M2D2 Innovation Hub
Wannalancit Mills Business Center
600 Suffolk Street, Lowell, MA 01854

On March 28th, don't miss out on the first Sandbox Pitch Contest of 2013!
6pm-8pm
Location: United Teen Equality Center—Lowell, MA

Eight dynamic entrepreneur finalists will pitch their creative economy ideas in front of a panel of Special Guest Judges.

Finalist ideas include a cupcake food truck, fashion makerspace, and a program to help at-risk youth start their own art organizations.

Also, we will have a Special Guest Speaker to kick-off the contest. For more information contact Merrimack Valley Sandbox in Lowell.

EDITORIAL | EDITORIAL

Desfile de modas con un mensaje

La Ciudad de Lawrence, al igual que otras muchas a lo largo y ancho del país está envuelta en una campaña de reciclaje. El reciclaje es el proceso de recopilación y procesamiento de materiales que de otro modo serían desechados como basura y convertirlos en nuevos productos.

Este es un hecho irrefutable que requiere concientización ciudadana, ya que el hecho de reciclar consiste en trabajo extra para todos, por el hecho que requiere el tener que separar los desperdicios que de otra forma irían todos a parar al basurero municipal.

Reciclando no sólo estamos ayudando a la ciudad a reducir la basura, sino también ayudando al medio ambiente. El reciclaje ayuda en gran parte a sostener el medio ambiente al reducir el uso de materiales vírgenes, haciendo así posible conservar hábitats existentes, salvar árboles y reducir el uso de combustibles fósiles.

Además, la ciudad tiene que PAGAR por la recogida de basura mientras que a la ciudad le PAGAN por el reciclaje recogido para beneficio del contribuyente.

La Iglesia Evangélica Metodista Primitiva, localizada en el 201 de la Calle Haverhill, en Lawrence, bajo la dirección del Pastor Fernando Gómez ha lanzado una campaña de educación entre sus miembros sobre la importancia de reciclar.

Para dar inicio a la campaña, el pasado sábado, 16 del corriente mes de marzo, las damas de la iglesia llevaron a cabo un desfile de modas que no tenía nada que envidiarle a esos llevados a cabo por modistos/as de alta costura. Lo maravilloso del caso fue que todos los modelos presentados fueron confeccionados con materiales desechables.

No se pierda las fotos que presentamos en nuestras páginas centrales.

Ejemplos como el llevado a cabo por la Iglesia Evangélica Metodista Primitiva son dignos de ser imitados. Con su mensaje, ellos están marcando el paso a seguir al resto de la comunidad.

Fashion show with a message

The City of Lawrence, like many others across the country is involved in a recycling campaign. Recycling is the process of collecting and processing of materials that would otherwise be discarded as waste and turned them into new products.

This is an irrefutable fact that requires public awareness, and the fact that recycling is extra work for everyone, because it requires having to separate the waste that otherwise would all end up in the landfill.

By recycling not only are we helping the city reduce waste, but also helping the environment. Recycling helps largely to support the environment by reducing the use of virgin materials, thus making it possible to preserve existing habitats, save trees and reduce the use of fossil fuels.

In addition, the city HAS TO PAY for garbage collection while the city WILL GET PAID for the recycling collected for the benefit of the taxpayer.

The Primitive Methodist Evangelical Church, located at 201 Haverhill Street in Lawrence, under the leadership of Pastor Fernando Gomez has launched an awareness campaign among its members about the importance of recycling.

To kick off the campaign, on Saturday, March 16th of the current month, the ladies of the church held a fashion show that was nothing short of those presented by designers of haute couture. The wonderful thing about it was that all the designs presented were made with materials that normally end up in the trash.

Do not miss the photos in our center pages.

Examples such as the one carried out by the Primitive Methodist Evangelical Church are worthy of imitation. In this message, they are leading the way to the rest of the community.

LE AYUDAMOS A BAJAR DE PESO

Pierda hasta **¡20 Lbs. en 20 días!**

¡Lo último en Dietas para quemar grasa!

- Sin efectos adversos
- Sin hambre
- Rápido y seguro

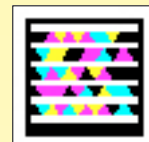
Consulta GRATIS

Director Médico
Dr. Edward Hathchigan
 Deaconess Hospital, Boston

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

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 AND GRAPHIC DESIGN
Dalia Díaz
daliadiaz@rumbonews.com

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

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



facebook.com/rumbonews
twitter.com/rumbonews

LOCAL EDITION
 Published on the 8th & 22nd of Every Month

Orgullosos de ser parte de Methuen

Por más de 30 años, GLFHC ha estado proporcionando atención médica merecedora de galardones a miles de Pacientes en todo el Valle de Merrimack.

Ahora abierta – Nuestra más moderna y avanzada clínica dentro del Hospital Holy Family en Methuen.

Para obtener los últimos detalles al respecto, visite nuestra página del internet, www.glfhc.org o síganos en Facebook.



Proud to be part of Methuen



For more than 30 years, GLFHC has been providing award winning health care to thousands of patients throughout the Merrimack Valley.

Now open - our newest, state-of-the-art clinic inside Holy Family Hospital in Methuen.



For the latest updates, please visit our website at glfhc.org/methuen or follow us on Facebook.



POR DALIA DÍAZ
daliadiaz@rumbonews.com

READ IT IN ENGLISH ON PAGE 16

Desde Mi Esquina

Limitemos los mandatos en el Congreso

Vamos a tener una elección especial para el Senado en alrededor de un mes y los anuncios han comenzado. En contiendas anteriores, me ha enojado que los políticos mientan descaradamente al público, diciendo lo que los votantes quieren oír incluso si saben que lo que están prometiendo está fuera de las responsabilidades de la posición para la que aspiraban.

El anuncio de televisión de Ed Markey ha producido los mismos resultados cuando lo escuché, así que he decidido crear una sección dentro de esta columna analizando mis dudas.

Más respeto para Carmen

Carmen Chalas mudó su programa radial "Micrófono Abierto" de WCEC 1490 AM en Eagle Radio a La Mega en WLLH 1400 en busca de un público más amplio.

En cambio, su programación es interrumpida con anuncios publicitarios y música de las otras estaciones que La Mega posee, hay veces que por varios minutos tenemos un silencio total en la radio, su programa de una hora se corta cinco minutos antes sin permitirle la cortesía de decir adiós a los invitados que podría estar entrevistando o a sus oyentes. Lo peor de todo es que en el estudio no consigue oír todo eso confiada en que lo que está haciendo en ese momento está llegando a todo el mundo.

El miércoles, día 20, hablé con el dueño y me dijo que eran "problemas técnicos." El jueves, cuando la voz de Carmen se oyó fue 12 minutos tarde; se encontraba ya en una conversación con su invitado. En ningún momento escuchamos la apertura o el saludo habitual.

Ser tratado con respeto es más importante que cualquier otra cosa. Ella no está siendo tratada de manera justa y de igual manera le están faltando el respeto a su público.

Carmen, eres apreciada en la 1490 y, sobre todo, tratada con el respeto que todos merecemos. Tal vez sea hora de volver.

Chief Romero

Dudé si debía mencionar este tema porque tengo que tener cuidado cuando me refiera al Jefe de Policía de Lawrence, pero vi un artículo en el periódico hace unos días que me llamó la atención.

Chief John J. Romero le dijo a un reportero que iba, "a pedirle al Alcalde William Lantigua que suspenda por seis meses sin paga a un oficial de policía acusado de faltarle el respeto a un oficial superior durante una discusión."

La razón por la que estoy pensando en esto es que si quiere sugerir algo al alcalde, lo único que tiene que hacer es llamarle o escribirle un mensaje. Romero no tiene que recurrir a los medios de comunicación locales para comunicarse con él, después de todo, él me dijo que la relación entre ambos



Falsedades de los políticos

Ya que la temporada política ha comenzado con la elección especial para el Senado de los EE.UU., voy a crear esta sección para analizar algunas de las formas que los políticos tratan de manipular a la opinión pública - a veces a base de mentiras.

Ed Markey tiene un anuncio de televisión pregonando que él es un defensor del control de armas. El anuncio dice: "Ed obligó a los chinos a detener la exportación de armas de asalto a nuestro país".

Pensé que el uso de la palabra "fuerza" era muy fuerte, casi indicando que él sólo detuvo a los chinos de la exportación de armas a Estados Unidos. Revisé su sitio web para ver si había alguna explicación al respecto.

Su página en la Internet dice: "En 1994, Ed identificó un fallo legal por medio del cual los chinos podrían seguir enviando armas semiautomáticas de asalto inundando a los EE.UU. Él instó al Presidente Clinton para que colocara un moratorio de urgencia sobre la importación de estas armas de asalto de estilo militar desde la China, incluyendo el SKS, MAK-90 y otras armas similares."

Hay una gran diferencia entre lo que

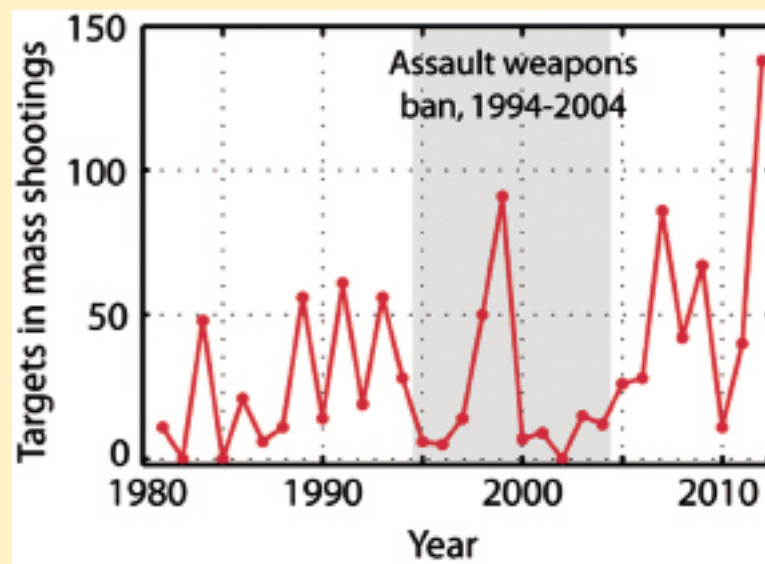
dice el anuncio en televisión y lo que tiene en su página web.

Hice mucha investigación en torno a la prohibición de armas de asalto en 1994 y no he encontrado nada que vincule el nombre de Ed Markey a la regla. Fui tan atrás hasta 1989, cuando el ex presidente Reagan, Ford y Carter enviaron una carta al Congreso y al Presidente Clinton pidiendo la aprobación de tal medida.

La prohibición de armas de asalto entró en vigor en 1994 por los próximos diez años. El número de muertos en ataques masivos hicieron bajó durante la prohibición (excepto por el ataque en 1999 en Columbine). El número de asesinatos en masa se ha duplicado desde que la prohibición expiró. ¿Ha tratado el Sr. Markey de renovarla?

Por favor, no dé por sentado todo lo que se escucha en estos anuncios. Cuestione todo lo que no suene bien, después de todo, ahora tenemos la Internet que lo facilita tanto.

Ed Markey ha estado en el Congreso desde 1979. ¿Alguien puede pensar en algo significativo que ha hecho o en qué comités ha trabajado durante ese tiempo? Tal vez debería haber guardado silencio cobrando su sueldo en lugar de hacernos notar que él existía.



es mejor que nunca.

Puede ser muy molesto que el alcalde tenga que averiguar lo que el Chief tiene en mente leyéndolo en el periódico.

Ley de Reuniones Abiertas en Methuen

El gobierno municipal de Methuen no parece que se preocupa por las reglas y las violaciones de la Ley de Reuniones Abiertas (Open Meeting Law) es tan común que incluso lo justifican.

Algunos de los concejales han estado llevando a cabo entrevistas para seleccionar un abogado de la ciudad en oficinas fuera de la Alcaldía, sin el beneficio de un aviso público antes de tiempo. La mejor parte de esto es que justifican el proceso como justo.

CARTAS AL EDITOR

RUMBO
60 Island Street, Lawrence MA 01840
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.

EL SEGURO HIPOTECARIO ES UN SEGURO DE VIDA



Cuando usted compra o refinancia una casa, la compañía hipotecaria puede ofrecer venderle "seguro de hipoteca" para pagar su hipoteca si usted muere antes de pagar la hipoteca.

El seguro hipotecario es un seguro de vida. El costo de la póliza depende de su edad, sus condiciones de salud, la cantidad a cubrir por la póliza y su duración.

Nosotros vendemos seguros de vida que protegen a su familia y su hipoteca. Nosotros LE vendemos una póliza para que USTED pueda estar en control, ino la compañía hipotecaria! Como un agente independiente de seguros, podemos elegir entre muchas compañías aseguradoras.

Las personas generalmente compran un seguro de vida para proporcionar dinero a su familia en caso de que mueran mientras que los niños son pequeños o si hay una hipoteca. ¿Quién va a sostener a su familia si usted muere mientras sus hijos son jóvenes?

Nuestra póliza y costo anual seguirán igual por el plazo de tiempo que usted elija (a menudo 20 ó 30 años). Al comprar nuestra póliza deberá escoger a su beneficiario. Si usted muere, su familia recibirá el dinero, no la compañía hipotecaria. Ellos pueden elegir pagar la universidad o pagar la hipoteca. Cuando alguien muere, su seguro de vida le paga directamente al beneficiario. Usted puede mantener nuestra póliza aún si vende su vivienda, hace un refinanciamiento o se muda. Una póliza hipotecaria por la compañía se pierde si usted vende, o hace un refinanciamiento de su casa.

Las compañías de hipoteca venden seguros a "Reducción de Plazo" y añaden el costo de su factura mensual de la hipoteca. Su cobertura va disminuyendo al mismo ritmo de su hipoteca, pero el costo mensual se mantiene igual. Si usted muere, la compañía hipotecaria recibirá el dinero, no su familia.

Ejemplos para personas saludables que no fuman:
\$250,000 en una póliza de 30 años para una persona de 28 años de edad: Hombres \$230 ó \$190 anual para una mujer.

Mujer de 40 de edad: \$200,000 en una póliza de 20 años tendría un costo de \$174 dólares anuales.

¡Visítenos para ver cómo le podemos ayudar a proteger a sus familiares! Sus seres queridos dependen de usted... no los defraude.

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

GLFHC acogerá a diez nuevos médicos en el Valle de Merrimack

Greater Lawrence Family Health Center, la organización de apoyo para el programa de Residencia de Medicina Familiar en Lawrence, se enorgullece de anunciar la llegada de 10 nuevos médicos como parte del "Match Day" anual, patrocinado por el National Residency Matching Program. Esta será la primera clase que va a ingresar en el programa de residencia en el marco del Concejo de Acreditación para Educación Médica para Graduados (ACGME) de cuatro años de duración del proyecto de demostración nacional de capacitación que se inicia este mes de julio.

"Estamos orgullosos de haber escogido con éxito diez candidatos para el primer año de este innovador plan de estudios de 4 años", afirma Joseph Gravel, MD, Director Médico y Director de Residencia. "Nuestra misión es proveer a los residentes con las habilidades necesarias para proporcionar atención médica y liderazgo médico en el sistema sanitario emergente, especialmente en las comunidades marginadas. La adición de un cuarto año de residencia nos permitirá la oportunidad de brindar capacitación en áreas como atención al paciente centrada en el hogar, el aumento de la profundidad de la experiencia en los principales aspectos clínicos de la medicina familiar, así como otras experiencias comunitarias que puedan servir de base para los residentes a través de sus carreras", concluye Gravel.

