



Cultura Latina Magazine

El Magazine de la Comunidad Latina

Bilingual Magazine

**GRATIS
FREE**

**10 Secretos para
Vivir Plenamente**

10 Secrets to live to the Max



Pais Distinguido

Special Country

PERU

Celebrating our Heritage

Sept. - Dec. 07

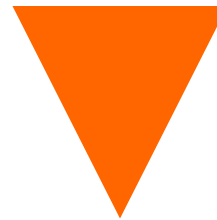
CULTURALATINAMAG.COM
Volumen 1, Numero 2



CELEBRANDO NUESTRAS CULTURAS



Adentro de Cultura



Siempre en Cultura
Always in Cultura

Carta del Editor Letter to the Editor	3
Hablando Ingles Speaking English	5
Conociendo a Dios Knowing God	8
Calendario de Eventos Calendar of Events	13
Esquina Professional Professional Corner	14
Recetas Sabrosas Delicious Recipes	12
Al Final At the End	15

Pais Especial Perú 6

Conozca algunos datos y costumbres de este Hermoso Pais

Atrévete 7

Porque tu te lo Mereces
Por Rene Saavedra

¿Cual es Tu Expectación en la Vida? 8

Por Pastor Mike Vidal

Diez Secretos Para que Vivamos Plenamente 10

Y DISFRUTEMOS LA VIDA A LO MAXIMO.

Por Odilon González Hernández

Inside this issue:

Special Country- Peru	6
Dare to make the Difference	7
What is your Expectation in Life?	8
Ten Secrets to life to the Max	10



Machu Pichu archaeological site, founded by the Inca culture.

Carta del Editor

Queridos Amigos:

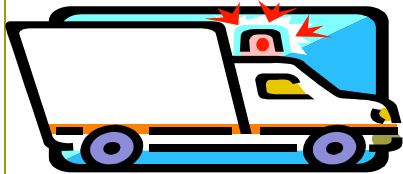
Nos puede pasar a todos, grandes, pequeños, ricos o pobres. Latinos, Americanos, Europeos, en fin a todos. No importa el día, ni la hora nunca sabemos cuando una tengamos una emergencia. Hoy nos unimos en oración para que Dios nos guíe en tiempos difíciles. Hay que estar vigilante para afrontar cualquier emergencia. Surgen huracanes, tornados, terremoto, accidentes automovilísticos, y desgraciadamente, atentados terroristas.

La planificación es esencial para cualquiera de estas situaciones y usted debe estar preparado. ¿Sabe respondería usted cómo en caso de emergencia? Hoy, su responsabilidad es cuidar de su seguridad personal y familiar. Se necesita estar preparado y tener un plan de provisiones de reserva, así usted aumentara su habilidad de sobreponerse a cualquier eventualidad.

Nunca se esta totalmente preparado para lo inesperado hasta que cada persona tome responsabilidad por su propia seguridad y la de los suyos. Toma tu responsabilidad, hoy y prepárate a tiempo. En esta pagina y en la pagina .13 puedes encontrar numeros telefónico para cualquier emergencia y una lista de provisiones necesarias para prevenir estos eventos.

Mi Pueblo que Dios les Bendiga rica y Abundantemente.

Maria Ortiz



Emergency

*En caso de Emergencias, Estos son numeros utiles.
In Case of Emergency, numerito use*

POLICE

Florida A&M University
(850) 599-3256

Florida State University
(850) 644-1234

Tallahassee Police Dept.
(850) 891-4200

TDD Hearing Impaired
(850) 891-4375

CRIMESTOPPERS
(850) 891-4357

SHERIFF OFFICE

Leon County (850)922-3300
Gadsden County (850)627-9233
Wakulla County (850)926-0800

Fire

Tallahassee (850)891-6600
Quincy (850)627-7111

**IN CASE OF AN
EMERGENCY, CALL 911!**

HOSPITALS

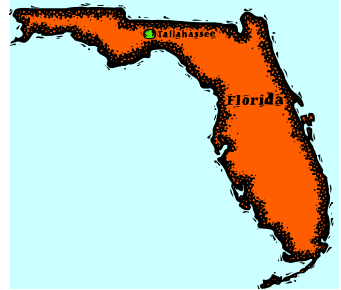
Tallahassee Memorial Hospital
1300 Miccosukee Rd
Tallahassee, FL 32308
(850)431-1155

Capital Regional Medical Center
2626 Capital Medical Blvd.
Tallahassee, FL 32308
(850)656-5000

OTHER

American Red Cross (850)878-6080
Refuge House (850) 487-8859
The Shelter
480 West Tennessee Street
Tallahassee FL 32301
Phone (850)224-8448

**EN CASO DE
EMERGENCIA
LAME, CALL 911!**



Cubriendo el Norte de Florida

Covering North Florida

CULTURA LATINA

EL MAGAZINE DE LA COMUNIDAD LATINA

Publisher & Editor in Chief

Maria Ortiz
maria@culturalatinamag.com

Editors

Jorge L. Ortiz
David Perez Flores
Sandra Ruiz
editorial@culturalatinamag.com

Graphic Arts

Maria Ortiz

Marketing Coordinator

I.M.C.O.P
David Perez Flores
david@culturalatinamag.com

Advertising

I.M.C.O.P
sales@culturalatinamag.com

Photo Editor

Maria Ortiz

Distribution

Information Distributors, Inc.

Web Editor & Designer

I.M.C.O.P.

Administration & Production

I.M.C.O.P

Contributors

Rene Saavedra
Odilon González Hernández
Mike Vidal

Produced by I.M.C.O.P

P.O. Box 20961
Tallahassee, FL 32316
(850) 879-2698
www.culturalatinamag.com

Cultura Latina no se hace responsable por ninguna de las opiniones emitidas por los columnistas y/o colaboradores. Prohibida la reproducción parcial o total del material publicado en las ediciones de esta revista, sin autorización de Cultura Latina Magazine

Cultura Latina is not responsible for the opinion of the contributors or columnists. Partial or full reproduction of the material presented is prohibited without the authorization of Cultura Latina.

**Para Anunciar Llamar
To Advertise Please Call**

850-879-2698

advertise@culturalatinamag.com

Vote & Gane

Vote & Win

Cultura Latina desea saber los lugares Latino-Hispanos que mas te gustan de tu ciudad .

