



Simón Bolívar

Homenaje a Simón Bolívar en su 230 aniversario de su nacimiento

—por el servicio de noticias de
El Reportero

El homenaje al Libertador Simón Bolívar marcó el inicio de las actividades de conmemoración del aniversario 230 de su nacimiento, en reconocimiento a su papel decisivo en la independencia de Venezuela.

Los ministros venezolanos de Relaciones Exteriores, de Justicia y Paz, Miguel Rodríguez, Carmen Meléndez (Defensa), Fidel Barbarito (Cultura) y Maryann Hanson (Educación), encabezaron la ceremonia de izar la bandera nacional en el panteón donde los restos de Simón Bolívar están descansando.

Los miembros de los diferentes componentes de la Fuerza Armada Nacional Bolivariana (FANB) participaron en la actividad solemne, que es parte de un amplio programa de actos.

El 190 aniversario de la batalla del Lago de Maracaibo se conmemora el miércoles, para recordar una acción naval que enfrentó la escuadra republi-

Ver BREVES LATINOS página 7

Tribute
to Simón
Bolívar in his
230th Birth
Anniversary

—by the *El Reportero's* wire
services

The tribute to Libertador Simon Bolívar marked the start of the commemoration activities for the 230th anniversary of his birth, in recognition to his decisive role in the Venezuelan independence.

Venezuelan Ministers of Foreign Affairs, Justice and Peace, Miguel Rodriguez; Carmen Meléndez (Defense), Fidel Barbarito (Culture), and Maryann Hanson (Education), headed the national flag hoist ceremony in the pantheon where Simon Bolívar's remains are resting.

Members of the different components of the National Bolivarian Armed Forces (FANB) participated in the solemn activity, which is part of a wide program of events.

The 190th anniversary of the battle of Lago de Maracaibo is commemorated Wednesday, to remember a naval action that faced

See LATIN BRIEFS page 3

NSA realiza audiencia de emergencia para luchar contra enmienda anti vigilancia en el Congreso

por RT

La Agencia de Seguridad Nacional (NSA) invitó a algunos miembros del Congreso a una reunión altamente secreta, sólo con invitación, para discutir una propuesta de enmienda que podría acabar con la capacidad de la NSA para llevar a cabo la redada de vigilancia de millones de estadounidenses.

Una carta que se hizo

circular sólo entre parlamentarios selectos el martes anunciaba que el director general de la NSA, Keith B. Alexander realizaría una sesión de preguntas y respuestas con los miembros del Congreso en la preparación de una votación el jueves en Capitol Hill, que se espera incluya una enmienda introducida el mes pasado por el diputado

Ver NSA página 3

NSA holds emergency hearing to fight off anti-surveillance amendment in Congress

by RT

The National Security Agency has invited certain members of Congress to a top secret, invitation only meeting to discuss a proposed amendment that could

end the NSA's ability to conduct dragnet surveillance on millions of Americans.

A letter circulated only to select lawmakers early Tuesday announced that NSA Director General Keith B. Alexander would host a

question and answer session with members of Congress in preparation of a Thursday vote on Capitol Hill expected to involve an amendment introduced last month by Rep. Justin Amash (R-Michigan).

That amendment, a provision tacked along to a Department of Defense Appropriations Act along with nearly 100 others, aims to greatly diminish the NSA's domestic spying powers in the wake of disclosures attributed to Edward Snowden, a 30-year-old former employee of Booz Allen Hamilton currently fighting extradition to the US where he faces charges of espionage for his role in leaking state secrets.

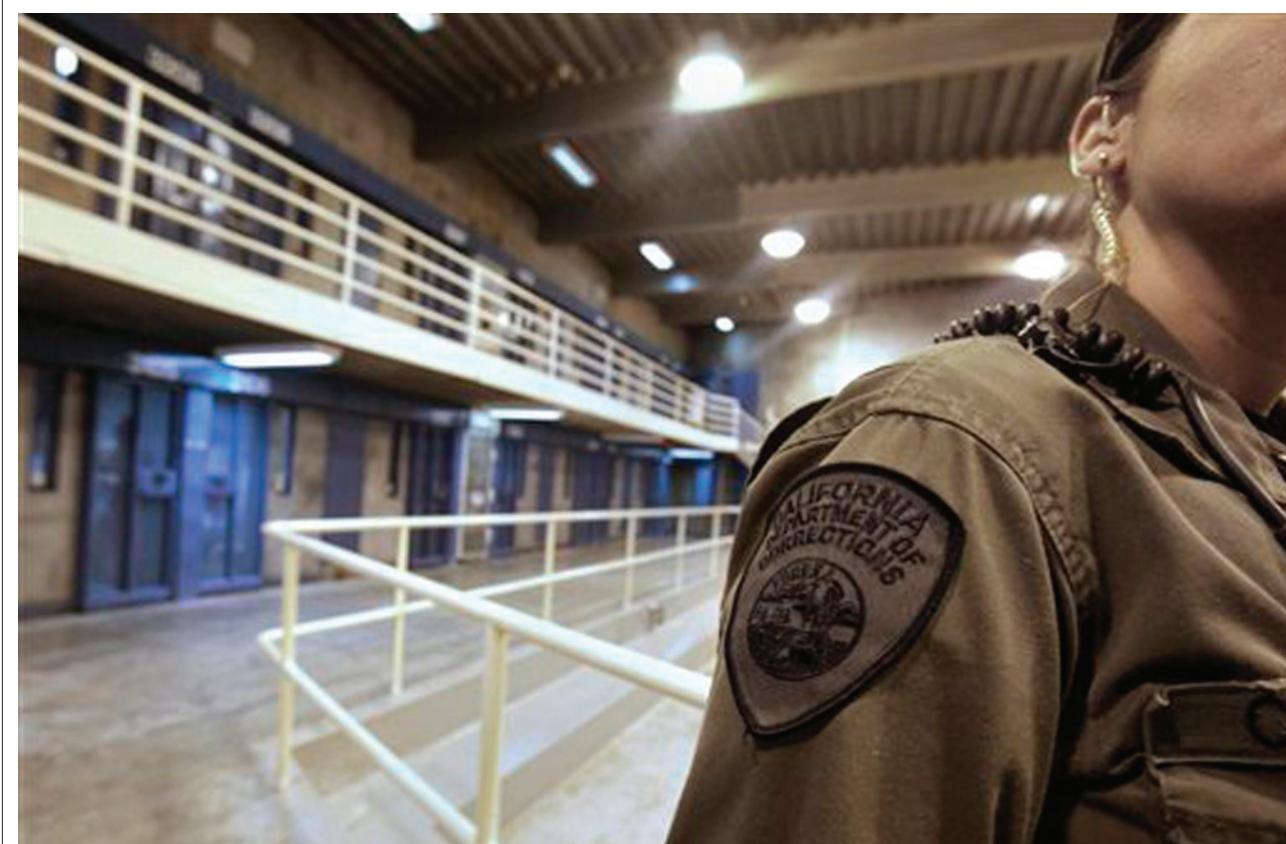
One of the leaked files released by Snowden to the UK's Guardian newspaper details how the government's interpretation of the PATRIOT Act's Section 215 has allowed the NSA to collect call logs and other so-called "telephony metadata" pertaining to millions of Americans on a regular basis. If the Amash amendment is approved, it would end that authority.

The amendment, as it appears on the House of Representatives Committee on Rules website, "Bars the NSA and other agencies from using Section 215 of the Patriot Act to collect records, including telephone call records, that pertain to persons who are not subject to an investigation under Section 215."

"It's not a partisan issue. It's something that cuts across the entire political spectrum," Amash told the Rules panel. "In order for funds to be used by the NSA, the court order would have to have a statement limiting the collection of records to those records that pertain to a person under investigation," Amash said, according to Politico. "If the court order doesn't have that statement, the NSA doesn't receive the funding to collect those records."

Amash's suggestion isn't unheard of in the wake of a massive public backlash caused by Mr. Snowden's

See NSA page 3



Un guardia de una prisión del Departamento de Corrections de California. A California Department of Corrections guard.

Huelga de hambre en prisiones de California

Es un absoluto manicomio

Sal Rodríguez
Slitarywatch.com

Prisioneros de California en más de una docena de prisiones están entrando en su tercera semana de huelga de hambre, la que comenzó el 8 de julio con 30,000 prisioneros participando por todo el estado. Esta es la tercera huelga de

hambre desde junio de 2011 en la que han participado los prisioneros de las Unidades de Seguridad (SHU), exigiendo las mismas cinco demandas de base, con un énfasis en poner término a la práctica que se desarrolla en California de separar por largo tiempo a los prisioneros sospechosos de estar afiliados con pandillas carcelarias. Hasta el domingo 21 de julio, 1081 individuos todavía estaban

Ver PRISON página 2

California prison hunger strike

“It’s an absolute madhouse

by Sal Rodríguez
Slitarywatch.com

California prisoners in over a dozen prisons are entering their third week on hunger strike, which began on July 8th with 30,000 prisoners across the state participating. This is the third hunger strike since June 2011 that California

prisoners in the Security Housing Units (SHU) have participated in, demanding the same five core demands, with an emphasis on ending California's practice of long-term segregation of inmates suspected of prison gang affiliation. As of Sunday, July 21, 1081 individuals were still on hunger strike.

