



Nuevamente,
juez paraliza
obras del tramo
5 del Tren Maya
por permisos
ambientales

— por los servicios de cable de
El Reportero

Un juez emitió una orden para suspender temporalmente las obras del tramo 5 del Tren Maya, que circula entre Cancún y Tulum.

El Juzgado Primero de Distrito de Mérida otorgó la medida cautelar en respuesta a las denuncias de ambientalistas de que el mega proyecto público-privado, que pretende construir una vía férrea de 1.500 kilómetros alrededor de la Península de Yucatán, carece de autorización para cambiar el uso de terrenos forestales.

“Al cambiar la línea del tren de la carretera a la selva lo hicieron sin investigaciones, sin hacer el cambio de uso de suelo”, explicó José Urbina, vocero del grupo activista Sélvame del Tren. “... El artículo 97 de la Ley Forestal dice que si cortas un árbol sin autorización, no puedes tocar el área por 20 años”. Argumentó que el Fon-

Ver BREVES LATINOS página 3

Once again, judge
halts work on
Maya Train section
5 over environ-
mental permits

— by the *El Reportero's* wire
services

A judge has issued an order temporarily suspending works on section 5 of the Maya Train, which runs between Cancún and Tulum.

The First District Court of Mérida granted the injunction in response to environmentalists' claims that the public-private megaproject, which aims to construct a 1,500-kilometer railroad around the Yucatán Peninsula, lacks authorization to change the use of forest lands.

“When changing the line of the train from the road to the jungle, they did it without investigations, without making the change of land-use,” explained José Urbina, a spokesperson for the activist group Sélvame del Tren. “... Article 97 of the Forest Law says that if you cut down a tree without authorization, you cannot touch the area for 20 years.”

He argued that the National Fund for Tour-

See LATIN BRIEFS page 3

San Francisco • Peninsula • East Bay •



www.elreporteroSF.com Vol. 32, Edition No. 44, January 27 - February 2, 2023

Since 1991

Sacerdote pro-vida declarado culpable de cargos federales por bloquear la puerta de Planned Parenthood para salvar bebés

‘La justicia de Dios prevalecerá siempre sobre las injusticias de los hombres’, reaccionó el Padre Fidelis Moscinski

— por Jean Mondoro

LONG ISLAND, Nueva York - El padre Fidelis Moscinski enfrenta hasta seis meses en una prisión

federal después de que el juez Steven L. Tiscione lo declarara culpable el lunes de violar la Ley de Libertad de Acceso a las Entradas Clínicas (FACE).

Moscinski, un fraile franciscano de la Renovación y el Rescatador de la Rosa Roja, cerró con

Ver SACERDOTE página 5

Pro-life priest found guilty on federal charges for blocking Planned Parenthood gate to save babies

‘The justice of God will always prevail over the injustices of men,’ Father Fidelis Moscinski reacted

— by Jean Mondoro

LONG ISLAND, New York - Father Fidelis Moscinski faces up to six months in federal prison after Judge Steven L. Tiscione found him guilty on Mon-

day of violating the Freedom of Access to Clinic Entrances Act (FACE).

Moscinski, a Franciscan Friar of the Renewal and Red Rose Rescuer, had locked the gate outside an abortion center and prevented cars from passing through it on July 7, 2022.

He will be sentenced on April 24.

The pro-life priest and repeat Red Rose Rescuer conducted this “lock and block” rescue on his own at a Planned Parenthood in Hempstead, New York.

Red Rose Rescues are a form of pro-life activism in which volunteers typically enter the waiting room of abortion businesses and offer the women inside roses and information about alternatives to abortion. The act is a final attempt to save unborn babies from being killed, and rescuers accept that they may be arrested and face legal punishment. They offer these consequences in solidarity with the children who die from abortions.

During the trial, more than 200 pieces of evidence in the form of videos, photos, surveillance, and phone records were presented against Moscinski. Among these was a video interview from EWTN’s *Pro-Life Weekly* show in which the priest discussed details of the rescue in question.

According to Red Rose Rescuer Will Goodman, who was present at the trial, Moscinski’s attorneys argued “the absurdity of these federal charges” being issued after local authorities had only charged the priest with an ordinance violation immediately following the incident.

“However, the pro-abortion Biden administration with Attorney General Merrick Garland chose to aggressively over-prosecute Fr. Fidelis in a most prejudicial way because of his be-

See PRIEST page 2

Recordando a Fred Ross Jr., organizador y defensor de la justicia del campesino

— por Louis Freedberg
Ethnic Media Services

Fred Ross Jr., uno de los principales organizadores del país, trabajó para mejorar las condiciones de los trabajadores agrícolas, atacar las causas de la migración desde América Central y acelerar el proceso de naturalización.

Fred Ross Jr. siempre quiso ser conocido simplemente como organizador.

Comenzando con su trabajo organizativo cuando era joven en los campos de California junto a Cesar Chavez, inspiró a innumerables personas a lograr un cambio social durante más

de medio siglo en el lugar de trabajo y en las comunidades de los Estados Unidos.

Ross murió de cáncer el 20 de noviembre a la edad de 75 años.

Dolores Huerta, cofundadora con Chávez de United Farm Workers, dijo que hay dos palabras que describen a Ross: humilde y noble. “Siempre fue tan positivo sobre todo”, dijo Huerta, ahora de 92 años.

“Tuvimos mucha agitación en el movimiento de trabajadores agrícolas, pero Fred siempre logró mantenerse por encima de eso. Siguió siendo un estadista”.

Ver FRED ROSS página 3

Remembering Fred Ross Jr., lifelong organizer and farm-workers justice champion

— by Louis Freedberg

Fred Ross Jr., one of nation’s leading organizers, worked to improve conditions for farmworkers, attack causes of migration from Central America, and speed up the naturalization process

Fred Ross Jr. always wanted to be known simply as an organizer.

Beginning with his organizing work as a young man in the fields of California alongside Cesar Chavez, he inspired countless people to achieve social change for more than half a century in the workplace and in communities across the United States.

Ross died of cancer on November 20 at the age of 75

Dolores Huerta, a co-founder with Chavez of the United Farm Workers, said there were two words that describe Ross: humble and noble. “He was always so positive about everything,” said Huerta, now 92. “We had a lot of turmoil in the farmworker movement, but Fred always managed to stay above it. He remained a statesman.”

Arnulfo De La Cruz, executive vice president of SEIU Local 2015, recalled working with Ross two decades ago at the Prov-

See FRED ROSS page 5

See PRIEST page 2

Suplementos antiinflamatorios: combata la inflamación con esta receta de sopa de brócoli

— por Rose Lidell

La inflamación es la defensa de su cuerpo contra la infección. La inflamación también es crucial para la cicatrización de heridas.

Pero la inflamación crónica es algo diferente y está relacionada con el envejecimiento, diferentes enfermedades y otros eventos adversos.

Puede proteger su cuerpo contra la inflamación crónica usando especias benéficas como la pimienta de cayena y la cúrcuma.

Especies antiinflamatorias para una mejor salud

Hay muchas especias antiinflamatorias. A continuación se detallan cu-

atro especias versátiles y sabrosas que debe agregar a su despensa:

Pimentón

La cayena, el pimentón y el pimentón ahumado tienen compuestos como la capsaicina, que también es un potente antiinflamatorio. La cayena es picante, así que si prefieres algo más suave, prueba el pimentón

Ver SALUD página 3



Natural sweeteners: Healthy alternatives to sugar and artificial sweeteners

Dec. 9, 2022 - Anti-inflammatory superfoods: Fight inflammation with this creamy broccoli soup recipe

— by Rose Lidell

Inflammation is your body’s defense against infection. Inflammation is also crucial for wound healing.

But chronic inflammation is a different thing and it is linked to aging, different diseases and other adverse events.

You can protect your body against chronic inflammation by using beneficial spices like

cayenne and turmeric.

Anti-inflammatory spices for better health

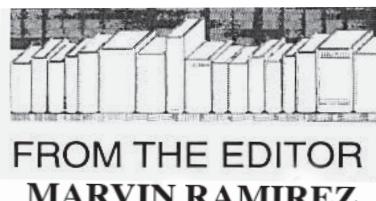
There are many anti-inflammatory spices. Detailed below are four versatile and flavorful spices you should add to your pantry:

Cayenne, paprika and smoked paprika all have compounds like capsaicin, which is also a potent anti-inflammatory. Cayenne is spicy so if you prefer something milder,

try paprika or smoked paprika for the same effect.

See HEALTH page 3

Editorial & Comentarios Editorial & Commentaries



FROM THE EDITOR
MARVIN RAMIREZ

Legisladores presionan por leyes federales de control de alquileres

En mis largos años como habitante de San Francisco, California, he visto aumentos de alquileres residenciales muy devastadores para las personas de nuestras comunidades. Las familias que han tenido trabajos estables durante mucho tiempo han tenido que mudarse lejos de sus amados vecindarios donde ellos y sus hijos han crecido. La mayoría de las veces debido a los inversionistas inmobiliarios codiciosos que compran todo lo que pueden para ganar dinero extra.

Es fácil modificar los precios de las viviendas si es millonario y tiene dinero en efectivo para comprar propiedades residenciales y ofrece pagar el doble del precio normal para inflar inmediatamente el precio. Es así como los llamados tasa-dores inmobiliarios elevan el precio de las propiedades. Se basa en cuánto se vendió

la propiedad de al lado.

Como se describió en un artículo de Yahoo Finance, "ahora los legisladores, en una carta, habían pedido al presidente que ordene a la FTC que emita nuevas regulaciones que definan los aumentos excesivos de alquileres y apliquen acciones contra el aumento abusivo de alquileres, sugerencias que son más agresivas que lo que la administración ha hecho hasta ahora. La carta también pedía que la FHFA implementara protección de alquiler para los inquilinos que viven en propiedades financiadas con propiedades hipotecarias respaldadas por el gobierno, lo cual está más alineado con lo que el presidente había esbozado".

La Autoridad de Vivienda y Desarrollo Económico de Wisconsin y la Agencia de Finciamiento de la Vivienda de Pensilvania, por ejemplo,

acordaron limitar los aumentos anuales de alquiler al 5 por ciento por año para viviendas asequibles subsidiadas por el gobierno federal o estatal.