"Aplaudimos el trabajo que se efectúa en el programa de Residencia de Medicina Familiar en Lawrence", afirma Robert Ingala, GLFHC Presidente y CEO. "Nuestros pacientes y la comunidad en su conjunto se benefician de la atención

El programa de Residencia de Medicina Familiar en Lawrence da la bienvenida a los siguientes diez nuevos médicos residentes a nuestro Centro de Salud y el programa de residencia de medicina familiar:

The Lawrence Family Medicine Residency welcomes the following ten new resident physicians to our Health Center and family medicine residency program:

Name	Medical School
Azmina, Lakhani	Northwestern University, The Feinberg School of Medicine
Bassett, Erin	Raymond and Ruth Perelman School of Medicine at the University of Pennsylvania
Bay, Zachary	Northwestern University, The Feinberg School of Medicine
Beck, Whitney	University of Missouri-Columbia School of Medicine
Bognanno, Elise	University of Massachusetts Medical School
Koers, Lisa	Indiana University School of Medicine
LeFevre, Nicholas	University of Missouri-Columbia School of Medicine
Leveroni-Calvi, Matteo	Boston University School of Medicine
Martin, William	University of North Carolina at Chapel Hill School of Medicine
Van Den Berghe, Clark	Northwestern University, The Feinberg School of Medicine

al paciente con sensibilidad cultural, la educación médica superior y un ambiente que sea compasivo, comprensivo y abierto a una evolución constante. Los médicos que se unen al programa de residencia traen un nuevo enfoque a la atención de salud basada en la comunidad. Esto se refleja en la atención que prestan y los logros que experimentan en GLFHC, Lawrence

General Hospital y en las comunidades que servimos en el Valle de Merrimack."

Los residentes en cada uno de los 15 programas de residencias seleccionados se espera que pasen un año adicional de entrenamiento para adquirir un conjunto adicional de competencias que incluyen el aprendizaje basado en la práctica y mejora que aplica los principios de la seguridad del paciente con el cuidado de los pacientes individuales, los sistemas basados en práctica, tales como el uso de registros médicos electrónicos y los elementos necesarios para la atención coordinada de los pacientes con enfermedades complejas y crónicas, y la administración de la salud de la población, incluyendo la capacidad de identificar las disparidades entre las poblaciones, así como los factores que ponen en poblaciones riesgo de enfermedad o lesión.

El programa de Residencia de Medicina Familiar en Lawrence es único porque es el primero en el país en el que la institución acreditada es un centro de salud comunitario. La residencia se acreditará mediante GLFHC y está afiliado a Lawrence General Hospital. Esta relación beneficia a ambas organizaciones y ofrece a los residentes una amplia gama de experiencias desde la práctica de la oficina hasta el entrenamiento en el hospital. El entusiasta apoyo y la cooperación del personal y de los médicos en el Hospital General de Lawrence contribuyen enormemente al éxito de la residencia necesarios en la producción de médicos de atención primaria.

Iniciado en 1994, este fue el primer programa acreditado de Residencia de Medicina Familiar patrocinado por un Centro de Salud Comunitario. En 2011, la residencia fue designado como uno de los primeros de la nación once centros de salud docentes conforme a la Ley de Asistencia Asequible y el mes pasado recibió una acreditación completa de 5 años (el máximo posible) de la ACGME, dado que sólo una minoría de los programas de residencia .

GLFHC, Lawrence Family Medicine Residency welcome ten new resident physicians to the Merrimack Valley

Greater Lawrence Family Health Center, the supporting organization for the Lawrence Family Medicine Residency, is proud to announce a full, 10 physician match for the annual "Match Day", as sponsored by the National Resident Matching Program. This will mark the first LFMR class that will be entering the residency program as part of the Accreditation Council for Graduate Medical Education (ACGME)'s four-year length of training national demonstration project which begins this July.

"We are proud to have successfully matched ten top candidates for the first year of this new and innovative 4 year curriculum," states Joseph Gravel, MD, Chief Medical Officer and Residency Director. "The mission of the LFMR is to provide residents with the skills to provide medical care and medical leadership in the emerging new healthcare system, particularly in underserved communities. The addition of a fourth year of residency will allow us the opportunity to provide training in areas such as Patient Centered Medical Home (PCMH), increased depth of experience in core clinical aspects of Family Medicine, as well as additional community experiences that can serve as a foundation for residents throughout their careers," concludes Gravel.

"We commend the work that continues within the Lawrence Family Medicine Residency," states Robert Ingala, GLFHC President & CEO. "Our patients and the community as a whole benefit from culturally sensitive patient care, superb medical education and an environment that is compassionate, understanding and open to continuous development. The physicians that join LFMR bring a fresh approach to community based health care. That is reflected in the care they provide and the accomplishments they experience at GLFHC, Lawrence General Hospital and in the communities we serve in the Merrimack Valley."

Residents in each of the 15 selected residency programs will be expected to spend an extra year of training to meet an additional set of competencies that include practice-based learning and improvement that apply principles of patient safety to the care of individual patients; systems-based practice, such as the use of electronic health records and the elements necessary for coordinated care of patients with complex and chronic diseases; and management of the health of populations, including the ability to identify disparities across populations, as well as factors that place populations at risk for disease or injury.

The Lawrence Family Medicine Residency is unique because it is the first in the country for which the accredited institution is a community health center. The residency is accredited through GLFHC and is affiliated with Lawrence General Hospital. This relationship benefits both organizations and gives residents a comprehensive range of experiences from office practice to in-

LAWRENCE'S

Programa de Recreo en toda la ciudad está de vuelta para su 4ta temporada!!!

Contacto: Stephanie McArdle
Teléfono: 978-681-5050 / 617-970-1623
Steph@beyondsoccerlawrence.org
www.beyondsoccerlawrence.org



BEYOND SOCCER

QUIÉN: Niños y Niñas de Lawrence, 4-14 años
CUÁNDO: Sábados, 3:00-4:30 April 13^{ra} - June 8^{ta}
DONDE: Greater Lawrence Technical School
COSTO: \$15.00

Formas de registración están disponibles en nuestra página de Internet o visitando nuestra oficina en el 60 Highland Street. Exención de tasas también son disponibles!

Queremos asegurar que todo niño tenga acceso equitativo a experiencias



Reggies llevan el mensaje

Adolescentes de GLTS exponen los beneficios de vida sana a su comunidad

Los jóvenes del país tienen sobrepeso, y necesitan desarrollar un estilo de vida saludable de actividad física diaria y a la hora de comer, controlar las porciones para detener la obesidad infantil. Un grupo de jóvenes interesados en el problema de Greater Lawrence Technical School está llevando el mensaje que aprendieron aquí, a la calle.

Este año, el Equipo de Servicio Comunitario de GLTS SkillsUSA decidió compartir la salud de la escuela y el programa de nutrición, Reggies en Movimiento, con niños y adolescentes en las escuelas y programas locales después de clases.

Lanzado hace cuatro años y abierto a todos los estudiantes, este programa les enseña los beneficios del ejercicio y la buena nutrición. Los estudiantes se quedan después de la escuela durante dos horas para disfrutar de Zumba, Kick Boxing, o entrenamiento para aumentar la fortaleza, así como aprender de un nutricionista cómo cocinar comidas más saludables y preparar meriendas saludables.

Uno de cada tres niños y adolescentes estadounidenses tienen sobrepeso o son obesos y presenta una amplia gama de problemas de salud que normalmente no salen a la superficie hasta la edad adulta. Los efectos físicos incluyen la presión arterial alta y la diabetes tipo 2, con los

efectos psicológicos de la baja autoestima, la imagen corporal negativa y la depresión según la American Heart Association.

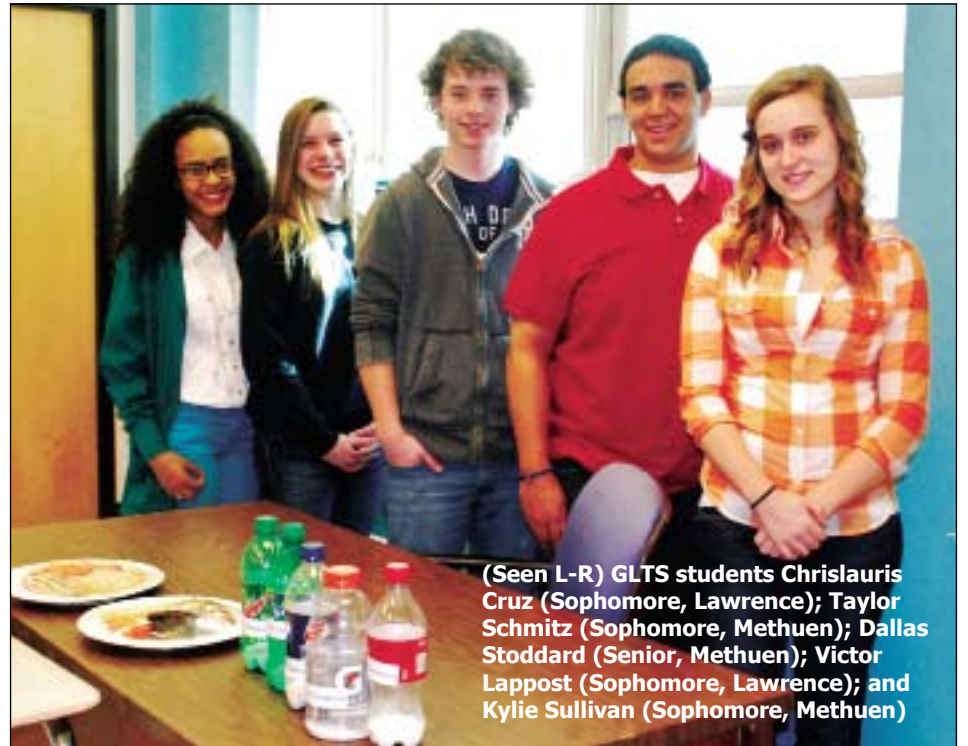
El equipo, formado por Kylie Sullivan (Sophomore, Methuen), Taylor Schmitz (Sophomore, Methuen), Dallas Stoddard (Senior, Methuen), Victor Lappost (Sophomore, Lawrence), y Chrislauris Cruz (Sophomore, Lawrence), se mantienen activos. Desde los deportes en la escuela hasta el levantamiento de pesas y la natación, estos estudiantes se sienten mejor cuando están sudando.

Reuniéndose con un nutricionista también les abrió los ojos en cuándo comer de forma sana. Como por ejemplo que una manzana tiene una mayor cantidad de calorías que una naranja. O que un poco de mantequilla puede aumentar el número de calorías de una comida sana por 100 calorías.

Para Sullivan, una jugadora de softball y de voleibol, le gusta comer comida en porciones adecuadas. A pesar de que Stoddard y Lappost dijeron que podrían reconsiderar un producto azucarado ahora, Schmitz y Cruz dijeron que está bien tener dulces con moderación.

"Es como una especie de semilla", dijo

POR FAVOR VEA **REGGIES**
 ■ CONTINÚA EN LA PAGINA 18



(Seen L-R) GLTS students Chrislauris Cruz (Sophomore, Lawrence); Taylor Schmitz (Sophomore, Methuen); Dallas Stoddard (Senior, Methuen); Victor Lappost (Sophomore, Lawrence); and Kylie Sullivan (Sophomore, Methuen)

Comparing small or large portions as well as illustrating the sugar we consume in our beverages, GLTS students will take their 'Reggies on the Move' message to middle and elementary school students to promote healthy lifestyles and combat childhood obesity. These teens are preparing for a SkillsUSA state competition and have chosen this as their community service project.

Comparando las porciones pequeñas o grandes, así como ilustrando el azúcar que consumimos en nuestras bebidas, a los estudiantes traerán su mensaje "Reggies en Movimiento" a los estudiantes de secundaria y primaria para promover estilos de vida saludables y combatir la obesidad infantil. Estos adolescentes se preparan para una competencia estatal de SkillsUSA y han elegido esto como su proyecto de servicio comunitario.



LAWRENCE FAMILY DOCTORS

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

Medicina Interna
 Pediatría
 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

Reggies on the Road

GLTS teens take a message of healthy living to their community

The nation's young people are overweight, and it takes developing a healthy lifestyle of daily physical activity and meal-time portion control to stop childhood obesity. A group of concerned teens at Greater Lawrence Technical School is taking this message, which they learned here, out to the streets.

This year, the GLTS SkillsUSA Community Service Team decided to share the school's health and nutrition program, Reggies on the Move, with children and teens at local schools and after school programs.

Launched four years ago and open to all students, this program teaches students the benefits of exercise and good nutrition. Students stay after school for about two hours to enjoy Zumba, kick boxing, or strength training as well as learn from a nutritionist how to cook healthier meals and prepare healthier snacks.

One in three American kids and teens is overweight or obese and exhibits a broad range of health problems that usually wouldn't surface until adulthood. Physical effects include high blood pressure and type 2 diabetes, with the psychological effects of low self-esteem, negative body image and depression also being reported according to the American Heart Association.

The team, consisting of Kylie Sullivan (Sophomore, Methuen); Taylor Schmitz (Sophomore, Methuen); Dallas Stoddard (Senior, Methuen); Victor Lappost (Sophomore, Lawrence); and Chrislauris Cruz (Sophomore, Lawrence), stay active

themselves. From school sports to lifting weights to swimming, these students feel best when they are sweating.

Meeting with a nutritionist also brought them some insight when making wise food choices. Like how an apple has a higher calorie count than an orange. Or how just one pat of butter can increase the caloric count of a healthy meal by 100 calories.

For Sullivan, a trim softball and volleyball player, the proper portioned meal is something she would enjoy eating. Although Stoddard and Lappost said they might rethink a sugary snack now, Schmitz and Cruz said it was okay to have sweets in moderation.

"It's kind of like a seed," said Stoddard. "It gets in your mind and grows."

Over the next few weeks, the team will present to middle school students at the Andover YMCA, the Lawrence YMCA and the Immaculate Conception Elementary School in Lowell, MA. For Lappost, his hope is that students will bring what they learn home to share with their families. The team will bring two plates with chicken, rice and carrots displayed, comparing proper and large portions. They will also line up various beverage bottles demonstrating the amount of sugar being consumed and will recommend healthier drinks instead.

Advisor Kristine Smith said once the brainstorming began, it quickly became evident that this team wanted to focus on something healthy.

"They just thought it was a great program," said Smith.

¿Oiste? y la YWCA de Lawrence se unen para presentar taller de educación cívica

“La Voz del Pueblo”

A través de un esfuerzo colaborativo con la YWCA de Lawrence, la organización ¿Oiste? presentará su taller de educación cívica “La Voz del Pueblo”. Este taller, presentado en español, se llevará a cabo en las localidades de Lawrence Training School, situado en el 530 de la calle Broadway, en Lawrence, el sábado, 6 de abril 2013, de 9:00am a 1:00pm.

Este evento educativo es parte de la labor continua de la YWCA de Lawrence para promover su misión de Eliminar el Racismo, Potenciar a la Mujer, y promover la Paz, Justicia, Libertad y Dignidad para Todos. En esta ocasión, mediante la expansión de conocimiento sobre el proceso político, con el propósito de promover el liderazgo, movilización y participación de la comunidad latina en este campo, y de equipar a nuestros líderes locales con la intención de que estos puedan influenciar de manera positiva las políticas que nos afectan como comunidad.

La misión de la organización ¿Oiste? es la de promover los principios y prácticas de la democracia institucional y de base para avanzar en la situación política, social y económica de los latinos y latinas en el estado de Massachusetts. ¿Oiste? busca alcanzar estos objetivos como una organización impulsada por sus miembros a

través de las políticas públicas, desarrollo de liderazgo, el compromiso cívico, la reforma electoral progresista y la movilización de votantes activos.

Los objetivos de este taller son:

- Desarrollar las habilidades y participación de una comunidad activa.
- Informar a todos sus miembros con el propósito de convertirlos en un grupo fuerte, atractivo y activo de líderes latinos que les permita lograr influenciar la participación política y tener éxito influyendo en las políticas públicas.
- Lograremos esto a través de la motivación, movilización y enlace activo de los votantes latinos en el estado de Massachusetts.

Este taller es completamente GRATIS, gracias al generoso patrocinio de Lawrence Training School y su propietario Rafael Guzmán. El espacio es limitado a 40 participantes, así que regístrese hoy mismo! Comuníquese con Vilma Lora en la YWCA al (978) 687-0331 / vlora@ywcawlawrence.org.

Para más información sobre el contenido de este taller, comuníquese con Luzmar Centeno-Valerio en ¿Oiste? al (617) 426-6633 / lcenteno@oiste.net.

¿Oiste? and YWCA of Lawrence join forces to present civic education workshop

“The Voice of the People”

Through a collaborative effort with the YWCA of Greater Lawrence, Oiste?, will host a civic education workshop called “La Voz del Pueblo” (The Voice of the People in English). This workshop, which will be offered in Spanish, will take place at Lawrence Training School, located at 530 Broadway, Lawrence, on Saturday, April 6, 2013, from 9:00 am to 1:00 pm.