One hunger striker, J., 36, has been incarcerated since he was 16, and has

See PRISON page 3

See NSA page 3

Reduzca la inflamación sin hacer esfuerzo al tomar estos antioxidantes de alto grado

por PF Louis

Un asesino silencioso anda suelto y se llama inflamación crónica.

Según el Dr. Barry Sears, autor de *The Anti-Inflammation Zone: Reversing the Silent Epidemic That's Destroying Our Health*: "La inflamación crónica es la malvada madre de las enfermedades más preponderantes y devastadoras que rutinariamente matan a los norteamericanos".

Por ejemplo, las en-

fermedades cardíacas, la obesidad, el cáncer y la demencia están todas ligadas a la inflamación crónica. Lo peor de todo es que la inflamación puede no mostrar síntomas hasta que hay daño o pérdida de funciones. A diferencia de la inflamación aguda, la inflamación crónica tiene un grado menor y es sistémica. Causa daño bajo el radar durante un extendido período de tiempo, típicamente años, hasta que una enfermedad reconocida

se manifiesta. Controlar la inflamación es clave para mantener la salud.

Estudio confirma que los antioxidantes reducen la inflamación

Un estudio ruso de 2009 con ratones demostró que los antioxidantes que disuelven la grasa y que aparecen naturalmente reducen la inflamación.

Quince días antes de ser inducidos artificialmente con inflamación

Ver SALUD página 3

Reduce inflammation effortlessly by taking these top antioxidants

by PF Louis

There's a silent killer on the loose and it's called chronic inflammation.

According to Dr. Barry Sears, author of *The Anti-Inflammation Zone: Reversing the Silent Epidemic That's Destroying Our Health*: "Chronic inflammation is the evil mother of the most prevalent and devastating diseases that routinely kill Americans."

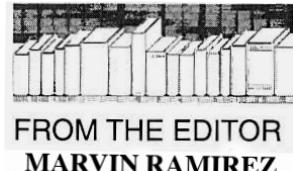
For example, heart dis-

ease, obesity, cancer and dementia are all linked to chronic inflammation. Worst of all chronic inflammation may not exhibit any symptoms until damage and loss of function occurs. Unlike acute inflammation, chronic inflammation is low-grade and systemic.

It causes damage under the radar over an extended period of time - typically years - until a recognized

See HEALTH page 6

Editorial & Comentarios Editorial & Commentaries



FROM THE EDITOR
MARVIN RAMIREZ

La policía militarizada se ha desatado en los Estados Unidos - Parte 3

NOTA DEL EDITOR:

Hemos visto un increíble aumento en la violencia contra los ciudadanos por parte de la policía en todo el país, donde ni siquiera los niños, los ancianos, las personas en silla de ruedas, manifestantes pacíficos que marchan para denunciar las injusticias de parte de los bancos o el gobierno, se escapan de los abusos. Recibí el siguiente artículo, escrito por Mike Adams, editor de *Natural News*, que hace un relato excepcional de en lo que se está convirtiendo nuestra sociedad bajo una fuerza policial militarizada opresiva de nuestro actual gobierno, un cuerpo que se supone que debe estar allí para protegernos, pero que se ha convertido en nuestro opresor.

Debido a su longitud, *El Reportero* lo publicará en dos o tres partes, dependiendo del espacio disponible. **Parte 3 y última**

Terrorizing citizens, shooting pet dogs, behaving like occupying military force

by Mike Adam

Cuándo se van a parar los estadounidenses y decir "¡Suficiente!"

Así que aquí está la pregunta: ¿En qué momento los estadounidenses se darán cuenta de que su país se ha convertido en una policía

Ver EDITORIAL página 6

Militarized police gone wild across America - Part 3

NOTE FROM THE EDITOR:

We have seen an incredible increase in police violence against the citizenry on the part of the police around the nation, where not even children, the elderly, people in wheelchair, peaceful protesters marching denouncing injustices in the part of the bankers or the government, have escaped the abused. I received the following article, written by Mike Adams, editor of *Natural News*, which makes a exceptional narrative of what our society is becoming under our current oppressive government's militarized police force, a corps that is supposed to be there to protect us, but instead it has become our oppressor.

Because of its length, *El Reportero* will publish it in two or three parts, depending on the availability of space. **Part 3**

Terrorizing citizens, shooting pet dogs, behaving like occupying military force

by Mike Adam

When do Americans stand up and say, "Enough!"

So here's the question: At what point will Americans realize their country has become a Stasi-inspired police state tyranny? When will they march on their state

capitols and demand to be treated with dignity and respect rather than being beaten, shot, arrested, intimidated and censored by police?

And I ask this question as a supporter of local law enforcement. I've worked with police, trained with police and volunteered with police. I know that most police officers across the country are honorable men and women who are trying their best to keep the peace. But the number of "good" police seems to be shrinking while the number of "rogue" cops is on the rise.

This highly disturbing trend is an intentional one put in place by the Obama administration that's trying to militarize police all

See EDITORIAL page 3

Ciudad de EE.UU. parece penalizar a creyentes de la Biblia

por arniersner

¿Cree que hace calor en Texas en estos días? Sólo tiene que esperar un par de semanas, hasta que el Ayuntamiento de San Antonio termine su receso de verano y vuelva a trabajar en una propuesta de modificación de sus ordenanzas no discriminación que, aparentemente discriminaron contra todos los que toman la Biblia literalmente y la siguen.

Eso es porque el cambio crea una sanción para aquellos que nunca muestran un "sesgo", que claramente podría incluir la adopción de la condena de la homosexualidad en la Biblia, con la prohibición definitiva de la participación en el gobierno de la ciudad, los negocios o el empleo.

Los opositores al plan, que se sumaría la "orientación sexual" e "identidad de género" a las ordenanzas de no discriminación, el cargo es una violación al artículo VI, párrafo 3 de la Constitución que dice: "Ninguna prueba religiosa será requerida como una condición para ocupar ningún empleo o mandato público en Estados Unidos".

Los opositores explican que la ordenanza vetaría a cualquiera de la oficina que haya "demostrado un sesgo" en contra de alguien sobre la base de categorías que incluyen la "orientación sexual".

La propuesta, sin embargo, no define "sesgo", que, según los líderes de la iglesia local, podría significar alguien que declara que la con-

ducta homosexual es pecado.

La nueva ordenanza declararía: "Ninguna persona será nombrada a un cargo si el Ayuntamiento considera que esa persona, con anterioridad a dicha candidatura propuesta, ha tenido actitudes discriminatorias o ha demostrado un sesgo, de palabra o de obra, contra cualquier persona, grupo o organización sobre la base de raza, color, religión, origen nacional, sexo, orientación sexual, identidad de género, condición de veterano, edad o discapacidad".

Cualquier persona en el cargo que muestra un sesgo sería considerada culpable de "mala conducta" y removida de su cargo.

Líderes de la Iglesia que se oponen a la modificación propuesta argumentan que viola los derechos de la Primera Enmienda a la libertad de religión, libertad de expresión y la libertad de asociación. Viola, además, se dice, la Ley de Libertad Religiosa de Texas y la Constitución de Texas.

El Pastor Charles Flores de Faith Outreach International, quien ha estado alertando a los residentes de la ciudad sobre el tema, dijo a OneNewsNow que la referencia al "sesgo" podría significar cualquier cosa.

"La ordenanza ... dice que si usted en cualquier punto muestra una tendencia - sin definir lo que es un prejuicio ni quién lo evalúa como tal - no puede conseguir un contrato con la ciudad", dijo Flores. "Tampoco puede ninguno de sus subcontratistas

tas [que han demostrado un sesgo] firmar un contrato".

Calificó la medida como "equivocada sin precedentes" y dijo que "los ciudadanos de San Antonio debe detenerla".

Muchos pastores están preocupados, informó Joe Conger de KHO-TV en Houston.

"Ha tenido un momento de hacer una broma de mal gusto o tener una creencia religiosa?", dijo Conger. "El [Pastor Steve] Branson [de la Iglesia Bautista Village Parkway] dice quédese calado si está involucrado con el gobierno de la ciudad de San Antonio. Los cambios propuestos en la ordenanza contra la discriminación podrían dejarlo sin trabajo".

"Si usted expresa cualquier opinión, no importa cuántos años atrás haya sido, puede ser usado en su contra", dijo Branson a la emisora. "Los empleados municipales van a verse muy afectados".

El informe de KHO-TV dijo que más de una docena de líderes de la iglesia se reunieron para discutir el problema que se avecina.

Un análisis publicado por el pastor dijo que la "ordenanza viola las constituciones federal y de Texas mediante la creación de una prueba religiosa para la participación en el gobierno de la ciudad".

