

Bilingüe/Bilingual

Información científica, social y ecológica

Gratis/Free  
Verano/Summer  
2015

# ECO-Lógica

Revista/Magazine  
ideas que sirven

Salud Familiar  
Family Health

Contaminación del aire  
Air Pollution

Ideas para el hogar  
Home Ideas

Senderismo

El placer de caminar a otro nivel

Hiking

The Pleasure of Walking to Another Level

[www.EcologicaMagazine.com](http://www.EcologicaMagazine.com)



## Contenido/Content

- Editorial
- 2- Ideas para el hogar /Home ideas
- 3-Paseando/Trips
- 4-La contaminación del aire relacionada al tráfico/Traffic-related Air Pollution
- 5-La feria Evergreen State será cero desperdicio/Evergreen Fair Goes Zero Waste
- 6-Su guardería infantil cuida del ambiente/ Is Your Child Care Environmentally Friendly
- 9-Lanzamiento del nuevo práctico e inteligente programa séptico/New Savvy Septic Program Launch
- 12-Cosas interesantes/Interesting Things

Eco-Lógica

Publicación educativa/Educational publication.

**Editor/Director:** Stuart Vázquez

**Colaboradores/Contributors:**

Blanca E. Rivera  
Roberto Mora  
Juan Carlos Gil  
Tasha Kaye

**Fotos/Photos** Stuart Vázquez,  
Tedy Dimitrova

**Fuentes/Sources** Field and studies research.  
Libraries, Puget Sound  
Clean Air Agency, Garden Hotline,  
Washington State Department of  
Ecology, Waste Management, King  
and Snohomish County.

**Distribución/Distribution**

Eco-Lógica Magazine  
Félix connection

**Contact:** [ecologicamagazine@gmail.com](mailto:ecologicamagazine@gmail.com)  
425 672 67 70

[www.ecologicamagazine.com](http://www.ecologicamagazine.com)

### Responsabilidades

Eco-Lógica es un medio apoyado por los patrocinadores y anunciantes aquí presentes. Con su apoyo podemos realizar este trabajo enfocado a beneficiar a nuestra comunidad integrándonos a un proyecto de soporte social y educativo. Apoyar nuestra cultura, negocios e ideas es trabajo de todos. Eco-Lógica no es responsable por los servicios ofrecidos por los anunciantes, quienes al anunciarse reconocen el compromiso de hacer negocios y ofrecer servicios con responsabilidad e integridad. Eco-Lógica se reserva el derecho de editar artículos con la finalidad de mejor entendimiento, tamaño y contenido. Eco-lógica se publica dos veces al año (Verano/Invierno). Publicación gratuita. **IMPRESA en papel 40% reciclado PRINTED ON 40% recycled paper**

La crítica hacia los kayak-tivistas en contra de la compañía petrolera Shell demuestra una vez más la desinformación y la poca atención hacia hechos de esta índole. Si bien la gente usó kayaks derivados del petróleo y autos para llegar a la manifestación no significa que la gente sea hipócrita. Creo que los que entendemos el argumento de la manifestación estamos de acuerdo en que no necesitamos perforar por más petróleo para quemarlo como combustible para autos, los cuales ya pueden usar tecnologías más limpias. Es tiempo de invertir en energía renovable. El cambio climático y muchos otros problemas ambientales podrían empeorar si no lo hacemos.



La era del petróleo como energético puede acabar o disminuir, está comprobado que tan sólo en EEUU el 46% del petróleo extraído se usa para gasolinas. Por el bien de tu familia y del ambiente, ¿Por qué no exigir el uso de nuevas tecnologías y recursos disponibles? ¿No crees que manifestando nuestras inquietudes el mundo pueda cambiar?

The criticism against kayak-tivists from the oil company Shell, proves the lack of information and attention that people have about this subject. People used kayaks and drove cars to the protest but that doesn't mean they are hypocrites. I think the ones that understand the point of this manifestation agree that its not necessary to drill the in the Arctic for more oil and burn it as combustible for cars which now can use new clean technologies. It is time to invest in renewable energy. Climate change and many other environmental problems could get worse if we don't do it.

The era of oil as principal source of energy has to change or decrease, it is proven that in the U.S. 46% of oil is used to produce gasoline. Why not demand the use of new clean technologies? Don't you think that by expressing your opinion the world can change?

*Stuart Vázquez*

# ONLY YOU CAN PREVENT WILDFIRES



Learn more at [SMOKEYBEAR.COM](http://SMOKEYBEAR.COM) »



¡Siguenos!  
Follow us!



## Agua embotellada

Estudios han comprobado que el agua embotellada no es mejor ni más pura que lo que pudiera ser el agua de la llave que provee el municipio. Muchos países e incluso estados de la Unión Americana no pueden asegurar “pureza” en la calidad del agua potable pero tú decide. Se estima que más del 25% de las embotelladoras de agua toman este líquido de las tuberías municipales, algunas de pozos vecinos a suelos contaminados, pero aseguran que es pura y tú pagas extra por este líquido que llega a tu casa. Se generan residuos que no alcanzan a ser reciclados en su totalidad y que bien podrían evitarse. ¿Vale la pena contaminar el planeta y gastar dinero por algo que es casi gratis? ¿Es mucho trabajo usar botellas reusables? Este es un negocio billonario que está haciendo que algunas compañías embotelladoras propongan privatizar el agua. El agua es tu derecho, no lo vendas pagando por botellas



### Bottled Water

Some studies have shown that bottled water is not better or purer than what tap water could be. Many countries even states in U.S. cannot assure the purity in tap water quality, but that's ultimately your decision. It's estimated that more than 25% of bottled water comes from municipal supply, but bottled water companies assure you that it's pure so essentially you pay extra for a liquid that comes to your home. It also generates plastic waste that is not totally recycled and can be avoided. Is it worth to pollute the planet and spend money in something that is almost free? Is it so hard to use a refillable water bottle? This is a billion dollar industry that is making bottled water companies wishing to privatize water. Water is your right; don't sell it by buying bottle water.