This educational event is part of the ongoing efforts to further the mission of the YWCA of Greater Lawrence—Eliminating Racism, Empowering Women, and promoting peace, justice, freedom and dignity for all. The workshop will promote civic leadership, mobilization, and participation among Latinos in the community and will equip local leaders with the knowledge and skills to positively influence politics and policies that affect the community.

The mission of ¿Oiste? is to promote the principles and practices of institutional democracy and to advance the social and economic interests of Latinos in Massachusetts. Oiste achieves this through a variety of different methods including

leadership development workshops, civic education lectures, and the mobilization of voters.

The objectives of this workshop are:

- To develop leadership skills among community members.
- To inform members how to work as a group to influence policy.
- To bring local Latino leaders together.
- To educate community members about the political process.
- To inspire and motivate voters to be an active connection between the community and state politics.

This workshop is offered FREE OF CHARGE, thanks to the generosity of our sponsor, Lawrence Training School and its owner Rafael Guzmán. Space is limited to 40 participants, so sign up today! Contact Vilma Lora at the YWCA at 978.687.0331/ vlora@ywcawlawrence.org.

For more information about the content of this workshop, please contact Luzmar Centeno-Valerio at ¿Oiste? at (617) 426-6633 / lcenteno@oiste.net.




Taller de Educación Cívica
“LA VOZ DEL PUEBLO”

Ven y participa en un taller de educación cívica dirigido para la comunidad Latina.

¿Oiste?, en colaboración con la YWCA de Lawrence, abre las puertas de su organización para compartir contigo las últimas informaciones sobre el liderazgo cívico de los latinos en el estado.

Aprenderás cómo funciona el sistema político de Massachusetts y cómo puedes participar en la movilización y motivación de votantes latinos.

Durante el taller te podrás registrar para ser parte ser miembro de ¿Oiste? Organización de Educación Cívica para Latinos.

Fecha: sábado 6 de abril 2013

Lugar: Lawrence Training School
530 Broadway, 2^{do} Piso, Lawrence, MA

Hora: 9:00am—1:00pm

El taller es completamente **GRATIS**, gracias al patrocinio de
Lawrence Training School



Para registrarse, comunícate con
Vilma Lora en la YWCA
978.687-0331 / vlora@ywcawlawrence.org
¡Espacio limitado a 40 participantes!

Para más información sobre este taller llame al
617.426.6633 / lcenteno@oiste.net o visite la
pagina web www.oiste.net

¡El Tiempo del Tío SAM Llegó!

¡EVÍTESE PROBLEMAS!

Traiga su planilla de impuestos a De Jesús y Asociados

SACANDO EL MEJOR PROVECHO ECONÓMICO PARA USTED



INCOME TAX
Electronic File
¡Preparamos sus impuestos en menos de 12 horas!

Los pequeños y medianos negocios llevan su contabilidad al día con los servicios de De Jesús y Asociados

¡24 años de servicio a la comunidad en el mismo lugar!

De Jesus & Associates, Inc.

La responsabilidad y honestidad son producto de nuestra capacidad

HORARIO:
Lunes a Viernes:
7am – 8pm

Sábados: 7am – 5pm
Domingos: 10am – 4pm

277 Broadway, Lawrence MA
Tel. (978) 681-0422
Email.dejesusassoc@aol.com



Nestor H. De Jesús
Presidente

WNEU Telemundo Boston lleva la Feria de la Familia al Valle de Merrimack

El evento familiar gratuito se realizará el domingo 24 de marzo de 12pm-4pm en el Rockingham Mall en Salem, New Hampshire

Telemundo Boston se complace en presentar la primera de su serie de tres Ferias de la Familia en 2013. El evento de esta semana será el domingo 24 de marzo en The Mall At Rockingham Park en Salem, New Hampshire (99 Rockingham Park Blvd., Salem NH, 03079) localizado en el corazón del Valle de Merrimack, en donde reside una gran cantidad de latinos.

El evento está diseñado para proveer información, servicios y entretenimiento en un ambiente festivo y familiar, además de que es completamente gratis y abierto para todo público. La Feria de la Familia ofrece actividades y recursos para toda la familia, incluyendo información educativa, demostraciones de CPR (resucitación cardiopulmonar), pruebas médicas como colesterol, glucosa, cardiovasculares y presión sanguínea, entre otras.

La Feria también incluirá una amplia variedad de artistas musicales y de la televisión, rifas y premios. La súper popular Máquina del Dinero, una caseta llena de un torbellino de dólares, estará presente dándole la oportunidad a quienes entren en ella de ganar dinero en efectivo.

Como anfitriones de La Feria estarán las personalidades locales de Telemundo Boston, quienes juntos forman el grupo más grande de talento local en cualquier

televisora en español del área de Boston: Verónica Robles, del programa "Órale con Verónica"; Yany González, presentadora de las Telecams; Marisela Marrero, del segmento "Un Minuto de Salud"; Johnny Peguero del programa "El Reporte de los Red Sox"; y Omar Cabrera, locutor de los juegos del equipo New England Revolution que se transmiten exclusivamente por Telemundo Boston en español. Todos ellos estarán compartiendo su experiencia y consejos con los asistentes. Además, el evento contará con la presencia de talento musical local, como el cantante de bachata Alfred Martinez, Bryan Alvarado, cantante de bachata urbana, y el grupo New Journey, también de bachata.

"Nos sentimos sumamente emocionados y muy orgullosos de llevar La Feria de la Familia al Valle de Merrimack por vez primera", dijo Michael Gillespie, vice presidente de Telemundo Nueva Inglaterra. "Es un evento para toda la comunidad que sirve como una fuente de información y recursos gratis para nuestra audiencia y sus familias".

Como parte de su Serie 2013, Telemundo Boston realizará Ferias de la Familia en junio y septiembre en diferentes localidades del estado de Massachusetts.

Feria Comunitaria Community Fair

Saturday, March 23rd, 2013 9:00-12:00

Emily G. Wetherbee School
75 Newton St. Lawrence

(back of school in gymnasium and cafeteria)

Free and open to the public!

This fair was designed to create awareness of resources and programs available to our community!

Here's why you should come:

There will be raffles, free samples, magicians, face painting, Wii Fit, Dance Revolution, Just Dance, and the police/fire department to name a few of the child friendly activities.

We look forward to seeing you there!

Fair Features include...

MV Lead Poisoning Prevention Program	Small Smiles
Centro de Apoyo Familiar/Family and Wealth Building Program Manager	WIC
Holy Family	Salem Animal Rescue League
Community Boating Program	Sacred Heart Brookfield St Neighborhood Association
Sacred Heart Brookfield St Neighborhood Association	MSPCC
Neighborhood Health Plan	Michael B Christensen Community Coordinated Family Support Center
Michael B Christensen Community Coordinated Family Support Center	Magician
YWCA Lawrence	Polished Teeth & Rick's Kids (sealants, fluoride)
Polished Teeth & Rick's Kids (sealants, fluoride)	Elder Services of the MV, Inc.
21st Century	Asian Center of Merrimack Valley
Latchkey	Substance Abuse Prevention
UMASS Extension Nutrition Program	Lawrence Community Works
Lincoln Technical Institute	Bethel Child Care Services
Groundwork Lawrence	Patriots Ambulance
Metro Bank	Frontline Movement Christian Ministry
New York Life	Safe Routes to School
Lawrence Fire Department	MORE.....

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

GOMAS NUEVAS Y USADAS

ABIERTO LOS 7 DIAS DE LA SEMANA
24 HORAS AL DÍA

348 BROADWAY
LAWRENCE, MA 01841
978.327.6802

BRIAN DE PEÑA

La justicia social en Lawrence

Por Dalia Díaz

El viernes, 15 de marzo una lección sobre la justicia social en Lawrence fue presentada a los profesores y estudiantes de Merrimack College en Everett Mills. Marianne Paley-Nadel, propietaria de Everett Mills; Susan Grabski, Directora Ejecutiva del Centro Histórico de Lawrence; Jim Beauchesne, Supervisor, Heritage State Park; Víctor Martínez, Lawrence CommunityWorks y Marilyn Glazer-Weisner, Coordinadora del Programa Ladder to Language en Cambridge College fueron los presentadores.

Se proporcionó a los estudiantes y profesores de Merrimack College una conversación acerca de cómo pueden involucrarse más con los temas de justicia social real que han afectado a nuestras comunidades históricamente y continúan haciéndolo en el presente.

Cada uno de ellos mostró su lealtad a Lawrence por ser una gran ciudad con un problema de imagen y con muchas organizaciones que hacen un gran trabajo.

Susan Grabski habló sobre la "historia tan rica aquí, una ciudad diversa, Lawrence tiene un problema de percepción, pero están en el lugar correcto, porque la ciudad está a punto de cambiar. Esa percepción de los demás ha hecho que las personas que viven aquí sienten que es su culpa."

Junto con una breve descripción de la Huelga del 1912, Jim Beauchesne dijo que las cosas no son muy diferentes hoy en día. "Los inmigrantes fueron explotados hace 100 años en las fábricas. Hoy en día es la industria de servicios."

Jim comenzó a interesarse en la

historia de la inmigración y de la justicia laboral mientras estudiaba en Merrimack College. Proveniente de una familia franco-canadiense, él sabe que la asimilación de las diferentes culturas fue clave entonces, como lo es hoy. "Creo que los canadienses franceses se encontraban entre los más lentos en asimilarse", bromeó.

Víctor Martínez fue más directo en su enfoque. Él habló de su propia experiencia procedente de la República Dominicana. "Cuando hablamos de una comunidad, estamos hablando de la gente".

Victor luego ayudó a Marilyn con la distribución de notas adhesivas de color azul y verde para que los invitados pudieran escribir en el papel azul, lo primero que les viene a la mente sobre Lawrence. Luego, en el verde, lo mismo de Andover. "Pero, por favor, sean honestos, incluso si usted piensa que usted es brutalmente honesto", suplicó.

Al parecer, algunos de ellos no querían ofender a nadie con la negatividad y era obvio, aunque más aprendizaje se llevó a cabo a partir de las no tan agradables y dieron a todos la oportunidad de conversar. Después que las notas azules y verdes se leyeron, Víctor les pidió que miraran por la ventana y expresaran una reflexión de cierre sobre Lawrence. Marilyn creó la gráfica que se muestra en esta página con los resultados.

Más allá de una lección sobre la justicia social, confirmó a todos nosotros que es una ciudad pobre tratando de encontrar soluciones a nuestros problemas, porque hay muchos.



Social Justice Discussion: Lawrence and Andover

Andover	Lawrence	Closing Reflections on Lawrence
Nice	Minorities everywhere. Middle class=working class.	Together
Rich people, good schools.	I knew Lawrence wasn't nice. I knew it is diverse.	Curiosity
White	Then: immigrant city. Now: high poverty rates, diverse.	Lower crime rate, more educated people.
Comfy suburb	Working class, ghetto, crime, messy, diverse, injustice, bad schools, hard living, immigrants, violence.	Integrity
Wealthy, Phillips Andover, privilege, clean, green and pretty, lovely homes.	History: mills and stuff. Present: I hear bad stories and Lawrence has a bad reputation from what I've heard but I haven't had a personal experience so I have no opinion.	A goal, a dream, a future!
I like Andover because it is safer than Lawrence.	Labor struggle cultura	Boulevard of dreams
Wasp, rich, clean, expensive, boring, provincial, orderly, exclusive, exclusionary.	Old mill town, diverse. New: bad drivers, poor sidewalks, Spanish.	Community cultura
I knew Andover was near Lowell. I knew that I wouldn't want to live in Andover.	Then: industrial with a lot of diverse mills and factories. Now: some working factories, old, rundown with a lot of poverty.	Trees
Money, safe community, not diverse.	100 years ago: battle ground. Now: an invisible city.	Compassion
White, snotty, enclaves of poets and activists.	I can tell by all the old buildings there is a lot of history and it makes we want to know more.	Reconstruct
College town, homogeneous.	Rich history, faces challenges, poverty, unemployment, opportunity, needs a new mayor, will rebuild and strengthen.	Vibrant
Mostly white, not many minorities, upper class people, nice houses, safe place.	Knew: immigrant city, labor history. Now: gente, future.	Comunidad community
Rich people	2013: coming back! 1913: prosperous!	Lawrence's future—more educated people, modern city.
Waspy	I knew nothing prior. Diverse, ethnic, Hispanic—Dominican, multi-cultural, poor, colorful, vibrant.	Patience
Pricey real estate	Density, poor, young	Development
Rich, tree lined	Pretty much the same as it is now. It was home to people then it is home now. It has always needed work in the areas it needs today.	
Boring	1912: Poor, hard-working immigrants. 2012: poor, hard-working immigrants.	
Wealth, white, safe	Labor struggles, immigrants. Strong people, reminds me of New Mexico first time.	
Rich, wealthy, nice community	Rich diversity, dangerous, poor	
Upscale, safe, Phillips Exeter, not diverse, middle class, attractive downtown, suburban, good restaurants.	Poverty, not white, not safe	
Home town, wealthy, privileged, good schools, pleasant neighborhoods.	I knew Lawrence back in the day was a great city, but now it is so dangerous.	
Stagnant, wealthier people who are ignorant of their surroundings.	Kind, welcoming people.	
I do not know anything about Andover.		

Social justice in Lawrence



By Dalia Díaz

On Friday, March 15th a lesson of social justice in Lawrence was presented to faculty and students from Merrimack College at the Everett Mills. Marianne Paley-Nadel, owner of Everett Mills; Susan Grabski, Executive Director of Lawrence History Center; Jim Beauchesne, Supervisor, Heritage State Park; Víctor Martínez, Lawrence CommunityWorks; and Marilyn Glazer-Weisner, Coordinator, Ladder to Language Program at Cambridge College were the presenters.

They provided the students and faculty from Merrimack College with a conversation about how they can become more engaged with the real social justice issues that have affected our communities historically and continue to do so in the present.

Each of them showed their loyalty to Lawrence for being a great city with an image problem and with many organizations

doing great work.

Susan Grabski talked about the "rich history here; a diverse city, Lawrence has a perception problem but you are in the right place because the city is on the verge of change. That perception from others has made the people living here feel that it's their fault."

Along with a brief description of the Strike of 1912, Jim Beauchesne said that things are not very different today. "Immigrants were exploited 100 years ago in the mills. Today it's the service industry."

Jim became interested in immigration history and labor justice while a student at Merrimack College. Coming from a French-Canadian family, he knows that

PLEASE SEE **LAWRENCE**
CONTINUES ON PAGE 18

Alimentación sana significa elecciones individuales

GLCAC Inc. celebra el Mes Nacional de la Nutrición® de WIC

La clave de una alimentación sana no son las dietas de moda pasajera iguales para todos, sino un plan adaptado a los gustos, tradiciones y necesidades de salud individuales. Esta estrategia para una dieta saludable inspiró el tema para marzo como Mes Nacional de la Nutrición (National Nutrition Month®) “Coma bien y a su manera cada día”.

“Las preferencias de comidas, los estilos de vida, las tradiciones culturales y étnicas y los problemas de salud influyen en los alimentos que elegimos. Los nutricionistas nos dicen que la clave para comer alimentos sanos es elegir los que nos gustan, y este mes nos centramos en la importancia de una dieta personalizada como clave para una alimentación sana”, dice Rebecca Sarver, Directora del programa WIC de Lawrence en el Greater Lawrence Community Action Council (GLCAC).

El Programa de WIC en GLCAC encabeza la celebración del Mes Nacional de la Nutrición con clases de alimentación sana para sus participantes y los niños de edad escolar de Lawrence y Methuen. Los nutricionistas de Lawrence WIC, comparten estas recomendaciones para comer bien de la Academy of Nutrition and Dietetics:

* Siga un estilo de alimentación personalizado: la manera más fácil de que el cuerpo reciba los nutrientes que necesita es comer



comidas saludables y que nos gusten.

* Coma de acuerdo a su forma de vida: cada estilo de vida, por ejemplo, atlético, vegetariano, vegan, ocupado o familiar, tiene necesidades nutricionales especiales. Comer bien puede ser fácil y sabroso si presta atención a lo que come durante el día.

* Incorpore sus tradiciones culturales y étnicas: las comidas de todo el mundo suelen incorporar una abundancia de ingredientes únicos, sabrosos y nutritivos.

* Tenga presente su salud: un plan de alimentación sana puede ayudar a prevenir y tratar una variedad de problemas.

