

El Boletín

El Boletín is a vehicle to provide information of local, state and national importance to the Hispanic/American communities. Our goal is to educate, integrate and entertain. We invite our readers and advertisers to submit articles and photos to be published. El Boletín reserves the right to edit articles/photos.

El Boletín es un medio que provee información local, estatal y nacional de importancia a la comunidad Hispana/Americana. Nuestra meta es educar, integrar y entretener. Invitamos a nuestros lectores y anunciantes a enviar artículos y fotos para su publicación. El Boletín se reserva el derecho de editar los mismos.

El Boletín
P.O Box 96
Darlington, WI 53530
elboletin@mhtc.net
Te 608-516-5882

Este mensuario se publica gracias a una iniciativa del Sistema Escolar de Darlington y la Oficina de Extensión de la UW. Agradecemos también a nuestros anunciantes ya que mediante ellos se hará posible la continua edición del mismo.

This newsletter is made possible thanks to an initiative of the Darlington School System and the UW Extension. Also we would like to thanks to our advertisers; their support will make possible the continuity of El Boletín.

Printed by
Southwest Graphics
424 Main St.
Darlington, WI

Vamos a aprender ingles! Let's learn English!

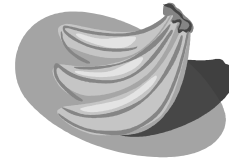
At the supermarket (En el supermercado)



cart.

First, we need a
First, ui nid a kart.
Primero, necesitamos un **carrito**.

We need some fruits as...
(ui nid som fruts as)
Necesitamos algo de fruta como...



bananas

Avocado
Aguacate

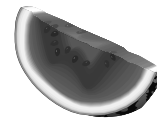


apples (apells) manzanas



Pineapple (painapell)

Piña, Ananá



watermelon

(uadermelon)
Sandia

also we need some
(olso ui nid som)
También necesitamos



fish
pescado

And dairy products
(and deiri products)
Y productos lácteos



milk leche

cheese (chiss)
queso

Now we are ready to go home. But first we have to pay
(nau ui ar redi tu gou jom. Bat first ui jav tu pei)
Ahora estamos listos para irnos a casa.
Pero primero tenemos que pagar.



Junio 2007 June

Nuestra Meta:

- Respetar el derecho que todo ser humano tiene de recibir información veraz y concreta en su propio idioma.

- Mantener informada a la comunidad de habla hispana sobre asuntos de vital importancia que afectaran positivamente el proceso de inserción a la cultura local.

- Actuar siempre como intermediario objetivo entre la comunidad de habla inglesa y la hispana.

- Actuar como herramienta de marketing para la población hispana y americana.

Our goal:

- Respect the right every human being has to receive accurate and truthful information in his/her own language.

- Keep the Hispanic population informed on matters of vital importance that will positively affect their insertion to the local culture.

- Function as a objective liaison between both English and Spanish speaking community.

- Work as a marketing vehicle for the Hispanic and American population.

Este mes: This month:

Hostilidad racial	2
Racial Harassment	
Tiene sed?	3
Are you Thirsty?	
Aprendamos ingles	4
Let's Learn English	

Vol. 2 Num. 1

EL BOLETIN

El Mensuario Bilingüe del Suroeste de Wisconsin
The Bilingual Newsletter of Southwest Wisconsin

Gratis-Free

Before the 4th of July of 1776

In the year of 1607 the first permanent European settlement was established by the British at Jamestown, Virginia. They came in search of religious or political freedom, or to try to improve their economic condition.

As the time went by, antagonisms had been building between the colonists and the British government of King George III. They demanded more political and economic freedom. It was not granted. That made the colonists rebel and form their own Continental Congress.

In May 1775, Ethan Allen and his "Green Mountain Boys" of Vermont attacked the British fortress of Ticonderoga, New York. A great victory marked that day when the British surrendered.

The next year, on July 4 at the Independence Hall in Philadelphia the Declaration of Independence was approved.

It took eight years of war before a peace treaty was signed in 1783 and the British forces were withdrawn. The United States of America was born.

Antes del 4 de Julio de 1776

En el año 1607 el primer asentamiento europeo fue establecido por los británicos en Jamestown, Virginia. La mayoría vinieron en busca de libertad política o religiosa, o tratando de mejorar su situación económica.

A medida que el tiempo pasó, se fue desarrollando antagonismo entre las colonias y el gobierno británico del rey Jorge III. Demandaron mas libertad política y económica. Les fue negada. Esto hizo que los colonos se rebelaran y formaran su propio Congreso Continental.

En mayo de 1775 Ethan Allen y sus "muchachos de la montaña verde" de Vermont atacaron la fortaleza británica en Ticonderoga, Nueva York. Una gran Victoria marco ese día cuando los británicos se rindieron.

El siguiente año, el 4 de Julio en el Salón de la Independencia en Filadelfia la Declaración de la Independencia fue aprobada.

Tomó ocho años de guerra antes de que se firmara la paz y las fuerzas británicas se retiraran en 1783. Los Estados Unidos de América habían nacido.