Los líderes de la iglesia dijeron que permite al Ayuntamiento "prohibir a quienes hablan de sus creencias religiosas respecto a la homosexualidad de servir

Ver COLUMNA página 6

U.S. city looks to penalize Bible believers

by arniersner

Proposed changes to the anti-discrimination ordinance could get you fired."

Get the best deals on Paula Deen's books at WND's SuperStore.

Any one in office who demonstrates a bias would be considered guilty of "malfeasance" and removed from office.

Church leaders who oppose the proposed change argue it violates First Amendment rights to freedom of religion, freedom of speech and freedom of association. It also violates, they say, the Texas Religious Freedom Act and the Texas Constitution.

Pastor Charles Flowers of Faith Outreach International, who has been alerting city residents about the issue, told OneNewsNow that the reference to "bias" could mean anything.

"The ordinance ... says that if you have at any point demonstrate a bias - without defining what a bias is or who will determine whether or not one has been exercised - that you cannot get a city contract," Flowers said. "Neither can any of your subcontractors [who have demonstrated a bias] sign on to the contract."

He called the measure "unprecedentedly wrong" and said "the citizens of San Antonio must stop it."

Many pastors are concerned, reported KHO-TV's Joe Conger in Houston.

"Ever have a Paula Deen moment - make an off-color joke or hold a religious belief?" Conger said. "[Pastor Steve] Branson [of Village Parkway Baptist Church] says keep it to yourself if you're involved with San Antonio city government.

See COLUMNA page 3

PRISON de la página 1

ban en huelga de hambre.

Una de las personas en huelga de hambre, J., de 36 años, ha estado en la cárcel desde que tenía 16 años y ha pasado los últimos siete años en la SHU de la prisión estatal de California, Corcoran. J. le escribió una carta a su madre en el séptimo día de la huelga de hambre, diciéndole que se sentía "mucho mejor de lo que esperaba" y que creía que podría resistir más tiempo.

Él informa que la administración de la prisión "sólo nos está esperando afuera. No están dejando salir a nadie a la yarda y finalmente abrieron las duchas por primera vez anoche. La única atención médica que nos dan es si te mueres, aparte

Ver PRISON página 3

El Reportero
El periódico bilingüe
The Reportero The bilingual newspaper

EDITOR IN CHIEF & PUBLISHER

Lic. Marvin Ramírez

EMERITUS ADVISOR

Lic. José Santos Ramírez Calero

12/24/16 to 6/12/04

News Assistant

STAFF

Foreign Correspondent

ORSETTA BELLANI

GABRIELA GUTIÉRREZ

SÁNCHEZ

Photographer

STAFF

Translations

CARLA SELMAN

Layout

STAFF

Local advertising

STAFF

Foreign Marketing/

Advertising

STAFF

Graphic Design/Advertising

STAFF

Web Master

CRANTI TECHNOLOGY

Marketing & Advertising

STAFF

Distribution

STAFF

Del 24 de julio al 2 de agosto 2013

El propósito de *El Reportero* es informar sobre lo que afecta a los latinos en los Estados Unidos. También contiene artículos políticos y de interés general sobre cultura y eventos sociales. Lo que se publica en *El Reportero* no necesariamente refleja el punto de vista y la línea ideológica de los artículos. El personal que labora en el periódico es voluntario, siendo la mayoría estudiantes de colegio con deseos de aprender periodismo o asuntos relacionados.

Para más información y para enviar artículos, ideas, anunciar sus eventos o negocio en *El Reportero*, por favor llámenos al (415) 648-3711 o envíenos un correo electrónico a: Lreportero@aol.com, o escríbanos a: 2601, Mission Street, Suite 105, San Francisco, California [94110]. www.elreporteroSF.com.

El Reportero's aim is to cover people and issues that affect Latinos in the U.S. It also contains political and general interest articles on cultural and social events. What is printed in *El Reportero* does not necessarily reflect the views and opinions of the articles. Our staff is volunteer, being mainly students wanting to learn journalism or office skills.

For more information and to submit articles and story ideas, announce your events, or advertise your business in *El Reportero*, please call us at (415) 648-3711 or e-mail: Lreportero@aol.com or write to: 2601 Mission St., Suite 105, San Francisco, California [94110]. www.elreporteroSF.com.

Horas de oficina: L-V: 10 a.m.-5 p.m.
Office Hours: Mon-Fri: 10 am-5 p.m.

Member of the National Association
of Hispanic Journalists and
California Hispanic Publishers Group

PRISON from page 1

spent the last seven years in the SHU at California State Prison, Corcoran. J. wrote in a letter to his mother on the 7th day of the hunger strike, that he was "feeling a lot better than I expected so I think I'll be able to last quite a while longer." He reports that the prison administration is "just waiting us out. They're not running yard at all and they finally ran showers for the first time last night. The only medical attention they're giving us is if you go man down or put in a slip, other than that a nurse is walking the tier every 3 days and simply looking in all the cells but not asking any questions at all. Literally if you blink you'll miss the nurse walk by they're going that fast."

J. also states that prison officials "gave everyone who's participating a 128 A memo as a warning that if we continue we'll be getting 115's [disciplinary write ups] next. It's crazy cause they're trying to say us protesting is gang activity, but every race is participating so how is that possible? Then when we eventually all get 115's for it they're gonna use it to continue to keep us in the SHU. That's why they're writing it up like that, it's pretty much a form of retaliation on their part."

"I don't know if all this is gonna do us any good

in the end, but this fight is worth the effort for sure," J. writes, "If we don't stand up for ourselves who will?"

The hunger strikers, led by prisoners at the Pelican Bay State Prison SHU, have faced retaliation. The California Department of Corrections and Rehabilitation (CDCR) has seized prison canteen items from participants' cells, including items such as Kool-Aid packets and coffee. Those identified as leaders of the strike at Pelican Bay and Corcoran have reportedly been transported to different segregation units.

Michael Zaharib Dorrough, incarcerated in the SHU since 1988 following validation as an affiliate of the Black Guerrilla Family, recently wrote a letter to a friend dated July 14th, in which he describes being identified as a leader of the hunger strike at Corcoran. Dorrough and his cellmate, J. Heshima Denham, with whom he has shared a cell designed for one in recent years, were identified as leaders of the hunger strike at the prison, along with two Northern Hispanics, two Southern Hispanics, and one white individual. They were transferred from their SHU cells to the section of Corcoran where gang dropouts and informants are housed. "It's an Absolute Madhouse," Dorrough writes.

Dorrough and Denham had participated in the hun-

"A day after we were

moved here, mattresses were placed in front of our cell. This was designed to re-enforce, psychologically, the feeling of being isolated. And, I guess, to prevent us from receiving food or beverages from anyone. It's so silly that it borders on being offensive. We have absolutely nothing at all in common with any of the people housed in the building. There is no reason at all to communicate with or accept anything from them. As is said, it's a building full of stool pigeons. This is the CDCR's version of sending us to a black site."

The blocking of cell doors with objects has also been reported by a hunger striker at California Correctional Institution, Tehachapi, where sandbags have been placed at the cell doors of hunger strike participants to prevent the passing of objects or messages. The Public Information Officer at Corcoran confirmed to Solitary Watch on Monday that a "sand bag type of hose has been placed at the bottom of cell doors to effectively monitor and manage hunger strikers and their nutritional intake," and that some hunger strikers have had visitation privileges curtailed for reasons that cannot be stated "due to safety and security."

Dorrough and Denham had participated in the hun-

NSA de la página 1

Justin Amash (R-Michigan).

Esa enmienda, una disposición pegada a una ley de asignaciones del Departamento de Defensa, junto con cerca de otras 100, tiene como objetivo disminuir en gran medida los poderes de espionaje internos de la NSA a raíz de las revelaciones atribuidas a Edward Snowden, de 30 años, ex empleado de Booz Allen Hamilton, quien actualmente lucha contra la extradición a EE.UU., donde enfrenta cargos de espionaje por filtrar secretos de Estado.

Uno de los documentos filtrados que Snowden dio al periódico británico The Guardian, detalla cómo la interpretación del gobierno de la sección 215 del Acta Patriótica permitió a la NSA recolectar registros de llamadas y los llamados "metadatos telefónicos" pertenecientes a muchos norteamericanos regularmente. Si se aprueba la enmienda Amash, terminaría con esa facultad.

La enmienda, tal como aparece en la página web del comité de reglas de la Cámara de Representantes, "prohibe a la NSA y otras agencias utilizar la Sección 215 de la Ley Patriota para recopilar registros, incluyendo los registros de llamadas telefónicas, que se refieren a personas que no son objeto de una investigación

en virtud del artículo 215".

"No es un asunto partidista. Es algo que va más allá de todo el espectro político", dijo Amash en el panel de Reglas. "A fin de que los fondos sean utilizados por la NSA, la orden judicial que tendría que tener una declaración que limite la recolección de registros a los registros que pertenecen a una persona objeto de investigación", dijo Amash, según Político. "Si la orden judicial no tiene esa declaración, la NSA no recibirá el financiamiento para recopilar los registros".