* Llene la mitad del plato con sus frutas y verduras favoritas, mantenga las porciones

de proteína magras y de aproximadamente tres onzas, haga que al menos la mitad de los granos que consume sean integrales, y asegúrese de incluir productos lácteos, como leche y yogur, bajos en grasa o descremados.

Un ejemplo de una receta rápida, fácil y nutritiva que incorpora los consejos de alimentación sana es la ensalada de arroz integral con frijoles negros, tomates y maíz. Prepare una taza de arroz integral de acuerdo a las instrucciones, escurra, enjuague bien en agua fría para enfriar y transfiera a un recipiente grande. Coloque 15 onzas de frijoles negros lavados y escurridos, una taza de granos de maíz congelados o enlatados, un cuarto de taza de cebollines picados, cuatro tomates frescos cortados en dados, dos cucharadas de jugo de limón fresco y una cucharadita de cáscara de lima rallada bien fina. Sazone a gusto con un cuarto de cucharadita de sal y pimienta y sirva con trocitos de limón.

El programa WIC de Lawrence ofrece a sus participantes asesoramiento de nutrición, apoyo a la lactancia materna, servicios de referencia y cheques para alimentos saludables. Las mujeres solicitantes deben vivir en Massachusetts, cumplir con las pautas de ingresos y estar en una de cinco categorías: mujer embarazada, mujer que amamanta (hasta un año después del parto), mujer que no amamanta (hasta seis meses después del parto) o mujer con un recién nacido (hasta los 11 meses) o con niños de hasta cinco años.

Todas las mujeres que participan en WIC se reúnen con un nutricionista para establecer metas de alimentación sana antes de recibir cheques para alimentos para bebés, leche, huevos, queso, granos integrales, cereales, frutas, verduras y frijoles o mantequilla de maní, todos alimentos con nutrientes importantes que las mujeres, los recién nacidos y los niños necesitan durante los períodos críticos del crecimiento.

Se ha demostrado que WIC es eficaz para prevenir problemas de salud inmediatos y mejorar los resultados de salud a largo plazo. Las mujeres que participan en WIC tienen mejores dietas, reciben atención prenatal antes y tienen mejores resultados en el embarazo. Los bebés nacidos de madres que participan en WIC tienen mejor peso al nacer y menos probabilidad de prematuridad. Los bebés y niños que reciben WIC consumen más hierro, vitamina C y otros nutrientes y, como resultado, tienen un mejor crecimiento y estado nutricional.

Para más información sobre WIC o para hacer una cita en las oficinas de Lawrence, Methuen o North Andover, llame al (978) 681-4960.

Healthy eating is about individual choices

GLCAC Inc.'s WIC Celebrates National Nutrition Month®

The key to healthy eating is not those one-size-fits-all fad diets, but an eating plan tailored for an individual's tastes, traditions and health needs. This strategy for a healthy diet inspired the theme for March's National Nutrition Month®, “Eat Right Your Way Every Day.”

“Food preferences, lifestyles, cultural and ethnic traditions and health concerns all affect our food choices. Nutritionists tell us the key to eating healthy foods is picking those ones that we like, and this month we are focusing on the importance of the individualized diet as the key to healthy eating,” said Rebecca Sarver, Director of the Lawrence WIC Program at the Greater Lawrence Community Action Council.

The GLCAC's WIC Program is leading the effort to celebrate National Nutrition Month® with healthy eating classes for its participants and for schoolchildren in Lawrence and Methuen. The nutritionists at Lawrence WIC, following guidance of the Academy of Nutrition and Dietetics, offer these tips for eating right:

* Personalized eating style: The easiest way to get the nutrients a body needs is to eat enjoyable healthy foods.

* Eat according to lifestyle: Athletic, vegetarian/vegan, corporate and family lifestyles all have special nutritional needs, and eating right can be easy and tasty by paying attention to those foods eaten throughout the day.

* Incorporate cultural and ethnic traditions: Foods from around the globe often incorporate an abundance of unique, flavorful and nourishing ingredients.

* Keep health concerns in mind: A healthful eating plan can help prevent and treat a variety of health concerns.

* Fill half of the plate with favorite fruits and vegetables; keep protein portions lean and about three ounces; make at least half of the grain choices whole grains; and be sure to include low-fat or fat-free dairy products like milk and yogurt.

An example of a quick, easy and nutritious recipe that incorporates the healthy eating tips is brown rice salad with black beans, tomatoes and corn. Prepare one cup of brown rice according to the directions, drain it, rinse well in cold water to cool, and transfer it to a large bowl. Stir in 15 ounces of rinsed and drained black beans; one cup of canned or frozen corn kernels; one-quarter cup of chopped, raw scallions; four fresh, diced tomatoes; two tablespoons of fresh lime juice; and one

LUNES A VIERNES | 10AM - 11AM



MICRÓFONO ABIERTO

¡Lo diferente del dial!

¡Se muda para La Mega!

Entrevistas

Noticias Locales, Nacionales e Internacionales

Comentarios

Música

¡Y Mucho Más! en su nuevo horario de 10 a 11 AM



Carmen Chalas “La Embajadora”
Productora & Conductora
TELEFONO EN CABINA
978.974.0890

WLLH 1400 AM

PLEASE SEE **GLCAC**
CONTINUES ON PAGE 15

El análisis del Consejo de Investigación y Acción sobre la Pobreza y la Raza muestra que casi la mitad de las familias afroamericanas e hispanas enfrentan abrumadores costos de vivienda

Casi la mitad de las familias afroamericanas e hispanas en los Estados Unidos carecen de suficientes ingresos para rentar un apartamento de dos recamaras al precio de mercado promedio, de acuerdo al análisis comprensivo realizado por el Consejo de Investigación y Acción sobre la Pobreza y la Raza (PRRAC por sus siglas en inglés) del estudio titulado Fuera de Alcance 2013 (Out of Reach 2013). Fuera de Alcance 2013 es un estudio ampliamente distribuido sobre la asequibilidad de viviendas de alquiler para trabajadores de bajos ingresos, realizado por la Coalición Nacional para las Viviendas de Bajos Ingresos (NLIHC por sus siglas en inglés).

De acuerdo al estudio Fuera de Alcance 2013, una persona que trabaja tiempo completo en los E.E. U.U. tendría que ganar \$18,79 por hora para poder cubrir la renta de un departamento de dos recamaras decente sin gastar más del 30% de su salario --lo que el gobierno ha determinado como el porcentaje de los ingresos que deben cubrir la vivienda para que ésta sea considerada como asequible. Actualmente, un inquilino promedio gana alrededor de \$14.32 la hora.

Además, el NLIHC estima que una familia necesitaría un ingreso anual de \$39,080 para rentar un departamento de dos recamaras al precio de mercado promedio de \$977. Un análisis de la información del estudio de NLIHC y de la Encuesta Comunitaria Americana (American Community Survey) del 2007-2011, muestran que hay 22 millones de familias en los Estados Unidos con un ingreso anual de menos de \$39,080.

Este año por primera vez PRRAC realizó un desglose racial del estudio de NLIHC sobre viviendas asequibles. El análisis indica que hay porcentajes altos de familias afroamericanas e hispanas que enfrentan abrumadores costos al tratar de mantener viviendas adecuadas.

“Los resultados son verdaderamente impresionantes”, dijo Philip Tegeler, presidente de PRACC. “Encontrar viviendas asequibles es un reto para todos los americanos de bajos ingresos, pero nuestro análisis demuestra que es aun más difícil para las familias de grupos minoritarios. Esto debería de ser una llamada de atención para la Administración y el Congreso, quienes deben de saber que enfrentar los costos de vivienda y crear más viviendas asequibles deben de ser prioridades nacionales”.

El Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los Estados Unidos (HUD por sus siglas en inglés) dice que las familias que gastan más del 30% de su ingreso anual en vivienda son consideradas familias “agobiadas por los costos” y esto significa que tendrán menos recursos para invertir en otras necesidades básicas, como la salud y la nutrición.

El análisis de PRRAC encontró que:

- Casi la mitad (47.6%) de las familias afroamericanas no tienen suficientes

ingresos para rentar un departamento de 2 recamaras al precio de mercado promedio.

- Entre las familias hispanas de cualquier raza, aproximadamente 46.0% tienen ingresos al o bajo el nivel de ingresos estimado.

- El porcentaje de familias blancas, no hispanas, que no tienen suficientes ingresos para rentar un departamento al precio de mercado promedio, es de 23.4%.

- Alrededor de 22.8% de las familias asiáticas podrían no tener suficientes ingresos para rentar una unidad de 2 recamaras al precio de mercado promedio. El Sr. Tegeler dijo que PRRAC se une a NLIHC a pedir un aumento en la producción de viviendas asequible en el país.

La NLIHC dijo que para poder cerrar la brecha que hay entre la demanda y el suministro de viviendas asequibles, “tendríamos que añadir 4.5 millones de viviendas asequibles a las viviendas de bajos ingresos extremos (ELI por sus siglas en inglés). Esto no es un objetivo inalcanzable. Una vez financiado, el Fideicomiso de Vivienda Nacional (NHTF por sus siglas en inglés) podría proveer a los estados con el dinero que necesitarían para expandir las viviendas asequibles en existencia y convertirlas en viviendas de bajos ingresos extremos”.

Para más información sobre el estudio Fuera de Alcance 2013, visite la página <http://www.nlihc.org/oor/2013>.

Sobre PRRAC

El Consejo de Investigación y Acción sobre la Pobreza y la Raza (PRRAC por sus siglas en inglés) es una organización de derechos civiles convocada por grupos importantes de derechos civiles, libertades civiles y anti-pobreza en 1989-90. La misión principal de PRRAC es ayudar a conectar activistas con los científicos sociales que trabajan los temas de la raza y la pobreza, y, a la vez, promover una estrategia de acción basada en la investigación de la inequidad estructural. El PRRAC patrocina investigaciones de ciencias sociales, ofrece asistencia técnica y reúne a activistas e investigadores alrededor de los temas de la raza y la pobreza.

rumbonews.com



PRRAC analysis shows that nearly half of African American and Hispanics families in the US face burdensome housing costs

Nearly half of the African American and Hispanic families in the United States lack sufficient income to afford a two-bedroom apartment at the average fair market rent, according to a comprehensive analysis of Out of Reach 2013 conducted by Poverty & Race Research Action Council (PRRAC). Out of Reach 2013 is a widely circulated study from the National Low Income Housing Coalition (NLIHC) on the affordability of rental housing for low-wage workers.

According to the Out of Reach 2013, a typical full time worker in the US must earn \$18.79 per hour to afford a decent two bedroom apartment while spending no more than 30% of their income - the amount the government sets as “affordable” – on housing costs. Currently, an average renter earns about \$14.32 hourly wage.

Furthermore, NLIHC estimates that a family will need an annual income of \$39,080 to afford a two-bedroom apartment at an average fair market rent of \$977. An analysis of data from the NLIHC study and the 2007-2011 American Community Survey show that there are 22,510,587 families in the US with annual income less than approximately \$39,080.

This year PRRAC completed, for the first time, a racial breakdown of the NLIHC’s annual housing affordability study. The analysis indicates that high percentages of African American and Hispanic families face significant cost burdens in trying to maintain sufficient

housing.

“The results are stunning,” said Philip Tegeler, the PRRAC president. “Finding affordable housing is a challenge for all low-income Americans, but our analysis demonstrates it is even more burdensome for families of color. This should be a wake-up call for the Administration and Congress that addressing housing costs, and creating more affordable housing, must be a national priority.”

The U.S. Department of Housing and Urban Development (HUD) says families who spend more than 30% of their annual income on housing are considered “cost burdened” and will have limited resources to invest on other basic necessities, such as health and nutrition.

The PRRAC analysis found that:


- Almost half (47.6%) of African American families do not have sufficient income to afford a two-bedroom apartment at the average fair market rent.
- Among Hispanic families of any race, approximately 46.0% have income at or below the estimated income threshold.
- The percentage of non-Hispanic White families, who have insufficient income to afford the average two-bedroom FMR, is approximately 23.4%.
- Around 22.8% of the Asian families may not have enough income to afford

PLEASE SEE **HOUSING**
CONTINUES ON PAGE 18

LAWRENCE'S

City-wide Recreational Program is BACK for its 4th Season!!


Contact: Stephanie McArdle
Tel: 978-681-5050 or 617-970-1623
Steph@beyondsoccerlawrence.org
www.beyondsoccerlawrence.org



WHO: Lawrence Youth Boys & Girls, ages 4-14
WHEN: Saturdays, 3:00-4:30 April 13th - June 8th
WHERE: Greater Lawrence Technical School
COST: \$15.00

Registration forms available online or by visiting 60 Island Street
Fee **WARRIORS** also available!

We want to ensure that all children have equal access to quality sports experiences.



Desfile de modas de con materiales reciclables



Kirsy – A la izquierda, papel de aluminio. A la derecha, envolturas de sopita



Kianny Pérez – papel de periódico



Catherine Cabrera - A la izquierda, blusa de servilleta y falda de mantel de papel. El traje de quinceañera es de papel.



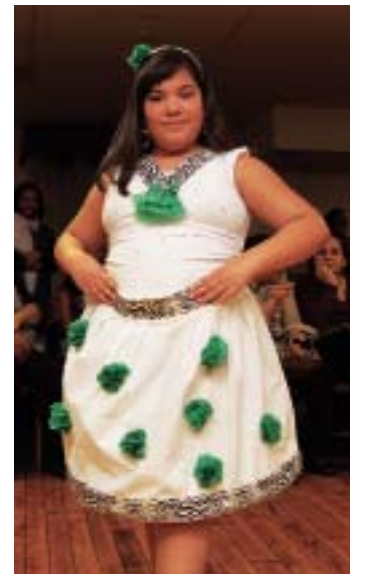
Sochy – papel de periódico



Yuliana Pérez - Falda de papel y la blusa de funditas de Capri Sun.



Raquel Batista - Ambos vestidos fueron creados de papel de crepe.



Sabrina Batista - Vestido y flores verdes hechas de papel.



Joseline Díaz - Fundas plásticas.



Alexandra Villa - A la izquierda, vestido con cinta de CAUTION. La niña, periódicos. A la derecha, bolsas plásticas y etiquetas de botellas de agua.



Teófila Richardson - A la izquierda, fíjese en las prendas y adornos con tapitas de soda. A la derecha, manteles plásticos.



Claribel Batista - el vestido rojo tiene máa de 3,500 flores de papel. a la derecha, papel de revistas con su hijo Frederick.



Las diseñadoras fueron: Melba Marisan, Catherine Cabreja, Amparo Coste, Claribel Barista y Ruth Martínez. El vestido de Melba tiene más de 1,000 guantes de goma.

Iglesia Evangélica Metodista Primitiva



Claribel Batista - Traje de mantel de papel y 170 lazos de papel sanitario.



Elena Gómez - papel de periódicos.



El Pastor Fernando Gómez dando las gracias al público. Junto a él, su esposa, Adis Gómez con su traje de novia hecho con platos de styrofoam.



Rosa Mezquita - A la izquierda, su traje es de manteles plásticos. A la derecha, el pantalón está cubierto de tapitas de latas de soda. También los usó para adornar la cartera y el chaleco.



Mirta Ferdinand - A la izquierda, hecho de papel de copiadora. El centro, periódicos. A la derecha, manteles plásticos azul y negro.



Ramona Montilla - A la izquierda, papel de periódicos. A la derecha, una colección de bolsas de papitas y Doritos.



Nilsa Burgos - Vestido de papel crepe combinado con su sombrero y accesorios.



Arlenis Feliz - A la izquierda, mantel plástico rosado con flores hechas de vasos de styrofoam abiertos. A la derecha, traje multicolor hecho de papel de crepe.



Free Irish music concert at Lawrence Public Library



On March 24 at 2 pm The Lawrence Public Library 51 Lawrence St. will present a Free One-Hour Concert: Celtic Melodies For Voice and Piano performed by George and Terri Kelley. The concert will include a tribute to the late great Irish fiddle virtuoso, Larry Reynolds. The free concert is open to the public, and all are welcome. There is a reception following the performance.

The concert is supported by The Irish Foundation, and presented by The Friends Of The Lawrence Public Library. For information call 978 683 8222.

Bylli Crayone & Debbie Gibson Go To Prom



Local dance music recording artist Bylli Crayone has a new single called 'Mystery Boy' that is set to be released on April 15th.