Llena este fomulario y envialo a nuestras direccion.
Tendras la oportunidad de ganar un Certificado de \$20.00*

Cultura Latina wants to know which are the Latin-Hispanics Places you like in your town.

Fill this survey and send it to us. You will have the chance to win a Gift Certificate of \$20.00*

Lo Mejor de lo Mejor en La Comunidad Latino-Hispana The Best of the Best Latin-Hispanic Community

Restaurante /Restaurant _____

Entretenimiento / Entertainment _____

Otros Servicios/Other Services _____

Quiere ver Cultura Latina Magazine cada: /

How often would you like to see CLM:

___ Mensual/Monthly ___ Bi-Mensual/Bimonthly ___ Trimetral/
Trimestral ___ Anual/Annual

Opiniones/Opinions

Que información le gustaría ver en las próximas ediciones de Cultura Latina Magazine? Which information would you like to see in the next editions of Cultura Latina Magazine?

Llena esta información y envíala:
Fill this information and send it to:

Cultura Latina P.O. Box 20961 Tallahassee, Florida 32316

Nombre/Name _____

Dirección/Address _____

Ciudad/City _____ Estado/State _____ Código/Zip Code _____

Teléfono/Phone _____ Fax _____

Correo Electronico/E-mail _____

País Natal/Natal Country _____

Gracias/ Thank You

Felicidades a Todos



Mes de la Hispanidad Hispanic Heritage Month Sept. 15 a Oct. 15

El mes de la Hispanidad comienza en el 15 de septiembre, es el aniversario de la independencia para cinco países Latino-americanos...Costa Rica, El Salvador, Guatemala, Honduras, y Nicaragua. Además, México declaró su independencia el 16 de septiembre, y Chile el 18 de septiembre

Hispanic Heritage Month begins on September 15, the anniversary of independence for five Latin American countries... Costa Rica, El Salvador, Guatemala, Honduras, and Nicaragua. In addition, Mexico declared its independence on September 16, and Chile on September 18

LATINO MOTOR CARS, INC

95 Dewey Johnson Way Gretna, Florida 32332

Tel. (850) 875-9529 Fax (850) 627-6323

Financiamiento Disponible



Carros, Trucks Nuevos y Usados
Comenzando desde \$2,000.00

Además Servicios de Mecánica en General
Mecánicos Certificados
Visitenos Hoy!

850-875-9529

Hablando Ingles

Speaking English

Lección # 2

Los Numeros son una parte muy importante de nuestro diario vivir. En muchas ocasiones es necesario tener un conocimiento básico de suma, resta, multiplicación, etc.. en las cuáles se utilizan los numeros . Aprenda estos numeros y verá que son muy fáciles y utiles.

Numeros-Numbers

1 (one) (uno)	10 (ten) (diez)	19 (nineteen) (diecinueve)
2 (two) (dos)	11 (eleven) (once)	20 (twenty) (veinte)
3 (three) (tres)	12 (twelve) (doce)	21 (twenty-one) (veintiuno)
4 (four) (cuatro)	13 (thirteen) (trece)	30 (thirty) (treinta)
5 (five) (cinco)	14 (fourteen) (catorce)	60 (sixty) (sesenta)
6 (six) (seis)	15 (fifteen) (quince)	90(ninety) (noventa)
7 (seven) (siete)	16 (sixteen) (dieciséis)	100(onehundred) (cien)
8 (eight) (ocho)	17 (seventeen) (diecisiete)	1000(thousand) (mil)
9 (nine) (nueve)	18 (eighteen) (dieciocho)	

Para Traducciones o Tutorias de Ingles
Llame al (850)-879-2698

For English Tutoring or Translations
Call 850-879-2698



WE WANT YOU To Advertise with Us

Call us Now 850-879-2698



LISTADO DE EMERGENCIA

Prepárese con los suministros que usted pueda necesitar en una emergencia. Almacénelos en un contenedor fácil de llevar tal como una mochila o un bolso de mano Incluya:

- 1 galón de agua por persona, por día
- Comida de enlatada y un abridor de mano
- 1 cambio de la ropa, prueba de agua y de zapatos firmes.
- Mantas o sacos de dormir.
- 1 juego de primeros auxilios y medicinas
- 1 par de gafas y espejuelos recetados
- Pilas, linterna, y baterías extra.
- Sus tarjetas de crédito y efectivo.
- 1 conjunto extra, de llaves de coche y casa.
- Su listado de médicos de familia.
- Una lista de información importante de familia; el estilo y el número de serie de dispositivos médicos, tales como marcapasos.
- Todo artículos especial para niños, para personas mayores, o para miembros de la familia que estén incapacitados.

Continué en la Pagina 13

País Especial



Special Country



Amerindian woman and child in the Sacred Valley, Andes, Peru



Cultura Latina Magazine quiere expresar sus más sentidas condolencias y nuestras solidaridad con las familias de los fallecidos y las víctimas del mas reciente terremoto en Perú. Elevamos una sincera plegaria a nuestro Señor Todopoderoso para que colme de bendiciones y misericordia a nuestro queridos hermanos Peruano.



Templo de Sol, Machu Pichu.
Temple of the Sun

Peruvian culture is primarily rooted in Amerindian and Spanish traditions, though it has also been influenced by various African, Asian, and European ethnic groups. With about 28 million inhabitants, Peru is the fourth most populous country in South America as of 2007

La cultura peruana es arraigada principalmente en amerindio y tradiciones españolas, aunque ha sido influida también por varios africano, asiático, y las etnias europeas. Con acerca de 28 millones de habitantes, Perú es las cuartas la mayoría de los países populosos en Sudamérica al 2007

CHICHA MORADA

Ingredientes:

- Maíz morado
- 1 piña grande
- 4 limones
- 1 taza de azúcar
- 4 clavos de olor
- ¾ k manzana para cocinar
- 1 rama de canela
- 4 ½ litros de agua

Preparación:

En una olla grande hervir el maíz morado, las cáscaras de manzana, las de piña, la canela y clavo de olor con 3 litros de agua.
Cocinar tapado a fuego lento por 45 minutos.
Colar y reservar este líquido.
Volver a hervir las cáscaras con 1 litro y medio más de agua a fuego lento y tapado por otros 45 minutos.
Colar y juntar con el líquido anterior. Añadirle azúcar (al gusto) y el jugo de limón.
Servir helada.