DECLARACION DE INDEPENDENCIA

"Afirmamos que estas verdades son patentes, que todos los hombres son creados iguales, y que están dotados por su Creador con ciertos Derechos inalienables, entre los que están la Vida, Libertad y la busca de la Felicidad.—Que para conseguir estos derechos, se instituyen Gobiernos entre los Hombres, que derivan sus poderes justos del consentimiento de los gobernados, —Que cuando quiera que una Forma de Gobierno se hace destructora de estos fines, es el Derecho del Pueblo alterarlo o abolirlo, e instituir un Gobierno nuevo."



Jefferson

Thomas Jefferson helped to draft the Declaration of Independence.

Thomas Jefferson ayudo a delinear la Declaración de Independencia

Viviendo en los Estados Unidos... Hostilidad Racial

CUANDO SE ES VICTIMA DE HOSTILIDAD RACIAL?

Puede ocurrir cuando alguien:

- **Hace comentarios o bromas racistas**
- **Lo insulta o ridiculiza debido a su origen racial**
- **Le pone sobrenombres debido a su raza, color, ciudadanía, lugar de origen, ascendencia, origen étnico o religión**

Esta clase de conducta es mala aun cuando no este dirigida particularmente a usted, porque hiere a las personas y las hace sentir incomodas. Hace del vivir y trabajar juntos muy difícil. Acoso racial pede tener un mal efecto en los lugares donde vive, trabaja o recibe servicios. Aunque no este dirigido personalmente a usted puede afectar el ambiente a su alrededor

QUE PUEDE HACER?

Si usted siente que esta siendo acosado, primero trate de decirle a la persona que deje de hacerlo. Si esto no la detiene, recuerde que no es solo su responsabilidad. Por ejemplo si usted siente que diciendo o hacienda algo lo pondría en peligro acuda a las autoridades. *Si le ocurre en el trabajo hable con el jefe o supervisor de la persona.* Si ocurre en el edificio donde vive, notifiquele al administrador. *Si ocurre en un negocio, hable con el dueño o gerente.*

Espero que esto ayude a esclarecer la importancia de denunciar el acoso. Como para todo asunto estaré aquí para ayudarlos. Por favor siéntanse libres de contactarme con cualquier pregunta acerca del acoso racial u otra inquietud .
Oficial Antonio Ruesga Jr. (608) 776-4983

Living in the United States... Racial Harassment

WHEN IS IT HARASSMENT?

Racial harassment can happen when someone:

- **makes racial slurs or jokes**
- **ridicules or insults you because of your racial identity**
- **calls you names because of your race, color, citizenship, place of origin, ancestry, ethnic background or creed**

These kinds of behavior are wrong even when they are not directed towards you, because they hurt people and make them feel uncomfortable. They can make living and working together very difficult.

Racial harassment can have a bad effect on the places where you live, work or receive services. Even if the harassment is not directed at you, it can still effect the environment around you.

WHAT CAN I DO?

If you feel you have been harassed, you should first **try to tell that person to stop**. If the harassment doesn't stop, remember it is not your responsibility alone. For instance if you feel that saying or doing something might put you at risk then go to someone else in authority. *If it happens at work, you can speak to the person's boss.* If it happens in your apartment building, you can notify your landlord. *If it happens in a business, you can notify the owner or manager.*

I hope this helps clarify the importance of dealing with and reporting harassment. As with all matters I am here to assist you. Please feel free to contact me with any questions regarding harassment or anything else I can assist you with.
Officer Antonio Ruesga Jr. (608) 776-4983

Conoce el significado de la palabra Raza?

Se han sugerido numerosos significados, con poca diferencia entre uno y otro. Generalizando, "raza" es un grupo de personas que descienden de un ancestro común y que tienen ciertas similitudes físicas, como el color de la piel o estatura.

En sentido estricto, hay solamente *una raza* humana! Casi todos los antropólogos están de acuerdo en este punto. Por ello, en su Tercera Declaración sobre la Raza, la Organización Educacional, Científica y Cultural de las Naciones Unidas, veintidós expertos dijeron: "La humanidad es Una . . . Todo hombre pertenece a la misma especie, *Homo sapiens*. . . Todos los humanos probablemente derivaron de un común antepasado."

Do You Know What the Term "Race" Means?

Generally speaking a "race" is a group of persons descended from a common ancestor and who bear certain physical similarities, such as the color of their skin or their stature.

Strictly speaking, there is only *one* human race! Virtually all anthropologists agree on this point. Thus, in the United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization's Third Statement on Race, twenty-two experts say: "Mankind is one . . . all men belong to the same species, *Homo sapiens*. . . all men are probably derived from the same common stock."



Are you thirsty?

Each day, on average, some two quarts of water is eliminated through the skin, lungs, intestines, and kidneys. We lose approximately one pint of liquid every day just by exhaling. If this water is not replaced, we will become dehydrated. Some signs of dehydration are headache, fatigue, muscle soreness, dark urine, heat intolerance, and dry mouth and eyes. So how much water should we drink? The minimum for a healthy person is eight to ten eight-ounce glasses a day. You need more if you exercise a lot or live in a hot climate. And overweight people should drink an extra glass for every 25 pounds they exceed their ideal weight.