The new release will be made available on CD and digitally on such sites as iTunes and Amazon.com via Funusual Records. The song was written by Crayone and is about Crayone as well. He says, "People often judge me without knowing me, taking

a look at the way I dress and immediately pass judgment. That is so wrong!"

The song basically states that you don't know him from a hole in the wall, all you really know is his name.

In support of the new single release Bylli Crayone will be teaming up with 80s Pop icon Debbie Gibson on April 12th at the 'Awesome 80s Prom' in Worcester, MA. For more info, visit BylliCrayone.com

NECESITAN CHOFERES PARA TRANSPORTAR ANCIANOS

Interfaith Caregivers of Greater Lawrence, una coalición de comunidades de fe, agencias de servicio social y organizaciones de salud, está buscando voluntarios para llevar a ancianos a citas al médico y otras citas de calidad de vida a través del Programa de Friends in Deed de Elder Services of the Merrimack Valley.

Si usted puede, aunque sea ocasionalmente, por favor, llame a Jerry Proulx, reclutador de voluntarios, al 1-800-892-0890 ext. 463 (y mencione Interfaith Caregivers.)

Gracias de parte de Interfaith Caregivers y los muchos ancianos que necesitan de los servicios de choferes voluntarios para poder permanecer independientes en su propio hogar.

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

LEA EDICIONES PREVIAS DE RUMBO EN NUESTRO WEBSITE

PERIODICORUMBO.COM

Llama gratis: 1-800-279-7640

¿Sigues pagando demasiado por tus medicamentos?

Puedes **ahorrar hasta 75%** cuando ordenas tus recetas en nuestra **Farmacia Canadiense Internacional**.

<p>Su Precio</p>  <p>Celebrex™ \$568.87</p> <p><small>Típico precio de marca de USA por 20mg x 100</small></p>	<p>Nuestro Precio</p>  <p>Celecoxib* \$60.00</p> <p><small>Equivalente genérico de Celebrex™ precio genérico por 20mg x 100</small></p>
---	--

¡Compare Nuestros Precios! Llame gratis al 1-800-279-7640.

Obtenga Extra \$10 OFF

De Descuento y ENVÍO GRATUITO

¡Obtenga \$10 de descuento extra en su primera orden hoy!

Llame al teléfono de abajo y ahorre \$10 adicionales, además obtenga su envío gratis en su primera orden con Canada Drug Center. Expira 30 de junio, 2013. Oferta válida para órdenes de recetas solamente y no puede ser usada en conjunto con otra oferta.

¡Ordene ahora! Gratis al: 1-800-279-7640

Use el código 10FREE para recibir esta oferta especial.

Por favor tenga en cuenta que no manejamos sustancias controladas y una receta válida es requerida para todas las órdenes de medicamentos.

El precio comparativo de arriba es válido a partir del 04 de marzo de 2013. Todos los derechos de las marcas registradas asociadas con el nombre de los productos en este anuncio pertenecen a sus respectivos dueños. *Las drogas genéricas son medicamentos cuidadosamente regulados que tienen los mismos ingredientes que los de la marca original pero que generalmente son mas baratos. Equivalentes genéricos son iguales a su "marca" en contrapartes de Ingredientes Activos, Dosis, Seguridad, Fuerza, Calidad, Desempeño y Uso Intencionado. Puede variar en color, forma, tamaño, costo y apariencia.

CONTINUE FROM PAGE 10

GLCAC

teaspoon of finely grated lime zest. Season to taste with one-quarter teaspoon of both salt and pepper and serve with fresh lime wedges.

The Lawrence WIC provides nutrition counseling, breastfeeding support, referral services and food checks for healthy foods to its participants. An eligible applicant must live in Massachusetts, meet income guidelines, and fall into one of five eligible categories. The categories are: pregnant women, breastfeeding women up to one year postpartum, non-breastfeeding women up to six months postpartum, infants (0-11 months) and children up to the age of five.

All WIC participants meet with a nutritionist to set goals for healthy eating before they receive checks for baby food, milk, eggs, cheese, whole grains, cereals, fruits, vegetables, and beans or peanut butter – all foods with important nutrients that women, infants and children need during critical periods of growth.

WIC has been shown to be effective in the prevention of immediate health problems and in the improvement of long-term health outcomes. Women participating in WIC have improved diets, receive prenatal care earlier and have improved pregnancy outcomes. Infants born to WIC mothers have better birth weights and are less likely to be premature. WIC infants and children consume more iron, vitamin C and other nutrients, resulting in improved growth and nutritional status.

For more information on WIC or to set up an appointment in the Lawrence, Methuen or North Andover offices, call (978) 681-4960.

NOTAS DE SU BIBLIOTECARIA

BY/POR MAUREEN NIMMO
Lawrence Public Library Director

Hola queridos lectores de Rumbo. A partir del miércoles, la primavera estará aquí oficialmente. Estoy emocionadísima. Tal vez, la gente piensa que estoy obsesionada con el tema, pero estar obsesionada funciona para mí, y en realidad hace que el invierno parezca más corto - supongo que soy la clase de persona que necesito una meta.

Por supuesto, aquí en Lawrence, llega la primavera tradicionalmente por los acontecimientos del mes de la herencia irlandesa y este año no ha sido una excepción. Aunque el Día de San Patricio pase, todavía hay eventos y exposiciones para disfrutar hasta el final del mes. Lawrence Heritage State Park continúa su exposición "Para Proteger la Vida... Para Conservar la Propiedad - el Departamento de Bomberos de Lawrence." (¡Nuestra propia bibliotecaria de historia local, Louise Sandberg, contribuyó en gran medida a este proyecto!) Asimismo, la exposición anual de arte irlandés, Loric Artworks en Andover, estará allí hasta el día 31. Lo más emocionante para nosotros es nuestro concierto anual de George y Terri Kelley aquí en nuestro auditorio Sargent. El programa es Melodías Celtas para Voz y Piano - un Tributo póstumo a Larry Reynolds, un Gran Virtuoso de Violín. Aquellos que asistieron a nuestra serie de conciertos del otoño pasado no necesitan presentación de los Kelleys - a todos los demás, no se pierdan el placer de escuchar esta pareja encantadora. El concierto gratuito, patrocinado por los Amigos de la

Biblioteca Pública de Lawrence, está abierto al público en general. El espectáculo es el domingo, 24 de marzo, a las 2 PM en el auditorio.

Sobre el tema del mes de la Herencia Irlandesa, me gustaría compartir una historia con ustedes. Cada año un representante del cónsul irlandés en Boston viene a leer a los alumnos de la Academia Católica de Lawrence (antiguamente la escuela de St. Patrick) en nuestra sucursal. Tuvimos un joven llamado Keiron quien leyó este año a cientos de niños. (¿Cómo pudimos colocar a todos en un espacio relativamente pequeño? Es algo misterioso para mí.) La distribución de la población estudiantil refleja la composición de la población de la ciudad más o menos - una mezcla de latinos y europeos con algunos niños de origen africano y asiático. Todos escucharon con fascinación a Kieron hablar de su país y, después, le inundaron con preguntas. Lo que fue tan encantador fue el hecho de que todos los niños mostraron un vivo interés en él y en conocer Irlanda. Fue un gran placer ver su curiosidad natural y sólo quisiéramos esperar que se quedaran con esa actitud en vez de desarrollar la mentalidad de "nosotros contra ellos" que ha hecho tanto daño a nuestra ciudad y al país entero.

Tengo que contarles la pregunta favorita de los alumnos: un jovencito con una actitud muy seria quería saber si Jesús y San Patricio se pelearan, ¿quién ganaría? Kieron (mostrando a sí mismo un alma mucho más fuerte que yo) con un semblante serio, le respondió que, como ambos estaban en el mismo lado que, a lo mejor, no lucharían.

Antes de terminar, quiero recordarles que ahora tenemos servicio inalámbrico en todo el edificio. Es fácil conectarse - sólo tiene que poner su número de tarjeta de la biblioteca. Así que, feliz temporada primaveral a todos. Traigan sus computadoras portátiles y otros aparatos, y ¡les veré en la biblioteca!

Help for Elders

Elder Services is currently recruiting & training more volunteers to help the elderly remain safely in their homes for as long as possible; the volunteers will help with:

- With door to door Transportation to medical appointments.
- With an advocate, to accompany the elder into the medical appointment.
- With food shopping & picking up prescriptions.
- With companionship, someone they can just talk with.

Request - This is a wonderful program for our elders who have no one to help them. However, Elder Services needs many more volunteers throughout the Merrimack Valley to answer all the calls for help we are receiving. We hope the folks who are reading this Ad can put a few hours aside each month and help support this critical need.

NOTES FROM YOUR LIBRARIAN

Hello Rumbo readers. Spring is officially here as of Wednesday. I am totally psyched. People may think I am obsessed on the subject but obsessing works for me and actually makes the winter seem shorter—I guess I am just the sort of person who needs a goal.

Of course, here in Lawrence, spring is traditionally ushered in by the events of Irish Heritage month and this year has been no exception. Even though St. Patrick's Day has passed, there are still events and exhibits to enjoy until the end of the month. Lawrence Heritage State Park continues its exhibit To Protect Lives...To Conserve Property—The Lawrence Fire Department. (To which our own local history librarian Louise Sandberg contributed heavily!) Also, the annual Irish Art exhibit at Loric Artworks in Andover will be there till the 31st. Most exciting for us is our annual appearance of George and Terri Kelley right here in our Sargent auditorium. Their program is Celtic Melodies for Voice and Piano—A Tribute to the Late Great Fiddle Virtuoso Larry Reynolds. Those of you who attend our fall concert series need no introduction to the Kelleys—to everyone else, don't miss the treat of hearing this lovely couple perform. The concert is sponsored by the Friends of the Lawrence Public Library and is free and open to the public. Performance time is 2:00 p.m. Sunday, March 24 in the auditorium.

On the subject of Irish Heritage Month, I would like to share a story with you all. Every year a representative from the Irish Consul in Boston comes to read for the students of the Lawrence Catholic Academy (formerly St. Patrick School) at our South Branch Library. We had a lovely young man named Keiron reading this year to literally hundreds of children. (How we fit them all into the relatively small space is something of a mystery to me.) The makeup of the student body reflects the makeup of the city population more or less—a mix of Latino and European with some children of African and Asian backgrounds. All of them listened with fascination to Kieron speak about his country and, subsequently, flooded him with questions. What was so charming was that all the children showed a vivid interest in him and in finding out about Ireland. It was a delight to see their natural curiosity and one can only hope that they preserve that instead of developing the clannish "us against them" mentality that has done so much to hurt our city and our country.

I have to tell you my favorite question posed by the students: one very earnest young fellow wanted to know if Jesus and Saint Patrick got into a fight who would win. Kieron (showing himself to be a far stronger soul than I) kept a straight face and suggested that, as they were both on the same side they would probably not fight.

Before closing I do want to remind all of you that we do now have wireless service throughout the building. It is easy to log on—you just need a library card number. So, happy Vernal Equinox to all. Bring your laptops and other devices by and I will see you at the library!

**The Caring Choice****¿Está cuidando a alguien en el hogar?**

Adult Family Care ayuda a las personas mayores y a los jóvenes con incapacidades, para poder vivir de manera independiente en un entorno familiar de apoyo.

Clientes viven con un cuidador entrenado
(Un miembro de su familia puede ser el cuidador)

Cuidadores reciben un estipendio libre
de impuestos de hasta \$18,000



617.628.2601 x3151 info@eldercare.org
eldercare.org/AFC.shtm

BY DALIA DÍAZ
daliadiaz@rumbonews.com

■ LÉALO EN ESPAÑOL EN LA PÁGINA 4

From My Corner

Term limits in Congress

We are having a Special Election for Senate in about one month and the ads have begun. In previous contests I was angered by politicians plainly lying to the public, saying what the voters want to hear even if they know what they are promising is beyond the responsibilities of the position for which they were aspiring.

Ed Markey's television ad had the same results when I heard it, so I decided to create a section within this column analyzing my doubts.

More respect for Carmen

Carmen Chalas moved her radio show "Open Microphone" from WCEC 1490 AM Eagle Radio to La Mega on WLLH 1400 AM looking for a wider audience.

Instead, her show keeps getting interrupted with commercials and music by the other stations La Mega owns, there are times that for several minutes we get total silence on the airwaves, her one-hour program is cut five minutes early without allowing her the courtesy to say good-bye to the guests she might be interviewing or to her listeners. The worst part is that in-studio she doesn't get to hear all of that confident that what she is doing during that time is reaching everyone.

On Wednesday the 20th, I spoke with the owner and he said that it was "technical problems." On Thursday, when Carmen's voice came on 12 minutes late, she was well into a conversation with her guest. We never heard the opening or her usual greeting.

Being treated with respect is more important than anything else. She is not being treated fairly and her audience is equally disregarded.

Carmen, you are loved at 1490 and above all, treated with the respect we all deserve. Maybe it's time to return.

Chief Romero

I hesitated to mention this issue because I must be careful when referring to the Lawrence Police Chief, but there was an article in the daily newspaper a few days ago that caught my attention.

Chief John J. Romero said to a reporter that he was going "To ask Mayor William Lantigua to administer a six months unpaid suspension against a police officer accused of belly bumping a superior officer during an argument."

The reason I'm thinking about it is because if he wants to suggest anything to the mayor, all he has to do is call him or write him a message. He doesn't have to appeal to the local media to communicate with him; after all, he told me that their relationship is the best it has ever been.

It can get very annoying that the mayor has to find out what he has in mind by reading it in the newspaper.

Politicians' Fibs

Since the political season has begun with the Special Election for the U.S. Senate, I will be creating this section to analyze some of the ways politicians try to manipulate public opinion – sometimes with plain lies.

Ed Markey has a television ad touting that he's an advocate for gun control. The ad says, "Ed forced the Chinese to stop exporting assault weapons to our country."

I thought that the use of the word "force" was very strong, almost indicating that he singlehandedly stopped the Chinese from exporting guns to the United States. I checked his website to see if there was any explanation.

The website says, "In 1994, Ed identified a deadly loophole enabling cheap Chinese semi-automatic assault weapons to flood into the U.S. He urged President Clinton to place an emergency moratorium on the importation of these military style assault weapons from China, including the SKS, MAK-90 and other similar weapons."

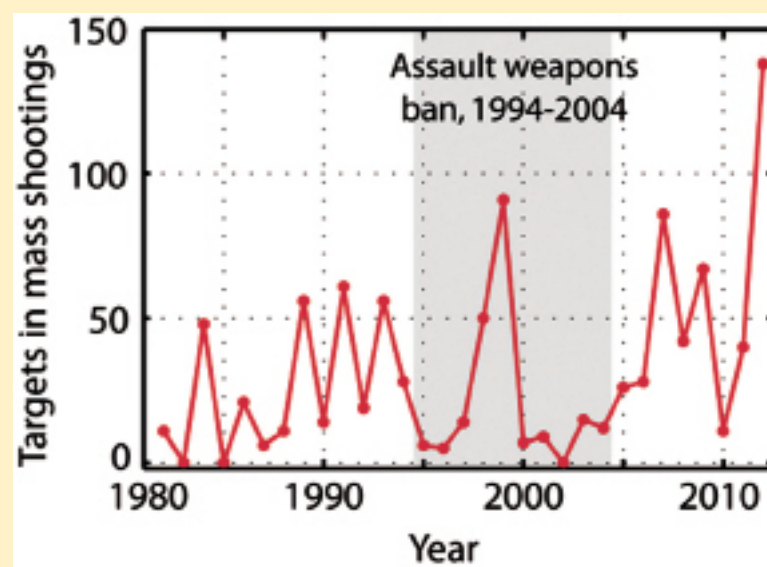
There is a big difference between the television ad and what he has on the website.

I did much research around the banning of assault weapons in 1994 and have not found anything linking the name of Ed Markey to that rule. I went as far back to 1989 when former presidents Reagan, Ford and Carter sent a letter to Congress and President Clinton pleading for the approval of such measure.

The assault weapons ban went into effect in 1994 for the next ten years. The number of people killed in mass shootings did go down during the ban according to the chart below (except for the shooting in 1999 at Columbine). The number of mass shootings has doubled since the ban expired. Has Mr. Markey tried to renew it?

Please do not take for granted all you hear on these commercials. Question anything that doesn't sound right, after all, we now have the Internet making it so easy.