En el sector privado, la Asociación Nacional de Agentes Inmobiliarios también acordó poner nuevos recursos para los administradores de propiedades en su red para promover prácticas como anunciar a los posibles inquilinos que se aceptan Vales de Elección de Vivienda en su propiedad, proporcionar información sobre asistencia de alquiler y usar alternativas, puntajes de crédito para solicitantes sin un historial de crédito detallado.

Sin embargo, ¿qué hay de los límites del poder de la FTC?

Antes de recibir la carta, explica el artículo, la Casa Blanca sostuvo varias conversaciones con el personal de

[Ver EDITORIAL página 7](#)

Lawmakers push for federal rent control laws

In my long years as an inhabitant in San Francisco, California, I have seen residential rent increases very devastating to people in our communities. Families who have had longtime steady jobs have had to move away from their beloved neighborhoods where them and their children have grown up. Most of the time because of greedy property investors how buy everything they can to make extra money.

It is easy to alter home prices if you're a millionaire with cash on hand to buy residential properties and offer to pay twice the regular price, to immediately inflate the price. This is how the so-called real estate appraisers raise the price of properties. It is based on how much was the next-door property was sold for.

As a Yahoo Finance ar-

ticle described, "now lawmakers, in a letter, had called on the president to direct the FTC to issue new regulations defining excessive rent increases and enforce actions against rent gouging, suggestions that are aggressive than what the administration has so far put forth. The letter also asked to have FHFA put in place rent protection for tenants living in properties financed with government-backed mortgage properties, which is more closely aligned with what the president had outlined."

The Wisconsin Housing and Economic Development Authority and Pennsylvania Housing Finance Agency, for instance, have agreed to cap annual rental increases to 5 percent per year for federal- or state-subsidized affordable housing.

[See EDITORIAL page 7](#)

Del 27 de enero al 2 de febrero de 2023

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 del periódico. 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 escribanos 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 newspaper. 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.

El Reportero
The bilingual newspaper

EDITOR IN CHIEF & PUBLISHER
Lic. Marvin Ramírez
Maynard Institute
for Journalism Education Fellow

EMERITUS ADVISOR

Lic. José Santos Ramírez Calero
12/24/16 to 6/12/04

Reporter

STAFF

Photographer

Business Media

Translations

Accounting

STAFF

MEL LEE

Graphic Design

Distribution

STAFF

JUANA

Advertising Sales

RAMIREZ

STAFF

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
National Association of Hispanic Publications

Cómo se desechan los presidentes problemáticos

por Paul Craig Roberts

Instituto de Economía Política

Tucker Carlson proporciona un excelente informe de 12 minutos sobre la destitución del presidente Kennedy y el presidente Nixon por parte de la CIA. Le recomiendo que lo mire 2 o 3 veces hasta que se asiente y lo reenvíe a todos sus amigos y familiares. No hay otro lugar donde pueda obtener tanta información sólida e importante en 12 minutos. <https://www.youtube.com/watch?v=MgXq8S02NJc>

Carlson cree que Biden, que ya no es útil para el establecimiento, está siendo removido actualmente.

He informado la verdad sobre la destitución de los presidentes Kennedy y Nixon durante décadas. Fue emocionante para mí ver después de medio siglo a Tucker Carlson dar las mismas explicaciones a una audiencia tan grande. Si los estadounidenses pudieran despertar e involucrarse, sería posible salvar nuestro país y la libertad de los estadounidenses.

El presidente John F. Kennedy fue asesinado por la CIA y el Estado Mayor Conjunto de los Estados Unidos una vez que se dio cuenta de que el gobierno

que encabezaba no era el verdadero gobierno. Su predecesor, el presidente Eisenhower, un general de 5 estrellas, advirtió sobre la amenaza que representa el complejo militar/industrial para el gobierno democrático. El presidente Kennedy tenía la intención de hacer algo al respecto mientras el presidente aún tuviera algo de poder, pero fue derribado antes de que pudiera hacer algo más que despedir al director de la CIA, Allen Dulles, y al presidente del Estado Mayor Conjunto, el general Lyman Lemnitzer.

Carlson cree que Biden, que ya no es útil para el establecimiento, está siendo removido actualmente.

He informado la verdad sobre la destitución de los presidentes Kennedy y Nixon durante décadas. Fue emocionante para mí ver después de medio siglo a Tucker Carlson dar las mismas explicaciones a una audiencia tan grande. Si los estadounidenses pudieran despertar e involucrarse, sería posible salvar nuestro país y la libertad de los estadounidenses.

El presidente John F. Kennedy fue asesinado por la CIA y el Estado Mayor Conjunto de los Estados Unidos una vez que se dio cuenta de que el gobierno

Nixon incurrió en la ira,



Paul Craig Roberts

como informé una vez más el 19 de enero — <https://www.paulcraigroberts.org/2023/01/19/washington-has-resurrected-the-threat-of-nuclear-armageddon/> — de los militares /complejo de seguridad con sus acuerdos de control de armas con la Unión Soviética y su apertura a China. El asesinato del presidente Kennedy fue tan obviamente un asesinato interno, encubierto por las prostitutas de los medios de comunicación de la CIA y la Comisión Warren, que la CIA no se atrevió a asesinar a un segundo presidente. En cambio, la CIA vio que uno de sus agentes fue colocado como periodista en el *Washington Post*, un activo de la CIA desde hace mucho tiempo, nunca un periódico, para encabezar la investigación

[Ver COLUMNA página 4](#)

How troublesome presidents are disposed of

by Paul Craig Roberts

Institute for Political Economy

Tucker Carlson provides an excellent 12 minute report about the CIA's removal of President Kennedy and President Nixon. I recommend that you watch it 2 or 3 times until it sinks in and forward it to all of your friends and relatives. There is nowhere else you can get so much solid and important information in 12 minutes. <https://www.youtube.com/watch?v=MgXq8S02NJc>

Carlson believes that Biden, no longer useful to the establishment, is currently undergoing removal.

I have reported the truth about the removal of Presidents Kennedy and Nixon from office for decades. It was thrilling to me to see after a half century Tucker Carlson give the same explanations to such a large audience. If Americans could only wake up and become involved it might be possible to save our country and the liberty of Americans.

President John F. Kennedy was murdered by the CIA and US Joint Chiefs of Staff once he realized that

the government he headed was not the real government. His predecessor President Eisenhower, a 5-star general, warned about the threat to democratic government posed by the military/industrial complex. President Kennedy intended to do something about it while the president still had some power, but he was struck down before he could do more than fire CIA Director Allen Dulles and Joint Chiefs of Staff Chairman General Lyman Lemnitzer.

President Kennedy wasn't able to get rid of General Lemnitzer, who transitioned to Supreme Allied Commander of NATO. Both Dulles and Lemnitzer are suspected of directing the plot against Kennedy's life.

President Nixon was the best informed and best respected abroad president of any in US history. He kept in touch with foreign leaders and was well informed about historical and current events. But he also, like Kennedy and Trump, over-estimated the power of the president.

Nixon incurred the wrath, as I once again reported on January 19

<https://www.paulcraigroberts.org/2023/01/19/washington-has-resurrected-the-threat-of-nuclear-armageddon/> — of the military/security complex with his arms control agreements with the Soviet Union and his opening to China. The assassination of President Kennedy was so obviously an in-house murder, covered up by the CIA's media whores and the Warren Commission, that the CIA dared not murder a second president. Instead, the CIA saw that one of its operatives was placed as a journalist at the *Washington Post*, a long-time CIA asset, never a newspaper, to head the "Watergate" investigation of President Nixon which was used to drive him from office despite Nixon being reelected by the largest margin in US history.

Donald Trump, being a real estate mogul, knew nothing of Washington or who really rules it. By declaring his intention of normalizing relations with Russia, he blindly took on the CIA and the subterranean rulers of the US. And again

[See COLUMNA página 5](#)

MEXICO from page 1

lives that preborn human life is sacred," wrote Goodman.

After considering the evidence, the judge ruled that Moscinski was guilty of violating the FACE Act. The judge said he sided with the government because "all of the elements of the crime were proven." By this, Goodman explained, he meant that "Fr. Fidelis interfered or intended to interfere (with the murder of babies); the Planned Parenthood is a 'reproductive health facility' (which kills babies); and the fact of interference or intention to interfere with

(killing babies) was proven beyond reasonable doubt."

"To practice justice is to give to each one what is his due," Moscinski said in a statement issued after the trial. "What is due to the preborn children who are in imminent danger of a violent and painful death from abortion? In justice, these children deserve our wholehearted love, protection, and sacrifices. They deserve to be rescued."

Moscinski continued, "Today's unjust verdict will not stop rescues from happening. The justice of God will always prevail over the injustices of men."

[See MEXICO page 3](#)



Una subvención de \$100,000 financiará el programa CA Food Box para combatir el hambre infantil

por Suzanne Potter
California News Service

26 de enero de 2023: San Diego puede parecer un área rica, pero las comunidades montañosas en la parte este del condado aún luchan contra el hambre y la pobreza.

Ahora, una nueva subvención de \$100,000 del Laboratorio de Innovación de Save the Children financiará el desarrollo de un programa para buzones de alimentos no perecederos para familias rurales de bajos ingresos, a partir del próximo año. Anahid Brakke, presidenta y directora ejecutiva de San Diego Hunger

Coalition, dijo que el programa ha tenido un gran éxito en otras comunidades.

"Los padres dijeron: 'Es como Navidad'. Los niños sienten que es Navidad, ya sabes, reciben esta caja de comida, ya sabes, es para ellos", explicó Brakke. "Realmente ayuda a complementar todo el hogar".

Un equipo de la Coalición contra el Hambre de San Diego está en la Universidad de Baylor en Waco, Texas, esta semana para aprender las mejores prácticas de otras comunidades que ya están implementando el programa. Los fondos también se utilizarán para capacitar a

los navegadores de salud comunitarios que pueden ayudar a las personas a inscribirse en programas como CalFresh y WIC.

Esther Liew, asociada principal de proyectos de seguridad alimentaria de la organización sin fines de lucro Save the Children, dijo que enviar las cajas de alimentos por correo tiene más sentido que pedirlas a las familias que viajen largas distancias para recogerlas.

"Hay poco transporte público en las comunidades rurales, lo que significa que tienen acceso limitado a supermercados y lugares donde pueden obtener alimentos frescos y nutritivos", señaló Liew. "Eso hace que sea realmente difícil proporcionar los alimentos que necesitan para sus hijos y sus familiares".