La sugerencia de Amash no es desconocida tras una reacción negativa del público masivo, provocado por las revelaciones de Snowden, pero sin duda no está en buenos términos con la NSA. Según el Huffington Post, una carta fue distribuida el martes sólo horas después que se confirmara la modificación de Amash y se espera que vaya a votación este jueves.

"Antes de la acción prevista en las enmiendas a la Ley de Asignaciones del Departamento de Defensa, el Miembro de rango C.A. Dutch Ruppersberger del Comité de Inteligencia del Congreso invita a su miembro para asistir a una sesión de preguntas y respuestas con el general Keith B. Alexander, de la Agencia de Seguridad Nacional", el Huffington Post citó la invitación.

La reunión, añadió el per-

odista Ryan Grim, estaba programada para celebrarse en un nivel de seguridad de alto secreto/SCI y sólo estaba abierta a ciertos legisladores, haciendo eco del secreto involucrado en los mismos programas que Amash pretende cerrar.

En preparación para la votación de la enmienda de Amash, el grupo de activismo Progreso Demand tiene una campaña con la esperanza de alentar a los estadounidenses a pedir a sus representantes que voten a favor del proyecto de ley.

"A medida que las revelaciones de espionaje NSA continúan desarrollándose, cada vez más nos encontramos ante la realidad de que - en cualquier momento - el gobierno federal podría estar escuchando nuestras llamadas telefónicas, ver nuestro tráfico de correo electrónico, mantenerse al tanto de nuestra navegación por internet, o peor", dice el sitio web. "Pero ahora tenemos nuestra primera oportunidad de luchar."

Un portavoz del Rep. Amash dijo a la revista TIME en la tarde del martes que el debate sobre la reforma está prevista para el miércoles por la noche y los legisladores esperan pasar a votación la mañana siguiente. La enmienda está siendo copatrocinada por el representante John Conyers, demócrata por el estado natal de Amash de Michigan.

SEE PRISON page 7**NSA from page 1**

disclosures, but it certainly isn't sitting pretty with the NSA. According to [Huffington Post](#), a letter circulated on Tuesday only hours after the Amash amendment was confirmed to be in order and expected to go up for vote this Thursday.

"In advance of anticipated action on amendments to the DoD Appropriations bill, Ranking Member C.A. Dutch Ruppersberger of the House Intelligence Committee invites your Member to attend a question and answer session with General Keith B. Alexander of the National Security Agency," HuffPo quoted from the invitation.

The meeting, added journalist Ryan Grim, was sched-

uled to be held at a security level of top secret/SCI and was only open to certain lawmakers, echoing the secrecy involved in the very programs Amash aims to shut down.

In preparation for Amash's amendment going up for vote, the activism group [Demand Progress](#) has http://act.demandprogress.org/letter/nsa_amash/ a campaign in hopes it will encourage Americans to ask their representatives to vote in favor of the bill.

"As the NSA spying revelations continue to unfold, we increasingly find ourselves facing the reality that – at any moment – the federal government could be listening to our phone calls, watching our email traffic, keeping tabs

on our Internet browsing, or worse," the website reads. "But now we have our first real chance to fight back."

Speaking to Huffington Post, Demand Progress executive director David Segal said, "To invoke that expert on surveillance George W. Bush: After this vote we'll finally know who is with us in the cause to protect civil rights – and who is against us."

A spokesperson for Rep. Amash told TIME Magazine on Tuesday afternoon that debate over the amendment is scheduled for Wednesday evening, with lawmakers expected to move for a vote the following morning. The amendment is being cosponsored by Rep. John Conyers, a Democrat from Amash's home state of Michigan.

PRISON de la página 2

de un enfermero que camina por los pisos cada tercer día y simplemente mira hacia las celdas, pero no hace preguntas. Literalmente, si pestañas, no alcanzas a ver al enfermero pasar, porque van muy rápido".

J. también declara que los funcionarios de la prisión "les dan a todos quienes están participando un memo 128 A, como advertencia de que si seguimos adelante, nos darán unos 115 [reportes disciplinarios]. Es loco porque están tratando de decirnos que protestar es una actividad pandillera, pero si todas las razas están participando, ¿entonces cómo es posible? Entonces

eventualmente cuando todos tengamos 115s, las van a usar para mantenernos en las SHU. Por eso lo están reportando así, es una forma de represalia de su parte".

"No sé si todo esto va a ser bueno para nosotros al final, pero es seguro que esta lucha vale la pena", escribe J., "Si no nos defendemos nosotros, ¿quién lo hará?"

Las personas en huelga de hambre, liderados por prisioneros del SHU de la prisión estatal de la Bahía Pelícano, se han enfrentado a represalias. El Departamento de California de Corrección y Rehabilitación (CDCR) ha confiscado artículos de la cantina de la prisión de las celdas de los participantes, incluy-

SALUD de la página 1

aguada, el grupo experimental o de tratamiento recibió antioxidantes que disuelven la grasa: coenzima Q9, coenzima Q10, alfa-tocoferol, vitamina E, beta-Caroteno15. El grupo de control de ratones no recibió ningún antioxidante.

Los investigadores concluyeron que se podría usar terapéuticamente una combinación única de antioxidantes para reducir la respuesta inflamatoria y estimular el sistema inmunológico.

¿Qué son los antioxidantes y los radicales libres?

Los antioxidantes son compuestos orgánicos que se encuentran en los alimentos, especialmente en las verduras coloridas y los granos. Entre los antioxidantes comunes presentes en los alimentos se encuentran: vitamina A, C y E; beta-caroteno, licopeno y el mineral traza, selenio.

Los antioxidantes neutralizan los radicales libres al emitir un electrón. Sin embargo, los antioxidantes donantes se convierten en radicales libres en el proceso, con una excepción, el glutatión, que es creado por el hígado.

Se llama antioxidante madre porque puede refrescar las moléculas antioxidantes que se han convertido en radicales libres, volviéndolos nuevamente antioxidantes.

Darle al cuerpo una mayor proporción de antioxidantes en relación con los radicales libres y darle a su hígado los precursores del glutatión, tales como la cisteína o NAC, son las soluciones a este dilema.

El glutatión completo no puede mantener la barriga intacta. Los antioxidantes y los precursores de glutatión para el hígado deben ser proporcionados con dieta y suplementos (<http://www.naturalnews.com>).

El estrés oxidativo, la inflamación y la enfermedad

El estrés oxidativo es un subproducto natural de la función metabólica, especialmente dentro de nuestro ambiente tóxico.

La oxidación se produce cuando las moléculas de oxígeno pierden un electrón y se dañan o vuelven inestables y se transforman en radicales libres.

Se crea un efecto dominó cuando el radical libre trata de recuperar la estabilidad, robando un electrón de otra molécula y así sucesivamente.

Cuando una molécula pierde un electrón, se daña. Incluso si la molécula roba un electrón y recupera estabilidad, sigue estando dañada. Las células dañadas crean una respuesta inflamatoria que se convierte en crónica. Estas células dañadas pierden funcionalidad y eventualmente mueren.

El estrés oxidativo y la inflamación crónica son la base de muchas enfermedades crónicas relacionadas con la edad. Las enfermedades crónicas representan más del 75 por ciento del gasto en salud. Siete de cada diez estadounidenses mueren cada año a causa de enfermedades crónicas, no de enfermedades infecciosas agudas.

Una estadística de CDC de 2005 mostró que uno de cada dos adultos tenía al me-

EDITORIAL from page 2

across the nation in a run-up to something very, very big: an event that is expected to cause nationwide rioting and social unrest.

Why else would DHS buy 2+ billion rounds of ammunition, bulletproof roadside checkpoint booths, armored assault vehicles and full-auto assault rifles? Why else would police be trained to shoot pregnant women, children and senior citizens on sight? Why else would the government be spying on every phone call, email and text of ev-

ery U.S. citizen right now?

We are living under a nightmare Big Brother police state right now, and it's not an accident. This has all been brought in for a specific purpose: to first acclimate the public to a police state presence (hence the TSA security pat-downs), and then to activate that police infrastructure to engage in the mass-arrest or mass-murder of Americans.

The American people are asleep at the wheel while tyranny encircles them

See EDITORIAL page 6

COLUMN from page 2

ment in city government."

The church leaders said it allows the city council "to prohibit those that speak their religious beliefs regarding homosexuality from serving on city boards."

"For example, if a person publicly expresses their religious belief that homosexual behavior is a sin – even if this expression is at a church service – that person could

be frozen out of involvement with city government."

The analysis also contends businesses "run by people of faith will be subject to criminal penalties if they refuse to provide services that conflict with their religious beliefs relating to homosexuality."

The council, which declined to advance the plan when it first was discussed, is scheduled to resume talks on the controversy in August.

LATIN BRIEFS from page 1

the Spanish republican navy squad in a battle on July 24, 1823.