Ed Markey has been in Congress since 1979. Can anyone think of anything significant he has done or committee he worked on during that time? Maybe he should have kept quiet collecting his pay rather than make us notice that he exists.



Open Meeting Law in Methuen

The municipal government in Methuen doesn't seem to care for rules and violating the Open Meeting Law is so commonplace that they even justify it.

Some of the councilors have been holding interviews to select a city attorney in offices outside of City Hall, without the benefit of posting a public notice ahead of time. The best part about it is how they justify the process as being fair.

Rumbo

(978) 794-5360

SE NECESITAN VOLUNTARIOS PARA JUGAR CON NIÑOS QUE VIVEN EN REFUGIOS

Horizons for Homeless Children busca personas serias, bilingües en inglés y español para jugar con niños que viven en refugios para familias sin hogar. Se requiere un compromiso de 2 horas a la semana (un turno semanal) por 6 meses.

Para más información o para inscribirse en línea, favor de visitar el sitio www.horizonsforhomelesschildren.org o llame al 978.557.2182.

Es una experiencia muy agradable que beneficia a los niños y también a todas las personas que se envuelven en el programa.

ANUNCIO PAGADO

EL SEGURO HIPOTECARIO ES UN SEGURO DE VIDA



Cuando usted compra o refinancia una casa, la compañía hipotecaria puede ofrecer venderle "seguro de hipoteca" para pagar su hipoteca si usted muere antes de pagar la hipoteca.

El seguro hipotecario es un seguro de vida. El costo de la póliza depende de su edad, sus condiciones de salud, la cantidad a cubrir por la póliza y su duración.

Nosotros vendemos seguros de vida que protegen a su familia y su hipoteca. Nosotros LE vendemos una póliza para que USTED pueda estar en control, ino la compañía hipotecaria! Como un agente independiente de seguros, podemos elegir entre muchas compañías aseguradoras.

Las personas generalmente compran un seguro de vida para proporcionar dinero a su familia en caso de que mueran mientras que los niños son pequeños o si hay una hipoteca. ¿Quién va a sostener a su familia si usted muere mientras sus hijos son jóvenes?

Nuestra póliza y costo anual seguirán igual por el plazo de tiempo que usted elija (a menudo 20 ó 30 años). Al comprar nuestra póliza deberá escoger a su beneficiario. Si usted muere, su familia recibirá el dinero, no la compañía hipotecaria. Ellos pueden elegir pagar la universidad o pagar la hipoteca. Cuando alguien muere, su seguro de vida le paga directamente al beneficiario. Usted puede mantener nuestra póliza aún si vende su vivienda, hace un refinanciamiento o se muda. Una póliza hipotecaria por la compañía se pierde si usted vende, o hace un refinanciamiento de su casa.

Las compañías de hipoteca venden seguros a "Reducción de Plazo" y añaden el costo de su factura mensual de la hipoteca. Su cobertura va disminuyendo al mismo ritmo de su hipoteca, pero el costo mensual se mantiene igual. Si usted muere, la compañía hipotecaria recibirá el dinero, no su familia.

Ejemplos para personas saludables que no fuman:

\$250,000 en una póliza de 30 años para una persona de 28 años de edad: Hombres \$230 ó \$190 anual para una mujer.

Mujer de 40 de edad: \$200,000 en una póliza de 20 años tendría un costo de \$174 dólares anuales.

¡Visítenos para ver cómo le podemos ayudar a proteger a sus familiares! Sus seres queridos dependen de usted... no los defraude.

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

Mayor Visits the Whittier School for Career Day

He viewed the new windows that are being replaced through the Massachusetts School Building Authority "Green Repairs" Program

Mayor James J. Fiorentini visited The Whittier School today to participate in Career Day. The Mayor was asked a lot of questions by the students and enjoyed the dialog with the children. The Mayor also viewed the new windows that were being installed to replace outdated and less energy efficient ones. All of the work is being performed after school hours, as not to interfere with the learning environment. The City will be reimbursed 71.9% of the approved repairs through the Massachusetts School Building Authority Green Repair Program. The total project cost is \$4,840,060. The State will pay \$3,480,487. and the City will be responsible for 28.09% which is \$1,359,573. The doors and windows project will be completed by May 31, 2013.



(L-R) Window installer and Mayor James J. Fiorentini at the Whittier School.

Mayor Fiorentini stated: "It is exciting to see the new windows in place and how they have really brightened up the school with more sunlight.

"The windows and doors will enhance the structure of the school, but the teachers are really the key ingredient to learning."

El alcalde asegura un subsidio federal para sustituir las bombillas en las calles

El Alcalde James J. Fiorentini anunció que el Ayuntamiento ha recibido 90 bombillas LED para reemplazar las bombillas viejas de alta presión de sodio que usan en la actualidad en muchos de los faroles. Las bombillas y la mano de obra para instalarlas están totalmente cubiertos por la subvención, no hay ningún costo para la Ciudad. La subvención fue financiada por el Departamento de Energía de los Estados Unidos y la concesión fue de \$90,000. Las nuevas lámparas son más eficientes energéticamente y se instalarán en abril.

El Alcalde Fiorentini dijo: "Quiero agradecer a la Congresista Tsongas por su apoyo a esta subvención y le agradecemos todo su trabajo en Haverhill.

"Las nuevas bombillas serán más eficiente de la energía y no hay ningún costo para los contribuyentes."

Mayor secures federal grant to replace streetlight bulbs

Mayor James J. Fiorentini announced that the City has received 90 LED bulbs to replace the old high pressure sodium bulbs currently in many of the fixtures. The bulbs and the labor to install them is fully covered by the grant, there is no cost to the City. The grant was funded by the United States Department of Energy and the grant was for \$90,000. The new bulbs are more energy efficient and will be installed in April.

Mayor Fiorentini stated: "I want to thank Congresswoman Tsongas for her support of this grant and we appreciate all of her work for Haverhill.

"The new bulbs will be more energy efficient and there is no cost to taxpayers."

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.

AMERICAN CANCER SOCIETY



NOW also on....

..102.9 fm HD3

APLICACIONES.INFO

El Foro Independiente de Opinión es un grupo de profesionales (licenciados en Química, Medicina, Pedagogía, Ingeniero Agrónomo, Ingeniero de Caminos, Profesor Mercantil, Catedrático universitario, etc.)

Buenos aires para la Iglesia

POR JOSÉ ENRIQUE SERRANO EXPÓSITO

Un cristiano argentino, de sencilla, argentina vida; un hombre humilde que sirvió a los pobres, a los ricos, a los sabios, a los ignorantes, a los sacerdotes, a los seglares, a todos los seres humanos en la diócesis bonaerense. En Roma siguió amando a sus hermanos, a Dios en el prójimo. Hará lo mismo ahora con todos los hombres repartidos por los cinco continentes, como Papa, con el nombre de Francisco.

Fue arzobispo de Buenos Aires, después sirvió a la Iglesia en Roma, ahora continuará sirviéndola de un modo nuevo, en Roma y desde Roma: peleará para que viva y predique mejor su fe según los siempre buenos aires de Cristo, los nuevos y hermosos aires del Espíritu, que siempre empuja a renovarse, impulsa a cada persona humana a lograr aires mejores, sopla las velas de la barca de Pedro y del alma de cada cristiano: para mejorar en virtudes, para desechar vicios, para amar a todos. También ilumina al Papa y a quienes trabajan en el Vaticano, en la medida en que se dejen guiar; a todos los curas, frailes y monjas, a todo cristiano de a pie que no lo rechace —recordándonos lo que dijo Jesús: "Sed perfectos, como vuestro Padre

celestial es perfecto"—, a toda persona de buena voluntad.

Seguro que el Papa Francisco trabajará en mejorar la curia, la diócesis de Roma, las diócesis de todo el mundo, las Conferencias episcopales, las nunciaturas, las relaciones diplomáticas con los estados, en lavar las heridas de los pecados de quienes tienen que dar más y mejor ejemplo... pero seguro que luchará también por amar más al Espíritu Santo, al Padre, a Cristo, a María, a quienes amamos a Dios, también a quienes no le aman, a todos los hombres.

El mundo, o lo mejoramos entre todos, o entre todos lo empeoraremos. El nuevo Papa rezará y nos guiará para que cada uno de sus hijos luche por ser mejor cristiano, para que los hombres de cualquier religión vivamos unidos, para que el amor, la paz y el bien se extiendan por el mundo —a pesar de los malvados, de los traidores, de nuestros propios pecados—, para que cada uno ayude a conseguirlo.

Francisco ha sido y será un buen pastor, un humilde siervo de Cristo, un sencillo obrero en la viña del Señor. Recemos para que sea más santo, y de este modo pueda ayudarnos mejor.

CONTINUE FROM PAGE 9

LAWRENCE

assimilation of the different cultures was key then, as it is today. "I believe that French-Canadians were among the slowest to assimilate," he joked.

Victor Martinez's approach was direct. He spoke of his own experience coming from the Dominican Republic. "When we talk about a community, we are talking about people."

Victor then helped Marilyn distributing blue and green sticky notes so that the guests could write on the blue paper the first thing that comes to mind about Lawrence. Then on the green, the same about Andover. "But please, be honest, even if you think you are

brutally honest," she pleaded.

Apparently some of them did not want to offend anyone with negativity and it was obvious, although more learning took place from the not-so-pleasant ones and they gave everyone the chance to converse. After the blue and green notes were read, Victor asked them to look out the window and express one closing reflection on Lawrence. Marilyn created the chart shown on this page with the results.

Beyond a lesson on social justice, it confirmed to all of us that it is a poor city trying to come up with solutions to our problems because there are many.

4th Annual Easter Gathering

Easter Egg Carnival

Courtesy of the Sacred Heart Neighborhood Association, Lawrence/Methuen Community Coalition and the Lawrence Boating Program

Saturday, April 6
Abe Bashara Boat House
1 Easton St., Lawrence

GLTS state champions head to DECA nationals in Anaheim, CA



Seen here (L-R) Jiangely Velasquez (Junior, Lawrence), Martin Akiki (Junior, Methuen), and Penelope Cruz (Junior, Lawrence) took first place in the Quiz Bowl during the DECA (Distributive Education Clubs of America) state conference held in Boston, March 14-16. This team of Greater Lawrence Technical School marketing students were #23 seed in the game brackets and came from behind to take first place honors. In five rounds, GLTS ousted #10 Pembroke, #7 Manchester, #2 Algonquin, #3 Northbridge, and #9 Somerset. This group of scholars will compete for scholarships in the Quiz Bowl at the DECA nationals in Anaheim, CA April 23-29. The Quiz Bowl is an intense and fast-paced game show competition where students are asked questions related to business and marketing.

CONTINÚA DE LA PAGINA 6

REGGIES

Stoddard. "Se mete en su mente y crece".

Durante las próximas semanas, el equipo presentará a los estudiantes de secundaria en la YMCA de Andover, la YMCA de Lawrence y la Escuela Primaria Inmaculada Concepción en Lowell, MA. Para Lappost, su esperanza es que los estudiantes traerán lo que aprenden en casa para compartir con sus familias. El equipo traerá dos platos con pollo, arroz y zanahorias mostrados, comparando porciones adecuadas y grandes. También se alinearán varias botellas de bebidas que demuestran la cantidad de azúcar que se consume y le recomendarán bebidas más saludables en su lugar.

La asesora Kristine Smith dijo que una vez que comenzaron a intercambiar ideas, rápidamente se hizo evidente que este equipo quería enfocarse en algo saludable.

"Simplemente pensaron que este es un gran programa", dijo Smith.

CONTINUES FROM PAGE 5

GLFHC

hospital training. The enthusiastic support and cooperation from staff and physicians at Lawrence General Hospital contributes tremendously to the residency's success in producing needed primary care physicians.

Started in 1994, LFMR was the nation's first accredited Community Health Center-sponsored Family Medicine Residency. In 2011, the residency was designated by HRSA as one of the nation's first eleven Teaching Health Centers under the Affordable Care Act and last month received a full 5 year accreditation (highest possible) from the ACGME, given to only a minority of residency training programs.



CONTINUE FROM PAGE 11

HOUSING

decent two-bedroom unit at the average fair market rent.

Mr. Tegeler said that PRRAC joins with the NLIHC in calling for increased production of affordable housing in the country.

The NLIHC said that In order to close the gap between the demand for affordable housing and the supply, "we would need to add 4.5 million units affordable to ELI households. This is not an unattainable goal. Once funded, the National Housing Trust Fund (NHTF) would provide states with the dollars they need to expand the stock of housing that is affordable to ELI households."

For additional information on Out of Reach 2013, visit <http://www.nlihc.org/oor/2013>

About PRRAC

The Poverty & Race Research Action Council (PRRAC) is a civil rights policy organization convened by major civil rights, civil liberties, and anti-poverty groups in 1989-90. PRRAC's primary mission is to help connect advocates with social scientists working on race and poverty issues, and to promote a research-based advocacy strategy on structural inequality issues. PRRAC sponsors social science research, provides technical assistance, and convenes advocates and researchers around particular race and poverty issues.

Dominican Juggernauts Win World Baseball Classic

The Dominican Republic Deemed as THE World Republic of Baseball, Defeats Puerto Rico Three Times to Win WBC Coveted Trophy



The Dominican American National Roundtable (DANR), the only non-profit organization committed to the socio-economic and political advancement of all Dominicans in USA and to highlighting their contributions to the larger American society, proudly congratulates the Dominican Republic for winning The World Baseball Classic (WBC).

The WBC is the premier international baseball tournament featuring the best players in the world competing for their home countries and territories.

"This is considered the largest and most important championship tournament Dominicans have ever played in the history of the Dominican Republic," said Dr. Dilcia

Granville, DANR President. "Winning the World Baseball Classic proves once and for all that we Dominicans play the best brand of baseball in the whole world. Let's celebrate! Let's drink to that."

Dominicans won Puerto Ricans 3-0 on the night of Tuesday, March 19, 2013 at a game celebrated at AT&T Park in San Francisco, California, and became the first unbeaten World Baseball Classic champion ever.

Thousands of fans from around the world flocked to stadiums, bars, restaurants, schools, community centers and homes to watch the game. In Santo Domingo, the capital of the Dominican Republic, over 50,000 supporters gathered at Estadio

Quisqueya to watch the tournament.

"On behalf of the board of directors of DANR, and its national membership, I would like to congratulate the Dominican team for such an impressive victory," said Nestor Montilla, DANR Chairman. "Let's congratulate Moises Alou, the team's general manager, and all of our players for such an outstanding performance in the championship game. Each one of them did their best to win, including Robison Cano who was named as the Most Valuable Player of the tournament."

"Kudos to our Dominican juggernauts!!"

ABOUT DANR & NDAC

The Dominican-American National Roundtable (DANR) is a non-partisan, non-profit corporation seeking to bring together the different voices of all people of Dominican origin in the United States.

DANR is a national forum for analysis, planning, and action to advance the educational, economic, legal, social, cultural, and political interests of Dominican Americans. It aims to ensure for U. S. Dominicans the full exercise of the rights and freedoms guaranteed in the Constitution of the United States of America.

With those objectives in mind, DANR is committed to enriching the quality of life in the United States by highlighting the contributions of Dominicans to the larger American society.

CALENDARIO DE EVENTOS | CALENDAR OF EVENTS

Asian Center of Merrimack Valley, Inc.

1 Ballard Way, Lawrence, MA 01843
978-683-7316 | www.asiancentermv.org

Clases de ciudadanía

Las inscripciones se están aceptando para las clases de preparación para la ciudadanía celebradas el miércoles por la mañana y por la noche en el Centro Asiático, 1 Ballard Way, Lawrence, MA 01843.

Las clases cuestan \$50 por una sesión de diez semanas y comienzan a las 9 AM a 11 AM ó 6 PM a 8 PM.

Las clases están abiertas a cualquier persona interesada en la preparación para convertirse en ciudadano de los EE.UU. Las clases cubrirán las preguntas sobre el gobierno y la historia de los Estados Unidos y la práctica de la entrevista de ciudadanía. Llame al Centro Asiático en el 978-683-7316 x 11 ó visite el sitio web del Centro Asiático de www.asiancentermv.org para obtener instrucciones de cómo llegar y más detalles.

Citizenship Preparation Classes

Enrollments are now being taken for citizenship preparation classes held on Wednesday mornings and evenings at the Asian Center, 1 Ballard Way, Lawrence, MA 01843.