Los datos de Hunger Coalition mostraron que alrededor del 35 por ciento de los niños en la región de Mountain Empire viven en la pobreza, que es casi el triple de la tasa del resto del condado de San Diego.

En una encuesta reciente sobre alimentos en la comunidad de los residentes locales, casi las tres cuartas partes dijeron que se quedarían sin alimentos en algún momento de los últimos 30 días y que no tenían los recursos para comprar más.

See HEALTH page 6

vitamin A requirements. Vitamin A is an essential nutrient and it has an important role in eye health; immune health; proper function of the heart, lungs, kidneys and other organs; and reproduction.

Fresh cayenne peppers contain more vitamins. One fresh pepper offers 72 percent of the recommended daily amount of vitamin C and 50 percent of vitamin A.

While cayenne powder contains fewer vitamins than fresh peppers, they are still a great source of vitamin A. A teaspoon of cayenne pepper contains 15 percent of your daily

Mustard seed powder comes from the mustard plant, which is a nutritious cruciferous vegetable. Mustard contains many nutrients, including anti-inflammatory enzymes such as myrosinase and sulforaphane that can help fight against

See HEALTH page 6

BREVES LATINOS de la página 1

do Nacional de Fomento al Turismo (Fonatur) debería aprovechar esos 20 años para repensar el proyecto del Tren Maya de manera que evite daños a la selva y a los acuíferos subterráneos.

La medida cautelar se otorgó el martes, pero a partir del miércoles continuaban los trabajos de construcción en la sección 5. Los grupos ambientalistas pidieron a sus seguidores en las redes sociales que hicieran correr la voz sobre la existencia de la orden judicial y presionaran a las autoridades para que detuvieran la construcción. Inicialmente, se planeó

que la sección 5 del tren pasara por el centro de Playa del Carmen, pero su ruta se modificó después de que los propietarios de hoteles locales se quejaran del impacto en sus negocios. Ya se ha limpiado la selva para construir la nueva vía, lo que provocó protestas de ambientalistas y grupos indígenas.

A pesar de varias órdenes judiciales anteriores, la construcción de la sección 5 continuó hasta el año pasado, luego de que el gobierno declarara la línea como un asunto de seguridad nacional. En agosto, un juez federal rechazó varias impugnaciones legales pendientes, dando luz verde

Proyectos estatales Millones podrían perder Medi-Cal a medida que las renovaciones comienzan de nuevo

A partir de abril, entre 2 y 3 millones de personas podrían dejar de recibir Medi-Cal, el programa de seguro médico del estado para personas de bajos ingresos.

Durante tres años du-

Ver BREVES LOCALES página 7

al proyecto para continuar. El mes pasado, el presidente López Obrador intentó apaciguar a los críticos al anunciar planes para construir 72 kilómetros (45 millas) de vía elevada sobre la selva.

Ver BREVES LATINOS página 6

MEXICO from page 2

only reason he is convicted of the unjust FACE law is because in New York the unborn count for nothing as Father was denied a 'defense of others.' We can hope that Father's heroic action will inspire others to rescue the unborn. We must be their voice."

During the July 7, 2022 "lock and block," Moscinski put six locks and chains on the front gates of the abor-

tion center, as previously reported by LifeSiteNews.

The entrance to the facility was temporarily blocked while police removed the locks. Moscinski proceeded to lay on the ground in the center's driveway, going limp as he was arrested and allowing himself to be carried away by officers.

Immediately following the incident, the priest was released from jail and charged with disorderly conduct for "obstruct-

ing vehicular traffic."

However, in September, Moscinski was arrested by the FBI and the charges were increased to potential violations of the FACE Act. This escalation took place amid an apparent rise in federal law enforcement targeting pro-lifers. The Department of Justice has charged 26 pro-lifers so far this year for overwhelmingly peaceful protest.

See MEXICO page 7

Breves Locales & Estatales Local & State Briefs

\$100k grant will fund CA Food-Box to fight child hunger

—by Suzanne Potter
California News Service

Jan. 26, 2023 - San Diego may seem like a wealthy area, but the mountain communities in the eastern part of the county still struggle with hunger and poverty.

Now, a new \$100,000 grant from Save the Children's Innovation Lab will fund the development of a program to mailboxes of shelf-stable food to low-income rural families, starting next year. Anahid Brakke, president and CEO of the San Diego Hunger Coalition, said the program has been a big hit in other communities.

SALUD de la página 1

o el pimentón ahumado para obtener el mismo efecto.

Los pimientos de Cayena son ricos en varios nutrientes como:

- Vitamina A
- Vitamina B6
- Vitamina C
- Vitamina K

Los pimientos de cayena frescos contienen más vitaminas. Un pimiento fresco ofrece el 72 por ciento de la cantidad diaria recomendada de vitamina C y el 50 por ciento de vitamina A.

Si bien el polvo de cayena contiene menos vitaminas que los pimientos frescos, siguen siendo una gran fuente de vitamina A. Una cucharadita de pimienta de cayena contiene el 15 por ciento de los requerimientos diarios de vitamina A.

La vitamina A es un nutriente esencial y tiene un papel importante en la salud ocular; salud inmunológica; función ad-

"The parents said, 'It's like Christmas.' The kids feel like it's Christmas, you know, they get this food box; you know, it's for them," Brakke explained. "It really helps supplement the whole household."

A team from the San Diego Hunger Coalition is at Baylor University in Waco, Texas, this week to learn best practices from other communities already implementing the program. The funds will also be used to train community health navigators who can help people sign up for programs like CalFresh and WIC.

Esther Liew, lead associate for food security

ecuada del corazón, pulmones, riñones y otros órganos; y reproducción.

Polvo de semilla de mostaza

El polvo de semilla de mostaza proviene de la planta de mostaza, que es un vegetal crucífero nutritivo.

La mostaza contiene muchos nutrientes, incluidas enzimas antiinflamatorias como la miosinasa y el sulforafano que pueden ayudar a combatir daños y enfermedades.

La mostaza contiene glucosinolatos, un grupo de compuestos que contienen azufre que se encuentran en otras verduras crucíferas como el brócoli, las coles de Bruselas y el repollo.

Los glucosinolatos se activan cuando las hojas o semillas de la planta se dañan al cortarlas o masticarlas. Los datos sugieren que estos compuestos pueden ayudar a estimular las defensas antioxidantes del cuerpo para protegerlo

contra las enfermedades.

Las semillas y las hojas de mostaza están llenas de compuestos como el isotiocianato y la sinigrina.

El isotiocianato ayuda a prevenir que las células cancerosas crezcan o se propaguen, mientras que la sinigrina tiene propiedades antiinflamatorias, antibacterianas, anticancerígenas, antifúngicas y cicatrizantes.

Zumac

Sumac proviene de bayas de color burdeos que crecen en el Medio Oriente. Las bayas de zumac se secan y luego se muelen en la especia.

Sumac está lleno de anocianinas o potentes compuestos de origen vegetal con efectos antiinflamatorios.

En un estudio publicado en el Journal of Research in Medical Sciences, los investigadores examinaron los efectos del zumac en 41 personas con diabetes tipo 2. Los voluntarios se dividieron en dos grupos: al primero se le dio un placebo y al otro tres gramos

Ver SALUD página 6

en inglés y los trabajadores realmente lo querían mucho, especialmente porque entendían mejor el largo legado de su familia de luchar por los trabajadores".

Ross siguió los pasos de su padre, Fred Ross Sr., otro organizador legendario que tuvo un profundo impacto en Chávez. "Él me descubrió, me inspiró", dijo Chávez sobre Ross Sr., quien lo contrató y lo capacitó como organizador a la edad de 25 años en San José antes de fundar United Farm Workers con Huerta. "Pensó que tenía lo que se necesitaba para ser un organizador. Me dio una oportunidad, y eso

condujo a muchas cosas". La brillantez de Ross Jr. fue tomar lo que aprendió de Chávez y su padre, combinar esas lecciones con campañas de campo de voluntarios locales y un uso inteligente de los medios de comunicación, y ejercer presión sobre los empleadores, los gobiernos estatales y el Congreso en una variedad de temas sociales. Causas de la justicia.

Ver CALIFORNIA página 4

eral judge rejected several outstanding legal challenges, giving the project a green light to continue.

Last month, President López Obrador attempted to appease critics by announcing plans to construct 72 kilometers (45 miles) of elevated trackway over the jungle. However, activists still object to the damage the supporting columns could do to the region's cenotes, or sinkhole lakes.

"From today, any act that aims to continue logging or clearance in the aforementioned areas must be suspended or paralyzed so that the removal or destruction of the area's flora is not permitted," read a statement

See CALIFORNIA página 6

LATIN BRIEFS from page 1

ism Promotion (Fonatur) should use those 20 years to rethink the Maya Train project in a way that avoids damage to the jungle and underground aquifers.

The injunction was awarded on Tuesday but as of Wednesday, construction work on section 5 continued. Environmental groups called for their supporters on social media to spread the word about the existence of the injunction, and to pressure authorities to halt construction.

Section 5 of the train was initially planned to run through the center of Playa del Carmen, but its route was modified after local hotel owners complained about the impact on their businesses. Jungle has already been cleared to construct the new trackway, triggering protests by environmentalists and Indigenous groups.

Despite several previous injunctions, construction on section 5 continued through last year, after the government declared the line a matter of national security. In August, a fed-

See LATIN BRIEFS page 6

Arte & Entretenimiento Arts & Entertainment



Guillermo del Toro se llevó a casa un Globo de Oro. Guillermo del Toro took home a Golden Globe.

Victoria de Del Toro en los Globos de Oro, 'Ruido' debutó en Netflix y los principales influencers de Mex.

Guillermo del Toro is first Latino to win a Golden Globe in the animated feature category

—by MND Staff

The Golden Globe for best animated film went to Guillermo del Toro's "Pinocchio" at the award ceremony on Tuesday. This award made history as the first one granted to a Latino in the animated feature category, and the first time the award category went to a streaming company, in this case Netflix.

Accepting the Golden Globe, Guillermo del Toro said that "animation is cinema" and "animation is not a genre for kids, it's a medium."

"Pinocchio" is one of Del Toro's most personal films and as he said in previous interviews, it took him half of his career to produce. It required more than 1,000 days of filming.