The Spanish republican squad was at that time formed by 32 combat and transport ships while the rebel one had only 22 ships.

Ver PRISON página 6

Arte & Entretenimiento Arts & Entertainment



Pancho Villa

Se estrena documental sobre la muerte del líder mexicano Pancho Villa

—por los servicios de noticias de *El Reportero*

La serie documental “El asesinato de Pancho Villa, La conspiración” se estrenará hoy en la televisión por cable, retratando la trágica muerte de una de las figuras emblemáticas de la Revolución Mexicana.

La película se presentó en el 90º aniversario del asesinato de Villa, quien era conocido por sus hazañas militares en la región norte del país.

El 20 de julio de 1923, José Doroteo, como era conocido hasta que adoptó el nombre de Francisco (Pancho) Villa, murió baleado a plena luz del día, en la ciudad de Hidalgo del Parral. Villa alcanzó notoriedad a partir de la sublevación contra el gobierno de Porfirio Díaz en 1910.

Dirigida por el cineasta mexicano Emilio Maille, la película trata de llegar al fondo de los motivos que llevaron al asesinato de Villa de asesinato y otros detalles

de su vida. La producción será presentado por Discovery Channel en español, según vanguardia.com.mx.

El papel de Villa es interpretado por el actor mexicano Enoc Leaño, quien ya había interpretado al personaje en El Encanto del Águila.

Esta serie cuenta con el apoyo de reconocidos historiadores mexicanos como el biógrafo de Pancho Villa, Pedro Salmerón, autor de cinco libros sobre la historia de México, quien trabajó junto a Jesús Vargas Valdés, Martha Loyo, Jane Dale Lloyd y Antonio Campuzano en el respaldo histórico del documental.

Este evento, que coincide con el período de vacaciones, presenta 90 cortometrajes de Argentina, Bolivia, Brasil, Cuba, Estados Unidos, Ecuador, España, Francia, Holanda, México y Venezuela, entre otros.

Entre las películas que se proyectarán en la Zona Metropolitana de Guadalajara, a partir de hoy y hasta el 28 de julio son La Navidad de Max, “La higiénica odisea de Lolly Poo”, “Nora, la bulliosa”, “Jack el campesino” y “Duerme negrito”.

El coordinador del evento en Guadalajara, Jorge Triana, dijo a los peri-

Ver ARTES página 7

Documental on Mexican leader Pancho Villa's death premiered

— by the *El Reportero's* news services

The documentary series “The Assassination of Pancho Villa, The Conspiracy,” will be released today on cable television, which portrays the tragic death of one of the Mexican Revolution emblematic figures.

The film is presented in the 90th anniversary of the assassination of Villa, who was known for his military exploits in the northern region of the country.

On July 20, 1923, Jose Doroteo, as he was known until he adopted the name of Francisco (Pancho) Villa, died gunned down in broad daylight, in the town of Hidalgo del Parral. Villa achieved notoriety from the uprising against the government of Porfirio Diaz in 1910.

Directed by Mexican filmmaker Emilio Maille, the film seeks to get to the bottom of the motives that led to Villa assassination and other details of his life, which will be presented by Discovery Chan-

nel in Spanish, according to vanguardia.com.mx. Villa's role is played by Mexican actor Enoc Leano, who had already played the character in the El Encanto del Águila (The Eagle Charme).

This serial has the support of renowned Mexican historians as the Pancho Villa biographer, Pedro Salmerón, author of five books on Mexico history, who worked on the documentary historical endorsement with Jesus Vargas Valdes, Martha Loyo, Jane Dale Lloyd and Antonio Campuzano.

Among the films that will be screened in the Metropolitan Zone of Guadalajara, from today until July 28, are La Navidad de Max (Max' Christmas),

See ARTS page 7



EL TOMATE
RESTAURANTE

Fish tacos, Crab enchiladas (in red or green sauce), Mole, Chile relleno, Chimichanga, deliciosos platillos de carne, pollo y puerco y ricos Caldos

415-401-8766

2904 24th-Street, San Francisco, California) bet Florida & Alabama

Calendario & Turismo Calendar & Tourism



Nemcatacoa Teatro August 2,3,4, 8:15pm @ 24th Street Mission BART station

Solidaridad con Bradley Manning

—copilado por el equipo de *El Reportero*

Amnistía Internacional calificó el enjuiciamiento del denunciante Bradley Manning una “parodia de la justicia”.

Después de más de tres años de prisión antes del juicio, todavía enfrentado a una posible cadena perpetua por la acusación del gobierno de “ayudar al enemigo”. El denunciante de la NSA, Edward Snowden huyó del país porque teme sufrir una persecución como la de Bradley Manning. Ahora depende de nosotros, como ciudadanos estadounidenses, defender nuestro derecho a estar informados. El futuro de nuestro país depende de ello.

Por favor, únase a

nosotros en el último día de acción mundial durante el juicio de Bradley Manning, el sábado 27 de julio. Estamos realizando demostraciones para decir al Convening Authority Major General Buchanan, el hombre con el poder de reducir la condena de Bradley, que haga lo correcto y lo libere.

El 25 de julio de 2013, de 3:00 a 4:00 pm, en la oficina de correos principal de Berkeley, 2100 Allston Way Berkeley.

Habrá oradores, cantos, banners, mascarillas de Bradley Manning y postales que enviaremos por correo a Bradley desde nuestra histórica Oficina Principal de Correos en Berkeley. La acción Bradley Manning seguirá la manifestación “Salvemos la oficina de

correos”, que se realizará de 11:00 am a 3:00 pm en el mismo lugar. ¡Vamos a apoyar a nuestro héroe denunciante irregularidades, Bradley Manning!

Consulados de El Salvador realizarán TPS-Móviles y horarios extendidos

Los Consulados de El Salvador en distintas ciudades de los Estados Unidos realizan una serie de TPS-Móviles en los próximos días con la finalidad de acercar el proceso de reinscripción del Estatuto de Protección Temporal (TPS) a los compatriotas en sus respectivas jurisdicciones.

El Embajador de El Salvador en los Estados

Ver CALENDARIO página 7

Solidarity with Bradley Manning

—compiled by the *El Reportero's* staff

Amnesty International called whistleblower Bradley Manning's prosecution a “travesty of justice.” After more than three years in prison before trial, he still faces possible life imprisonment under the government's “Aiding the Enemy” charge. NSA whistleblower Edward Snowden fled the country because he fears prosecution like what Bradley Manning has experienced. It's now up to us, as American citizens, to defend our right to stay informed. Our country's future depends upon it.

Please join us for the last worldwide day of action during Bradley Manning's trial, Saturday, July 27. We're demonstrating to tell Convening Authority Major General Buchanan, the man with the power to reduce Bradley's sentence, to do the right thing and free him!

There will be speakers, a sing-along, banners, Brad-

ley Manning face masks, and postcards we will mail to Bradley from our historic Berkeley Main Post Office.

On July 25, 2013, from 3 - 4 p.m., at the Berkeley Main Post Office, 2100 Allston Way Berkeley.

The Bradley Manning action will follow the “Save the Post Office” rally taking place from 11:30 a.m. at the same location. Come on out and support our Whistleblowing Hero—Bradley Manning!

Consulates of El Salvador are launching TPS-Mobiles and extended schedules

See CALENDAR page 6

Miranda & Associates

SERVICIO PROFESIONAL en:

Notary Public
Permisos de Viajes para Menores
Identificación
Notarizada par Viajar
Divorcios
Cartas Poder
Traducciones
Matrimonios Civiles
- en su casa o lugar de preferencia

Taxes

Impuestos personales y de

Negocios

Reporte de Impuestos

Atrasados

Impuestos Electrónicos

Tramitamos su Número de

ITIN

Contabilidad para

Negocios Grandes y Pequeños

Lunes a Viernes

11 am a 8 pm -

Sábados de

1 pm a 6 pm

650-273-8007 o

650-834-2262

Bessie Miranda

Preparadora de Impuestos Registrada

307 Grand Avenue, South San Francisco California [94080]



WE'RE TURNING MORE HOME SHOPPERS INTO HOME OWNERS.

It's only right that a bank should make home ownership more affordable for more people. That's why Union Bank® created the Economic Opportunity Mortgage.

It's designed for low- to moderate-income households wanting to buy or refinance. Low interest rates and no Private Mortgage Insurance (PMI) requirement mean you can expect lower monthly payments than with traditional loan programs.¹

- No PMI required
- 15- and 30-year fixed-rate options²
- 25-Day Closing Guarantee on purchase loans³
(We close on time or your first payment is on us!)

To learn more, call 1-866-UB-LOANS or visit a branch near you.