## Piensa antes de comprar

A veces desperdiciamos dinero recursos y tiempo comprando cosas que vamos a usar una sola vez o que podemos pedir prestadas. Aquí una lista de recomendaciones que no sólo ahorran dinero, también pueden crear hábitos que te ayuden a mejorar tu calidad de vida.

Antes de comprar algunas cosas considera lo siguiente:

- Es indispensable
- Es reciclable
- Es reciclado
- Es reparable
- Lo puedo pedir prestado
- Lo puedo rentar
- Comprar de segunda mano
- Lo puedo hacer yo mismo
- Puedo hacer trueque
- Lo puedo cultivar



### Think before you buy

Sometimes we waste money, resources and time buying something that maybe we'll use only once or we can borrow from somebody else. Here are some recommendations that not only save you money but create good habits that can help you improve your quality of life. Before buying something consider this:

- Is it essential
- Is it recyclable
- Is it recycled
- Is it repairable
- Can I borrow it
- Can I rent it
- Buy second hand
- Create it
- Swap it
- Grow it

[www.ecologicamagazine.com](http://www.ecologicamagazine.com)

## Al súper mercado

Ahorrar a la hora de ir al súper mercado a hacer nuestras compras no significa buscar sólo las ofertas del día, también puedes ahorrar combustible, tiempo y reducir el uso de bolsas de plástico que se usan para empacar tus compras. Tu participación es importante para lograr cambios y tú puedes ser un ejemplo, siempre hay gente observando y pueden aprender o motivarse contigo. Recuerda:

- Trata de comprar cerca de tu vecindario en tiendas y con campesinos locales. Usa bicicleta cuando sea posible.
- Si usas auto, organiza tus viajes para ir no sólo al mercado sino aprovechar a hacer otras tareas en el mismo viaje.
- Usa morral o bolsas reusables para reducir el uso de bolsas plásticas.



### To the supermarket

Saving at supermarket when buying groceries doesn't only mean finding the sale of the day, you can also save gas, time and reduce the use of plastic bags use to pack your groceries. Your participation is important in making changes and you can be an example; there are always people watching and they can learn or get motivated from your actions; remember:

- Try to buy at your local neighborhood stores and with local farmers. Use a bicycle when possible.
- If you use a car, organize your trips so you don't only go to the market but can also do other things during the same trip.
- Use a reusable bag to reduce the use of plastic bags.

# Chicharitos de Federal Way

## Futbol para niños



Intégrate a nuestro equipo de futbol este verano. Somos un grupo de padres de familia que practicamos e inculcamos el deporte a nuestros hijos e hijas.

Para Niños y niñas de 3 a 12 años

### Cuatro categorías

- que cuentan con:
- Dos entrenadores por categoría
  - Equipo deportivo



Entrenamientos de verano de 6:00 p.m a 8:00 p.m  
Sacajawea Park Rd  
Federal Way, WA 98003

Informes: Carmen Corbin  
al (253) 269-8838



Agradecimientos a: Maestra María Luisa, Latin Fut Radio Show, Best Bet Auto Sales, Eco-Lógica Magazine, los entrenadores voluntarios, y en especial a los padres de Familia que confían sus hijos en nuestras manos.

# LA HACIENDA

Family Mexican Restaurant & Cantina



Karaoke fines de semana  
Catering para cualquier ocasión

Sunday buffet  
10:00am to 3:00pm



Sunday 10am-10pm  
Monday to Thursday 11am-10pm  
Friday to Saturday 11am- 12 midnight

620 SE.Everett Mall Way Everett Wa 98206

425 355-08-58

Todos los eventos y las funciones son GRATUITAS y abiertas al público.  
All events are FREE and open to the public.

**GRAND OPENING CELEBRATION**  
Friday, June 5, 7-10 pm  
The Estuary, 4651 Diagonal Ave S.  
First Thursday preview:  
June 4, 6-9 pm

**GRAN CELEBRACIÓN DE INAUGURACIÓN**  
Viernes 5 de junio, 7-10 pm  
The Estuary, 4651 Diagonal Avenue S.  
Preestreno el primer jueves del mes:  
4 de junio, 6-9 pm

# DUWAMISH REVEALED

A creative celebration of  
Seattle's only river  
June 1-September 30

Una celebración creativa del  
único río en Seattle  
1 de Junio-30 de Septiembre

duwamishrevealed.com | facebook.com/duwamishrevealed

12th Annual

Saturday - July 25th - 2015  
10am to 5pm

Shoreline Community College  
16101 Greenwood Ave N  
Shoreline, WA 98133

Free Entry - Free Parking

www.ShorelineSolar.org  
info@ShorelineSolar.org

SUSTAINABLE LIVING FAIR

Keep Our World Livable  
Start by Doing One Thing

OYE Media Productions Presents:

SUNDAY  
AUGUST 16th  
Seattle, WA. 12-7 p.m.

AFRO LATINO  
FESTIVAL SEATTLE  
at MAGNUSON PARK

NE 65th & Sand Point Way NE

Bring this ad and get a gift / Trae este anuncio y llevate un premio

facebook.com/afrolatino  
afrolatinofestival.org

OYE  
AZTECA AMERICA  
ActiTuD latina

# Paseando-Trips

## Senderismo, el placer de caminar a otro nivel...

Puede desencadenar nuevas experiencias para tí, puede ser inspirador, vigorizante y gratificante. Calzar zapatos apropiados debe ser prioridad en todas las caminatas. También es importante considerar tu condición física. Una milla cuesta arriba en la montaña no es lo mismo que una milla en un sendero pavimentado. Asegúrate de mantenerte hidratado apropiadamente. Siempre trae agua contigo y comida extra. Barras energéticas, nueces, frutas y geles son lo mejor para llevar en los senderos. Trae impermeable y ropa extra, el tiempo puede cambiar inesperada y rápidamente en las montañas en nuestra área. Prepárate para todo tipo de condiciones cuando practiques senderismo. Por favor obedece las regulaciones para mantener limpios y seguros los senderos y áreas recreativas. Respeta los terrenos que atraviesas. Planea tus caminatas, busca la información del sendero que quieres visitar en las oficinas respectivas. Respeta la vida salvaje, toma fotos pero nada más y disfruta la magia de estos lugares.