Classes cost \$50 for a ten-week session and run from 9 AM to 11 AM or 6 PM to 8 PM.

Classes are open to anyone interested in preparing to become a US citizen. Classes will cover US government and history and practice questions for the citizenship interview. Call the Asian Center at 978-683-7316 x 11 or check out the Asian Center's website at www.asiancentermv.org for directions and more details.

City Hall After Hours/Green Jobs event Economic Development Networking Wednesday, 27rd of March from 5:00-6:30 at Terra Luna Restaurant, 225 Essex St., Lawrence - (at City Hall Plaza (978) 747-7989)

City Hall After Hours is an informal opportunity to bring together people to share ideas, make contacts, and talk about anything and everything the city can do to help your business thrive. City Hall after hours meets in Lawrence the 4th Wednesday of each month. It is always a FREE event.

Ask me about tax incentives for doing business in Lawrence.

Please share this invitation with your clients, colleagues and business contacts.

Frank O'Connor, Jr.
Community Development Dept. / Office of Economic Devel.
225 Essex St., Lawrence, MA 01840
978-620-3517 www.CityofLawrence.com

Lawrence Senior Center

Actividades Futuras

Mar 26 Día de Alerta a la Diabetes!
Mar 27 Venta de Postres! 9:00-3:00pm
Mar 28 Bingo Especial! 1:00pm \$5.
Mar 28 Reunión de los Veteranos! 2:00pm
Mar 29 No habrá actividades en la tarde.

Upcoming Events

Mar 26 Diabetes Alert Day!
Mar 27 Bake Sale! 9:00-2:00pm.
Mar 28 Special Bingo! 1:00pm \$5.
Mar 28 Veteran's Meeting. 2:00pm
Mar 29 No afternoon activities!



Jewelry Show Coming to Merrimack Valley Hospital

Shining Tiara will hold a jewelry show at Merrimack Valley Hospital on Thursday, March 28 from 10 a.m. to 4 pm. in the hospital's first-floor lobby.

The show, sponsored by the hospital Employee Activities Committee (EAC), is open to the public so people from the community are welcome to stop in.

Proceeds benefit the Employee Activities Committee which plans and implements hospital events for employees, helps facilitate the Employee of the Month awards, and supports local charities.

Merrimack Valley Hospital is located at 140 Lincoln Avenue in Haverhill, MA. For more information please call Jude at (978) 374-2000.

Tiara de Brillantes llevará a cabo un espectáculo de joyas en Merrimack Valley Hospital en jueves, 28 de marzo 10 a.m.-4 p.m. en el primer piso del vestíbulo del hospital.

El espectáculo, patrocinado por el Comité de Actividades de Empleados del hospital, está abierto al público para que la comunidad sea bienvenida.

Las ganancias benefician el Comité de Actividades de Empleados que planifica y realiza eventos en el hospital para los empleados, ayuda a facilitar los reconocimientos al Empleado del Mes y apoya a organizaciones benéficas locales.

Merrimack Valley Hospital se encuentra en el 140 de Lincoln Avenue en Haverhill, MA. Para obtener más información, por favor llame a Jude al (978) 374-2000.

Fire victims / Víctimas de incendios

Please contact Heal Lawrence if you wish to make a contribution to the victims of the recent fires in Lawrence. The website has a list of donated items and things that are still needed.

Favor de ponerse en contacto con Heal Lawrence si desea hacer una contribución a las víctimas de los incendios recientes en Lawrence. El sitio en la internet tiene una lista de artículos que han sido donados y lo que todavía necesitan.

<http://heallawrence.org/>

heallawrence@aol.com

<https://www.facebook.com/heallawrence.mass>



Somos expertos en precios módicos y servicio de alta calidad. 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.

137 Lawrence Street
Lawrence, MA 01841

(978)682.4060

¿POR QUÉ PAGAR MÁS? CÁMBIATE YA A DISHLATINO



CANALES PUEDEN VARIAR DEPENDIENDO DEL PAQUETE DE PROGRAMACIÓN. PROGRAMACIÓN ESTÁ SUJETA A CAMBIOS SIN PREVIO AVISO.
SAP: CANAL DISPONIBLE CON AUDIO ALTERNATIVO EN ESPAÑOL.

PELÍCULAS GRATIS HBO + HBO Cinemax Showtime Starz 4 PAQUETES DE PELÍCULAS X 3 MESES	GRATIS POR 3 MESES BLOKBUSTER @HOME PRECIO REGULAR DE \$10 AL MES (1 DISCO A LA VEZ)	INSTALACIÓN GRATIS HASTA EN 6 HABITACIONES
---	---	--



1-877-498-5672

me conviene.

La oferta termina el 31/01/13. Aplican restricciones. Llama y pregunta por más detalles.

CLASIFICADOS | CLASSIFIEDS

PUBLIC HEARING

CITY OF LAWRENCE

DOC. 55/2013
In City Council
March 19, 2013



Notice is hereby given that the City Council will hold a Public Hearing on Tuesday, April 2, 2013 in Council Chambers, 200 Common Street, Lawrence, MA at 7:00 p.m. The purpose of said hearing is to gather testimony, information, and public input concerning the proposed Loan Orders as follows:
(State Qualified School Bonds)

ORDERED: That \$3,000,000.00 shall be appropriated to pay costs of remodeling, reconstructing and making extraordinary repairs to the Guilmette Elementary and Middle School, including the payment of all other costs incidental and related thereto, and that to meet this appropriation, the Treasurer, with the approval of the Mayor, shall be authorized to borrow said amount under and pursuant to Chapter 44, Section 7(3A) of the General Laws, or pursuant to any other enabling authority, and to issue bonds or notes of the City therefor. In addition, the Treasurer shall be authorized to file an application with the appropriate officials of The Commonwealth of Massachusetts (the "Commonwealth") to qualify under Chapter 44A of the General Laws any and all bonds of the City authorized to be borrowed pursuant to this loan order, and any other bonds of the City that have been authorized, but not yet issued as of the date hereof, and to provide such information and execute such documents as such officials of the Commonwealth may require in connection therewith. The total amount authorized to be borrowed by this Order shall be reduced to the extent of (i) any judgments received by the City on account of litigation involving the Guilmette Elementary And Middle School, and (ii) any grants or gifts that may be received by the City on account of the Guilmette Elementary and Middle School Project, so-called.

(State Qualified Refunding Bonds)

ORDERED: That in order to reduce interest costs, the Treasurer, with the approval of the Mayor, shall be authorized to provide for the sale and issuance of refunding bonds under G.L. c.44, Sec. 21A at one time or from time to time, to refund all or any portion of the remaining principal of and redemption premium and interest on any of the City's general obligation bonds outstanding as of the date of this vote, and to pay all other costs incidental and related thereto. In addition, the Treasurer shall be authorized to file an application with the appropriate officials of The Commonwealth of Massachusetts (the "Commonwealth") to qualify under Chapter 44A of the General Laws any and all bonds of the City authorized to be borrowed pursuant to this loan order, and any other bonds of the City that have been authorized, but not yet issued as of the date hereof, and to provide such information and execute such documents as such officials of the Commonwealth may require in connection therewith.

Persons wishing to be heard shall be given the opportunity.

Attest: William J. Maloney, City Clerk

PUBLIC HEARING

CITY OF LAWRENCE

DOC. 30/2013
In City Council
March 19, 2013



Notice is hereby given that the City Council will hold a Public Hearing on Tuesday, April 2, 2013 in Council Chambers, 200 Common Street, Lawrence, MA at 7:00 p.m. The purpose of said hearing is to gather testimony, information, and public input concerning the proposed amendment to the Revised Ordinances of the City of Lawrence to be amended by ADDING the following subsection (5) to be inserted in proper numerical order in Section 29-20(g) Permitted Signs.

- (5) Billboards (excluded in OSR, OSC, R-1, R-2, R-3, R-4, B-1, B-2, B-3, I-1, I-2 and I-3 zoning districts)
- Billboards are a permitted use on all municipal property. Special Permits are required in HA district.
 - The billboard operating company must have their name boldly displayed on all billboard frames.
 - The billboard special permit must be taken out by both the land owner and the billboard operating company and must remain in the custody and control of both during the term of the special permit.
 - A billboard which remains vacant and/or in a state of disrepair for a period of 6 months shall be considered abandoned under the purposes of the special permit.
 - On all new billboards a bond, equal to the sum of the cost to remove the billboard, shall be required prior to the issuance of any permit. The Planning Board shall set the form and amount of security that represents the cost for removal and disposal of abandoned billboard in the event that it is abandoned and the owner is incapable or unwilling to remove said billboard.
 - Supplemental conditions (b) through (d) are applicable to both new and existing billboards.

And further by DELETING a portion of Sub-Section 29-11 of the Municipal Code (Use Table.) as referenced below:

USE	DISTRICT													
	R-1	R-2	R-3	OSR	R-1A	R-2A	R-4	HA	B-1	B-2	B-3	I-1	I-2	I-3
Billboards	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO	NO

Persons wishing to be heard shall be given the opportunity.

Attest: William J. Maloney, City Clerk

PUBLIC HEARING

CITY OF LAWRENCE

DOC. 325/2012
In City Council
March 19, 2013



Notice is hereby given that the City Council will hold a Public Hearing on Tuesday, April 2, 2013 in Council Chambers, 200 Common Street, Lawrence, MA at 7:00 p.m. The purpose of said hearing is to gather testimony, information, and public input concerning the proposed amendment to the Revised Ordinances of the City of Lawrence to be amended by ADDING the following new paragraph to Section 10.36.340 of the Municipal Code (Handicapped Parking), to be inserted in the proper alphabetical order:

Methuen Street, south side, from a point one hundred sixty five (165) feet easterly of the intersection of Appleton Street to a point one hundred eighty five (185) feet easterly of the intersection of Appleton Street.

Persons wishing to be heard shall be given the opportunity.

Attest: William J. Maloney, City Clerk

PUBLIC HEARING

CITY OF LAWRENCE

DOC. 54/2013
In City Council
March 19, 2013



Notice is hereby given that the City Council will hold a Public Hearing on Tuesday, April 2, 2013 in the Council Chamber, 200 Common Street, Lawrence, MA at 7:00 p.m. The purpose of said hearing is to gather testimony, information, and public input concerning the approval of the proposed appropriation in the amount of 355,000.00 from Free Cash Reserves to the General Fund (Veteran's Benefits) to allow for benefits to be available to Veterans eligible to receive such benefits.

A copy of all documents and information concerning the proposed appropriation are available for viewing, copying and inspection in the Office of the City Clerk, 200 Common Street, Lawrence, MA on any business day between the hours of 8:30 and 4:30 p.m

Persons wishing to be heard on said matter shall be given the opportunity.

Attest: William J. Maloney, City Clerk

PUBLIC HEARING

CITY OF LAWRENCE

DOC. 27/2013
In City Council
March 19, 2013



Notice is hereby given that the City Council will hold a Public Hearing on Tuesday, April 2, 2013 in City Council Chambers, 200 Common Street, Lawrence, MA at 7:00 p.m. The purpose of said hearing is to gather testimony, information, and public input concerning the proposed amendment to Chapter 29, The Revised Zoning Ordinances of the City of Lawrence, by amending Section 29-11 to allow office use in R-2/R-2A and R-3/R-4 zoning districts by Special Permit with a Site Plan Review (SPSR). Section 29-23 would further be amended by adding Supplemental Regulations (see) "Office Use with a Special Permit with Site Plan Review" for such districts. Further, the "Use Table" for Section 29-11 would be amended to reflect any approved amendment.

A copy of the proposed zoning ordinance amendment and use table amendment may be viewed, examined, and copied upon request in the Office of the City Clerk, 200 Common St., Lawrence, MA any business day between the hours of 8:30 AM and 4:30 PM.

Persons wishing to be heard on this matter will be afforded the opportunity.

Attest: William J. Maloney, City Clerk

PUBLIC HEARING

CITY OF LAWRENCE

DOC. 226/2011
In City Council
March 19, 2013



Notice is hereby given that the City Council will hold a Public Hearing on Tuesday, April 2, 2013 in City Council Chambers, 200 Common Street, Lawrence, MA at 7:00 p.m. The purpose of said hearing is to gather testimony, information, and public input concerning the proposed amendment to the Ordinances of the City of Lawrence, MA seeking the approval of a Home Rule Petition concerning the following:

To provide for a program of enforcement against illegal dumping within the city limits and to establish fines and other penalties for illegal dumping and a method of collecting said fines and penalties.

Said petition shall contain such further and additional supportive sections to further the purpose of the petition as stated above. Said Home Rule Petition shall be subject to the applicable provisions of Article 89 of Article II of the Amendments to the Constitution of the Commonwealth of Massachusetts, the Lawrence City Charter, and/or any other lawful provisions governing Home Rule Petitions in the Commonwealth of Massachusetts.

A complete and unabridged copy of the proposed Home Rule Petition as referenced herein shall be available for public examination and copying at the Office of the City Clerk, 200 Common St., Lawrence, MA during business hours of 8:30 AM to 4:30 PM. and is also available for viewing and copying on the City of Lawrence Website located at www.cityoflawrence.com. hours of 8:30 AM to 4:30 PM.

Persons wishing to be heard on said matter shall be given the opportunity.

Attest: William J. Maloney, City Clerk

PUBLIC HEARING

CIUDAD DE LAWRENCE

DOC. 292/2012
In City Council
March 19, 2013



Notice is hereby given that the City Council will hold a Public Hearing on Tuesday, April 2, 2013 in Council Chambers, 200 Common Street, Lawrence, MA at 7:00 p.m. The purpose of said hearing is to gather testimony, information, and public input concerning the proposed amendment to the Revised Ordinances of the City of Lawrence to be amended by DELETING the following sentence from Section 5.48.930 of the Municipal Code (Authorization to Arrest and Seize Evidence):

However, nothing herein shall be construed as prohibiting a driver of a taxicab or livery licensed outside the City of Lawrence from driving through the City of Lawrence, or from accepting within the City of Lawrence, a passenger, passengers, packages or other merchandise if summoned by or at the request of said passenger or client by telephone, or by radio dispatch from the owner or operator's principal place of business outside the City of Lawrence provided that the name, pick-up address, and destination of said passenger or client are immediately supplied by the driver to any inquiring Police Officer.

Persons wishing to be heard shall be given the opportunity.

Attest: William J. Maloney, City Clerk

ADOPT A PET**MSPCA-METHUEN & RUMBO
COOPERATIVE EDUCATION COLUMN****Mama and Momo: Black and White Females**

Mama and Momo are two senior sweethearts. Each loves to cuddle, take long naps, and play with their people. These two beauties can be adopted separately or together and are each looking for a quiet home where they can get all the love and attention they deserve. Come by and see why these two have quickly become favorites in the adoption center.

**Vegas: Domestic Short Hair - Male**

Lovebug alert! This sweet and gentle boy of 6 will just steal your heart! He loves his cozy kitty bed and will peer out to look around. Give him pets and scratches and he'll become your best friend and slowly emerge from the safety of his bed (the adoption center makes him a little nervous). You'll soon find out Vegas has such a loving and sweet demeanor and such soulful eyes! Vegas is looking for a quieter home where he can blossom with older, gentle kids, teens, or adults. He'd love to have another feline friend to play with or maybe even a mellow dog. Expect lots of love when you take this boy home...he'll sleep with you, cuddle with you, and spend quiet evenings keeping you company! He especially loves men!

**Flower: Nebelung/Domestic Medium Hair-Gray Mix - Female**

Flower is a beautiful Nebelung kitty and it's hard to believe this sweetie was left behind by her previous owners when they moved. We're guessing she's about 8. You won't find a more perfect cat! Flower is a social butterfly and loves everyone she meets. She loves to snuggle at bedtime, cuddle at nap time, keep you company on the sofa during your favorite movie. Her favorite thing is LAP time. She'll even get to know new friends by cuddling up in their lap! Flower is looking to be the princess in her castle and have all of her devoted subjects' attention, so would like to be the only feline in her home with teens/adults. And true to princess style, her favorite color is pink. You'll just fall in love with this gentle, outgoing girl the minute you meet her. If you can't find Flower when you visit the adoption center, please ask for her by name. Cats are sometimes moved around.