CHICHA MORADA

Ingredients:

- Purple corn
 - 1 large pineapple
 - 4 lemons
 - 1 cup of sugar
 - 4 cloves
 - 1 branch of cinnamon
 - 1 Apple
 - 4 ½ liters of water
- Preparation

In a large pot to boil the purple corn, of apple, the pineapple, the cinnamon and coves with 3 liters of water. Cook slow and covered for 45 minutes. Strain and reserve the liquid. Boil again with the 1 liter. Strain again and mix with the previous liquid. Add sugar (to flavor) and the juice of lemon. Serve with Ice.

Want buy this Drink? Quiere Comprar esta Bebida:

Visit/ Visite

LAS BRASAS RESTAURANT 850-668-2522

Peruvian Restaurant, Tallahassee, Florida

Latin American Foundation
Peruvian American Coalition (PAC)
8150 SW 8th Street 211
Miami Fl. 33144
(786) 388-0291
(786) 388-0292

Juan del Carmen Villanueva Rodriguez

Nació en Cajamarca, Perú, el 16 de Julio de 1893

Pintor, Profesor, Guitarrista, Escultor, Peruano



Juan del Carmen Villanueva Rodriguez

Born in Cajamarca, Peru, July, 16 of 1893

Painter, Teacher, Guitarist, Sculptor, Peruvian



La Gargantilla



Michael C. Gold

Abogado/ Lawyer

Se Habla Español

Especializado en Bancarrota & Inmigración

WWW.MCGOLDLAW.COM

Member Florida Bar 21 Years

P.O. Box 372
1277 Cedar Center Dr.
Tallahassee, Florida 32301

Toll Free 1-866-656-3060
Phone 850-656-3060
Fax 850-656-3006

PORQUE TU TE LO MERECE

Atrévete

Por Rene C. Saavedra

Muchos inmigrantes venimos a Estados Unidos de diferentes partes del globo. Pero especialmente de los países latinoamericanos, la necesidad de brindarles una mejor calidad de vida a los nuestros nos hace dejar atrás a nuestras familias, amigos, costumbres y tradiciones, muchas veces no solo dejamos lo que más queremos atrás, sino que también arriesgamos nuestras vidas al cruzar la frontera.

Muchos de nosotros seguimos contribuyendo a nuestros países, mandando remesas a los nuestros con la ilusión de algún día regresar y disfrutar con nuestra familia nuestros esfuerzos obtenidos de nuestro trabajo.

Otros preferimos establecernos aquí, ya sea encontrando nuestra pareja y hacer nuestra familia o traer a nuestras familias con el sueño de mejorar nuestra calidad de vida.

Muchas veces nuestra necesidad nos hace trabajar lo doble y aunque sentimos la discriminación por parte de algunos seguimos trabajando arduamente, la barrera del idioma y de no poder expresar lo que sentimos o lo que creemos que es correcto nos hace a veces flaquear, pero siempre salimos adelante con el apoyo de nuestras familias, así como de gente que cree en nosotros.

Por eso, si ya lo arriesgaste todo; incluso tu vida **ATREVETE** a superarte cada día aprende, esfuerzate no solo en el trabajo, estudia, prepárate rétate a ti mismo.

Recuerda que todo conocimiento aprendido siempre te llevara a mejorar tu vida familiar, así como mejorar tus oportunidades laborales. Y nunca olvides que tu puedes llegar hasta adonde tu quieras **porque tu te lo mereces** se feliz.

BECAUSE YOU DESERVE IT

Dare to

Por Rene C. Saavedra

Many immigrants we come to the United States from different parts of the world, but specifically from Latin America. The neediness to offer a better life to our families makes us to leave behind many things like our families, friends and traditions. Many times, we do not just leave behind what we love; we also risk our life coming through the borderline illegally.

Many of us keep sending money to our motherland with the hope to go back someday and enjoy what we have worked.

On the other hand, many of us decide to stay here either one finding the right person to form a family, or bring our family with the dream to give them the life that they never had before.

Many times, we have to make an extra effort and although we feel the discrimination from some people, we keep working hard, many of us feel the language barrier, because we cannot express what we really want or what we think is right, but we keep going because we know that we have our families and friends support.

Therefore, if you already risked everything coming here including your life, **DARE** to prepare yourself, learn, be an active person, not only in your job, study. Get education, challenge yourself, help others, be together

Remember, that all knowledge that you get will lead you to have a better life and have more chances to get a better job.

In addition, do not be afraid, you can go as far as you want, **because you deserve** it be happy.

Conociendo a Dios

¿Cual es Tu Expectación en la Vida? Hechos 3:1-10

¿Que significa "Expectación?"

Según los diccionarios Expectación significa: "El acto o estado de esperar algo. "Algo Esperado." En el pasaje biblico leído, mientras Jesús estaba con sus discípulos, El los convirtió en los recipientes del poder para hacer milagros. Jesús les prometió la continuidad del poder despues de Su Ascensión, el cual es manifestado a través del libro de los Hechos de los Apóstoles que dan testimonio de su Comisión a través de Señales y Maravillas.

En esta historia, Lucas nos cuenta sobre un milagro extraordinario en su clase. Encontramos aquí a un hombre "Cojo" de nacimiento, que tenia ya pasados los 40 años cuando el milagro fue efectuado. Dios tiene la manera "Perfecta" para explicar los "Donde's, Cuando's y en Que Lugares " de la Biblia si nos dejamos guiar el Espíritu Santo.

A menudo decimos "No sabemos lo que un día ni una hora nos pueda traer," y es muy cierto, porque nada estaba mas lejos de la "Expectación" de este pobre cojo y de sus amigos quienes lo llevaron al lugar acostumbrado, la puerta del Templo, que un milagro que se llevo a cabo con resultados de largo alcance.

La Puerta del Templo llamada la "Hermosa" donde casi siempre era visto el cojo, se conocía como las puertas del Templo de Herodes.

Es aquí donde Pedro y Juan vieron al cojo y "Fijaron" sus ojos sobre el. El cojo en cambio, los miro pensando que pudiera encontrar en sus ojos de pena no solamente el deseo de satisfacer su necesidad de tener dinero y sanar, sino la consciencia de pusieran el poder que tenia en efecto, El sabia que ellos tenia algo especial.