You may be eligible for the Economic Opportunity Mortgage program if you meet one of the following requirements: A) Your property is located within a designated census tract; or B) Your annual household income falls below the following HUD median income levels for the county where the property is located: (i) Less than or equal to 120% of the HUD median income for all California counties and certain high cost counties in Oregon and Washington; or (ii) Less than or equal to 80% of the HUD median income for non-high cost counties in Oregon and Washington. ¹EOM loans are fully amortizing. Full documentation required. Loans subject to credit and collateral approval. Financing available for collateral located in CA, OR, or WA. Restrictions may apply. Terms and conditions subject to change. On purchase transactions and no-cash-out refinances, 95% financing is available on single-family residences (excluding manufactured homes), PUDs, and condominiums; 90% financing is available on manufactured homes and 2-unit properties; and 80% financing is available on 3-4 unit properties. On cash-out refinances, 80% financing is available on 1-2 unit properties, and 75% financing is available on 3-4 unit properties. ²Payment example is for illustrative purposes only and assumes a refinance transaction of an owner-occupied single-family residence at 95% LTV. For a \$285,000 30-year fixed-rate fully-amortizing EOM loan, the monthly principal and interest payments would be \$1,340.18 based on an interest rate of 3.875% (3.933% APR), effective 5/13/2013. Payment amount does not include homeowner's insurance or property taxes, which must be paid in addition to the monthly principal and interest payment. Please contact your Union Bank mortgage consultant to obtain current rate and pricing information. ³On-time closing guarantee is available only on completed purchase money loan applications received by Union Bank by 6/30/2013, on loan amounts up to the lesser of \$4 million or the maximum allowed for the loan program selected. Specific terms and conditions apply. Visit unionbank.com/closingterms to obtain a copy.



©2013 Union Bank, N.A. All rights reserved.

Union Bank NMLS ID #539249

EDITORIAL de la página 2

Esta muy preocupante tendencia es intencional, puesta en marcha por la administración de Obama, que está tratando de militarizar a la policía en todo el país en un período previo a algo muy, muy grande: un evento que se espera que cause disturbios en todo el país y malestar social.

¿Por qué otro motivo el DHS compraría más de 2 millones de cartuchos de municiones, cabinas de puesto de control de carretera a prueba de balas, vehículos de asalto blindados y fusiles de asalto completamente automáticos? ¿Por qué otro motivo la policía es entrenada para disparar a mujeres embarazadas, niños y ancianos? ¿Por qué está el gobierno espiando cada llamada telefónica, correo electrónico y mensaje de texto de todos los ciudadanos de EE.UU. en este momento?

Vivimos bajo un estado policial de pesadilla al estilo gran hermano en este momento, y no es un accidente. Todo

esto tiene un propósito específico: para aclimatar primero al público ante la presencia de la policía estatal (de ahí los rastreos de seguridad de la TSA) y después para activar esa infraestructura policial para participar en los medios de arresto o asesinato en masa de los estadounidenses.

El pueblo estadounidense está dormido al volante, mientras que la tiranía les rodea.

Esto sucederá siempre mientras los estadounidenses permiten que sucede. Cada día que los estadounidenses son distraídos por el matrimonio gay, las celebridades del deporte, los programas de televisión y las Kardashians, es otro día que la élite criminal de este país sigue construyendo su infraestructura de terror y opresión contra el pueblo.

Mientras los estadounidenses están hipnotizados en un estado de negación delirante por la CNN y el New York Times, el gobierno de Obama está estrangulando la libertad a la muerte con una implementación de vigilancia total, escuadrones de la muerte reales que atacan a los periodistas, la criminalización de la denuncia de irregularidades, los ataques contra los periodistas en los medios de comunicación, la intimidación de los grupos de patriotas por el IRS y un centenar de otras formas de opresión, intimidación y chantaje.

Lo que estamos viendo aquí es un gobierno volviéndose completamente criminal. Este es un gobierno que ahora abiertamente secuestra al Presidente de Bolivia en la remota posibilidad de que su avión podría haber estado llevando a Ed Snowden. Este es el gobierno que admite abiertamente la existencia listas secretas de asesinato que se dirigen a los ciudadanos estadounidenses. Este es el gobierno que dirige el programa de vigilancia espía más grande del mundo, que incluso espía a países aliados como Alemania y Francia.

Tiranía de goteo

El gobierno estadounidense no respeta ninguna ley ni ningún límite a su poder absoluto. Es una mafia criminal fuera de control que se ha hecho cargo de las posiciones de gobierno con el fin de conceder la misma apariencia de autoridad.

Es esta mentalidad mafiosa que llega a manos de los departamentos de policía locales en forma de capacitación, vehículos blindados, agresivas tácticas de asalto e incluso los uniformes de la policía que ahora se ven como algo roto salido de una película de ciencia ficción orwelliana, que representa a un futuro oscuro.

He acuñado el término "tiranía de goteo" en 2011. La frase fue posteriormente recogida por Michael Savage y se convirtió en el título de su libro del mismo nombre.

Desde 2011, Savage se ha vuelto cada vez más abiertamente crítico sobre el surgimiento de un gobierno tiránico, la opresión de la libertad en EE.UU., y las peligrosas tácticas de intimidación y opresión practicadas por la policía en todo el país.

Todo el mundo puede

ver lo que está sucediendo: EE.UU. se está convirtiendo en un estado policial ocupado. Las libertades individuales se están aplastando. Todos los derechos garantizados por la Carta de Derechos se destruyen sistemáticamente.

La administración Obama se está convirtiendo en un dictador orwelliano que todos temíamos podría elevarse un día hasta en Estados Unidos, sin embargo, la mitad de Estados Unidos está todavía demasiado lejos de abrir los ojos y darse cuenta de lo que está pasando.

The Embassy of El Salvador reminded that our advice to TPS is completely free and that there is immigration legal assistance for special cases. Any questions regarding re-registration can be made at the 1-888-30-111-30 hotline or at the Embassy hotline at 202-595-7500. You can also visit our Facebook site, www.facebook.com/embelsalvadorusa and twitter @El_Salvador_EMB.

Buena Vista Horace Mann School, 3351 23rd St. San Francisco, 10:00 a.m. – 6:00 p.m.

months. Reenrollment is the best insurance with or without an immigration reform. If there is an immigration reform, Salvadorans with TPS could enter a special category. If there is no reform, re-registration will guarantee more stability in this country". Re-registration ends on July 29, 2013.

The Embassy of El Salvador reminded that our advice to TPS is completely free and that there is immigration legal assistance for special cases.

Any questions regarding re-registration can be made at the 1-888-30-111-30 hotline or at the Embassy hotline at 202-595-7500. You can also visit our Facebook site, www.facebook.com/embelsalvadorusa and twitter @El_Salvador_EMB.

Buena Vista Horace Mann School, 3351 23rd St. San Francisco, 10:00 a.m. – 6:00 p.m.

convertirse en otra víctima estadística de algo que le salió mal al gobierno. A lo largo de la historia, los gobernantes deshonestos han asesinado al menos a 260 millones de personas. Y todo comenzó con exactamente el mismo proceso que estamos viendo desarrollarse en Estados Unidos.

Rébelle o será exterminado.

PRISON de la página 3

una celda diseñada para uno en los últimos años, fueron identificados como los líderes de la huelga de hambre en la prisión, junto con dos hispanos del norte, dos hispanos del sur y un individuo blanco. Ellos fueron trasladados desde sus celdas SHU a la sección de Corcoran, donde se mantienen a los desertores de las pandillas y a los informantes. "Es un absoluto manicomio", escribe Dorrough. "Un día después de que

nos movieran aquí, se colocaron los colchones frente a nuestra celda. Esto fue diseñado para reforzar, psicológicamente, la sensación de estar aislado. Y supongo que nos impiden recibir alimentos o bebidas de cualquier persona. Es tan tonto que raya en lo ofensivo. No tenemos absolutamente nada en común con las personas alojadas en el edificio. No hay ninguna razón para comunicarse ellos ni aceptar nada de ellos. Como se dice, es un edificio lleno de chivatos. Esta es

la versión del CDCR para enviarnos a un sitio negro".

Uno de los huelguistas también ha reportado el bloqueo de las puertas de las celdas con objetos en la Institución Correccional de California, Tehachapi, donde se han puesto bolsas de arena en las puertas de las celdas de los participantes en la huelga de hambre para evitar el paso de objetos o mensajes. El responsable de información pública de Corcoran confirmó a Solitary Watch el lunes que una "manguera del tipo de bolsa

de arena se ha colocado en la parte inferior de la puerta de la celda para monitorear y administrar con eficacia a los huelguistas y su ingesta nutricional", y que algunos huelguistas han tenido privilegios de visitas, restringidos por razones que no se pueden declarar, "por razones de seguridad".

Dorrough y Denham habían participado en las huelgas de hambre de 2011. Ambos habrían perdido por lo menos 10 por ciento de su

Ver PRISON página 7

HEALTH from page 1

disease manifests. Managing inflammation is the key to maintaining one's health.

Study confirms antioxidants reduce inflammation

A 2009 Russian study with mice demonstrated that naturally occurring fat soluble antioxidants reduce inflammation.

Fifteen days prior to being artificially induced with acute inflammation the experimental treatment group was given fat soluble antioxidants: Coenzyme Q9, Coenzyme Q10, Alpha-Tocopherol, Vitamin E, Beta-Carotene15. The control group of mice was not given any antioxidant.