**Sandy & Buddy: Rex - Female**

Sandy is a handsome male tan Rex and Buddy is a beautiful female tan and white Dutch bunny. Together they make a lovely pair. We are a happy-go-lucky pair of rabbits. There are lots of bunnies available at the MSPCA at Nevins Farm. Consider attending our Rabbits 101: A Community Education Presentation Saturday March 23 from 2pm-3pm in the Rogers Family Education & Training Room at the MSPCA at Nevins Farm. Before making the decision to take a rabbit home, come to this free presentation to learn more about them! This hour-long presentation will include basic information on rabbit behavior, diet, housing, exercise, handling, and wellness. And afterward we'll provide an opportunity for you and your family to meet our adoptable rabbits! Kids are welcome and encouraged to come. No registration required. This presentation is free to attend. Donations are always welcome! Questions? Email humaneeducation@mspca.org or call (978) 687-7453, press 8, then extension 6108.

**Peek A Boo: Alpine Goat - Female**

Peekaboo is a 2 year old white and brown Alpine Doe. She has been doing well with some leash walking and loves treats. She is a little more on the shy side but still easy to handle and is up to date on all her vaccines. Peekaboo also came in with her friend Layla and would like to go home together. If you are interested in adopting, please feel free to contact the barnstaff at 978-687-7453 ext. 6113 or e-mail us at Barnstaff@mspca.org for more information.

**Seymore, Claudia, Ruby and Queenie - Ducks**

Meet handsome Seymore and his beautiful girls. Seymore is an 8 year old mixed breed drake-possibly and Ancona X. His girls are; Claudia, a Blue Swede, Ruby, possibly an Ancona X too, and Queenie, a Duclair -with a tiara! The gals are all about 2 years old. This group would be a great starter flock for those getting to know ducks and their care. They get along with each other very well and there are no squabbles-just lots of happy quacks. They are not used to being handled but are calm while people are working around them. We are looking for a home that will take the whole flock of 4. They have lived together for 2+ years and are all quite bonded. If you are interested in making an appointment to adopt or need more information, please contact the barn staff at 978-687-7453 ext. 6113 or e-mail us at barnstaff@mspca.org.



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.



**THE HUMANE SOCIETY
OF THE UNITED STATES**

La HSUS Busca Perros o Gatos Heroicos para el Premio "Pets of Valor"

La organización de protección animal The Humane Society of the United States está aceptando nominaciones para el Premio "Pets of Valor" (mascotas valientes), la cual honra a perros y gatos rescatados que han mostrado un extraordinario sentido de valentía al ayudar heroicamente a una persona necesitada.

"El Premio Pets of Valor de la Humane Society of the United States celebra el vínculo humano-animal al honrar a los perros y gatos adoptados o rescatados de todo el país que han actuado heroicamente para ayudar a una persona necesitada", dijo Betsy McFarland, vicepresidenta de temas de animales de compañía para la HSUS. "Esperamos con ansias revisar todas las nominaciones de este año."

El premio del año pasado se le otorgó a Hank, un gran danés de Kansas City, Mo. Hank ayudó a proteger a su dueña durante un violento ataque de su novio. Aunque Hank se lesionó, él creó una distracción suficiente para permitir a la mujer a escapar.

Las nominaciones pueden ser presentadas en humanesociety.org/petsofvalor (formulario disponible solo en

inglés). Solo se contarán actos heroicos que ocurrieron entre el 1 de enero del 2012 y 31 de marzo del 2013. La fecha límite para nominaciones es el viernes, 12 de abril a las 11:59 pm hora del Este. Con la ayuda Uggie, quien interpretó a un perro fiel que valientemente rescata a su dueño de un incendio en la película premiada con un Oscar "The Artist" y quien ahora es el portavoz canino oficial del Premio Dogs of Valor de la HSUS, los expertos en animales de compañía de la HSUS seleccionarán a cinco finalistas, basándose en la importancia y el impacto del acto heroico del perro o gato. El ganador será elegido por una votación pública en línea que estará abierta del 24 al 31 de mayo, 2013.

Todos los finalistas recibirán un broche de plata personalizado diseñado por Bella Tocca Tags. El dueño del animal elegido para ser la Mascota Valiente del Año de la HSUS también recibirá una estatuilla de cristal diseñada por Custom Glass Etching.

Visite humanesociety.org/petsofvalor para más información y para presentar una candidatura.

The Humane Society of the United States Seeks Heroic Dogs or Cats for its Pets of Valor Award

Nominations are now open for The Humane Society of the United States' Pets of Valor Award, which honors rescued dogs or cats who have exhibited an extraordinary sense of courage by heroically helping a person in need.

"By honoring adopted or rescued dogs and cats from around the country who have heroically acted to help a person in need, The Humane Society of the United States' Pets of Valor celebrates the human-animal bond," said Betsy McFarland, vice president for companion animal issues at The HSUS. "We look forward to reviewing all of this year's entries."

Last year's recipient was Hank, a Great Dane from Kansas City, Mo. Hank helped to shield his owner from her boyfriend during a vicious attack. Although Hank was injured, he provided enough of a distraction to allow the woman to escape.

Nominations can be submitted at humanesociety.org/petsofvalor. The heroic act must have taken place between Jan 1, 2012 and March 31, 2013. Deadline for entries is Friday, April 12 at 11:59 p.m. EDT. With the help of official HSUS Pets of Valor Award spokesperson, Uggie, who portrayed a loyal dog who courageously rescues his owner from a fire in the Academy Award-winning film "The Artist," HSUS companion animal experts will select five finalists, based on the significance and impact of the dog or cat's heroic act. The winner will be chosen by a public online vote that runs May 24-31, 2013.

All finalists will receive a custom sterling silver tag designed by Bella Tocca Tags. The owner of the animal chosen to be HSUS' Valor Pet of the Year will also receive a custom crystal figurine designed by Custom Glass Etching.

One of three MSPCA Animal Care and Adoption Centers statewide, the MSPCA at Nevins Farm in Methuen cared for more than 7,000 animals last year. The MSPCA does not receive state or federal funding and continues its work based solely on the generosity of its supporters. The Noble Family Animal Care & Adoption Center at Nevins Farm is located at 400 Broadway, Rte. 28 in Methuen and is open to the public from 12:00 p.m. – 6:00 p.m. Tuesdays & Thursdays; 11:00 a.m. – 4:00 p.m. Wednesdays & Fridays; 12:00 p.m. – 4:00 p.m. Saturdays and Sundays. To contact the MSPCA at Nevins Farm regarding adoptions and programs please call (978) 687-7453 x. 6101 or on the Web at: www.mspca.org/nevins.

TRUE PHOTO STUDIO
By Dario Arias

BODAS
BAUTISMOS
CUMPLEAÑOS
MODELOS
FOTOS FAMILIARES
FOTOS PARA PASAPORTES

645 Broadway
Lawrence, MA 01841

Tel. (978) 975-3656



NEW OFFICE LOCATION

33 Franklin Street
Suite A
Lawrence, MA 01841

CREDIBLE & CONFIDENTIAL INVESTIGATIONS

Harry Maldonado
DETECTIVE

New Office Number: **978-688-0351**
FAX: (978) 688-4027
hminvestigations.com



Derrite el exceso de peso antes del verano



Para más información llame a Fifi García **(978) 681-9129**

Marcos A. Devers J., P.E.

Registered Professional Civil Engineer

Professional Services include:

- Structural and architectural design and plans
- Zoning, Site Planning and Permitting process
- General Contracting
- House Repairs and Remodeling
- Commercial Building and Remodeling
- New construction

For information, 978-804-7588
mdjincorporated@comcast.net




Es facil encontrar a


Rumbo

(978) 794-5360

CLASIFICADOS | CLASSIFIEDS

JOB OPENING

CITY OF LAWRENCE
LAWRENCE, MASSACHUSETTS
MAYOR WILLIAM LANTIGUA



Payroll Director
Pay Grade: \$75,000 to \$85,000/Yearly
Non-Union, Exempt

DUTIES: Manage the Payroll Division within the City's Finance Department. The Payroll Director is responsible for administrative and supervisory work, including reviewing, monitoring, maintaining, and generating employee payroll; the Director is responsible for the overall performance of the division and its employees.

Qualifications: The Payroll Director shall hold a Bachelor's Degree in Business Administration, Accounting, Human Resource Management, or a related field, and three (3) to five (5) years of direct experience administering employee benefits and payroll programs including; experience preparing and administering payroll on an automated system. Five (5) to ten (10) years of supervisory experience is required.

Deadline to apply is UNTIL FILLED. Applications and full job descriptions are available in the Personnel Department of the City of Lawrence, Frank Bonet, Personnel Director, Lawrence City Hall 200 Common Street, Room 303, Lawrence, MA 01840

Download an application by visiting the city's website at www.cityoflawrence.com

The City of Lawrence is an Equal Opportunity Employer

REASONABLE ACCOMMODATIONS are provided to applicants with disabilities. If you need reasonable accommodations for any part of the application and hiring process, please notify the Personnel Director at (978) 620-3060. The decision on granting reasonable accommodations will be on a case-by-case basis.

tonymello.page.tl

Producciones de video para toda ocasión, comerciales para televisión, fiestas privadas, etc.

Contacte a Tony por el correo electrónico **Tony_mello@live.com**

o deje un mensaje para él en **(978) 794-5360**

the Y FOR HEALTH DEVELOPMENT FOR HEALTHY LIVING FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

IT'S A GREAT DAY FOR KIDS TO GET A

JUMP ON SUMMER

HEALTHY KIDS DAY® is THE day for kids to get a jump on a summer full of activities—from sports to crafts to learning—that will keep them growing and achieving. Join us and jumpstart a journey that lasts kids a day, a summer and, we hope, their entire future.


JOIN US SATURDAY, APRIL 20, 2013
11:00AM - 2:00PM

Julian Villegas (978-686-6191)
www.yymca.org/healthykidsday




JOB OPENING

CITY OF LAWRENCE
LAWRENCE, MASSACHUSETTS
MAYOR WILLIAM LANTIGUA



Treasurer/Tax Collector
Union: SEIU Local 888
Grade 22, (\$63,909.81 - \$72,880.35 Annual Salary – paid biweekly)

Duties: Reporting to the Finance Director, this position supervises the City's Treasury and Tax Collector's Office compose of 10 or more people. Responsible for financial management, cash investments and administration of all City funds; reconciliation of bank statements, cash balances, collection of all City revenues, payroll administration, fringe benefits, overseeing, cash management, managing city's debt service, and bond issuance. Must be currently certified by the Massachusetts Collector/Treasurer Association or obtain certification within 3 years of appointment.

Qualifications: At least five (5) years prior job-related experience, three (3) in a supervisory capacity, with minimum of a Bachelor's degree in finance, business administration, or related field desired. A demonstrated knowledge of state and federal applicable laws related to municipal finance and taxation.

Deadline to apply is UNTIL FILLED. Applications and full job descriptions are available in the Personnel Department of the City of Lawrence, Frank Bonet, Personnel Director, Lawrence City Hall 200 Common Street, Room 303, Lawrence, MA 01840

Download an application by visiting the city's website at www.cityoflawrence.com

The City of Lawrence is an Equal Opportunity Employer

REASONABLE ACCOMMODATIONS are provided to applicants with disabilities. If you need reasonable accommodations for any part of the application and hiring process, please notify the Personnel Director at (978) 620-3060. The decision on granting reasonable accommodations will be on a case-by-case basis.

NECESITAN CHOFERES PARA TRANSPORTAR ANCIANOS

Interfaith Caregivers of Greater Lawrence, una coalición de comunidades de fe, agencias de servicio social y organizaciones de salud, está buscando voluntarios para llevar a ancianos a citas al médico y otras citas de calidad de vida a través del Programa de Friends in Deed de Elder Services of the Merrimack Valley.

Si usted puede, aunque sea ocasionalmente, por favor, llame a Jerry Proulx, reclutador de voluntarios, al 1-800-892-0890 ext. 463 (y mencione Interfaith Caregivers.)

Gracias de parte de Interfaith Caregivers y los muchos ancianos que necesitan de los servicios de choferes voluntarios para poder permanecer independientes en su propio hogar.

DENTAL *Dreams*

dentistry for KIDS and ADULTS

**We welcome
MASSHEALTH*
for Children
& Adults.**

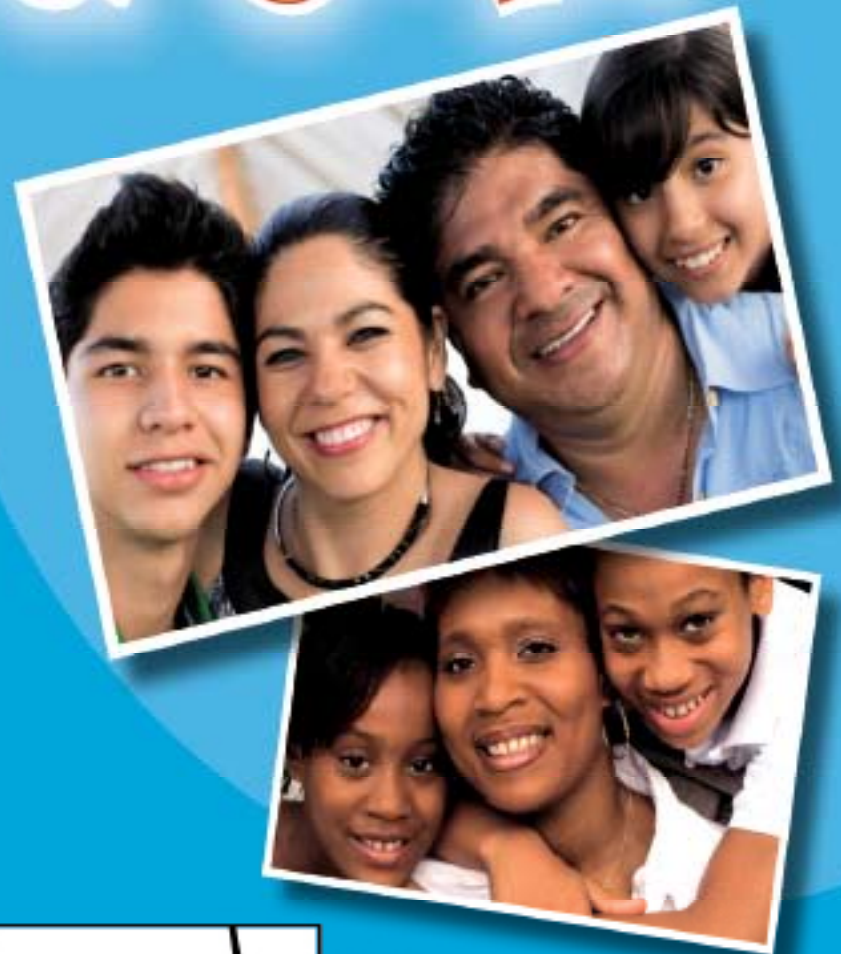
**Aceptamos
MASSHEALTH* para
niños y adultos.**

**700 Essex St.
LAWRENCE**

**In the Essex Plaza Shopping Center
Al lado de Family Dollar y Market
Basket Shopping Center**

978.683.2200

UP TO 50% Discount
de Descuento
On ALL Dental Procedures
En todos los trabajos dentales



Our office offers:

- Video Games • Kids' Theater
- Indoor Kids' Playground
- Video juegos • Cine para niños
- Area de juegos

***MANY ADULT BENEFITS STILL
REMAIN - ASK FOR DETAILS**

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

Hablamos Español

- We welcome most dental insurance plans including MassHealth/Commonwealth Care
Aceptamos la mayoría de seguros privados y MassHealth/Commonwealth Care.
- General Dentistry for Children & Adults
Servicio dental general para niños y adultos
- Walk-Ins Welcome
Lo atendemos sin cita
- Open Saturdays and Evenings
Abrimos los Sábados y de noche
- Emergencies Admitted Same Day
Atendemos emergencias

Dr Sameera Hussain DMD and Assoc.

**\$589 EITHER
UPPER, LOWER, or
PARTIAL Dentures**
(Per Arch/ por arco)
**Dentaduras completas
o parciales**
Patient FINANCING available
Financiamiento disponible

**SPECIAL OFFER
for NEW Patients**

Oferta Introductoria

Adults Adultos \$124
Children Niños \$124

*Includes: Exam, simple polish, x-rays
and consultation (\$140 value)*

*Incluye: Examen, pulida de dientes,
2 rayos-x y consulta (es un valor de \$140)*