The film is a co-production between the United States, Mexico and France. It was co-directed by Mark Gustafson and is based on the 19th century novel by Carlo Collodi but set in the context of World War II (1939-1945).

The movie is also nominated at the Critics' Choice Awards, set to take place on Sunday.

Netflix premieres "Ruido", about a mother searching for her missing daughter

"Ruido" (Noise) is a

new film by Mexican director Natalia Beristain, who told The Washington Post she had the idea of making a movie about "that which has no word to name it: the state of pain in which a parent remains when his or her child dies or disappears."

She said that the first time she had the idea was in 2006 while her mother, actress Julieta Egurrola, played the role of a mother searching for her 10-year-old daughter in the play "Congelados" (Frozen).

The film narrates Mexican mother Julia's search for her daughter (who has been missing for nine months) while delving into the problems faced by the families of

Ver ARTES página 5

Del Toro's Golden Globes win, 'Ruido' debuts on Netflix and Mexico's top influencers

Guillermo del Toro is first Latino to win a Golden Globe in the animated feature category

—by MND Staff

The Golden Globe for best animated film went to Guillermo del Toro's "Pinocchio" at the award ceremony on Tuesday. This award made history as the first one granted to a Latino in the animated feature category, and the first time the award category went to a streaming company, in this case Netflix.

Accepting the Golden Globe, Guillermo del Toro said that "animation is cinema" and "animation is not a genre for kids, it's a medium."

"Pinocchio" is one of

Del Toro's most personal films and as he said in previous interviews, it took him half of his career to produce. It required more than 1,000 days of filming.

The film is a co-production between the United States, Mexico and France. It was co-directed by Mark Gustafson and is based on the 19th century novel by Carlo Collodi but set in the context of World War II (1939-1945).

The movie is also nominated at the Critics' Choice Awards, set to take place on Sunday.

Netflix premieres "Ruido", about a mother searching for her missing daughter

"Ruido" (Noise) is a new film by Mexican director Natalia Beristain,

who told The Washington Post she had the idea of making a movie about "that which has no word to name it: the state of pain in which a parent remains when his or her child dies or disappears."

She said that the first time she had the idea was in 2006 while her mother, actress Julieta Egurrola, played the role of a mother searching for her 10-year-old daughter in the play "Congelados" (Frozen).

The film narrates Mexican mother Julia's search for her daughter (who has been missing for nine months) while delving into the problems faced by the families of the missing in Mexico. The opening scene takes place at the Attorney General Office, when the officers tell Julia that due to a mistake, the tattoo on her daughter's arm was not registered in her file and thus the body Julia has been called to iden-

See ARTS page 8

CALIFORNIA de la página 3

Ross comenzó su trabajo como organizador de tiempo completo a los 23 años con los trabajadores agrícolas durante la gigantesca huelga de lechugas de 1970 en Salinas. Una contribución notable fue la organización de una marcha de 110 millas contra los vinos de Gallo,

Calendario & Turismo Calendar & Tourism



John Santos

John Santos & Friends: concierto, comida y Cine MCC

Compiled by the
El Reportero

Concurso Coquito, recepción con deliciosa comida a cargo de Rico Pabón, Documental Q&A con cineastas y concierto después de la fiesta.

Un ícono del jazz latino con siete nominaciones a los premios Grammy y una discografía expansiva de producción propia que incluye a maestros de la música de Cuba, Puerto Rico, Nueva York, el Área de la Bahía y más allá, Santos ha prosperado fuera del dominio comercial de la música latina.

El sábado, 28 de enero de 2023, 4 p.m. – 8:30 p.m., en el Centro Cultural de la Misión para las Artes Latinas, 2868 Mission Street, San Francisco.

ingrelie @pilar.aguero, esparza @jtknorox @kristinamicotti @rayos_magos @hectorfmunoz

M A C L A / M o v - imiento de Arte y Cul - tura Latina Americana

En 510 S 1st St San Jose, CA 95113. Desde aho - ra hasta el 19 de marzo de 2023. Miércoles a viernes de 12 a 7 p.m., sábados y domingos de 12 a 5 p.m.

Especial Rumba con Edmundo Pina Machin!
Ven a La Peña a

Ver CALENDARIO página 5

John Santos & Friends: Concert, food, film at MCCLA

Compiled by the
El Reportero's staff

Coquito Contest, reception featuring delicious food by Rico Pabon, Documentary Q&A with filmmakers and After-party concert.

A Latin jazz icon with seven Grammy Award nominations and an expansive, self-produced discography that encompasses master musicians from Cuba, Puerto Rico, New York, the Bay Area and beyond, Santos has thrived outside of Latin music's commercial domain.

On Saturday, Jan. 28th 2023, 4 p.m. – 8:30 p.m., at the Mission Cultural Center

for Latino Arts, 2868 Mis - sion Street, San Francisco.

"Pertenece : To Belong" at MACLA in San Jose

MACLA presents

"Pertenece: To Belong", where six artists lean into their "Latinidad" as they investigate their intercultural identities and share their experiences of feeling othered across different spaces and social conditions.

Featuring works by @ livingrelie @pilar.aguero, esparza @jtknorox @kristinamicotti @rayos_magos @hectorfmunoz

M A C L A / M o v -

imiento de Arte y Cul - tura Latina Americana At 510 S 1st St San Jose, CA 95113. Now thru March 19, 2023. Wednesday – Friday 12-7 p.m., Saturday – Sunday 12-5 p.m., or by special Free admission.

Special Rumba with Edmundo Pina Machin!
Come to La Peña to see an Edmundo Pina Machin play

Edmundo is a musician with 47 years of experience, 40 of which were with the legendary Cuban orchestra Los Van Van... and he is vis -

See CALENDAR page 5

desde Union Square en San Francisco hasta la sede de Gallo, donde al menos 10,000 trabajadores agrícolas y simpatizantes llenaron las calles de Modesto.

Un motivo de la marcha de Gallo fue presionar al gobernador Jerry Brown para que firmara la Ley de Relaciones Laborales Agrícolas, promulgada en junio de 1975. Fue la primera ley de este tipo que establece el derecho de los trabajadores agrícolas a organizarse, votar en las elecciones sindicales y negociar con sus empleadores.

Ross empleó las reuniones en casa como una táctica central a lo largo de su carrera. Ese fue el sello distintivo del enfoque organizativo de Ross: construir relaciones uno a uno para, en sus palabras, ejercer el "poder colectivo".

Arturo Rodríguez, quien sucedió a Chávez

COLUMNNA de la página 2

"Watergate" del presidente Nixon que se utilizó para sacarlo de su cargo a pesar de Nixon siendo reelegido por el mayor margen en la historia de Estados Unidos.

Donald Trump, siendo un magnate inmobiliario, no sabía nada de Washington o quién realmente lo gobierna. Al declarar su intención de normalizar las relaciones con Rusia, se enfrentó ciegamente a la CIA y a los gobernantes clandestinos de EE.UU. Y nuevamente se utilizó a los medios para deshacerse de él: "RussiaGate", dos intentos de juicio político, "Insurrección del 6 de enero" y ahora "Puerta de documentos".

El presidente ni siquiera está protegido por el Servicio Secreto. Como muestra claramente el video para turistas, un superior del Servicio Secreto llamó a los hombres del Servicio Secreto que estaban al costado de

la limusina abierta del presidente Kennedy en Dallas. El video muestra la resistencia de uno de los agentes del Servicio Secreto a la orden. Una vez que los agentes del Servicio Secreto fueron retirados, el video muestra que Kennedy fue asesinado por una bala de frente que le voló la parte posterior de la cabeza. El video muestra a su esposa acercándose a la parte trasera de la limusina para sacar la parte posterior de su cabeza volada.

A pesar de esta evidencia clara e innegable, la Comisión Warren dictaminó que Kennedy recibió un disparo por la espalda de Oswald, el chivo expiatorio que la CIA había alineado para que asumiera la culpa. Antes de que Oswald pudiera hablar o ser interrogado, fue asesinado bajo custodia policial por Jack Ruby (Jacob Leon Rubenstein), una persona cuya presencia

Ver COLUMNNA página 5

Mission District Therapy
Orthopedic Rehabilitation



Raúl Caimanque, PT

Terapia Manual | Terapia de Movimiento

Especializado en Rehabilitación de:

Cirugías Ortopédicas
Cuello
Hombros
Espalda Baja
Rodillas

Lunes - Viernes
8 a.m. - 5 p.m.
LAS ÚLTIMAS CITAS SON A LAS 3 P.M.
+1 415 824 4228
MissionDistrictTherapy.com

Aceptamos:

Seguro de Accidentes de Trabajo
Medicare/Medi-Cal
Accidentes automovilísticos
Seguros Privados
Pago en Efectivo

Solamente con Cita
We Speak English

See ARTS page 8

CALIFORNIA de la página 3

Ross comenzó su trabajo como organizador de tiempo completo a los 23 años con los trabajadores agrícolas durante la gigantesca huelga de lechugas de 1970 en Salinas. Una contribución notable fue la organización de una marcha de 110 millas contra los vinos de Gallo,

Ver CALIFORNIA página 7

CALENDARIO de la página 4

ver una obra de Edmundo Pina Machín. Edmundo es un músico con 47 años de experiencia, 40 de los cuales fueron con la legendaria orquesta cubana Los Van Van... ¡y está de visita en el Área de la Bahía! Estará presentando

Adrian Areas

MÉXICO de la página 1

llave la puerta exterior de un centro de aborto e impidió el paso de automóviles el 7 de julio de 2022.

Será sentenciado el 24 de abril.

El sacerdote pro-vida y Red Rose Rescuer realizó este rescate de "cerrar y bloquear" por su cuenta en un Planned Parenthood en Hempstead, Nueva York.

Red Rose Rescues es una forma de activismo pro-vida en la que los voluntarios generalmente ingresan a la sala de espera de los negocios de aborto y ofrecen a las mujeres rosas e información sobre alternativas al aborto. El acto es un intento final para salvar a los bebés por nacer de la muerte, y los rescatistas aceptan que pueden ser arrestados y enfrentar un castigo legal. Ofrecen estas consecuencias en solidaridad con los niños que mueren por abortos.

Durante el juicio, se presentaron más de 200 pruebas en forma de videos, fotos, vigilancia y registros telefónicos contra Moscinski. Entre estos se encontraba una entrevista en video del programa Pro-Life Weekly de EWTN en el que el sac-

erdoté discutió los detalles del rescate en cuestión.