Hablándole al hombre, Pedro nos revela el significado esencial de la Cristiandad.

Pedro no le pudo dar a este hombre ninguna cosa material como oro ni plata, pero si pudo "Comunicarle" algo que lo haría el "Dueño de su Incapacidad."

En el "Nombre de Jesús de Nazaret, Levántate y Anda La sanidad de este hombre fue "Inesperada, de Repente"

Hay algo muy importante que Pedro una que otra vez enfatiza y eso es que esta cura o milagro no había sido efectuado por algun Poder que El tuviera, sino que el "Poder" estaba en JESUCRISTO. Ninguna gloria debe ser dada al hombre por "Obras Divinas.

Ninguna gloria se le puede dar al hombre que fue sanado, porque este no fue un asunto de fe.

"Expectación" es "Recibir a Jesucristo como Tu Salvador Personal y Hacer la Voluntad de Dios en tu Vida. Haciendo esto puedes estar seguro que un día cuando estés ante la Presencia del Señor recibirá el precioso regalo de la "Vida Eterna." Amen!

Dios les Bendiga

Rev. Miguel & Nayla Vidal Pastor,
Primera Iglesia Bautista Hispana
Tallahassee

Primera
IGLESIA
BAUTISTA
HISPANA
Tallahassee

Le invita a usted y a su familia a nuestros estudios biblicos y servicios de Adoración.

Horarios
Domingos
Estudio Biblico - 9:30 AM
Servicio Adoración - 10:45 AM
Miercoles
Servicio de Oración - 7:30 PM
Ven el Señor te esta llamando, solo El Puede Cambiar tu Vida.
Localizada en
Parkway Baptist Church
1410 East Indianhead Drive
Tallahassee, Florida 32301
Para Más Información
Llamé al Pastor Mike Vidal 850-877-4141



Pastor Mike Vidal y su esposa Nayla Vidal

Hechos 3:1-10 (Reina-Valera 1995)

- 1 Pedro y Juan subían juntos al templo a la hora novena, que era la de la oración.
- 2 Había un hombre, cojo de nacimiento, que era llevado y dejado cada día a la puerta del templo que se llama la Hermosa, para que pidiera limosna a los que entraban en el templo.
- 3 Este, cuando vio a Pedro y a Juan que iban a entrar en el templo, les rogaba que le dieran limosna.
- 4 Pedro, con Juan, fijando en él los ojos, le dijo: Miranos.
- 5 Entonces él los miró atento, esperando recibir de ellos algo.
- 6 Pero Pedro dijo: No tengo plata ni oro, pero lo que tengo te doy: en el nombre de Jesucristo de Nazaret, levántate y anda.
- 7 Entonces lo tomó por la mano derecha y lo levantó. Al instante se le afirmaron los pies y tobillos;
- 8 y saltando, se puso en pie y anduvo; y entró con ellos en el templo, andando, saltando y alabando a Dios.
- 9 Todo el pueblo lo vio andar y alabar a Dios.
- 10 Y lo reconocían que era el que se sentaba a pedir limosna a la puerta del templo, la Hermosa; y se llenaron de asombro y espanto por lo que le había sucedido.





**What is your
Expectation in Life?
Biblical Passage:
Acts 3: 1-10**

What does "Expectation" mean?

According to the dictionaries it means: "The act or state of expecting." "Something Expected." In the biblical passage read, while Jesus was with His disciples, He made them the recipients of the power to perform miracles. He promised them a continuation of delegated power after His Ascension which is manifested throughout the book of Acts in which their Commission is attested to by many "signs" and "wonders."

In this story, Luke gives us a most vivid account of a miracle that is of a very remarkable kind.

We find here a man born "Lame" (cripple) who was more than 40 yrs. old when this miracle took place. God has the "Perfect Way" of explaining to us the "Why's, When and Where" of the Bible, if we let ourselves be lead by the Holy Spirit.

We often say that "We know not what a day or an hour may bring forth," and it is true, but nothing was further from the "Expectation" of this poor cripple or the friends who took him that morning to his accustomed stance at the Temple gate, than a miracle that took place with far reaching results.

The Temple door that was called, "The Beautiful Gate" where the cripple man was usually seen, was the outer gate of Herod's temple. It is here where Peter and John saw the cripple and "Fastened" their eyes upon him.

Acts 3:1-10

(King James Version)

- 1 Now Peter and John went up together into the temple at the hour of prayer, being the ninth hour.
- 2 And a certain man lame from his mother's womb was carried, whom they laid daily at the gate of the temple which is called Beautiful, to ask alms of them that entered into the temple;
- 3 Who seeing Peter and John about to go into the temple asked an alms.
- 4 And Peter, fastening his eyes upon him with John, said, Look on us.
- 5 And he gave heed unto them, expecting to receive something of them.
- 6 Then Peter said, Silver and gold have I none; but such as I have given I thee: In the name of Jesus Christ of Nazareth rise up and walk.
- 7 And he took him by the right hand, and lifted him up: and immediately his feet and ankle bones received strength.
- 8 And he leaping up stood, and walked, and entered with them into the temple, walking, and leaping, and praising God.
- 9 And all the people saw him walking and praising God:
- 10 And they knew that it was he which sat for alms at the Beautiful gate of the temple: and they were filled with wonder and amazement at that which had happened unto him.

HERENCIA CRISTIANA
MINISTERIO EN ESPAÑOL

"Amado, yo deseo que tu seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma."
3 S. Juan 2

DOMINGOS
2:00 PM
Alabanza y Adoración
Mensaje de Poder
Niños para Cristo
Adiestramiento Juvenil

LUNES 7:00 PM
Ministerio de Oración
Ensayo Grupo de Alabanza

Pastor
Rubén & Iris Huertas

MARTES
7:00 PM
Alabanza y Adoración
Enseñanza Bíblica

JUEVES Y SABADOS
Conserjería Pastoral
Evangelismo Personal
Clases de Español

Domingos 11:00AM
Clases de Ingles

2820 Sharer Road
Tallahassee, FL 32312
Oficina: 850-298-4959/ 562-3156
Fax: 850-298-4957
www.CHCHOY.org
E-mail: rh@chctoday.com

"Dios espera por Ti"

The cripple in turn, looked to them as if he could read on their pity looks not only the wish to satisfy the need he had for money and to heal, but the consciousness of power to carry the will into effect. He know, they had something special. Speaking to this man, Peter reveals the essential meaning of Christianity.