Of Public Interest

Grassroots Citizens to Conduct Health Care Town Halls in Six Counties

Grassroots Citizens of Wisconsin, a group promoting political dialog and centered in Iowa County, has been studying health care in the state for more than a year and is one of 32 member organizations of the Wisconsin Health Care Reform Coalition. The coalition's goal is legislation to solve the problems that make basic health care unaffordable for many and strains the budget of hundreds of thousands of Wisconsin residents.

Shirley Barnes, Dodgeville, Grassroots Citizens chair, said the local Grassroots Health Care Task Force has interviewed doctors, hospital officials, city and county government representatives, farmers, business people and others in Iowa, Sauk and Grant Counties to get their perspectives on health care costs. "It's obvious the problem isn't limited to the unemployed," she said. "For many working people who don't get health insurance where they work, purchasing it is out of the question because of cost. For others, fear of losing health insurance is the cause of great anxiety. It may be the number one problem facing people in Southwestern Wisconsin, and it won't be solved until citizens demand it."

She said Grassroots plans a series of town hall meetings throughout Grant, Lafayette, Iowa, Sauk, Richland and Crawford Counties over the summer to discuss the problem and possible solutions with all who are interested. "With inaction by Congress and the President, it's up to the states to devise solutions." She said the Health Care Reform Coalition expects to unite around a single proposal soon and work for its enactment by the legislature.

The Health Care Reform Coalition member organizations statewide include AARP Wisconsin; several labor unions, including the Wisconsin State AFL-CIO and Wisconsin Education Association Council (WEAC); Coalition of Wisconsin Aging Groups; Greater Wisconsin Committee; Lutheran Office for Public Policy in Wisconsin; Wisconsin Council of Churches; Wisconsin Council on Children and Families; Wisconsin League of Women Voters; Wisconsin Farmers Union; Wisconsin Federation of Nurses and Health Professionals, and others.

Tiene sed?

Cada día, como promedio, unos dos litros de agua es eliminado a través de la piel, pulmones, intestinos y riñones. Solamente con exhalar cada día perdemos 1/2 litro de liquido. Si no se reemplaza el agua nos deshidratamos. Algunas de las señales de deshidratación son dolor de cabeza, cansancio, dolor de músculos, orina oscura, intolerancia al calor y ojos y boca seca. Cuanta agua deberíamos beber? Lo mínimo para una persona saludable es de 8 a 10 vasos cada día. Necesitara mas si hace ejercicio o vive en una clima caliente. Las personas con sobrepeso deberían beber un vaso extra por cada 10 Kg. que excedan del peso ideal.

De Interés Público

Reuniones del grupo Grassroots Citizens

Grassroots Citizens of Wisconsin, un grupo que promueve el dialogo político con sede en el condado Iowa, ha estado analizando la salud publica en el estado por mas de un año y es una de las 32 organizaciones miembros de la Coalición para la Reforma del Sistema de Salud en Wisconsin. Su objetivo es obtener una legislación que solucione los problemas que hacen de la atención medica básica inalcanzable para muchos y económicamente extenuante para cientos de miles residentes del estado de Wisconsin.

Shirley Barnes, de Dodgeville y portavoz del grupo, dice que miembros del grupo entrevistaron a doctores, oficiales del hospital, representantes de la ciudad y el condado, rancheros, gente de negocios y otros en Iowa, Sauk y Grant para saber la opinión general sobre costos de la atención de la salud. "Es obvio que el problema no esta limitado al desempleado," ella dijo. "para mucha gente trabajadora que no recibe seguro medico, pagar un seguro medico no esta a su alcance por causa del alto costo. Para otros, el miedo a perder el seguro medico es causa de gran ansiedad. Puede que sea el problema numero uno que los habitantes del sudoeste de Wisconsin experimentan, y no se resolverá a menos que los ciudadanos lo demanden."

Grassroots planea una serie de reuniones en los diferentes City Hall a través de Grant, Lafayette, Iowa, Sauk, Richland y Crawford durante el verano para discutir el problema y posible solución con todos los que estén interesados. "Con la falta de acción de parte del congreso y el presidente, queda en manos de los estados encontrar una solución." se espera que la Coalición para la Reforma del Sistema de Salud alcance a presentar una propuesta y trabajar para que sea ratificada en breve por la legislatura.

Entre los miembros de la Coalición se encuentran: AARP Wisconsin; varios sindicatos, incluyendo el Wisconsin State AFL-CIO y Wisconsin Education Association Council (WEAC); Coalition of Wisconsin Aging Groups; Greater Wisconsin Committee; Lutheran Office for Public Policy in Wisconsin; Wisconsin Council of Churches; Wisconsin Council on Children and Families; Wisconsin League of Women Voters; Wisconsin Farmers Union;