Según el rescatista de Red Rose, Will Goodman, que estuvo presente en el juicio, los abogados de Moscinski argumentaron "lo absurdo de estos cargos federales" después de que las autoridades locales acusaran al sacerdote de violar una ordenanza inmediatamente después del incidente.

"Sin embargo, la administración pro-aborto de Biden con el fiscal general Merrick Garland optó por enjuiciar agresivamente al p. Fidelis de la manera más perjudicial por sus creencias de que la vida humana antes de nacer es sagrada", escribió Goodman.

Después de considerar la evidencia, el juez dictaminó que Moscinski era culpable de violar la Ley FACE. El juez dijo que se puso del lado del gobierno porque "todos los elementos del crimen fueron probados". Con esto, explicó Goodman, quiso decir que "el p. Fidelis interferió o intentó interferir (con el asesinato de bebés); Planned Parenthood es un 'centro de salud reproductiva' (que mata bebés); y

Ver MÉXICO página 6

CALENDAR from page 4

iting the Bay Area! He will be presenting his research on the history and evolution of Cuban popular music. This event is FREE and open to

Adrian Areas

everyone. See you there!

On Sunday, January 22nd from 4pm-6:30 p.m.

FREE EVENT & highly Recommended.

Reina's Restaurant

Salvadorian and Mexican Food

Pupusas, Burritos, Tacos, Enchiladas, Yuca con Chicharrón, Pasteles, Empanadas, Tortas, Quesadillas, Pan con Pollo, Mojarrá Frita, Carne Asada, Caldos de Pollo, Res, Pata, Mariscos, and more.

+1 510 577 0776

Reina's restaurant

9102 International Blvd Oakland, CA 94603



- Planificación avanzada -
- Facilidad de pagos sin interés
- empiece con solo 10% -



Deje un regalo de paz a sus seres queridos.
Todo empieza con una conversación.



LLAME HOY
+1 510 288 8084

MAYOR INFORMACIÓN

www.laylarosefuneral.com

laylarosefuneral@gmail.com

No lo deje para mañana

Fuze Band @ Libros Bird & Beckett

La banda Adrian Areas Fuze tocará Jazz latino original en Bird & Beckett Books en San Francisco, sábado, 11 de febrero de 2023 a las 7:30 - 9:30 pm.

Claire Chase, colaboradora de la Sinfónica de San Francisco, interpreta Pan de Marcos Balter

El viernes 24 de febrero, la socia colaboradora de la Sinfónica de San Francisco, Claire Chase, interpretará Pan de Marcos Balter, una pieza vespertina para flauta, electrónica en vivo y un conjunto de artistas comunitarios.

La pieza de 70 minutos cuenta la historia del mitológico dios cabra Pan, una de las dos únicas deidades griegas que se dice que fueron ejecutadas, en una serie de episodios esenificados que exploran las contradicciones y traiciones en las relaciones de Pan.

Para esta actuación, que presenta una versión de la pieza específicamente para su colaboración con la Sinfónica de San Francisco, Chase y la Orquesta se asocian con Amateur Music Network, Openhouse y otras organizaciones de arte, educación y comunidad que interpretarán la pieza junto a Chase.

Tras la actuación del 24 de febrero, Chase se une a Esa-Pekka Salonen y la Sinfónica de San Francisco en su gira europea de 2023 (del 9 al 17 de marzo), interpretando Pan con miembros de la Sinfónica de San Francisco y la comunidad de París el 12 de marzo en la Cité de la Sala de conciertos Musique de la Filarmónica de París.

Fuze Band @ Bird & Beckett Books

The Adrian Areas Fuze Band will be Performing Original Latin Jazz Rock @ Bird & Beckett Books in San Francisco. Saturday, Feb. 11, 2023 at 7:30 p.m. - 9:30 p.m.

San Francisco Symphony collaborative partner Claire Chase performs Marcos Balter's Pan

On Friday, February 24, San Francisco Symphony Collaborative Partner Claire Chase performs Marcos Balter's Pan, an evening-length piece for flute, live electronics, and an ensemble of community performers.

The 70-minute piece tells the story of the mythological goat-god Pan, one of only two Greek deities said to have been put to

See CALENDAR página 7

CITY COLLEGE from page 1

dence St. Joseph's Hospital in Burbank, part of the third largest nonprofit hospital chain in the West.

"I learned so much from Fred, especially how important it was to engage the entire community to support these workers, the faith community, labor, celebrities," he said. "He felt as comfortable in Spanish as in English and the workers really took a deep liking to him especially as they further understood his family's long legacy of fighting for working people."

Ross followed in the footsteps of his father, Fred Ross Sr., another legendary organizer who had a profound impact on Chavez. "He discovered me, he inspired me," Chavez said about Ross Sr., who hired and trained him as an organizer at the age of 25 in San Jose before he founded the United Farm Workers with Huerta.

"He thought I had what it took to be an organizer. He gave me a chance, and that led to a lot of things." Ross Jr.'s brilliance was to take what he learned from Chavez and his father, combine those lessons with field campaigns of local volunteers and a smart use of the media, and put pressure on employers, state governments and Congress on a range of social justice causes.

Ross began his work as a full-time organizer at age 23 with the farmworkers during the giant 1970 Salinas lettuce strike. One notable contribution was or-

ARTES de la página 4

the missing in Mexico. The opening scene takes place at the Attorney General Office, when the officers tell Julia that due to a mistake, the tattoo on her daughter's arm was not registered in her file and thus the body Julia has been called to identify is not her daughter's.

The film premiered on Netflix on Wednesday.

Top 3 Mexican influencers

Entertainment, travel, makeup, video games and music content creators stood out among Mexico's most successful content creators of 2022, according to influencer marketing agency Tagger. The agency estimated which influencers had the most real, human accounts following them, excluding bots and other fake accounts.

Ver ARTES página 7

HÉCHO FRESCO

HANDCRAFTED QUALITY MEXICAN FOOD

SFPANCHOVILLA.COM

3071 - 16TH ST., SFENTRE VALENCIA Y MISSION PANCHO VILLA EN SAN MATEO 'B' STREET 4TH AVE.

COMIDA MEXICANA DE CALIDAD PREPARADA A MANO

EL TORO TAQUERIA

HECHO FRESCO

ESQUINA DE: 17TH Y VALENCIA STREETS TLF. 415-431-3351

ganizing a 110-mile march against Gallo wines, from Union Square in San Francisco to Gallo headquarters, where at least 10,000 farm workers and supporters filled the streets of Modesto.

A motive for the Gallo march was to pressure Gov. Jerry Brown to sign the Agricultural Labor Relations Act, enacted in June 1975. It was the first law of its kind establishing the right of farm workers to organize, vote in union elections, and bargain with their employers.

Ross employed house meetings as a central tactic throughout his career. That was the hallmark of Ross' approach to organizing: building one-on-one relationships to, in his words, exercise "collective power."

Arturo Rodriguez, who succeeded Chavez as president of the UFW, and served in that role for 25 years, said Ross "truly embodied *Si Se Puede*." He said Ross' belief in house meetings "throughout all these decades has been truly amazing and gave me faith to continue the house meeting process as our basic way of organizing."

In the 1980s, Ross led Neighbor to Neighbor which initially focused on the plight of refugees from Central America but grew into a much larger effort to confront U.S. policies in the region that contributed to people fleeing their countries.

After putting pressure on Congress to end U.S. aid to the Contras, the rebel group fighting the Sandinista government in Nicaragua, Neighbor to Neighbor launched a boycott of Salva-

dor coffee to pressure the government to withdraw its support of death squads. As a result of picket lines set up by Neighbor to Neighbor, longshoremen refused to unload coffee cargoes up and down the West Coast, including in Long Beach.

After California voters approved Proposition 187 in 1994 promoted by Gov. Pete Wilson, Ross helped launch the Active Citizenship Campaign in Los Angeles which successfully put pressure on the Immigration and Naturalization Service to speed up the application process for naturalization to six months.

"We not only played a tangible role helping thousands become citizens, but, more importantly, to become a lot more engaged in the whole political process," recalled Ross shortly before he died. "That was a real breakthrough in continuing to build Latino voting power in California."

During the last year of his life, Ross had devoted himself to producing a documentary film about his father's legacy. The film, expected to be released in 2023, seeks to inspire others to organize by highlighting the impact of grassroots organizing on long term change.

See CITY CALIFORNIA page 6

edad civil estadounidense, Thomas Jefferson, nos advirtió que la libertad no puede existir más de 200 años antes de que tenga que ser renovada por una revolución sangrienta. Sobrestimó la vida de libertad.

A lo largo de mi vida ha cambiado el sentido de la libertad. Ya no significa lo que los Padres Fundadores, hoy denunciados como racistas, querían decir, que era el autogobierno y la libertad de un gobierno opresivo. Hoy la libertad es la libertad de 'algunos' para robar tierras sin enjuiciamiento, la libertad del gobierno y sus prostitutas de los medios para censurar y suprimir la verdad, la libertad de expresión y la libre asociación, la libertad del gobierno para arrestar y encarcelar a las personas que ejercen su derecho civil, libertades como "insurrecciones", la libertad del gobierno y sus prostitutas mediáticas para tildar a los que dicen la verdad de "amenazas a la democracia" culpables de difundir "desinformación", la libertad de quitarles las licencias médicas a los médicos que salvaron vidas usando medicamentos prohibido por los protocolos de tratamiento de Big Pharma.

Los estadounidenses que piensan que viven en una democracia salen a almorzar. Los estadounidenses, tan fácilmente engañados una y otra vez, son la razón por la que hemos perdido nuestro país y la libertad y la esperanza que alguna vez representó en el mundo.

Cuántos estadounidenses entienden que ya no viven en un país libre, que son súbditos gobernados de no saben quién? Votar es una capa, un engaño. Nadie que la gente prefiera puede ser elegido para el cargo de presidente. Si, como Trump, llega allí de forma inesperada, lo eliminan. El fundador de la lib-

tas personas nacidas en las últimas décadas no tienen idea de cuán extraño es esto para alguien que vivió en la América real en el pasado. Cuando pase mi generación, no habrá nadie vivo que sepa lo que alguna vez fue Estados Unidos.