Peter was not able to minister to this man material thing as far as silver and gold were concerned, but he was able to him something which would make him master of his disability. In the "Name of Jesus of Nazareth, Get up and Walk." The healing of this man was, "Unexpected", "Sudden" and "Complete."

There is something very important that Peter again and again emphasized and that is that this cure or miracle had not been effected by any power He had, but only by that of JESUS CHRIST.

No glory must be given to man for "Divine Works. No glory was due to the man who was healed, since his faith was not brought into play at all. "Expectation" is "Receive Jesus Christ as Your Personal Saviour and Doing God's will in your life."

Doing this you can be sure that one day when you are in the Presence of the Lord you will receive the precious gift of Eternal Life. Amen

God Bless You!

Rev. Miguel & Nayla Vidal

Pastor, Primera Iglesia Bautista Hispana Tallahassee

DIEZ SECRETOS PARA QUE VIVAMOS PLENAMENTE

Y DISFRUTEMOS LA VIDA A LO MAXIMO.

ESTOY CONVENCIDO DE TODO LO QUE ME PASA EN ESTA VIDA TIENE UN PROPOSITO, FORMAR MI CARACTER COMO INDIVIDUO. EN OCASIONES ES DIFICIL ENFRENTAR LAS CIRCUNSTANCIAS ADVERSAS CON SABIDURIA, REACCIONAMOS DE UNA MANERA NEGATIVA ANTE LOS PROBLEMAS DE LA VIDA. TODO PASA Y NOS QUEJAMOS, PERO... DEJAMOS PASAR LO MAS VALIOSO, LA OPORTUNIDAD DE FORJARNOS UN CARACTER INCONMOVIBLE, MOLDEADO POR CIRCUNSTANCIAS EXTERNAS E INTERNAS QUE NOS HACEN VALER COMO SERES HUMANOS A UN PRECIO MUCHO MAS QUE EL ORO.

RECIBAN DE MÍ ESTA REFLEXION:

1. LA ACTITUD

La Felicidad es una elección que puedo hacer en cualquier momento y en cualquier lugar. Mis pensamientos son los que me hacen sentir feliz o desgraciado, no mis circunstancias. Sé capaz de cambiarte a ti mismo, y el mundo cambiará contigo. Nuestras vidas no se determinan por lo que nos sucede, sino por nuestra reacción a lo que nos sucede; no por lo que la vida nos trae, sino por lo que nosotros traemos a la vida. Tal vez te sea difícil sonreír cuando te encuentras enfermo, pero si tan solo permitieras que Dios esté contigo, tus cargas disminuirán si es que tal vez desaparecerán.

2. EL CUERPO

Mis sentimientos son influenciados por mi postura. "Nada como una sonrisa" Una postura adecuada genera una disposición feliz. Es importante también que hagas ejercicio, éste nos libera del estrés y genera la secreción de endorfinas, que hacen que nos sintamos bien. Mira siempre hacia arriba y sólo podrás reír, pues no conozco a nadie que haya podido llorar en esa postura. SONRIE... Dios te ama.

3. EL MOMENTO

La felicidad no está en los años, meses, en las semanas, ni siquiera en los días. Sólo se la puede encontrar en cada momento. "Hoy es el mañana del ayer" Además la vida siempre tiene derecho a sorprendernos, así que aprende a vivir el presente sin ninguno de los traumas del pasado, ni las expectativas del futuro. Recuerda que la Felicidad no es una meta, sino un trayecto. Disfruta de cada momento como si en él se combinarán tu pasado, tu presente y tu futuro.

4. NUESTRA PROPIA IMAGEN

Debo aprender a amarme a mí mismo como soy. Creer en ti mismo da resultados. Sólo al querernos podemos abrir el corazón a que nos quieran. Cuanto más te conozcas, en mayor medida podrás darte a los demás. Si tú te respetas a ti mismo, los demás te respetarán. Si tú te amas, los demás te amarán.

5. LAS METAS

¿Sabes cuál es la diferencia entre un sueño y una meta? Una meta es un sueño con una fecha concreta para convertirse en realidad. Un sueño es sólo un sueño, algo que está fuera de la realidad... así que atreverte a soñar, pero atreverte también a esforzarte por lograr que esos sueños se hagan realidad. Los obstáculos son esas cosas que nos asustan cuando quitamos la vista de nuestras metas.



6. EL HUMOR

La sonrisa es muy importante para mejorar la autoestima. Cuando sonreímos, aunque no sintamos nada, nuestro cerebro lo entiende como una señal de que todo va bien y manda un mensaje al sistema nervioso central para que libere endorfinas, que da a la mente una respuesta positiva. Dicen que una sonrisa cuesta menos que la electricidad, pero que da más luz. Además, con cada sonrisa que le das a alguien o a ti mismo siembras una semilla de esperanza.

7. LAS RELACIONES

La sinergia es unir fuerzas y caminar juntos para conseguir cosas. Siempre que dos o más personas se unen en un espíritu de colaboración y respeto, la sinergia, basada en la comunicación y empatía se manifiestan naturalmente. Trata de entender a las personas que te rodean, quiere a tus amigos como son, sin intentar cambiarlos, porque cuando te sientas mal, sin importar como sean, el verdadero amigo estará allí para apoyarte y brindarte todo su amor.

Así que cultiva tus amistades, pues ellas no son gratis! La amistad, al igual que la mayoría de los sentimientos, debe fluir de manera natural, debe alimentarse a través de detalles.

8. EL PERDÓN

Mientras mantengas odios y resentimientos en tu corazón, será imposible ser feliz. Lo maravilloso del perdón no es que libera al otro de su eventual culpa, sino que te libera a ti de un sufrimiento para el alma. La vida es muy bella como para mantener sentimientos negativos en nuestro camino... "¿Por qué miras la paja que está en el ojo de tu hermano, y no hechas de ver la viga que está en tu propio ojo?"; Lucas 6:41

9. DAR

Uno de los verdaderos secretos para ser feliz es aprender a dar sin esperar nada a cambio. Las leyes de la energía y la justicia te devolverán con creces lo que des. Si das odio, recibirás odio tarde o temprano, pero si das amor, recibirás multiplicado ese amor. Quien ama de verdad da todo de sí por hacer feliz a la persona amada. Sólo el que aprende a dar desinteresadamente, está en camino de descubrir la verdadera felicidad.