### Los diez esenciales en la montaña.

1. Mapa y brújula
2. Protector solar
3. Ropa extra como chamarra rompe vientos
4. Lámpara tipo minero o de mano
5. Suministros de primeros auxilios
6. Cerillos o encendedores
7. Navaja de bolsillo
8. Comida extra
9. Agua extra
10. Cubiertas de refugio para emergencia.



## Hiking, the pleasure of walking to another level...

It can unchain new experiences for you; it can be inspiring, invigorating and rewarding. Wearing proper foot wear should be a priority on all hikes. It's also important to consider your fitness level. A mile up a steep mountain is not the same as mile on flat paved trail. Be sure you stay properly hydrated. Always carry water and extra food. Energy bars, nuts, fruits and gels are the best for trails. Carry rain gear and extra clothing. Weather can change unexpectedly and rapidly in the mountains around our area. Be prepared for all conditions when hiking. Please obey regulations to keep clean and safe trails and recreational areas. Respect the land that you are traveling across. Plan your hiking finding the right information of the trail you want to visit with the appropriate office. Respect wildlife take nothing but pictures and enjoy the magic of these places.

[www.ecologicamagazine.com](http://www.ecologicamagazine.com)

### The ten essentials in the mountain.

1. Map and compass
2. Sun Protection
3. Extra clothing such as a wind jacket
4. Head lamp or flashlight
5. First aid supplies
6. Matches or fire starter
7. Pocket Knife
8. Extra food
9. Extra water
10. Emergency shelter such as space blanket



Seattle, WA



**Buena comida... needs no translation!**

**Our Family Café Offers  
Baja-inspired Menu made  
from Scratch Daily  
House Margaritas**

**Organic & Local  
Ingridients**



**Check out our  
Waterfront Garden Pavillion  
for Group Events**



**Kayak & Paddle Board  
Rentals**

**AGUA VERDE CAFE  
1303 NE Boat Street  
Seattle WA 98121  
206.545.8570  
AGUAVERDE.COM**



-Impuestos personales (Taxes)  
-Tramites para obtener el ITIN

(Número de declaración de impuestos)

-Impuestos de Negocio

(Federal-Estatal-Ciudad)

-Asesoría para inicio de negocio

-Servicio de nómina (payroll)

-Llenado de formularios

-Redacción de cartas

-Traducciones

(Actas de nacimiento, matrimonio, divorcio, defunción, etc.)

-Servicios de notaría

-Cartas poder

-Formularios para pasaporte

-Servicios de seguridad

(Autos, casas, apartamentos, negocios y bonds)

**Susana Toledo**  
Especialista en Impuestos y  
Servicios notariales  
susy@servicentrolatino.com

**Servicio de impuestos  
(taxes) todo el año**

**Tel:(425) 212-5950**

**Fax:(866)701-8049**

Abierto de Lunes a Sábado

**713 SE Everett Mall Way, Suite C Everett, Wa 98208**  
contra esquina del Restaurant la Hacienda

# Las Espuelas

Family Mexican Restaurant

Come and enjoy the taste of traditional and real Mexican food  
made with the freshest and finest ingredients



**Happy hour everyday  
from 2pm to 5pm**

**Orders to go**

Monday - Thursday 11am -10pm  
Friday - Saturday 11am -11pm  
Sunday 11am -10pm

4306 228th St SW Ste 9  
Mountlake Terrace, WA.  
Phone: 425 409-5070 / 71

[www.lasespuelasrestaurant.com](http://www.lasespuelasrestaurant.com)



Maestras con especialidad en educación infantil. ECE

*Building values  
to foster and support  
each child's multiple  
intelligences.*

Bilingual & Bicultural Development Center for Children



*Creative activities, sports, green actions  
and after school programs*



**Currently enrolling kids from 3 months to 12 years old**  
Infant/Childcare/Preschool  
**We accept DSHS and private payment**

**Director and Founder/María Carmen Corbin**  
**(253)-269-8838 (206)-592-2330**

**Open 6:30 a.m to 8:00 p.m Monday to Friday**  
**30462 10th Ave. S. Federal Way, WA. 98003**

Nationally endorsed Eco-Healthy Child Care<sup>®</sup>



## Sala de belleza y estilista profesional

[www.brisiaservice.com](http://www.brisiaservice.com)

**At home service  
Servicio a domicilio**

# Brisia

services

-Eye liner - Eye brow - Lip liner

**Presente este anuncio y recibirá un corte ¡GRATIS!**

Cel: 206.841-5264

Lláme para reservar su cita  
6727 Delridge Way. SW Seattle, WA. 98106

## ¡La Feria Evergreen State será cero desperdicios!

El Condado de Snohomish lanzó en el 2014 la iniciativa “Cero desperdicios” para las instalaciones de la feria durante la Feria Evergreen State. La oficina de Energía y Sustentabilidad, Departamento de Parques y la División de Servicios Públicos y Residuos Sólidos están trabajando juntos para alcanzar el objetivo del condado de llegar a cero desperdicios en la feria para el 2017; un punto de acción identificado en el Plan de Acción de las Operaciones Sostenibles del condado como (SOAP) por su abreviación en inglés.