UNIVERSAL Bakery and restaurant guatemalteco

dos localidades



3458 Mission St
San Francisco
415-821-4971

2803 Geneva Ave

Daly City
415-656-1592

universalbakeryinc.com

BREVES LATINOS de la página 3

Sin embargo, los activistas todavía se oponen al daño que las columnas de apoyo podrían causar a los cenotes o sumideros de la región.

"A partir de hoy, cualquier acto que pretenda continuar con la tala o desmonte en las áreas mencionadas debe ser suspendido o paralizado para que no se permita la remoción o destrucción

de la flora de la zona", se lee en un comunicado del grupo activista Sélvame del Tren en respuesta a el último mandato judicial.

El grupo pidió a los lugareños que supervisen las actividades en la sección 5 para garantizar que los equipos de construcción cumplan con la orden de suspensión.

Con reportajes de Proceso y La Jornada Maya.

HEALTH from page 3

damage and disease.

Mustard contains glucosinolates, a group of sulfur-containing compounds found in other cruciferous vegetables like broccoli, Brussels sprouts and cabbage.

Glucosinolates are activated when the plant's leaves or seeds are damaged via cutting or chewing. Data suggests that these compounds can help stimulate the body's antioxidant defenses to protect against disease.

Mustard seeds and leaves are full of compounds such as isothiocyanate and sinigrin.

Isothiocyanate helps prevent cancer cells from growing or spreading, while sinigrin has anti-inflammatory, antibacterial, anticancer, antifungal and wound-healing properties.

S u m a c

Sumac comes from burgundy-colored berries that grow in the Middle East. Sumac berries are dried and then ground down into the spice.

Sumac is full of anthocyanins or potent plant-based compounds with anti-inflammatory effects.

In a study published in the Journal of Research in Medical Sciences, researchers examined the effects of sumac on 41 people with Type 2 diabetes. The volunteers were divided into two groups: The first was given a placebo and the other received three grams of sumac powder daily for three months.

After the three-month period, the scientists discovered that the volunteers who were given sumac experienced a decrease in insulin. This suggests that sumac can help lower the risk of developing cardiovascular disease.

Sumac has a similar flavor profile to lemon. Sprinkle sumac on hummus, salad or savory soups.

T u r m e r i c

Turmeric is a popular spice used to make savory curries. The spice has been used for hundreds of years and is considered important in Ayurveda, an ancient Indian medical system.

Turmeric is full of beneficial plant-based bioactive compounds, the most studied of which is curcumin. According to studies, curcumin can fight inflammation in multiple ways. Research also suggests

that curcumin may be a more effective anti-inflammatory treatment than common inflammation-fighting medications like aspirin and Advil (ibuprofen).

However, turmeric is not very bioavailable – meaning, your body has a hard time absorbing its benefits. To address this, you can add a pinch of black pepper since the spice contains piperine, a compound that helps boost the bioavailability of turmeric.

Since chronic inflammation is often linked to different chronic diseases, curcumin may help treat conditions like arthritis, inflammatory bowel disease (IBD) and pancreatitis.

C r e a m y b r o c - c o l i s o u p r e c i p e

Cooking cruciferous vegetables like broccoli means you lose the ability to absorb enzymes with health benefits.

Fortunately, you can solve this by cooking broccoli with other raw sources of enzymes like myrosinase and sulforaphane, such as mustard seed powder.

Spices like cayenne and mustard seed powder have key bioactive compounds that affect inflammation at different points in the molecular cascade within your cells. By combining different spices, you're getting more powerful anti-inflammatory benefits.

After learning about inflammation and anti-inflammatory spices, put your knowledge into practice by preparing a batch of creamy, dairy-free broccoli soup that offers amazing anti-inflammatory benefits. *Natural News.*

CITY COLLEGE from page 1

"As with his father, Fred Jr.'s labors were never about himself," the United Farm Workers said in a tribute. "He was always about empowering others to believe they were responsible for the progress they won. Fred Jr.'s nature was ceaselessly positive; he always thought things could be done."

Ross is survived by his wife, Margo Feinberg; his children, Charley and Helen Ross; brother, Robert Ross; and sister, Julia Ross. In his memory, the family asks that contributions be made to the Fred Ross Sr. documentary project via fredrossproject.org. Condolences and memories sent to Fredross-Memories@gmail.com will be shared with his family.

MÉXICO de la página 5

el hecho de la interferencia o la intención de interferir (matar bebés) se probó más allá de toda duda razonable".

"Practicar la justicia es dar a cada uno lo que le corresponde", dijo Moscinski en un comunicado emitido después del juicio. "¿Qué se debe a los niños no nacidos que están en peligro inminente de una muerte violenta y dolorosa por aborto? En justicia, estos niños merecen todo nuestro amor, protección y sacrificios. Merecen ser rescatados".

Moscinski continuó: "El veredicto injusto de hoy no impedirá que se realicen rescates. La justicia de Dios prevalecerá siempre sobre las

SALUD de la página 3

de polvo de zumaque al día durante tres meses.

Después del período de tres meses, los científicos descubrieron que los voluntarios que recibieron zumaque experimentaron una disminución de la insulina. Esto sugiere que el zumaque puede ayudar a reducir el riesgo de desarrollar enfermedades cardiovasculares.

Sumac tiene un perfil de sabor similar al limón. Espolvorea zumaque sobre hummus, ensaladas o sopas saladas.

C ú r c u m a

La cúrcuma es una especia popular utilizada para hacer curry salado. La especia se ha utilizado durante cientos de años y se considera importante en Ayurveda, un antiguo sistema médico indio.

La cúrcuma está llena de compuestos bioactivos vegetales beneficiosos, el más estudiado de los cuales es la curcumina. Según los estudios, la curcumina puede combatir la inflamación de múltiples maneras.

La investigación también sugiere que la curcumina puede ser un tratamiento antiinflamatorio más efectivo que los medicamentos comunes para combatir la inflamación como la aspirina y el Advil (ibuprofeno).

Sin embargo, la cúrcuma no es muy biodisponible, lo que significa que su cuerpo tiene dificultades para absorber sus beneficios. Para solucionar esto, puede agregar una pizca de pimienta negra, ya que la especia contiene piperina, un compuesto que ayuda a aumentar la biodisponibilidad de la cúrcuma.

Dado que la inflamación crónica a menudo está relacionada con diferentes

injusticias de los hombres".

"Cuando el padre Fidelis cerró con cadenas la puerta del centro de abortos de Planned Parenthood, realizó un acto completamente apropiado en respuesta al inminente exterminio de personas inocentes", dijo a LifeSiteNews Monica Migliorino Miller, directora de Citizens for a Pro-Life Society. una declaración. "Un verdadero y glorioso acto no violento de amor y defensa contra la matanza de los no nacidos. El padre también trató de comunicarse con las mujeres que acudían al centro de aborto".

Miller agregó que "la

COLUMN from page 5

the media was used to get rid of him: "Russiagate," two impeachment attempts, "January 6 Insurrection," and now "Documents gate."

The President isn't even protected by the Secret Service. As the tourist video clearly shows, the Secret Service men along the side of President Kennedy's open limo in Dallas were called away by a Secret Service superior. The video shows the resistance of one of the

enfermedades crónicas, la curcumina puede ayudar a tratar afecciones como la artritis, la enfermedad inflamatoria intestinal (EII) y la pancreatitis.

Receta de sopa cremosa de brócoli

Cocinar vegetales crucíferos como el brócoli significa que pierdes la capacidad de absorber enzimas con beneficios para la salud.

Afortunadamente, puede resolver esto cocinando el brócoli con otras fuentes crudas de enzimas como la miosinasa y el sulforafano, como el polvo de semillas de mostaza.

Las especias como la pimienta de cayena y el polvo de semillas de mostaza tienen compuestos bioactivos clave que afectan la inflamación en diferentes puntos de la cascada molecular dentro de las células. Al combinar diferentes especias, obtienes beneficios antiinflamatorios más potentes.

Después de aprender sobre la inflamación y las especias antiinflamatorias, ponga en práctica sus conocimientos preparando una tanda de sopa de brócoli cremosa y sin lácteos que ofrece sorprendentes beneficios antiinflamatorios. *Natural News.*

única razón por la que es condonado por la injusta ley FACE es porque en Nueva York los no nacidos no cuentan para nada, ya que al padre se le negó la 'defensa de los demás'. Podemos esperar que la acción heroica del padre inspire a otros a rescatar a los no nacidos".

Debemos ser su voz". Durante el "bloqueo y bloqueo" del 7 de julio de 2022, Moscinski colocó seis candados y cadenas en las puertas delanteras del centro de aborto, como informó anteriormente LifeSiteNews.

La entrada a la instalación fue bloqueada temporalmente mientras la policía

retiraba las cerraduras. Moscinski procedió a acostarse en el suelo en el camino de entrada del centro, se quedó flácido cuando fue arrestado y permitió que los oficiales se lo llevaran.

En medio de este deseo del incidente, el sacerdote fue liberado de la cárcel y acusado de alteración del orden público por "obstaculizar el tráfico vehicular".

der Nixon physically. They used their *Washington Post* asset to murder him politically, as they used media to get rid of Donald Trump.

Americans who think they live in a democracy are out to lunch. Americans, so easily fooled time and again, are the reason we have lost our country and the freedom and the hope that it once represented in the world.

How many Americans understand that they no longer live in a free country, that they are the ruled subjects of they know not who? Voting is a cloak, a deception. No one the people prefer can be elected to the office of president. If, like Trump, he gets there unexpected, he is removed.

The founder of American civil liberty, Thomas Jefferson, warned us that freedom cannot exist more than 200 years before it has to be refreshed by bloody revolution. He overestimated the life of freedom.

Over the course of my life the meaning of freedom has changed. It no longer means what the Founding Fathers, today denounced as racists, meant, which was

See COLUMN page 6



Proudly serving over 45,000 children, youth, seniors, and families at 14 campuses throughout the San Francisco Bay Area with empowering social services and a continuum of care.