10. LA FE

La Fe crea confianza, nos da paz mental y libera al alma de sus dudas, preocupaciones, ansiedad y miedos. Ten fe, esperanza y optimismo en ti mismo y en todos los proyectos que quieras emprender. "Es, pues, la Fe la certeza de lo que se espera, la convicción de lo que no se ve." Hebreos 11:1 Si pudiéramos practicar tan sólo uno de estos secretos al día, quizás no tardaríamos mucho en acercarnos a la felicidad.

DIOS LES BENDIGA.

Retengan lo bueno de mi reflexión y desechen lo malo.

ODILON GONZALEZ HERNANDEZ



10 Secrets to Live to the Max

By ODILON GONZALEZ HERNANDEZ

I AM CONVINCED THAT EVERYTHING THAT HAPPENS IN THIS LIFE HAS A PUPOSE, TO FORM CHARACTER AS ANINDIVIDUAL. FROM TIME TO TIME IS DIFICIL TO FACE THE ADVERSE CIRCUMSTANCES WITH KNOW, WE REACT IN A NEGATIVE WAY BEFORE THE PROBLEMS OF THE LIFE. EVERTHING HAPPENS AND WE COMPLAIN, BUT... WE LET GO THE MOST VALUABLE, THE OPPORTUNITY TO FORGE US A CHARACTER INCONMOVIBLE, MOLDED BY EXTERNAL AND INTERNAL CIRCUMSTANCES THAT CAUSE US TO BE WORTHY LIKE HUMAN BEINGS TO A PRICE LARGER THAN GOLD.

1. Change Your Attitude
2. Respect Your Body
3. Live the Moment
4. Care for your Image
5. Set Goals
6. Have sense of Humor
7. Cherish your Relationships
8. Say " I'm Sorry "
9. Be Generous
10. Have Faith

Now faith is the substance of things hoped for, the evidence of things not seen. Hebrews 11:1 (King James Version)



GCHC
GADSDEN COMMUNITY HEALTH COUNCIL

Máximo Martínez

Director Ejecutivo
216 N. Adams ST.
Quincy, Florida 32351
TEL: 850-558-3628
Maxmartinez01@comcast.net
Asistencia de Drogas Recetadas
Tel: 850-875-2143

El Concejo de Salud del Condado de Gadsden fue establecido el 13 de Mayo, 2003 por el Secretario del Ministerio de Salud del estado de Florida Dr. John Agwuonobi y el Representante Estatal Curtís Richardson, el Departamento de Salud local, la Junta de los Comisarios del condado, residentes y líderes locales. El objetivo del Concejo de Salud es de coordinar todos los servicios/ programas de salud y asegurar que los fondos dedicados a reducir la disparidad de salud del condado se ejecuten de la mejor manera posible.

El Concejo se asegura de que los residentes del condado tengan mejor acceso de salud y servicios médicos. El Concejo contrato a la Universidad de FAMU y FSU para hacer un estudio de salud del condado y de las prioridades medicas más urgentes. Entre ellas se identifico: Diabetes, Cardiovascular, Muerte Infantil, HIV/SIDA, y otros. Para aliviar el problema de muerte infantil, el Concejo estableció " La Coalición de Salud Temprana" y a través de una propuesta financiera sometida al Departamento Estatal de Salud, más de \$500,000 fue otorgado con el fin de reducir el problema de muerte infantil del condado.

El concejo estableció el Programa de Asistencia de Drogas recetadas para las personas de bajos recursos y para las personas que no tienen seguro medico. En el mes de Julio el congresista Allen Boyd recientemente pudo asistir al concejo en conseguir \$100,000 del Gobierno Federal para incrementar el número de personas que ahora pueden participar del Programa de Asistencia de Drogas Recetadas. Le instamos a nuestros hermanos Latinos que se comuniquen con nosotros a la dirección y numero de teléfono del Gadsden County Community Health Council, Inc.

The Council of Health of the County of Gadsden was established May 13, 2003 by the Secretary of the Department of Health of the State of Florida Dr. John Agwuonobi and the State Representative Curtís Richardson, the Department of local Health, the Meeting of the Commissioners of the county, resident and local leaders. The objective of the Council of Health is to coordinate all the services/programs of health and to assure that the funds dedicated to reduce the disparity of health of the county be executed in the best possible way.

The Council assured that the residents of the county have better access of health and medical services. The Council contracted the University of FAMU and FSU to do a study of health of the county and urgent medical priorities. Among these urgencies are: Diabetes, Cardiovascular disease, Child death, HIV/AIDS, and other. To alleviate the problem of child death, the Council established "The Coalition of Early Health" and through a financial proposal submitted al State Department of Health, more than \$500,000 was offered in order to reduce the problem of child death of the county.

The council established the Drugs Assistance Program for the people of low resources and for the people that do not have medical insurance. In the month from July the congressman Allen Boyd recently could attend the council in obtaining \$100,000 of the Federal Government to increase the number of people that now can participate of the Drugs Assistance Program. We urge our Latin American brothers to contact us to the address and phone number of the Gadsden County Community Health Council, Inc.

216 N. Adams ST.
Quincy, Florida 32351
TEL: 850-558-3628



Food Bazaar Outlet

Tu Tienda Latina

Visite y Pruebe nuestra Nueva Comida Centro Americana

1509 WEST JEFFERSON STREET QUINCY, FLORIDA 32351

Tel. 850-875-1900 Fax. 850-627-2870

Se Acepta WIC, Cupones

Vendemos Money Gram & Money Orders

Tenemos una Gran Variedad de Productos Latino-Hispanos

Horarios 7:00AM- 9:00PM Lunes a Domingos

Se Habla Español

Recetas

Delicious Recipes

Sabrosas



LOMO SALTADO

Ingredientes

- 1 cucharada de aceite
- 2 cebollas cortadas
- 1 Cucharadita de Orégano
- 2 Clavos de Ajo
- 1 medio tomate cortado
- 1 pimiento verde
- 1 Filete de Lomillo cortado en tiras delgadas
- 4 Papas Cortadas en papas fritas
- 2 Cucharones Chile picante peruano (o cualquier chile picante que usted puede conseguir)

Direcciones

Fría las papas fritas, apártate para agregar para servir más tarde. Sazone las tiras del filete con sal y pimienta. Caliente el aceite en una cacerola y caliente ajo . Ponga el filete en la cacerola, agregue chile picante, y cocine , moviendo ocasionalmente. Cuándo tiras de filete estén cocinadas, agregue las cebollas, el pimentón verde, el tomate, y el orégano. Muévelo. Ponga una cubierta y cocine aprox. 5-7 minutos. No sobre cocine. Usted no quiere que sus verduras sean demasiado suaves. Agregue las papas fritas. Sirva sobre arroz blanco.