The researchers concluded that unique antioxidant combinations could be used therapeutically to reduce the

inflammatory response and stimulate the immune system.

What are antioxidants and free radicals?

Antioxidants are organic compounds found in food especially in brightly colored vegetables and grains. Common antioxidants in food include: vitamin A, C and E; beta-carotene, lycopene and the trace mineral selenium.

Antioxidants neutralize free radicals by donating an electron. However, the donating antioxidants become free radicals in the process with one exception, glutathione, which is created by the liver.

It's called the master antioxidant because it can refresh antioxidant molecules that have become free radicals, reversing them back to antioxidants!

Providing the body with a higher ratio of antioxidants

to free radicals and providing your liver with precursors to glutathione, such as cysteine or NAC, are the solutions to this dilemma.

Whole glutathione can't get by the gut intact. Antioxidants and glutathione precursors for the liver must be supplied through the diet and supplementation (<http://www.naturalnews.com>).

Oxidative stress, inflammation, and disease

Oxidative stress is a natural byproduct of metabolic function, especially within our toxic environment. Oxidation occurs when oxygen molecules lose an electron and become damaged or unstable

and morph into free radicals.

A domino effect is created as the free radical tries to regain stability by stealing an electron from another molecule, and so on.

When a molecule loses an electron it's damaged. Even if the molecule steals an electron and regains stability, it's still damaged. Damaged cells create an inflammatory response that becomes chronic. These damaged cells lose functionality and eventually die.

Oxidative stress and chronic inflammation are the basis of many age-related,

See HEALTH page 7

COLUMN de la página 2

en las juntas de la ciudad".

"Por ejemplo, si una persona expresa públicamente su creencia religiosa de que el comportamiento homosexual es un pecado - incluso si esta expresión es en un servicio religioso - la persona podría prohibirse participar en el gobierno de la ciudad".

El análisis también sos-

tiene que empresas "a cargo de la gente de fe estarán sujetas a sanciones penales si se niegan a proporcionar servicios que entran en conflicto con sus creencias religiosas relacionadas con la homosexualidad".

El consejo, que se negó a presentar el plan cuando fue discutido por primera, tiene previsto reanudar las conversaciones sobre la controversia en agosto.

EDITORIAL from page 3

This will happen as long as Americans allow it to happen. Every day that the American people spend distracted by gay marriage, sports celebrities, TV programs and the Kardashians is another day that the criminal elite running this country build up their infrastructure of terror and oppression against the People.

While Americans are hypnotized into a state of delusional denial by CNN and the New York Times, the Obama administration is strangling freedom to death with a determined rollout of total surveillance, actual death squads that target journalists, the criminalization of whistleblowing, the targeting of reporters in the mainstream media, the intimidation of patriot groups by the IRS and a hundred other forms of oppression,

intimidation and blackmail.

What we are witnessing here is a government gone completely criminal. This is a government that now openly kidnapped the President of Bolivia on the off chance that his airplane might have been carrying Ed Snowden. This is the government that openly admits to the existence of secret kill lists that target American citizens for assassination. This is the government that runs the world's largest surveillance spy program which even spies on ally nations like Germany and France.

Trickle-down tyranny

The U.S. government abides by no law and respects no limits whatsoever to its power. It is a rogue, out-of-control criminal mafia that has taken over

Happy Hours: Mon-Fri 3-5 pm

Tacos \$1 Beers \$2



See EDITORIAL page 7

months. Reenrollment is the best insurance with or without an immigration reform. If there is an immigration reform, Salvadorans with TPS could enter a special category. If there is no reform, re-registration will guarantee more stability in this country". Re-registration ends on July 29, 2013.

CALENDAR from page 4

months. Reenrollment is the best insurance with or without an immigration reform. If there is an immigration reform, Salvadorans with TPS could enter a special category. If there is no reform, re-registration will guarantee more stability in this country". Re-registration ends on July 29, 2013.

The Embassy of El Salvador reminded that our advice to TPS is completely free and that there is immigration legal assistance for special cases. Any questions regarding re-registration can be made at the 1-888-30-111-30 hotline or at the Embassy hotline at 202-595-7500. You can also visit our Facebook site, www.facebook.com/embelsalvadorusa and twitter @El_Salvador_EMB.

Buena Vista Horace Mann School, 3351 23rd St. San Francisco, 10:00 a.m. – 6:00 p.m.

convertirse en otra víctima estadística de algo que le salió mal al gobierno. A lo largo de la historia, los gobernantes deshonestos han asesinado al menos a 260 millones de personas. Y todo comenzó con exactamente el mismo proceso que estamos viendo desarrollarse en Estados Unidos.

Rébelle o será exterminado.

TAQUERIA APATZINGAN RESTAURANT

Las Mejores Peleas de tu deporte favorito

3305 Middlefield Rd.
Menlo Park, CA 94025
Ph: 650.365.7175

Los mejores platillos estilo Michoacán!

www.taqueriaA.com

ZANTE

COCINA & PIZZA INDIA

FREE DELIVERY

COCINA INDIA & PIZZA

3489 Mission St. San Francisco, CA 94110

Tel: 415-821-3949 Fax: 415-821-3971

www.zantespizza.com

"La cultura de una persona se define en cuanto se ha viajado, y de la variedad de comidas que uno ha probado - de las diferentes culturas y los diferentes países. Zante cuenta con unos platillos exquisitos y con ricas especies de la Cocina India".

TONY, propietario

Taqueria La Corneta

Lo mejor en comida Mexicana

Seafood and Vegetarian Burritos

SF now opens until 3 a.m. on Fridays and Saturdays

1123 Burlingame Ave
Burlingame, CA 94010

(650) 340-1300

2834 Diamond St, SF 415-469 8757

2731 Mission St, SF 415-643-7001

1147 San Carlos Ave
San Carlos, CA 94070

(650) 551-1400

BREVES LATINOS de la página 1

cana armada española en la batalla el 24 de julio de 1823.

La escuadra republicana española estaba entonces formada por 32 buques de combate y de transporte, mientras que la rebeldía sólo tenía 22 buques.

EDITORIAL from page 6

in order to grant itself the appearance of authority.

It is this mafia mentality that's trickling down to local police departments in the form of aggressive tactical training, armored assault vehicles and even police uni-

forms which now look like something torn right out of a dystopian, Orwellian sci-fi flick depicting a dark future.

I coined the term "Trickle-Down Tyranny" in 2011. The phrase was later picked up by Michael Savage and became the title of his book by the same name.

PRISON de la página 6

peso corporal. Denham se desmayó durante la primera huelga de hambre en 2011, que duró tres semanas. Los últimos acontecimientos y las acciones de represalia durante esta ronda de huelgas de hambre refleja enérgicamente las acciones que el CDCR tomó contra los huelguistas durante su huelga de hambre de septiembre y octubre de 2011.

Denham escribió lo siguiente en octubre de 2011:

En o cerca del 3 de octubre, asaltaron la Sección 4B1L-C y eliminaron los alimentos y las bebidas - in-

cluso el café y los paquetes de sal - de las células de la huelga de hambre. Poco tiempo después, el director y su comitiva llegaron a nuestra sección riendo y bromeando como si fuera su día de suerte y ordenaron que se colocaran las bolsas de arena frente a cada una de las puertas de las celdas para evitar cualquier tipo de pesca, a fin de garantizar que quienes no estaban en huelga de hambre no tomaran café y kool-aid de quienes sí lo estaban.

Se han prohibido los abogados de derechos humanos y se nos ha negado el acceso al patio y a la biblioteca de leyes. El director ha dado instruc-

ciones al IGI para abrir y / o confiscar todo el correo legal de los huelguistas en la Sección 4B1L-C. Los RN han sido desdeñosos y no han tenido respeto verbalmente hacia algunos huelguistas, en un intento flagrante de provocarnos".

Recientemente se informó que a la abogada Marilyn McMahon de California Prison Focus, que representa a muchos de los líderes de la huelga de hambre, se le ha prohibido visitar a los clientes en el SHU. Ella y su colega Carol Strickman tenían prohibido visitar a los clientes durante las huelgas de hambre de septiembre a octubre, por razones que nunca se les explicó.

HEALTH from page 6

chronic diseases. Chronic conditions account for more than 75% of health care spending. Seven out of ten Americans die each year from chronic diseases, not acute infectious diseases.

A 2005 CDC statistic showed one out of every two adults had at least one chronic illness.

Good and bad inflammation

Inflammation is the body's emergency response to an injury caused by a virus, bacteria, fungus, environmental toxin,

or impact and excess heat. Acute **inflammation** is essential to the healing process.

It's the primary mechanism that enables the body to repair damage and restore homeostasis and functionality.

When the threat is removed and the repair work has been successfully completed, the inflammatory response shuts off, symptoms abate and the body reverts to normal operating mode.