Los visitantes a la Feria Evergreen State notaron 30 nuevas estaciones de Cero Desperdicio dispersas por las instalaciones de la feria. La estación de Cero Desperdicio en la fotografía consta de un sistema de tres contenedores coordinados con colores e instrucciones para ayudar a los asistentes a separar los residuos en los contenedores correctos. También algo nuevo en la feria el año pasado fueron la docena de educadores de Cero Desperdicio quienes asistieron a los visitantes separando la basura de los residuos reciclables y compostables durante las horas pico.

Antes del 2014, aproximadamente 85% de la basura generada anualmente en la feria era reciclado o transformado en abono (compostable). Sin embargo, el restante 15% de los residuos (245 t de basura) era llevado al relleno sanitario. Con el inicio y el esfuerzo de Cero Desperdicio en el 2014 el Condado de Snohomish avanzó un paso significativo en reducir la disposición final de desechos en el relleno sanitario en un estimado de 40 toneladas (~1/3 del total de los desechos) y transformando en composta aproximadamente 28 t de residuos de comida superando lo hecho en 2013. Así mismo, el Departamento de Parques del condado compró una empacadora de cartón con la cual permitió al departamento vender pacas de cartón (800 libras aprox.) en el mercado del reciclaje.

En los próximos dos años, el condado planea evitar que más desperdicios lleguen al relleno sanitario incrementando el número de educadores y estaciones de Cero Desperdicio. Será requerido que los vendedores de comida usen contenedores compostables empezando el 2015.

## Evergreen State Fair Goes Zero Waste!

Snohomish County kicked-off the Zero Waste initiative for the Fairgrounds in 2014 at the Evergreen State Fair. The Office of Energy and Sustainability, Parks Department, and Public Works Solid Waste Division are working together towards the county’s goal of a Zero Waste Fairgrounds by 2017; an action item identified in the county’s Sustainable Operations Action Plan (SOAP).

Visitors to the Evergreen State Fair last year noticed 30 new Zero Waste Stations dispersed throughout the Fairgrounds. The Zero Waste Stations, pictured here, are comprised of a three-bin system with color-coordinated signage to help fair goers sort waste into the correct receptacles. Also new to the Fair last year were half a dozen Zero Waste Educators who assisted visitors by sorting garbage from recycling and compostables during peak weekend hours.



**En los próximos dos años, el condado planea evitar que más desperdicios lleguen al relleno sanitario.**  
**Over the next two years, the county plans to divert even more waste from the landfill.**

Prior to 2014, approximately 85% of the garbage generated annually at the Evergreen State Fairgrounds was recycled or composted. Nevertheless, the remaining 15% of waste (245 tons of garbage) was still going to the landfill. With the start of the Zero Waste effort in 2014, Snohomish County made significant strides in reducing landfill disposal by an estimated 40 tons (~1/3 of total waste) and composting approximately 28 tons of food waste over 2013 levels. In addition, the county’s Parks Department purchased a cardboard baler, which allowed Parks to sell 15 cardboard bales (approximately 800 pounds) on the recycled commodities market.

Over the next two years, the county plans to divert even more waste from the landfill by increasing the number of ZeroWaste Stations and Zero Waste Educators. Food service vendors will be required to use compostable packaging starting in 2015.



## Zero Waste Station

Thank you for helping reach our goal to divert 100% of Fairgrounds waste from the landfill by 2016



# Estilo de vida/Life Style

## ¿Su guardería infantil cuida del ambiente?

*Juguetes, materiales de arte, químicos y más: ¿Qué es lo más seguro para tus niños?*

¿Eres dueño de una guardería infantil o tienes a tu hijo/a en una? ¿Tienes curiosidad acerca de qué tan seguros son los materiales de arte, productos de limpieza o juguetes que están siendo usados? ¿Quieres respuestas directas?

### Ayuda gratuita para guarderías infantiles.

Contacta a Gail Gensler al 206-263-1654 o [gail.gensler@kingcounty.gov](mailto:gail.gensler@kingcounty.gov) para capacitaciones gratuitas, ayuda para convertirse eco-saludable sin costo y reembolsos en efectivo por compras aprobadas para ayudar a hacer más segura tu guardería infantil.

Esta ayuda está disponible en todo el Condado de King para guarderías grandes o pequeñas. Los padres de familia también pueden obtener ayuda. Para más información visita <http://www.hazwastehelp.org/Health/childcare.aspx>

### Algunas guarderías latinas tienen reconocimiento nacional.

Estos tres negocios latinos del Condado de King están nacionalmente reconocidos como Eco-Healthy Child Cares®. Ellos trabajan arduamente para asegurarse de que los niños estén en instalaciones seguras.

- Lagarlito's Garden Escuela bilingüe con español, en Issaquah 425-557-7829
- Little Manitos, Seattle 206-781-7854
- Yo Soy Único, Federal Way 253-269-8838

Encuentre otros centros infantiles certificados por Eco-Healthy Child Cares® en la región del Puget Sound en <http://www.cehn.org/ehcc>.

Hay más información disponible en la página de internet del programa Local Hazardous Waste Management en King County al 206-263-1654 <http://www.hazwastehelp.org/Health/childcare.aspx>.

## Is Your Child Care Environmentally Friendly?

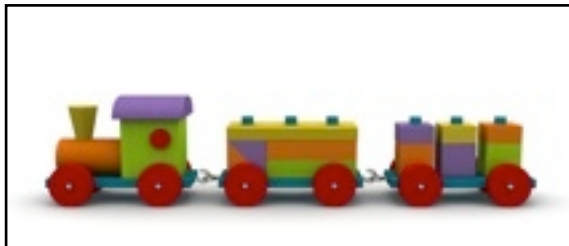
*Toys, Crafts, Chemicals, and More: What's Safer for Kids?*

Do you run a child care or have your child in one? Wondering about the safety of the art supplies, cleaners or toys being used? Want personalized answers?