LOMO SALTADO

Ingredients

- 1 Tablespoon Oil
- 2 medium Onions-sliced
- 1 teaspoon Oregano
- 2 cloves Garlic-minced
- 1 medium Tomato-chopped
- 1 medium Green Pepper-sliced
- 1/2 pound Sirloin Steak-cut into thin strips
- 4 medium Potatoes-cut into French fries
- 2 Tablespoons Peruvian Red Hot Pepper (or any hot pepper you can get)

Directions

Fry French fries then set aside to add to dish later. Season steak strips with salt and pepper. Heat oil in pan and sauté garlic. Place steak strips into pan, add hot pepper, cook until brown, stirring occasionally. When steak strips are cooked, add onions, green pepper, tomato, oregano. Stir. Cover and let sauté for approx.. 5-7 minutes. Do not over cook. Add French fries. Serve over white rice.



EL JALISCO #5

Authentic Flavor of the Old Mexico
2022 North Monroe Street, Tallahassee, FL 32303
Tel. (850) 878-0800 Fax. (850) 878-0801

Happy Hour
2 x 1 Everyday
2:00 –6:00 PM
Solo en Tallahassee

See Our
Coupon on
Page 14

Mariachis Band
7:00–10:00 PM
Sabados en Tallahassee

Jalisco # 1 105 Hwy 98 East Point, Florida 32328 (850) 670-5900	Jalisco # 2 2077 Central A. B East Blounstown, Florida 32324 (850) 674-3411	Jalisco # 3 2481 Crawfordville Hwy Crawfordville, FL32327 (850) 926-4329	Jalisco # 4 65 West Gorrie Drive St. George Island, FL, 32327 (850) 927-3496
---	--	--	---

Se Habla Español

Event Calendar

Calendario de Eventos

Emergency Checklist



Prepare the supplies you might need in an emergency. Store them in an easy-to-carry container, such as a backpack or duffel bag.

Include:

- 1 gallon per person per day.
- Canned food and a non-electric can opener.
- 1 change of clothing, rain gear, and sturdy shoes.
- Blankets or sleeping bags.
- 1 first aid kit and prescription medications.
- 1 extra pair of glasses.
- A battery-powered radio, flashlight, and plenty of extra batteries.
- Credit cards and cash.
- 1 extra set of car and house keys.
- A list of family physicians.
- A list of important family information; the style and serial number of medical devices, such as pace-makers.
- Special items for infants, elderly, or disabled family members.



Mariachi Jalisco

Autentica Musica Mexicana
Para Toda Ocacion

Juan Lopez

251-458-8554

Authentic Mexican Music
for Every Occasion

SEPTIEMBRE-SEPTEMBER

Primitive Pit-Fired Pottery Workshop

Mission San Luis
2021 West Mission Road
Tallahassee, FL 32304
Phone: 850-487-3655
Sat - Sep 15, 2007
Sat - Sep 22, 2007
9:00 AM **FREE**

Money Management Training in Spanish

Topics of discussion include attitudes about money, spending as an emotional crutch, budgeting, saving, banking, credit, consuming, contracts, income tax, and giving.
850-539-8877
Tue - Sep 18, 2007
10:00 AM - 12:00 PM

Spanish Heritage Celebration

American Legion Hall Post 13
229 Lake Ella Drive
Phone: 850-519-4310
Semi-formal dance and banquet featuring Spanish cuisine and a DJ.
Sat - Sep 29, 2007
8:00 PM - 12:00 AM

Christian Heritage Church

2820 Sharer Rd.
Phone: 850-562-3156
Christian Reggeton Concert
Sat - Sep 8, 2007
6:00 PM **FREE**

OCTUBRE-OCTOBER

Festival Hispano
TNFHA
St. Louis Catholic Church
Info 850-216-6049
Sat - Oct 13, 2007
10:00 AM - 5:00 PM

Havana Pumpkin Fest

Info 850-539-7422
Sat - Oct 20, 2007
10:00 AM - 6:00 PM

NOVEMBER-NOVIEMBRE

Thanksgiving Day
November 25, 2007

DICIEMBRE-DECEMBER

Christmas Festival of Lights
Phone: (386) 397-7005.
Sat - Dec 8, 2007
5:00pm—9:00pm

Commemorative Mass

Mission San Luis
2021 West Mission Road
Tallahassee, FL 32304
Phone: 850-487-3655
Honoring the Spanish missions of Florida
Sun - Dec 9, 2007

Christmas Day
Dec 25, 2007

New years Eve
Dec 31, 2007

Clases de Ingles—English Classes

Leon County Public Library

200 West Park Avenue
Beginning – Low Intermediate
M & W 10:00 a.m. - 1:00 p.m.
High Intermediate - Advanced
T & TH 10:00 a.m. - 1:00 p.m.
Advanced Placement-English Proficiency
M & W 6:00 p.m. - 8:30 p.m.
FREE

Cultura Latina Magazine is not responsible for cancellations of any event or any incorrect information of the event coordinators

Cultura Latina Magazine no es responsable por eventos cancelados o cualquier información errónea de los coordinadores de estos eventos

Para información de como anunciar su evento escribamos a:

For information about how to feature you event here email us at:
info@culturalatinamag.com

La Esquina Profesional

Professional Corner

SAN MIGUEL
Mexican Restaurant

850-385-3346



200 W. Tharpe St.
Tallahassee, Fl. 32303

AIG American General Life
and
Accident Insurance Company

Candi Gil
Agent
License No. P057324
Cell. (850) 339-7643
Email; CandidaGil2005@yahoo.com
Se Habla Español



Michael C. Gold
Attorney At Law

Specializing in Immigration &
Bankruptcy Law

P.O. Box 372
1277 Cedar Center Dr.
Tallahassee, Florida 32301
1-866-656-3060
Ph: 850-656-3060
Fax: 850-656-3006
E-mail: mike@mccgoldlaw.com

Coventry Farms
2244 Danshire Dr.
Tallahassee, Fl. 32308
(in Eastgate Subdivision, off Capital Circle N.E.)