On the other hand, a serious problem arises when inflammation becomes chronic. In this situation the body is continuously fighting off a repeat offender. A never end-

odistas que la intención del festival es que cada tres de 100 niños de un año de edad participa en el cine, a través de Divercine, disfrutando de

ing war of attrition ensues.

Eventually the **immune system** is weakened and the body malfunctions and slowly becomes vulnerable to life threatening disease states. In the beginning numerous sporadic and vague symptoms emerge and then solidify into a diagnosable disease.

Mission Council on Alcohol for the Spanish Speaking

Concilio de la Misión sobre abuso de Alcohol



SPECIAL FOR 18 MONTHS MULTIPLE OFFENDER DUI CLIENTS, PROGRAM COST IS \$1,599.

WITH PAY IN FULL DISCOUNT, PRICE IS \$1,475.

DUI PROGRAM FOR MULTIPLE OFFENDERS
Do you have multiple offenses of DUI (2 or more)?
Have you lost your driver license for more than one DUI?
Call DRY ZONE to help you to recover your license back.

415-920-0722 or 415-826-6767

Mission Council Adult Services Servicio para adultos

154-A Capp St.
(entre las calles 16 y 17)
San Francisco, CA 94110
Tel. 415-826 6767
Fax: 415-826 6774

* **Nuestras horas de oficina son:**
de Lunes a Viernes de 9:00 a.m. a 9:00 p.m.
y sábado de 8:30 a 4 p.m.

* **Office Hours:**
Monday through Friday
from 9:30 a.m. to 7:30 p.m. and
Saturday from 7:00 a.m. to 1:00 p.m.

Mission Council Family Services Servicios para familias

474 Valencia St. Suite 135
(entre las calles 15 y 16)
San Francisco, CA
Tel. 415- 864 0554
Fax: 415-701 1868

* **Nuestras horas de oficina son:**
de Lunes a Viernes de 9:30 a.m. a 7:30 p.m. y los Sábados de 7:00 a.m. a 1:00 p.m.

* **Office Hours:**
Monday through Friday
from 9:30 a.m. to 7:30 p.m. and
Saturday from 7:00 a.m. to 1:00 p.m.

Since 2011, Savage himself has become increasingly outspoken about the rise of tyrannical government, the oppression of freedom in America, and the dangerous tactics of intimidation and oppression being practiced by police nationwide.

Everyone can see what's happening: America is turning into an occupied police state. Individual freedoms are being crushed. All the rights guaranteed under the Bill of Rights are being systematically destroyed by design. The Obama administration is rapidly becoming the Orwellian dictator we all feared might one day

rise up in America, yet half of America remains too far gone to open their eyes and realize what's happening.

And so the injustices are allowed to accelerate to the point where innocent Americans are being routinely terrorized by law enforcement. While the guilty run free, the innocent are targeted for shake-downs, arrest or beatings.

This is the death of freedom in America. You are watching the destruction of the Land of the Free and the rise of Obama's tyrannical regime.

If you and millions of others do not rise up against

this, you may one day find yourself collapsed on your knees, looking over a large ditch of fresh bodies while a "police officer" holds a pistol to the back of your head and pulls the trigger.

You, like hundreds of millions before you, are about to become another statistical victim of government gone bad. Throughout history, rogue governments have murdered at least 260 million people. And it all began with precisely the same process we are seeing unfold in America today.

Rise up or be exterminated.

ARTS from page 7

"La higiénica odisea de Lolly Poo" (The Hygienic Odyssey of Lolly Poo), "Nora, la bulliciosa" (Noisy Nora), "Jack el campesino" (Jack, The Peasant), and "Duérme negro" (Sleep Little Black Boy).

The coordinator of the event in Guadalajara, Jorge Triana, told journalists that

the intention of the festival is that each three to 100 year-old children is involved in film, and through Divercine, they enjoy difficult work to see in commercial displays.

Colombia: Women on Stage for Peace Festival

A total of 70 companies from 11 countries will attend the Women on Stage for Peace Festival from August 8 to 31, in a bridge from theatre and dancing to harmony and peace among peoples of the world.

During three weeks the Colombian capital will be

con propuestas de países como México, Cuba, Perú, Brasil, entre otros países, en una iniciativa impulsada por la artista colombiana Patricia Ariza y la Corporación Teatro Colombiano.

En su 22^a edición, el evento incluirá presentaciones al aire libre,

filled with colours and joy, with proposals from countries like Mexico, Cuba, Peru, Brazil, among other nations, in an initiative fostered by Colombian artist Patricia Ariza and the Colombian Theatre Corporation.

In its 22nd edition, the event will include outdoor presentations, workshops, seminars and a national and an international meeting, centered in a culture of peace.

A total of 100 shows in conventional spaces, 18 rooms in all the city of Bogotá and another 20 available also form part of the program.

talleres, seminarios y una reunión internacional, centrada en una cultura de la paz nacional.

Un total de 100 espectáculos en espacios convencionales, 18 salas en toda la ciudad de Bogotá y otras 20 disponibles también forman parte del programa.

PRISON from page 3

ger strikes of 2011. Both reportedly lost at least 10 percent of their body weights, with Denham passing out during the first hunger strike in 2011, which lasted for three weeks. Recent events and retaliatory actions during this round of hunger strikes strongly mirrors the actions CDCR took against hunger strikers during their September

October 2011 hunger strike.

Denham wrote the following in October 2011:

On or about Oct. 3, they raided 4B1L-C Section and removed all food and drink items – even coffee and salt packs – from the cells of hunger strikers. A short time later the warden and her entourage arrived in our section laughing and joking like it was a day at the fair and ordered sandbags

EMPLEOS
EMPLOYMENT

Drivers-Owner Operators & Lease Purchase. Local Drivers Needed! Daily Hometime, High Weekly Settlements, Daycab or Sleep Trucks Only, Lease Purchase-Certain programs with NO MONEY DOWN! 1yr TT Exp w/CDL-A req. 877-372-3656 www.joinroadrunner.com

NOTICIA PUBLICA
PUBLIC NOTICECIUDAD DE PORTOLA VALLEY
765 Portola Road
Portola Valley, CA 94028

AVISO DE ELECCIONES GENERALES MUNICIPALES

POR LA PRESENTE SE DA AVISO que se realizarán elecciones generales municipales en la ciudad de Portola Valley el martes 5 de noviembre de 2013 para los siguientes cargos:

Council Seats:

Un miembro del Consejo de la Ciudad para ocupar el cargo que actualmente ocupa Maryann Moise Derwin por un período completo de cuatro años; Un miembro del Consejo de la Ciudad para ocupar el cargo que actualmente ocupa Edward C. "Ted" Driscoll por un período completo de cuatro años; Un miembro del Consejo de la Ciudad para ocupar el cargo que actualmente ocupa John Richards por un período completo de cuatro años; Si ninguna o una sola persona es nominada para un cargo de elección popular, el nombramiento de este funcionario puede realizarse de la manera descrita en la Sección 10229 del Código electoral del Estado de California.

Medida establecida en el voto:

Adoptan los habitantes de la ciudad de Portola Valley una ordenanza que mantiene el reducido impuesto del 4.5 por ciento a los usuarios de servicios públicos sobre el servicio telefónico, de gas, agua y electricidad, establecido en el Capítulo 5.5% al 4.5% del Código Municipal de Portola Valley, por un período de cuatro años desde el 1 de julio de 2014 al 30 de junio de 2018?

Las urnas estarán abiertas en el horario desde las 7:00 a.m. a las 8:00 p.m.

Sharon Hanlon
Secretaria Municipal de la ciudad de Portola Valley

27 de junio de 2013

CALENDAR de la página 4

Unidos, Rubén Zamora, recordó a los compatriotas que "es importante que los salvadoreños con TPS se reinscriban lo antes posible para que gocen de estabilidad migratoria por 18 meses más. Reinscribirse es el mejor seguro en caso haya o no haya reforma migratoria. Si hay reforma migratoria, los salvadoreños con TPS podrían entrar en una categoría especial. Si no hay reforma, la reinscripción les garantizará más estabilidad en este país". La reinscripción finaliza el 29 de julio de 2013.

Buena Vista Horace Mann School, 3351 23rd St. San Francisco, 10:00 a.m. – 6:00 p.m.



Nuestros agentes ofrecen opciones para seguro de casa

Tres razones para llamar a un Agente de Allstate en California hoy:



OPCIONES DE COBERTURA

Protege tus bienes más valiosos con la ayuda de un Agente de Allstate.



CONDUCTORES PRECAVIDOS AHORRAN UN 45%

Esto es sólo el principio. Con Allstate, obtienes seguro de auto de calidad y muchos descuentos.



MÚLTIPLES PÓLIZAS CON UN SÓLO AGENTE

Ahorra tiempo y dolores de cabeza obteniendo cobertura para tu auto, casa, bote y más con un mismo agente.

LLAMA HOY

485 agentes de Allstate
en California



Allstate[®]

Usted está en buenas manos.

Auto
Vivienda
Vida
Jubilación