**Muy interesante, aprendí muchas cosas que puedo aplicar en mi trabajo y en casa. Proveedor de cuidado infantil.**

**“Very interesting and I learned so much that I can apply at work and home.” Child care provider.**



**¿Es seguro este juguete? Aprende cómo descubrirlo.**

**How safe is this toy? Learn how to find out.**

### Free help for child cares

Contact Gail Gensler at 206-263-1654 or [gail.gensler@kingcounty.gov](mailto:gail.gensler@kingcounty.gov) for free trainings, free help becoming eco-healthy, and cash back for approved purchases to help make a child care environment safer. This help is available to all King County child cares, big and small. Parents can get help, too. Visit <http://www.hazwastehelp.org/Health/childcare.aspx> to learn more.

### Some Latino child cares have a national endorsement

Three King County Latino businesses are nationally endorsed as Eco-Healthy Child Cares®. They work extra hard to make sure children are in an environmentally safe setting.

- Lagarlito's Garden Bilingual Spanish School, Issaquah 425-557-7829
- Little Manitos, Seattle 206-781-7854
- Yo Soy Unico, Federal Way 253-269-8838

Find other Eco-Healthy Child Cares® in the Puget Sound Region at <http://www.cehn.org/ehcc>.

More information is available from the Local Hazardous Waste Management Program in King County at 206-263-1654 <http://www.hazwastehelp.org/Health/childcare.aspx>.



# Alrededor/Around

## Bienvenidos, lobos

Durante millones de años, los lobos han sido parte de la evolución de la Tierra. Como especie, su entorno les ha modificado y ellos a su vez han influenciado los ecosistemas de los que forman parte. De pronto los seres humanos entramos en la escena, y a lo largo de una extensa historia de coexistencia, definimos el destino de los lobos de manera dramática, exterminando a sus familias y poblaciones. Afortunadamente para todos, parece inminente que estamos listos para cambiar el paradigma. Nos encontramos en un momento histórico, una encrucijada en la que tenemos la oportunidad de elegir, desde la empatía y la mejor ciencia disponible, una nueva forma de relacionarnos con los lobos y demás depredadores.

Está sucediendo aquí en Washington, y todos somos parte de ello. Desde hace siete años los lobos empezaron a repoblar el estado, y aunque mucho nos gustaría que humanos y lobos pudiésemos coexistir en *absoluta* armonía, en la realidad hay y habrá retos que resolver. Nuestra especie dispone de gran creatividad y compasión; trabajemos juntos para encontrar un terreno en común, un espacio en donde cuidemos tanto de los lobos, como del sustento y las condiciones de vida de las personas que residen en su hábitat. Al final, todos, tanto lobos como seres humanos, encontramos seguridad y regocijo en las mismas cosas: la familia, la comunidad y nuestra propia particular forma de vida. No lo olvidemos.



## Welcome, wolves

For millions of years, wolves have participated in the Earth's evolution. As a species, their environment has influenced them and in turn they've had an effect in the ecosystems they are part of. Then humans entered the scene and throughout a long history of coexistence we have dramatically shaped the wolves' fate, exterminating their families and populations. Fortunately, it is now imminent that we are ready to change the paradigm. We are at a historic moment, a crossroads in which we have the opportunity to choose, from empathy and the best available science, a new way to relate to wolves and other predators.

It is happening here in Washington and we are all part of it. Seven years ago, wild wolves started to repopulate the state, and as much as we would like to see humans and wolves coexist in *absolute* harmony, the reality is that there are and will be challenges. Our species possess great creativity and compassion; let's work together to find a common ground, a space where we can develop strategies to care for the wolves while also caring about the livelihood and lifestyle of the people who reside in their habitat. Ultimately we all; wolves and humans find safety and joy in the same things: family, community and our own particular way of life. Let's keep that in mind.

By Mexican wildlife biologist Pamela Maciel  
Mexican Wolf and Hispanic Outreach Specialist at Wolf Haven International For further information and for wolf-related presentations in Spanish, email

# WOLF HAVEN INTERNATIONAL

{ SANCTUARY EDUCATION CONSERVATION }

Schedule your visit at:  
[wolflhaven.org](http://wolflhaven.org)

Tenino, WA  
800.448.WOLF (9653)



# THE BEST AUTO GLASS & TINT

**EL MEJOR  
PRECIO  
PARA TU  
PARABRISAS!**

Ulama para hacerte  
un presupuesto



## Instalación de vidrios

Para todo tipo de vehículo con el mejor precio del área



## Polarizado profesional a tu gusto

Con garantía de por vida



## Reparamos su vidrio

Estrellado al instante



## hacemos vidrios para su residencia



## Polarizado de luces

Profesionalmente **GARANTIZADO!**

Varietad de **COLORES**

**SERVICIO A DOMICILIO**

# 206.458.3249

15821 1ST AVE SOUTH BURIEN, WA. 98148

[www.thebestautoglassandtint.com](http://www.thebestautoglassandtint.com)

## Lanzamiento del nuevo y práctico programa séptico

El Condado de Snohomish lanzó su nuevo programa Séptico, proveyendo a los dueños de casas con una variedad de opciones para financiar el costo de reemplazamiento del sistema séptico en su sitio (OSS), reparación y mantenimiento preventivo. Los tres años del programa piloto en todo el condado ofrece a los dueños de casas préstamos con bajos ingresos, reembolsos, préstamos para gente de bajos ingresos y talleres educativos en mantenimiento de sistemas sépticos.

La cooperativa Unión de Crédito Puget Sound, administrará los préstamos en la porción del programa del condado, y planea emitir 200 prestamos para participantes dueños de casas en los próximos tres años. El programa Savvy Septic ofrece hasta \$200 para mantenimiento y reembolsos para los dueños de casas y una cantidad limitada de préstamos están disponibles para asistir a dueños de casas que tengan bajos ingresos con proyectos de sistemas sépticos. Los dueños de casas pueden atender talleres gratuitos acerca del mantenimiento del sistema séptico Savvy, para aprender acerca de la mejor práctica para el cuidado del sistema y de su longevidad.