MNC Wolfsohn Campus, Headquarters

362 Capp St.
San Francisco, CA 94110
(415)206-7752
info@mncsf.org
www.mncsf.org



California Tax Education Council Registered Tax Preparer



SARAH MIRANDA Business Associate

- Individual Income Taxes
- Business Taxes
- ITIN Requests
- Civil Marriages
- Divorce
- Translations
- Notary Public
- Travel Permit

- Impuestos Personales
- Impuestos de Negocios
- Tramitamos su ITIN
- Matrimonios Civiles
- Divorcio
- Traducciones
- Notary Public
- Permiso de Viaje

We are not Attorney-at-Law / No somos abogados

Registered Tax Preparer # A24787 • Bond No. 100616562

Cell: 650-660-0363

1730 So. Amphlett Blvd, Ste. 103, San Mateo, CA 94402

Email: sarah@booksaftax.com

CTEC

California Tax Education Council

Registered Tax Preparer

MIRANDA AND ASSOCIATES

BESSIE MIRANDA

Business Associate

We are not Attorneys-at-Law / No somos abogados

Registered Tax Preparer #A130831 • Bond No. 6741077

233 E. Harris Ave., Unit 5, So. San Francisco, CA 94080

Bus: 650-273-8007 - Cell: 650-834-6538 - Fax: 650-273-1139

338 Jackson St., Unit 3, Hayward, CA 94544

510-398-8311

Email: mirandaassociates1@yahoo.com

SONNY ROOFING

SERVING THE BAY AREA

Reparación de techos

Sonny
Owner
415-572-9084 | Lic# 1088899

NO JOB TOO BIG OR SMALL
FREE ESTIMATE

No hay trabajo muy grande ni pequeño

**California Tax Education Council
Registered Tax Preparer**

SARAH MIRANDA
Business Associate

• Individual Income Taxes
• Business Taxes
• ITIN Requests
• Civil Marriages
• Divorce
• Translations
• Notary Public
• Travel Permit

• Impuestos Personales
• Impuestos de Negocios
• Tramitamos su ITIN
• Matrimonios Civiles
• Divorcio
• Traducciones
• Notary Public
• Permiso de Viaje

We are not Attorney-at-Law / No somos abogados

Registered Tax Preparer # A24787 • Bond No. 100616562

Cell: 650-660-0363

1730 So. Amphlett Blvd, Ste. 103, San Mateo, CA 94402

Email: sarah@booksaftax.com

CTEC
California Tax Education Council
Registered Tax Preparer

MIRANDA AND ASSOCIATES

BESSIE MIRANDA
Business Associate

• Individual Income Taxes
• Business Taxes
• ITIN Requests
• Civil Marriages
• Divorce
• Translations
• Notary Public
• Travel Permit

• Impuestos Personales
• Impuestos de Negocios
• Tramitamos su ITIN
• Matrimonios Civiles
• Divorcio
• Traducciones
• Notary Public
• Permiso de Viaje

We are not Attorneys-at-Law / No somos abogados

Registered Tax Preparer #A130831 • Bond No. 6741077

233 E. Harris Ave., Unit 5, So. San Francisco, CA 94080

Bus: 650-273-8007 - Cell: 650-834-6538 - Fax: 650-273-1139

338 Jackson St., Unit 3, Hayward, CA 94544

510-398-8311

Email: mirandaassociates1@yahoo.com

LOCAL BRIEFS from page 3

need for their children and their family members."

Hunger Coalition data showed about 35 percent of children in the Mountain Empire region live in poverty, which is nearly triple the rate for the rest of San Diego County.

In a recent community food survey of local residents, almost three-quarters said they would run out of food at some point in the last 30 days and did not have the resources to buy more.

State Projects Millions Could Lose Medi-Cal as Renewals Start Back Up

Starting in April, an estimated 2-3 million people could be dropped from Medi-Cal, the state's health insurance program for low-income people.

For three years during COVID, terminations were halted, but Congress recently voted to de-link the program from the Public

Health Emergency. So California will have 14 months to re-evaluate eligibility for almost 15 million people.

Tiffany Huyenh-Cho, senior staff attorney for the nonprofit Justice in Aging, said people who do not respond to the renewal packet will lose coverage.

"Lots of individuals might have moved, might have had a change in income or a change in household size, or a new job or lost their job," Huyenh-Cho observed. "It is really important to update contact information such as addresses and phone numbers with the county office."

The state has an ambassador program to educate community health workers on the resumption of renewals and about the unwinding of the public health emergency, which is expected to end sometime this spring.

Huyenh-Cho noted Justice in Aging is also part of the public education campaign to make

sure people who meet the income requirements don't fall off the rolls.

"Now, individuals can be terminated from Medi-Cal benefits due to an increase in income or an increase in assets for older adults that are subject to the asset test," Huyenh-Cho explained.

Last year, California increased the limit on assets a single older person can have and still qualify for Medi-Cal, changing the amount from \$2,000 to \$130,000.

MEXICO from page 3

In October, pro-life father of 11 Paul Vaughn was arrested by the federal agency for "conspiracy against rights secured by the FACE Act, and committing FACE Act violations."

One week before Moscinski was charged, LifeSiteNews broke the story of how the FBI raided the home of pro-life author and sidewalk counselor Mark Houck, arresting him with rifles drawn in front of his terrified children. Houck faces two felony charges of FACE Act violations and began his trial this week.

CALIFORNIA de la página 4

como presidente de la UFW y ocupó ese cargo durante 25 años, dijo que Ross "realmente encarnaba Sí Se Puede". Dijo que la creencia de Ross en las reuniones en las casas "a lo largo de todas estas décadas ha sido realmente sorprendente y me dio fe para continuar con el proceso de reuniones en las casas como nuestra forma básica de organización".

COLUMN from page 5

self-rule and freedom from oppressive government. Today freedom is the freedom of 'some' to rob stores without prosecution, the freedom of the government and its media whores to censor and suppress truth, free expression, and free association, the freedom of government to arrest and imprison people who exercise their civil liberties as "insurrectionists," the freedom of government and its media whores to brand truth-tellers as "threats to democracy" who are guilty of spreading "misinformation," the freedom to take away the medical licenses of doctors who saved lives by using medicines banned by Big Pharma's treatment protocols.

People born in recent decades have no idea how off the wall this is to someone who lived in the real America in the past. When my generation passes, there will be no one alive who knows what America once was.

EDITORIAL de la página 2

las oficinas del representante Bowman y el senador Warren para garantizar que los mercados de alquiler sean justos y asequibles para los inquilinos. Los legisladores argumentaron que la FTC ya tiene el poder de limitar los aumentos de alquiler, dado que el Congreso le ha otorgado poder a la agencia para vigilar actos y prácticas injustas y engañosas. El argumento es que los aumentos de alquiler que no son proporcionales a los costos más altos para el propietario son injustos o engañosos.

¿Pasaría esto por encima de la objeción del poderoso lobby inmobiliario? ¿Será esto una realidad para millones de inquilinos?

EDITORIAL from page 2

has the power to limit rent increases, given Congress has granted the agency power to police unfair and deceptive acts and practices. The argument is that rent hikes which are not proportional to higher costs for the landlord are unfair or deceptive.

Would this pass over the objection of the powerful real estate lobby? Would this become a reality for millions of tenants?

tes de morir. "Ese fue un gran avance para continuar construyendo el poder de voto latino en California".

Durante el último año de su vida, Ross se había dedicado a producir un documental sobre el legado de su padre. La película, que se espera que se estrene en 2023, busca inspirar a otros a organizarse destacando el impacto de la organización de base en el cambio a largo plazo.

"Al igual que con su padre, el trabajo de Fred Jr. nunca se trató de sí mismo", dijo United Farm Workers en un tributo. "Siempre trató de empoderar a otros para que creyeran que eran responsables del progreso que ganaron.

La naturaleza de Fred Jr. era incesantemente positiva; siempre pensó que las cosas se podían hacer.

A Ross le sobreviven su esposa, Margo Feinberg; sus hijos, Charley y Helen Ross; hermano, Roberto Ross; y hermana, Julia Ross. En su memoria, la familia pide que se hagan contribuciones al proyecto documental de Fred Ross Sr. a través de fredross-project.org. Las condolencias y recuerdos enviados a FredrossMemories@gmail.com serán compartidos con su familia.

BREVES LOCALES de la página 3

rante el COVID, se detuvieron las terminaciones, pero el Congreso votó recientemente para desvincular el programa de la emergencia de salud pública. Entonces California tendrá 14 meses para reevaluar la elegibilidad de casi 15 millones de personas.

Tiffany Huyenh-Cho, abogada principal de la organización sin fines de lucro Justice in Aging, dijo que las personas que no respondan al paquete de renovación perderán la cobertura.

"Muchas personas podrían haberse mudado, podrían haber tenido un cambio en los ingresos o un cambio en el tamaño del hogar, o un nuevo trabajo o haber perdido su trabajo", observó Huyenh-Cho. "Es realmente importante actualizar la información de contacto, como direcciones y números de teléfono, con la oficina del condado".

El estado tiene un programa de embajadores para educar a los trabajadores de la salud de la comunidad sobre la reanudación de las renovaciones y sobre la resolución de la emergencia de salud pública, que se espera que finalice en algún momento de esta primavera.

Huyenh-Cho señaló que Justicia en el Envejecimiento también es parte de la campaña de educación pública para garantizar que las personas que cumplen con los requisitos de ingresos no se pierdan.

"Ahora, las personas pueden cancelar los beneficios de Medi-Cal debido a un aumento en los ingresos o un aumento en los activos de los adultos mayores que están sujetos a la prueba de activos", explicó Huyenh-Cho.

El año pasado, California aumentó el límite de bienes que puede tener una sola persona mayor y aun calificar para Medi-Cal, cambiando la cantidad de \$2,000 a \$130,000.

CALENDAR from page 4

death, in a series of staged episodes exploring the contradictions and betrayals in Pan's relationships.

For this performance—which features a version of the piece specifically for her collaboration with the San Francisco Symphony—Chase and the Orchestra partner with Amateur Music Network, Openhouse, and other art, education, and community organizations who will perform the piece alongside Chase.

Following the February 24 performance, Chase joins Esa-Pekka Salonen and the San Francisco Symphony on its 2023 European Tour (March 9–17), performing Pan with members of the San Francisco Symphony and the Paris community on March 12 in the Cité de la Musique concert hall at the Philharmonie de Paris.

dance moves and beauty advice gained her a following of 2.8 million people on Instagram and close to 63 million people on TikTok. Univision reported she has more likes on her photos than international superstars like Rosalía and Dua Lipa.