Phone: 850-385-2416
Cell: 850-933-5334
Email: CoventryFarms@msn.com

Alice Buford
Owner

Boarding * Training * Sales

**Plumblin
Legacy, LLC**



3048C W Tharpe St. Tallahassee, Florida 32303
Office: (850)575-5595 Fax (850) 575-5597
E-mail: plumblinprod@earthlink.net
Se Habla Español

D.J.R. JUMPERS

10% OFF

Discount on any Jumper Rental

Hablamos Español
Tel. (850)385-1487/ 443-4688
Expiration Date: 12/31/07

Reach the
Latin-Hispanic
Market
Advertise in
Cultura Latina
Today!

(850)879-2698

Anúnciate

Hoy

850-879-2698

Tu Comunidad Quiere
Saber de tu Servicios

EL JALISCO



Buy 1 Margarita
Get 1 Margarita
FREE

2022 N. Monroe St. Tallahassee, Fl. 32303
Tel. (850)-878-0800
Expiration Date: 12/31/07

Para Anunciarse aquí llame, Hoy.
To Advertise here call, Today. 850-879-2698

Cultura Latina Magazine

EL MAGAZINE DE LA COMUNIDAD LATINA

¿Quiere recibir Cultura Latina en su casa? / Want to Get C.L. in you home?

Llene y envíe esta forma a / Fill & Send this Form to

I.M.C.O.P. / Cultura Latina

P.O. Box 20961 Tallahassee, FL 32316



No. Ediciones No. of Editions _____	Precio por Edición Price per Edition \$1.00	Subtotal \$ _____
---	---	----------------------

Metodo de Pago Total..... _____
 Cheque Tax:..... _____
 Money Order Manejo y Envío..... \$3.50 _____
 Total:..... _____
 Comentarios/ Comments _____

Nombre/Name _____
 Direccion/Address _____
 Telefono/Phone/Email _____

Cultura Latina necesita
 Agentes de venta,
 Contribuidores, Escritores,
 Auspiciadores y Patrocinadores.

¿Interesado?

Llama o Escribe
 Cultura Latina need Sales
 Agents Contributors, Writers,
 Sponsors and Patronage.

Interested?

Call or Write to Us

**Atrévete has la Diferencia en
 Comunidad Latina**

**Dare to make the difference
 in the Latin Community**

ESTAS INVITADO YOU ARE INVITED

Reunion del Grupo Apoyo/ Apoyo Group Meeting

Donde/Where: Leroy Collins Public Library

Cuando/When: Ultimo Jueves de Cada Mes
Last Thursday of Every Month

Hora/Time: 6:00pm to 8:00pm

Ven a conocer a tu gente y hablar de los asuntos
 comunitarios

Traiga su tarjeta de Presentación
 Bring Your Business Card

Si usted tiene algun comentario, preguntas, anuncios, Saludos, o si
 desea colaborar con nuestra la revista lo estamos esperando.

If you have any comments, questions, advertising, greetings or if you
 like to write to us we are waiting for you

Escribanos hoy nuestro a direccion postal :

I.M.C.O.P

Cultura Latina

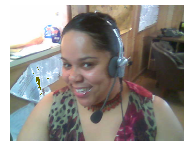
P.O. Box 20961

Tallahassee, Florida 32316

contact@culturalatinamag.com

www.culturalatinamag.com

Al Final



SIN DUDA...

Estoy orgullosa de poder dale a la Comunidad Latino-Hispana un medio de comunicación diferente y especial. Siempre he pensado que nuestra gente puedan mas que un ejemplo a este pais. Somos una comunidad de costumbres lindas, somos inteligentes, trabajadores y sobre todo somos una de las comunidades mas grandes del EU.. Lo importante es que cada uno mire en su interior y aproveche la oportunidad que Dios nos ha dado para ayudar y compartir con los nuestros. Hoy, atrévete a preguntate... que puedo hacer por mi comunidad? Sin Duda, podemos ser mas unidos, compartir y formar una comunidad poderosa.

Dios le Bendiga Rica y Abundantemente

Maria Ortiz

**In Our next issue PUERTO RICO
 En Nuestra proxima Edicion PUERTO RICO**

We Cover the North Panhandle and South Georgia.

We print over 10,000 copies every 3 month

We have over 300 points of distribution.

Call us Today 850-879-2698

Expose your Business to the Latino- Hispanic Market



Los Expertos en Transmisiones

1238 Capital Circle N.W. Tallahassee, FL 32304

(850)576-2625

FAX (850)-575-2628



Remolque GRATIS!

(En trabajos de Transmisiones)

Chequeo de Trasmision GRATIS!

Servicio Computarizado GRATIS!



AAMCO TRANSMISSIONS

10 % OFF
Any Service
\$50 or More

Most Cars. Present coupon prior to service. May not be combined with any other offer.
CL/ Expire 12/31/07

AAMCO TRANSMISSIONS

\$100.00 OFF
Any Rebuilt
Transmission

Most Cars. Present coupon prior to service. May not be combined with any other offer.
CL/ Expire 12/31/07



El Mejor Servicios

Garantia Nacional

Precios Comparables

AAMCO TRANSMISSIONS

FREE
External Diagnostic
Service

Most Cars. Present coupon prior to service. May not be combined with any other offer.
CL/ Expire 12/31/07

AAMCO TRANSMISSIONS

\$5.00 OFF
Oil, Lube, and
Filter Change

Most Cars. Present coupon prior to service. May not be combined with any other offer.
CL/ Expire 12/31/07



Se Habla Español



Towing Services/Servicios de Grua (850) 385-8698



Angel
Auto Sales

1238 C NW Capital Circle
Tallahassee, FL 32304

Phone: (850) 894- 5200 Cell: (850) 519- 3173 Fax: (850) 894 - 5600