El objetivo de el programa es incrementar el acceso a financiamiento para el aproximado de 80,000 dueños de casas en el condado con un sistema séptico en sitio. El programa séptico Savvy mejorará la inversión del dueño de la casa mientras se ayuda a proteger la calidad del agua, salud y seguridad para los lagos, ríos, arroyos y riveras.

El nuevo programa Séptico Savvy del Condado de Snohomish es posible a través del subsidio premio Centennial del Departamento de Ecología y el programa igualando fondos de Servicios Públicos Superficie y Agua del condado. Más información y aplicaciones para el Programa Séptico Savvy están disponibles en [www.savvyseptic.org](http://www.savvyseptic.org) Para preguntas acerca del nuevo Programa Séptico Savvy, por favor contacte a Lisa Dulude, administradora de la oficina de Energía y Sustentabilidad del Condado de Snohomish al 425-388-3965 o al correo electrónico [lisa.dulude@snoco.org](mailto:lisa.dulude@snoco.org).

## New Savvy Septic Program Launch

Snohomish County just launched its new Savvy Septic program, providing homeowners with a variety of options to finance the cost of on-site septic (OSS) system replacement, repair and preventative maintenance. The three-year county-wide pilot program offers County homeowners access to low-interest loans, rebates, low-income grants and free workshops on septic system maintenance.

Puget Sound Cooperative Credit Union will administer the lending portion of the county program, and plans to issue approximately 200 loans to participating homeowners in the next three years. The Savvy Septic Program offers up to \$200 in maintenance rebates for homeowners, and a limited amount of grants are available to assist low-income homeowners with septic system projects. Homeowners can attend free Savvy Septic maintenance workshops to learn about best practices for system care and longevity.

The overall goal of the program is to increase access to financing for the approximate 80,000 county homeowners with on-site septic systems. The Savvy Septic Program will enhance homeowner investment while helping to protect the water quality, health, and safety of our regional lakes,



**El programa Savvy Septic ofrece hasta \$200 para mantenimiento y reembolso**  
**The Savvy Septic Program offers up to \$200 in maintenance rebates**

rivers, streams, and shorelines.

Snohomish County's new Savvy Septic program is made possible through a Centennial grant award from the Department of Ecology and program matching funds from the county's Public Works Surface Water Management Division.

Savvy Septic program information and application materials are available at [www.savvyseptic.org](http://www.savvyseptic.org). For questions about the new Savvy Septic program, please contact Lisa Dulude, Manager of Snohomish County's Energy and Sustainability Office, at [425-388-3965](tel:425-388-3965) or [lisa.dulude@snoco.org](mailto:lisa.dulude@snoco.org).



## La contaminación del aire relacionada al tráfico

Múltiples estudios sugieren que vivir cerca de caminos muy transitados y de la contaminación causada por los autos y camiones, no es saludable para aquellos con salud sensible.

La contaminación del aire aumenta cuando se está más cerca de los caminos principales. La mayor contaminación comienza a disminuir a 200 yardas del camino. Algunos tipos de contaminación disminuyen cerca de las 500 yardas. Estudios similares demuestran que existe una salud deficiente en áreas alejadas sólo unas 500 yardas.

El polvo, tizne y el humo, todos contienen finas partículas de contaminación. Las partículas más peligrosas llegan a medir menos de 2.5 micras en diámetro y viajan profundamente dentro de nuestro pulmones. Exponerse a estas finas partículas puede agravar el asma y causar problemas respiratorios y de corazón a largo plazo.

### ¿Quién está en riesgo?

- Mujeres embarazadas- La contaminación por tráfico está relacionada al bajo peso de bebés, partos adelantados y posible muerte del feto o infante.
- Niños- Estos están en alto riesgo porque sus pulmones están en desarrollo. Ellos están más propensos en desarrollar asma o enfermedades respiratorias agudas, y muchas veces pasan más tiempo al aire libre con más alta actividad que los adultos. Vivir cerca de la contaminación del tráfico está relacionado a la reducción de la función pulmonar e inflamaciones.
- Gente con enfermedades del corazón y pulmón- Cuando se expone al aire contaminado, estos grupos tienen un riesgo mayor de infartos, ataques al corazón y muertes prematuras.
- Adultos mayores no diagnosticados- Tienen un riesgo mayor de hospitalización debido a enfermedades del corazón o pulmón.

Aquí tenemos unas recomendaciones para evitar la contaminación mientras se permanece activo y saludable:

- Limite el tiempo que pasa cerca de autos y camiones con el motor encendido.
- Siga ejercitándose al aire libre, especialmente cerca del medio día.
- Limite las actividades extenuantes cuando hay alta contaminación en el aire
- Recicle el aire dentro de su auto cuando este en caminos muy transitados.

## Traffic-related Air Pollution

Multiple studies suggest that living near busy roads and the pollution that is caused by cars and trucks is not healthy for a variety of groups with sensitive health.

Air pollution levels rise closer to major roadways. Most pollution begins to drop off 200 yards away from the road. Some types of pollution begin to lessen as far away as 500 yards. Similarly, studies show poor health outcomes in areas as far as 500 yards away.