With reports from La Silla Rota, Forbes México and Informador.mx

ARTES de la página 5

Originally from the northern city of Mexicali, Baja California, Kimberly Loaiza leads the ranking as the most successful Mexican influencer of 2022. She started her career as a YouTuber and now she is also a singer and a model. On Instagram she has 36.7 million followers. Eight million people follow her on Twitter and she has a whopping 71.6 million followers on TikTok.

With 32.9 million followers on Instagram and 39.8 million followers on YouTube, Luisito Comunita from Puebla came in as

the second most successful influencer in México. His channel ranks seventh in the Spanish-speaking world for most subscribers.

Ranking third is 21-year-old Domelipa, originally from Monterrey, Nuevo León. Her dance moves and beauty advice gained her a following of 2.8 million people on Instagram and close to 63 million people on TikTok. Univision reported she has more likes on her photos than international superstars like Rosalía and Dua Lipa.

With reports from La Silla Rota, Forbes México and Informador.mx

Mission Council on Alcohol for the Spanish Speaking

Concilio de la Misión sobre abuso de Alcohol

Concilio de la Misión ha ofrecido el servicio de consejería en Abuso de Drogas y Tratamiento de Alcohol a la comunidad latina por más de 30 años

Ofrecemos los siguientes servicios:

- * Personal profesional que habla Español
- * Servicios confidenciales
- * Terapias a familia, individuales y de grupos
- * Evaluaciones sobre alcohol y drogas
- * Para clientes con más de un diagnóstico: Abuso de drogas, problemas de salud mental, SIDA, o alguna otra condición médica.

No rechazamos a nadie por falta de fondos

Mission Council recibe sus fondos de Department of Public Health, Community Behavioral Health Services

Mission Council is funded by the Department of Public Health, Community Behavioral Health Services

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 9:00 a.m. to 9:00 p.m.

Ofendedor DUI Habitual

DUI for Multiple Offender
Open 6 days a week

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 415-920-0721

Mission Council has been providing substance abuse / alcohol treatment to the Latino community for over 30 years
Services provided:

- * Spanish Speaking bilingual professional staff
- * Confidential services
- * We offer family, individual, and group treatment
- * Assessments and evaluations for dual diagnosed clients.

No one is turned away for lack of funds

Mission Council

Family Services

Servicios para familias

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.

ARTS from page 4

tify is not her daughter's.

The film premiered on Netflix on Wednesday.

Top 3 Mexican influencers

Entertainment, travel, makeup, video games and music content creators stood out among Mexico's most successful content creators of 2022, according to influencer marketing agency Tagger. The agency estimated which influencers had the most real, human accounts following them, excluding bots and other fake accounts.

Originally from the northern city of Mexicali, Baja California, Kimberly Loaiza leads the ranking as

the most successful Mexican influencer of 2022.

She started her career as a YouTuber and now she is also a singer and a model. On Instagram she has 36.7 million followers. Eight million people follow her on Twitter and she has a whopping 71.6 million followers on TikTok.

With 32.9 million followers on Instagram and 39.8 million followers on YouTube, Luisito Comunita from Puebla came in as the second most successful influencer in México. His channel ranks seventh in the Spanish-speaking world for most subscribers.

Ranking third is 21-year-old Domelipa, originally from Monterrey, Nuevo León. Her

Resoluciones financieras: 4 sugerencias y herramientas para mejorar las habilidades monetarias de tu familia en 2023

Contenido patrocinado de JPMorgan Chase & Co.

Para ayudar a comenzar el año con fuerza, mantén conversaciones abiertas y sinceras en familia acerca de las finanzas. El comienzo del año es una excelente oportunidad para revisar los gastos de tu familia. Aprovecha este momento para revisar los hábitos de gasto y ahorro, y hablar sobre cómo mejorarlos en este año. Si mantienes estas conversaciones abiertas con tus hijos, puedes ayudarles a comprender mejor los conceptos básicos del dinero y sentar una base sólida para la independencia financiera.

¿No estás seguro por dónde empezar? Revisa estas cuatro sugerencias que pueden ayudar a tu familia a hablar acerca de tus finanzas y desarrollar juntos mejores hábitos monetarios.

1. Ahorrar es fácil en 2023

Administrar tu dinero puede ser abrumador, pero no necesita serlo. El final del año puede ser especialmente agitado, con gastos adicionales como compras de temporada y costos de viajes. Para facilitar las cosas en 2023, automatiza tus ahorros para ayudar a alcanzar tus metas financieras más rápido.

Con herramientas como Chase Autosave, los clientes pueden configurar transferencias automáticas y repetidas desde su cuenta de cheques de Chase a su cuenta de ahorros de Chase. Esto presenta una excelente oportunidad de



aprendizaje para que las familias hablen de la importancia del ahorro, trabajar para alcanzar una meta y desarrollar hábitos saludables.

Padres, ustedes pueden mostrar a sus hijos cómo determinan sus metas de ahorro y luego ayudarles a establecer sus propias metas financieras para el nuevo año.

Como cliente de una cuenta de cheques de Chase, puedes abrir una cuenta bancaria con una tarjeta de débito para niños. Para los niños de 6 a 17 años de edad, Chase First Banking incluye su propia tarjeta de débito y control parental, además de ofrecer otras ventajas, como establecer límites de gasto

en común puede hacer que todos sientan que tienen una participación en ella. Establecer juntos metas financieras para 2023 y crear un presupuesto mensual ayudará a organizar las finanzas a lo largo del año.

Tanto si se trata de lo que gastan como de dónde lo gastan, cuánto ganan o su meta de ahorros, tendrás muchas oportunidades de hablar de buenos hábitos monetarios con tus hijos.

y permitirles experimentar el dinero de primera mano. Esto abre la línea de comunicación entre padres e hijos acerca de la creación de buenos hábitos monetarios.

3. Crear prácticas financieras saludables

Haz de las discusiones financieras una parte habitual de las conversaciones familiares.

Tanto si se trata de lo que gastan como de dónde lo gastan, cuánto ganan o su meta de ahorros, tendrás muchas oportunidades de hablar de buenos hábitos monetarios con tus hijos.

Para tener una idea más clara de tus hábitos de gastos y ahorros, consulta su Instantánea de gastos en la aplicación Chase Mobile®. Tú y tus hijos también pueden configurar alertas de cuenta en tiempo real para asegurarse de saber exactamente dónde y cómo gastan su dinero.

4. Preparar a los estudiantes para el regreso a la escuela

Ahora que 2022 está llegando a su fin, es momento de preparar a los estudiantes que regresan a la escuela para su segundo semestre.

Antes de que acaben las vacaciones de invierno, habla con tus alumnos de la escuela secundaria y universitarios sobre sus finanzas y ayúdale a sentirse seguros de su futuro sentando las bases de la independencia financiera.

Cuentas como Chase High School Checking, para estudiantes de 13 a 17 años de edad y de titularidad compartida con los padres, y Chase College Checking, disponible para estudiantes de 17 a 24 años de edad sin cargo mensual por servicio durante cinco años mientras estén en la universidad, proporcionan acceso a herramientas de la banca digital para ayudarles a estar al tanto de sus finanzas durante todo el semestre.

Mediante el uso de estas cuatro sugerencias, tu familia puede empezar el nuevo año con optimismo acerca del estado de sus finanzas. Para obtener más información y continuar la conversación, visita chase.com/studentbanking.

La aplicación Chase Mobile® está disponible para dispositivos móviles selectos. Pueden aplicarse cargos por mensajes y datos.

Las cuentas de depósito bancario, como las de cheques y ahorros, están sujetas a aprobación.

Los productos de depósito son proporcionados por JPMorgan Chase Bank, N.A. Miembro de FDIC.

Financial Resolutions: 4 tips and tools to improve your family's money skills in 2023



where they're spending, how much they're earning or their savings goal, you'll have plenty of opportunities to discuss good money habits with your kids. To get a clearer picture of your spending and saving habits, check out their Spending Snapshot in the Chase Mobile® app. You and your kids can also set up real-time account alerts to ensure you know exactly where and how they are spending their money.

4. Prepare students heading back to school

Now that 2022 is coming to a close, it's time to prepare students heading back to school for their second semester.

Before winter break is over, talk with your high school and college students about their finances and help them feel confident in their future by laying the groundwork for financial independence.

Accounts like Chase High School Checking, for students 13-17 and co-owned by the parent, and Chase College Checking, available to students 17-24 with no monthly service fee for five years while in college, provide access to digital banking tools to help them stay on top of their finances throughout the semester.

Using these four tips, your family can start the new year off with optimism about the state of their finances. To learn more and continue the conversation, visit chase.com/studentbanking.

Chase Mobile® app is available for select mobile devices. Message and data rates may apply.

Bank deposit accounts, such as checking and savings, are subject to approval.

Deposit products provided by JPMorgan Chase Bank, N.A. Member FDIC.

Sponsored content from JPMorgan Chase & Co.

To help start the new year off strong, have open and honest conversations as a family about finances. The beginning of the year is a great opportunity to review your family's expenses. Use this moment to review spending and savings habits, and discuss how to improve them this year. By having these open conversations with your kids, you can help them better understand the basics of money and lay a strong foundation for financial independence.

Not sure where to start? Check out these four tips that can help your

family talk about your finances and build better money habits together.

1. Saving made easy for 2023

Managing your money can be overwhelming, but it doesn't need to be. The end of the year can be especially hectic with additional expenses like holiday shopping and travel costs. To make things easier in 2023, automate your savings to help reach your financial goals faster.

With tools like Chase Autosave, customers can set up repeating, automatic transfers from their Chase checking into their Chase savings account. This presents a great learning oppor-

tunity for families to discuss the importance of savings, working towards a goal and building healthy habits.

Parents, you can show your children how you determine your savings goals and then help them set their own financial goals for the new year. Once they've figured out how much they want to save, help them set up a plan to get there.

2. Work together as a family to improve your finances

Working toward a common goal can make everyone feel like they have a stake in the ground. Setting financial goals together for 2023 and creating a monthly budget will help organize fi-

nances throughout the year.

As a Chase checking customer, you can open a bank account with a debit card for kids. For kids 6-17, Chase First Banking comes with its own debit card and parental control, while offering several other benefits like setting spending limits and allowing them to experience money firsthand. This opens the line of communication between parents and kids about building good money habits.

3. Build healthy financial practices

Make financial discussions a regular part of family conversations. Whether it be what or