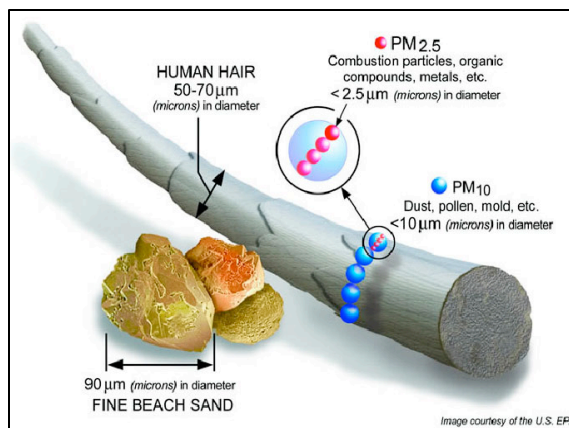
Dust, soot, and smoke – all contain tiny specks of pollution called fine particles. The most hazardous particles are less than 2.5 micrometers in diameter and travel deep inside the lungs. Exposure to fine particles can aggravate asthma and cause long-term breathing and heart problems.

### Who is at risk?

- Expectant mothers – traffic pollution is linked to lower birth weights, pre-term deliveries, and possibly fetal and infant mortality.
- Children – children are at increased risk because their lungs are still developing. They are more likely to have asthma or acute respiratory diseases, and often spend more time outdoors at higher activity levels than adults. Living near traffic pollution is linked to reduced lung function and inflammation.
- People living with heart or lung diseases – when exposed to air pollution, these groups have an increased risk of stroke, heart attack, and premature death.
- Undiagnosed older adults – have an increased risk of hospitalization due to heart or lung diseases.

Here are some recommendations to avoid air pollution while continuing to stay active and healthy:

- Limit time spent near idling cars and trucks
- Continue to exercise outdoors, especially around midday
- Review air quality forecasts before strenuous activities
- Limit strenuous activities when air pollution is high
- Recycle the air in your car when on busy roads.



**Las partículas más peligrosas llegan a medir menos de 2.5 micras en diámetro.**  
**The most hazardous particles are less than 2.5 micrometers in diameter.**

## ¿Sabes lo que contiene tu pasta dental?

La lista de ingredientes usualmente se divide en dos secciones: una para los ingredientes activos y otra para los inactivos. La de los ingredientes activos incluirá una o dos cosas que las pastas dentales ofrecen para tus dientes, como “anticaries” o “antihipersensibilidad”. Sin embargo, ¿qué es lo que pasa con los otros ingredientes inactivos? Estos ingredientes, si se enlistan, no son explicados y en su mayoría no son nombres comunes para la mayoría de los consumidores.

Sílice hidratado, glicol de polietileno y lauril sulfato de sodio (SLS por sus siglas en inglés) son sólo unos de los ingredientes en esa lista que podrían estar en tu pasta dental. Algunos de estos ingredientes son encontrados en productos para el hogar como son: detergentes, limpiadores, desengrasantes para motores y potentes detergentes industriales y pueden tener efectos negativos en tu boca y en tu salud en general.

Hay ingredientes que pueden hacer tu pasta dental una parte efectiva de tu cuidado dental. Algunos de estos ingredientes incluyen sodio o flúor de estaño, xilitol y nitrato de potasio. El flúor ha sido altamente debatido por años, y algunos dicen que es malo para tu salud y no debería estar en tu agua potable ni pasta de dientes, pero algunas investigaciones han comprobado una y otra vez cuan efectivo es en cantidades pequeñas.

Cuando se trata de tu salud, siempre es importante estar bien informado para tomar decisiones. Hay muchas opciones disponibles que son efectivas y seguras sin todos esos químicos y aditivos extras. Consultar con un higienista dental o dentista puede ayudarte a decidir cuál pasta dental es la adecuada para tí. ¡Feliz cepillada!



## Do you know what's in your toothpaste?

The list of ingredients will usually be split up into two sections: one that lists the “active” ingredients, and another that lists the “inactive” ingredients. The active ingredients will include the one or two things that the toothpaste will do for your teeth, like “Anti-cavity” or “Antihypersensitivity”. However, what about that other list of “inactive” ingredients? These items listed are not explained and the majority of words are unfamiliar to most consumers.

Hydrated silica, glycerin, propylene glycol, and sodium lauryl sulfate (SLS) are just a few ingredients on that list that may be included in your toothpaste. Some of these ingredients are found in various household products, such as detergents, cleaners, engine degreasers and industrial strength detergents and can have negative effects on your mouth and overall health.

There are ingredients that can make your toothpaste a very effective part of your dental care. Some of these ingredients include sodium or stannous fluoride, xylitol, and potassium nitrate. Fluoride has been a highly debated topic for years, and some say that it is bad for your health and should not be in your drinking water or toothpaste, but research has proven time after time how effective it is in small quantities.

It is always important to make an informed decision when it comes to your health. There are many options available that are both effective and safe to use, without all of the extra chemicals and additives. Consulting with a Registered Dental Hygienist or Dentist can help you decide which toothpaste is right for you. Happy brushing!

Olivia Tolle, RDH

Olivia, Works as a Registered Dental Hygienist at Wedgwood Smiles  
Visit [www.wedgwoodsmiles.com](http://www.wedgwoodsmiles.com) for more information"



**WEDGWOOD SMILES  
FAMILY DENTISTRY**

*Let us be your Dental Home!*



- Cosmetic and restorative dentistry
- Dental Implants
- Oral Surgery
- Limited Orthodontic Service
- Dentistry for the entire family
- The most biocompatible materials used
- Minimum necessary digital X-rays
- Member of Eco-Dentistry Association



**Cesar O. Cruz,  
DDS AEGD**

Se habla español



8044 35th ave NE  
Seattle, WA 98115  
Telephone: 206-525-6636  
[www.wedgwoodsmiles.com](http://www.wedgwoodsmiles.com)

# Cosas interesantes

## Interesting things

### ¿Sabías que?

- Cada persona genera cerca de 4 libras de residuos diariamente.
- Un autobús puede llevar cerca de 40 personas disminuyendo 40 autos.
- Más de un tercio de la energía es usada para las casas.
- Muchas familias tiran alrededor de 80 libras de residuos plásticos cada año.
- Usamos un promedio de 12,000 galones de agua por persona al año.
- 1/3 de toda el agua es usada para el inodoro.



### Did you know that?

- Each person throws away approximately four pounds of garbage every day.
- One bus carries as many people as 40 cars!
- More than 1/3 of all energy is used by people at home
- Most families throw away about 88 pounds of plastic every year
- We each use about 12,000 gallons of water every year
- 1/3 of all water is used to flush the toilet.

### Frases - Phrases...

“La libertad es el derecho que tienen las personas de actuar libremente, pensar y hablar sin hipocrecía”

“Liberty is the right of every man to be honest, to think and to speak without hypocrisy”

*José Martí*

“Dadme un punto de apoyo y moveré la tierra.”

“Give me a pace to stand and I will move the earth”

*Archimedes*

“Never go grocery shopping when you are hungry. You will buy too much”

“No vayas a comprar comestible cuando estés hambriento. Comprarás demasiado.”

*Jackson Brown*

## LENGUAJES/LANGUAGES

### Posponer

Poner o colocar a una persona, cosa o acción para después o después de otra acción.

### Procrastinate

Delay or postpone action; put off something.

## Energía solar en el noroeste

La luz del sol es abundante y ha provisto de energía al planeta por billones de años. Recuerda que las plantas transforman la luz solar en energía. La energía solar es más limpia que la que generan los combustibles no renovables. Las celdas solares convierten la luz del sol en electricidad usando la energía de fotones veloces para crear una corriente eléctrica dentro de un panel solar. La energía solar es una buena opción para el área del Noroeste del Pacífico. A pesar de las pocas horas de luz solar, las celdas solares funcionan con buena eficiencia. Nuestra región tiene días de verano largos, pero incluso en el invierno las radiaciones solares penetran las nubes y la energía puede ser generada. Los paneles solares del campo Safeco se espera que generen 40,000kWh de electricidad cada año.



## Solar energy in the Northwest

The energy from the sun is abundant, and has been powering the earth for billions of years. Remember plants transform the light from the sun in energy. The solar energy is cleaner than the non-renewable fuels. Solar power cells convert sunlight into electricity, using the energy of speeding photons to create an electrical current within a solar panel. Solar power is a great option for the Pacific Northwest region. Although the fewer annual hours of sunlight, solar panels operate with good efficiency. Our region has long summer days, but even in winter, solar radiation can penetrate the clouds and power can be generated. The solar panels at Safeco Field are expected to produce 40,000kWh of electricity each year.

Mecánica Automotriz/ Auto care Mechanic  
**EL TALLER**

Sergio A. Valdez

Cell. 425 418 99 10  
 12902 Hwy.99 Unit 6 Everett, WA. 98204

**WIREFLESS**

**WE FIX CRACKED SCREENS!**

• iPhone • Samsung  
 • HTC • LG • Tablets  
 • Computers & More!

**UNLOCK ANY PHONE**

17034 Aurora Avenue N Shoreline, WA 98133  
 206-331-6166  
 Monday to Sunday 11:00 a.m to 8:00 p.m *Hablamos español*  
[www.safaricell.com](http://www.safaricell.com) • [wire4less1@yahoo.com](mailto:wire4less1@yahoo.com)

**TOP INSURANCE ASSOCIATES**

Hector Valencia  
 Sales Executive

Fax 425.338.0275  
 877.757.3858  
 425.513.6007  
 Cell.425.319.6854

*Se habla Español*

11419 19th Ave SE, Suite C110 Everett WA 98208

**MC Auto Repair**

We know you are busy or tired after job.  
 You take care of your things, we take care of your car.  
 We can pick it up, repair it and return it back in time for you.

**All types of vehicles.**  
 -Brakes  
 -Transmission  
 -Timing Belt replacement  
 -Tune Ups and more...

**Hablamos español**

**Guarantee and affordable prices.**

For more information  
 Call: (425)563-9462 (425)791-4775

**Theos New & Used Tires**

-Tires & Rims in all size, Brakes, Batteries

**Tire disposal \$3.00**

14038 Lake City Way NE  
 Seattle, WA. 98125  
**(206)-364-0565**  
[www.usedtiresheos.com](http://www.usedtiresheos.com)



**Gánate** una mochila con regalos útiles hechos a mano para ayudarte a reducir residuos de plástico y **\*un cargador solar para tu teléfono**. Visita [www.ecologicamagazine.com](http://www.ecologicamagazine.com), en la barra de menú dále click a CONTACT y llena la forma que tenemos allí y recibirás en tu correo electrónico un número para la rifa que se llevará a cabo el cinco de septiembre.

**Win** a backpack filled with useful handmade prizes inside to help reduce plastic, and a **\*solar charger for your phone**. Go to [www.ecologicamagazine.com](http://www.ecologicamagazine.com) click CONTACT in the Menu buttons and fill in the form; then you will receive a number for the raffle in your email. The drawing will be held on September 5th.

Ideas que sirven...



\*Sponsored by Wire4Less  
Charger and accesories might be different than the photo.

[www.ecologicamagazine.com](http://www.ecologicamagazine.com)



**E-CYCLE**  
washington

# RECICLAJE GRATIS



[ecyclewashington.org](http://ecyclewashington.org)

El programa gratuito E-Cycle del Estado de Washington ofrece reciclaje responsable de computadoras (portátiles, tabletas y PCs), monitores, TVs y lectores electrónicos. El reciclaje es gratis para casas habitación, negocios pequeños, escuelas, oficinas de gobierno pequeñas y beneficencias. Busque centros de acopio autorizados.

E-Cycle Washington is a free program that provides responsible recycling of computers (including laptop and "tablet" PCs), monitors, TVs and e-readers in our state. Recycling is provided free of charge to households, small businesses, school districts, small governments and charities at authorized collection sites.